Cative o Coração dela

Lysa TerKeurst

Índice

Você pode estar precisando deste livro se.....4
Tornando-se um Líder Espiritual.....8
Orando por sua esposa.....12
Sua esposa não é o inimigo.....17
Recrutando.....22
Toque o coração de sua esposa passando algum tempo com as crianças. 26
Todo lar precisa de um provedor.....30
Quem diz que a sua esposa é uma princesa.....33
O que todas as princesas comem no café da manhã.....37
Você é o príncipe encantado dela.....40
Jogando o jogo do diálogo.....44
Dedique tempo à comunicação.....49
Uma linguagem só dela.....53
As mulheres precisam ter algum tempo com outras mulheres.....56
Ajude sua esposa a encontrar o seu "eu".....59
Torne-se o melhor amigo de sua esposa.....62
Como construir a auto-estima de sua esposa.....65
O caminho para o coração de sua esposa.....68
Recrutando o guerreiro que lutará por ela.....71
Sexo: o presente de casamento mais controverso.....74
Grandes expectativas em relação ao sexo.....78
Romance.....81
"Porque Sim".....86

A tpm é real..... .89
Sua esposa precisa ser amada nos períodos em que é mais dificil amá-la93
Sê forte e corajoso..... 97

Dedicatória

Ao homem que conquistou meu coração. Eu amo você, Art, para todo sempre.

Também dedicado aos homens e mulheres que desejam que seus casamentos sejam retratos da graça e do amor de Cristo. Que este livro lhes ajude a entender melhor os (as) seus (suas) companheiros (as) e a apaixonarem-se outra vez.

Introdução

Você pode estar precisando deste livro se...

- Deixou o assento do vaso sanitário levantado, quase afogando sua esposa quando ela foi ao banheiro as duas horas da manha.

- Alguma vez foi acusado de insensível quando perguntou a sua esposa o que ela tinha feito durante todo o dia.

- Alguma vez esperou que sua mulher passasse da limpeza de nariz e da faxina no banheiro a uma deusa do sexo em trinta segundos ou menos.

- Alguma vez a sua mulher já lhe fez essa delicada pergunta: "Querido, você acha que estou gorda?" e você hesitou por um segundo... ou, pior ainda, respondeu que sim. .

- Alguma vez a sua esposa chegou do cabeleireiro toda arrumada só para ouvir você dizer que gostava mais de sua aparência anterior... ou se nem reparou no seu cabelo arrumado.

- Alguma vez deitou-se na cama à noite com "aquela idéia especial" em mente, e ouviu sua esposa pedir-lhe que apenas a abraçasse, e você se sentiu frustrado e confuso.

- Alguma vez se perguntou por que a sua esposa não parecia muito entusiasmada ao ganhar um novo aspirador de pó ou uma assinatura de uma revista que a ensina manter a forma física no seu aniversario... ou, pior ainda se você esqueceu o aniversario dela.

- Alguma vez ficou perplexo com a explosão emocional de sua mulher, e num esforço para ajudá-la sugeriu chamar um exorcista para livrá-la dos demônios.

- Alguma vez desejou entendê-la melhor.

- Alguma vez desejou conquistar o coração dela.

Se pelo menos uma das afirmações lhe soa familiar, não passe direto por este livro. Compre-o agora! Você precisa deste livro!

Vamos encarar a realidade, a maioria dos casamentos tem problemas. Esses problemas podem conduzir um casal por uma de duas direções. Ou levarão o casal a construção de paredes que isolarão e destruirão o relacionamento, ou conduzirão a soluções criativas que fortalecerão e intensificarão o relacionamento.

Acredito que no interior de cada problema há um tesouro que deve ser encontrado. Não estou escrevendo este livro porque meu marido e eu nunca tenhamos problemas. Exatamente o contrario. Estou escrevendo este livro porque enfrentamos os nossos problemas de cabeça erguida, encontramos soluções criativas e descobrimos tesouros ao longo do caminho. Quando viajei pelo país conversando com as mulheres sobre o casamento e compartilhando nossas soluções criativas, muitas delas me disseram que gostariam de que houvesse um livro que ajudasse os homens a entender melhor as necessidades das mulheres. Assim, comecei a pedir-lhes que escrevessem o que achavam que todos os maridos deveriam saber. As mulheres dos Estados Unidos falaram pelo menos mil delas, e aqui estão as suas respostas:

OITO COISAS QUE TODO MARIDO PRECISA SABER

1. Sua esposa precisa que você seja o líder espiritual de seu lar;
2. Sua esposa quer que você seja o seu parceiro na criação dos filhos e no cuidado do lar;

3. Sua esposa quer que você a trate como uma princesa;
4. Sua esposa precisa que você se comunique com ela;
5. Sua esposa precisa ter suas amigas, e quer que você lhe de algum tempo para estar com elas, porém, quer que você seja seu melhor amigo;
6. Sua esposa quer que você a encoraje com três "A", dando-lhe apreço, afirmação e admiração.
7. Sua esposa precisa se sentir emocionalmente satisfeita antes de desejar estar sexualmente envolvida;
8. Sua esposa quer que você entenda que a algumas coisas que você nunca entendera. Isto não faz com que você ou ela estejam certos ou errados – são apenas diferentes.

Quando Art e eu nos casamos, víamos o casamento como uma arca transbordante de tesouros como divertimento, segurança, companheirismo, aventura, boa comunicação e um ótimo relacionamento sexual. Ficamos chocados ao descobrir que a nossa arca estava vazia. Agora sabemos que para que o nosso casamento tenha tais coisas, cabe anos encher a arca com tesouros maravilhosos. Ter um bom casamento requer tempo, criatividade e disposição para entender as necessidades da outra pessoa. E onde este livro lhe ajudara. Você não pode querer satisfazer as necessidades da sua esposa e encher a arca do tesouro do seu casamento se não souber quais são as necessidades e os desejos dela.

Agora que já lhe dei uma lista de coisas que você precisa saber, deixe-me adicionar duas retratações. A primeira e que não basta ler este livro; e necessário colocar em pratica as informações que ele contém. Amar a sua esposa deve fazer parte da sua rotina diária como escovar os dentes. Você não pode escovar s dentes uma vez e esperar ter um hálito fresco para o resto da vida. O mesmo e valido quanto a amar a sua esposa.

A segunda retratação e que nem todas as mulheres são iguais. A maioria das idéias apresentadas aqui funcionara muito bem, mas a sua esposa pode necessitar ser amada de uma forma única, diferente. Você precisa descobrir esta forma. A beleza deste livro e que ele o guiara na direção correta e abrira as linhas de comunicação necessárias para conseguir fazer essas importantes descobertas.

Se você e como o meu marido, você e uma pessoa ocupada. Assim por causa do tempo, eu lhe dou permissão para deixar o livro de lado hoje. Mas não se esqueça de levar adiante esse projeto de melhoria. No final de cada capitulo você encontrara tarefas praticas que irão ajudá-lo a fazer ate mais do que o necessário, a "caminhar a segunda milha", para ser bom marido.

MELHORIA PARA O LAR-1. Pegue um bilhete adesivo e escreva nele a palavra "PERFEITO!" cole-o na balança de sua esposa, onde estão os números. Isso lhe dará MUITOS pontos, mas não faça isso esperando alguma coisa em troca.

PENSAMENTO PARA O DIA- "uma simples flor do campo em um dia comum vale mais do que uma dúzia de rosas em um dia especial."

Donna (Joliet)



Capítulo 1

Tornando-se um Líder Espiritual

Deus projetou o casamento como uma bonita imagem do relacionamento de Cristo com sua noiva, a igreja. Assim como Cristo e o líder espiritual de sua esposa, você também deve ser este líder para a sua esposa. Nas respostas que obtive das mulheres durante minha pesquisa, o desejo de que o marido fosse o líder espiritual do lar foi uma das mais freqüentes. Quando um homem conduz o seu lar sob a orientação de Deus, ele se torna como Jesus para sua família. Ele não será um ditador, mas ao invés disso, um líder gentil, amoroso e sábio. Quando um marido se torna um líder que demonstra caráter semelhante ao de Jesus, o coração de sua mulher se sente seguro o suficiente para submeter-se a sua liderança. Nessa imagem projetada por Deus, o marido e a mulher se completam mutuamente, resultando em uma imagem maravilhosa da unidade que Deus tinha em mente para o casamento.

Aprender a amar um ao outro e satisfazer as necessidades do outro e importante, porque isso fortalece o relacionamento de um casal e permite que permaneçam fieis ao seu compromisso. Mais importante do que fortalecer o relacionamento entre os dois e manter a aliança que fizeram perante Deus. A medida que marido e mulher se aproximam de Deus como indivíduos, Deus une mais fortemente os dois corações. Aprenderão a amar incondicionalmente e a servir sacrificialmente segundo o exemplo de Jesus, que deu a sua vida pela igreja.

Jamais vi uma imagem tão bela sobre este tema do que em uma carta que li, escrita pelo Dr. Robert McQuilken. Nessa carta renunciava a sua posição de presidente da Columbia Bible College.

Ele escreveu:

A saúde mental de minha querida esposa, Muriel, vem declinando já há cerca de oito anos. Ate agora fui capaz de satisfazer as suas crescentes necessidades e ainda cumprir com as minhas responsabilidades de líder na CBC. Mas recentemente ficou evidente que Muriel fica contente quando esta comigo e infeliz quando não estou com ela. Não e apenas "descontentamento". Ela se enche de medo – ate mesmo terror – de que tenha me perdido e começa a me procurar quando saio de casa. Assim ficou claro que ela precisa de mim agora em tempo integral.

Talvez seja mais fácil pra você entender se eu lhe contar o que contei ao meu grupo na época em que me aposentei na igreja. De alguma forma, a decisão tinha sido tomada há quarenta e dois anos, quando prometi cuidar de Muriel "na saúde e na doença... ate que a morte nos separe". Então eu disse aos meus alunos e aos membros da faculdade, como um homem de palavra, que a integridade tinha alguma coisa a ver com isso. Mas a justiça também tem algo a ver com isso. Ela tinha cuidado de mim completamente e com sacrifícios durante todos aqueles anos; se eu cuidasse dela pelos próximos quarenta anos eu ainda estaria em debito. A responsabilidade, contudo, pode ser severa e estóica. Mas há outra coisa: eu amo Muriel. Ela e um prazer para mim – sua dependência infantil e sua confiança em mim o seu amor cálido, os ocasionais repentes de humor de que eu gostava tanto, o seu espírito alegre – mesmo diante da dificuldade de recuperação face a sua penosa e continua frustração. Não tenho que cuidar dela; eu quero! É uma grande honra cuidar de uma pessoa tão maravilhosa.

Pode ser que você nunca precise cuidar do bem estar físico de sua esposa como o Dr. McQuilken descreveu, mas sua esposa precisa saber que se você tivesse de fazê-lo, você faria com a mesma alegria e integridade descritas acima. Mais do que cuidados físicos, sua esposa também precisa ver você cuidando das necessidades espirituais da sua família. Quando uma esposa vê que seu marido se submete diariamente a Deus, lendo a Bíblia, orando e mantendo um relacionamento pessoal e próximo com Jesus, e muito mais fácil que ela lhe de o respeito de que necessita.

O que aprecio na carta do Dr. McQuilken e o fato de ter sido escrita por um homem que esta próximo a Jesus e que procura imitar o caráter de seu Mestre. Quando Muriel procurava a mão de seu marido nos momentos de terror e confusão, ele se tornava Jesus para ela. Suas mãos eram ternas, suas palavras compassivas, seus olhos cheios de amor e seu coração cheio de alegria. Quando sua esposa procura a sua mão, o que ela sente no seu toque? O que ouve dos seus lábios? O que vê os seus olhos? O que percebe estar em seu coração? Como você consegue ser Jesus para ela?

O maravilhoso em ser o líder espiritual de sua esposa não e o que você ganha nessa posição, mas sim o privilegio que você tem de dar. Sua esposa precisa de suas orações, de seus sábios conselhos, de sua força e de sua coragem. Ao responder a pesquisa, uma mulher chamada Penny explicou: “todo marido precisa saber que e o guarda-chuva espiritual de sua família, e que sua mulher e seus filhos estão seguros debaixo dele”.

Seu comentário reflete um conceito Bíblico. Em Salmos 1.1-3 esta escrito:“Bem-aventurado o homem que não anda segundo o conselho dos ímpios, nem se detém no caminho dos pecadores, nem se assenta na roda dos escarnecedores; antes tem seu prazer na lei do Senhor, e na sua lei medita de dia e noite.Pois será como a árvore plantada junto às correntes de águas, a qual dá o seu fruto na estação própria, e cuja folha não cai; e tudo quanto fizer prosperará”. Imagine que o seu papel como líder espiritual seja como aquela arvore. Você da abrigo durante as tempestades da vida. Você esta firmemente enraizado de modo que sua mulher pode apoiar-se em você quando se sente cansada. Você produz fruto do Espírito porque se nutre da Palavra de Deus. Você e constante e suas folhas não murcham. E o melhor, você se orgulha de Deus e quando sua esposa olha para você, sente vontade de estar cada vez mais perto de Jesus.

Meu marido Art tornou-se um maravilhoso líder espiritual em nosso lar. Ele ora fervorosamente por nos, dedica tempo a Deus e tem um espírito

alegre e contagiante. Uma das melhores coisas que ele faz todas as noites, quando volta do trabalho para casa, e uma parada mental em sua arvore do tesouro. Não e uma arvore verdadeira, mas um ponto no meio do caminho onde ele deixa pendurados todos os problemas do dia. Depois de deixar ali as suas frustrações, as suas contrariedades e o seu estresse, ele separa algum tempo para receber uma dose extra do fruto do Espírito. Em pouco tempo ele esta transbordando esses tesouros e pronto para chegar em casa. Amor, gozo, paz, longanimidade, benignidade, bondade, Fé, mansidão e temperança são, afinal, o que toda mulher deseja de seu líder espiritual.

MELHORIA PARA O LAR-*1. Hoje a noite, em seu caminho para casa, encontre uma arvore do tesouro onde possa trocar frustrações do seu dia por uma dose extra de amor, gozo, paz, longanimidade, benignidade, bondade, Fé, mansidão e temperança. 2. Faça com que essa visita a arvore seja parte de sua rotina diária.*

PENSAMENTO PARA O DIA- *A coisa mais importante que um marido pode fazer por sua esposa e buscar ao Senhor com todo o seu coração e com todo o seu ser. Se ele colocar Deus em primeiro lugar, Deus lhe Dará a força e o desejo de ser um marido extraordinário.*

Amy Dunlop

Capítulo 2

Orando por sua esposa

Ainda me lembro de pensar que as mãos dele eram magníficas, apesar do fato de que a idade as tinha enrugado e enfraquecido. Eu pensava sobre todas as coisas maravilhosas que aquelas mãos haviam feito. Tinham trabalhado na agricultura e cuidado dos campos. Tinham dado sustento constante à esposa e a seis filhos. Tinham sido corajosas e firmes quando ele esteve nas guerras protegendo a liberdade do nosso país. Tinham amado carinhosamente a sua esposa e orgulhosamente dado boas-vindas a cada um dos seus filhos quando vieram ao mundo. Aquelas mãos enxugaram as lagrimas dos seus olhos quando viu a sua amada esposa morrer. Sim, eu me lembro bem daquelas mãos.

Elas pertenciam ao meu avô, com quem tive o privilegio de morar quando estava no colégio. Foi uma época difícil para a minha família. Meus pais estavam se divorciando. As emoções estavam em alta e as finanças em baixa. Eu pensava que a culpa do divorcio estavam em mim e carregava um peso de culpa e remorso. Eu tinha sofrido abuso sexual por parte do outro avô e para mim era muito difícil confiar em alguém. Sentia-me só e vulnerável. Mas sempre soube que este vovô estava ao meu lado. Peculiar como a sua idade o tornava algumas vezes, ele estava ali ao meu lado. Ele podia ser freqüentemente encontrado em sua cadeira favorita ao lado da cama percorrendo as paginas de sua tão usada Bíblia.

Algumas tardes, quando voltava da escola, me sentia particularmente deprimida, então ia ver o vovô. Embora eu já fosse muito grande para caber confortavelmente em seu colo, ele usava suas mãos envelhecidas para me acolher e abraçar. As conversas eram difíceis porque a sua audição estava declinando, mas as suas mãos me diziam tudo o que eu precisava ouvir, *eu amo você e você e bem-vinda aqui comigo.*

A coisa mais importante que vi aquelas maravilhosas mãos fazerem era unirem-se em oração. Vovô era um homem de oração. Ele amava a Jesus como poucas pessoas que conheci, e orava durante longos períodos

de tempo. Ele unia as mãos em humilde submissão, inclinava a cabeça e elevava os clamores de seu coração a um Salvador que conhecia bem.

Muitos anos depois da morte de vovô, eu estava passando por outras dificuldades. Estava zangada pelos problemas que havia tido de enfrentar quando criança, e tinha inveja dos meus amigos que haviam tido uma infância mais normal. Eu tinha ouvido amigos cristãos contando sobre os seus pais que tinham orado por eles durante a sua vida toda, e me perguntava se o meu pai tinha orado por mim alguma vez. É possível que não. Então Deus me deu uma recordação preciosa que havia perdido com o passar dos anos... Ele me lembrou das mãos de vovô.

Eu me pergunto se alguma vez sua esposa teve alguém orando por ela, como o meu avô fazia por mim. Deixe que as suas mãos criem um legado duradouro. Mais que apenas trabalhar arduamente e passar pelas batalhas do dia-a-dia, deixe que elas se unam em oração.

UMA ORAÇAO POR SUA ESPOSA:

Pai amantíssimo,

Obrigado pela minha esposa e pela pessoa única que ela é. Obrigado por colocá-la em minha vida. Senhor, eu a amo e a aceito como ela e agora, e a deixo livre para tornar-se a pessoa que o Senhor planejou, em sua perfeita vontade.

O senhor tem um plano e uma chamada para a vida dela; que ela possa cumprir a ambos, para a gloria do Senhor.

Eu concordo com as promessas de sua Palavra. Pela autoridade espiritual que o Senhor nos deu como crentes, peço sua maravilhosa bênção para a minha esposa.

O Senhor planejou que o casamento seja uma imagem de Cristo e sua noiva. Quero imitar esse tipo de sacrifício, amor e dedicação ao Senhor. Que ela consiga encontrar propósito e satisfação na proteção do nosso casamento.

Abençoe minha esposa mais uma vez com a realidade da dimensão do seu amor por ela. De a ela uma percepção melhor de sua

presença. Só o Senhor e capaz de satisfazer suas necessidades mais profundas.

Ajude-me a estar ao lado dela, ambos crescendo no amor e na fidelidade. Quando eu julgar que ela precisa de minha orientação ou correção, permita que ambos sejamos honestos na nossa comunicação e abertos a sua sabedoria e ajuda.

Abençoe-a aumentado sua boa saúde e energia. Mantenha-a afastada do cansaço excessivo e das enfermidades. Mantenha-a afastada da desorientação e da falta de coragem. Libere-a para a alegria, a paz e o contentamento de Jesus. Permita que o poder do seu Espírito Santo entre na vida dela. Oriente-a para que se mantenha firme contra os enganos do maligno; ensine-a a vencê-los através de sua Palavra.

Cada dia que vivemos mostra-nos o quanto precisamos do Senhor. O mundo nos exige coisas impossíveis. A sua palavra nos pede coisas impossíveis de realizarmos por meio de nossa própria força. Somos totalmente dependentes e verdadeiramente gratos a ti. O Senhor não nos pede para fazer algo sem que antes o torne possível. Sim, Pai, como o Senhor é bom!

Nós confiamos no Senhor para tudo.

Sabemos que nunca nos deixara nem nos abandonara, e o Senhor nos levara para viver consigo para sempre. Somos eternamente gratos. Amem.

Finalmente, não há maneira mais poderosa de orar por sua amada do que usando as contidas nas Escrituras. A seguir listo algumas possibilidades. O mais importante e que você se comprometa a orar por ela. Se você não orar por ela diariamente, quem o fará?

Aqui estão algumas sugestões de orações das escrituras:

- Que Cristo habite pela fé no coração dela, para que a sua vida esteja arraigada e fundada em amor (Ef 3.17).

- Que ela o ame como você precisa ser amado (Ef 5.33).

- Que ela confie em Cristo para fazer infinitamente mais do que tudo quanto pedir ou pensar, segundo o poder de Cristo que esta na vida dela (Ef 3.20).

- Que o Senhor confie as obras das mãos dela (Sl 90.17).

- Que ela não se canse de fazer o bem, pois na época certa colhera a recompensa se não desanimar (Gl 6.9).

- Que ela não ande segundo a carne, mas de acordo com o Espírito. Que o fruto do Espírito seja mais e mais evidente na vida dela (Gl 5.22,23).

- Que ela se vista com toda a armadura que Deus lhe da e seja capaz de resistir às armadilhas de satanás (Ef 6.10-18).

- Que ela não seja enganada pelos pecados e concupiscências do mundo. Que deixe de lado toda imundícia e toda a maldade, e humildemente receba a Palavra de Deus. Assim ela poderá colocar em pratica a Palavra, e não ser apenas uma ouvinte (Tg 1.14-16,21-23).

- Que ela seja uma boa mãe, que repreenda corretamente, eduque com sabedoria e que ame os seus filhos com doçura (Pv 3.12; 23.24; 29.17).

- Que ela invoque o nome do Senhor para ser o seu libertador, a sua força, aquEle em quem ela confia, o seu refugio e a sua salvação (Sl 18.2,3).

- Que Deus aperfeiçoe, confirme, fortaleça e estabeleça para ser a mulher que Ele quer que ela seja (1 Pe 5.10).

MELHORIA PARA O LAR- Pergunte a sua esposa como você pode orar especificamente por ela hoje. Segure a sua mão e ore com ela em

voz alta. Deixe-a saber, que as suas mãos se unirão freqüentemente em oração a favor dela.

PENSAMENTO PARA O DIA – A oração feita por um justo pode muito em seus efeitos.

Tiago 5.16

Capítulo 3

Sua esposa não é o inimigo

Eram as férias perfeitas. As montanhas eram de tirar o fôlego. As condições para esquiar eram perfeitas. A comida era fabulosa e as noites ao pé do fogo, românticas. Nós agíamos como dois apaixonados, de mãos dadas, rindo de piadas particulares, e dando beijos furtivos no teleférico das pistas de esqui. *Amarei este homem para sempre,* eu pensava enquanto agradecia a Deus por ter me dado um marido tão maravilhoso.

Mudança de cena. Outra ocasião.

Tudo começou como as férias perfeitas. Uma casa na praia com nossos amigos íntimos. Nossos filhos estavam extasiados. Tínhamos trazido as babas e pensávamos agitados em nossas noites em restaurantes agradáveis. O clima era perfeito e depois de pouco tempo todos nos já exibíamos um belo bronzeado. Então um desentendimento entre Art e eu terminou com sentimento de magoa e um frio silencio. O romance de verão tinha acabado, e Art estava dormindo em um quarto no fim do corredor, longe de mim. *Porque ele é tão insensível e mesquinho?* Eu chorava ate dormir, perguntando a Deus o que eu tinha feito para merecer esse tipo de casamento.

Por favor, o casamento perfeito pode se apresentar?

Eu o amarei para sempre ou *Por que ele é tão insensível e mesquinho...* Qual das narrativas exemplifica melhor o seu casamento? Ambas. Passamos por períodos de unidade quando percebemos entender o que interessa ao outro, e outros períodos de isolamento quando parece que tudo o que fazemos é desinteressante ao outro.

A mais importante lição que aprendemos no decorrer dos nossos anos de casamento foi a de que não somos inimigos um do outro. Algumas vezes magoávamos profundamente um ao outro, porque eu o via como meu inimigo e ele me via como sua inimiga, porem estávamos enganados. Entender esse engano e descobrir o verdadeiro inimigo, nos ajudou a transformar o nosso casamento. Efésios 6.10-12 diz: “Finalmente,

fortalecei-vos no Senhor e na força do seu poder. Revesti-vos de toda a armadura de Deus, para poderdes permanecer firmes contra as ciladas do Diabo; pois não é contra carne e sangue que temos que lutar, mas sim contra os principados, contra as potestades, conta os príncipes do mundo destas trevas, contra as hostes espirituais da iniqüidade nas regiões celestes". Os ataques de satanás é que causam os problemas que enfrentamos em nossos relacionamentos, e não o nosso cônjuge. Mas se estivermos dispostos a obter forças da parte de Deus, seremos capazes de resistir aos ataques de satanás.

E vital ser "fortalecido no Senhor e na força do seu poder". Para viver na "força do seu poder" (que faz com que satanás recolha sua cauda e fuja), precisamos permitir que Deus controle a nossa vida. Precisamos dedicar tempo a leitura da Bíblia e falar seriamente sobre orar e ouvir a Deus. Certa vez ouvi uma citação que me ajudou a juntar esses princípios: "Ler a Bíblia nos dá vocabulário para entender o que o Espírito Santo quer nos dizer". João 14.26 afirma o seguinte: "O Espírito Santo... vos ensinará todas as coisas e vos fará lembrar de tudo quanto vos tenho dito".

O que isso representa para o nosso casamento? Não temos que ter todas as respostas; apenas precisamos estar em contato com aquEle que as tem. Ele nos ensinará, orientará e censurará. Ele nos ajudará a perdoar e nos mostrará como amar.

Em segundo lugar, precisamos vestir toda a armadura de Deus. Isso e algo que deve estimular o seu sangue de guerreiro. Deus criou o seu coração para a aventura e para a batalha, então tenhamos a certeza de que estamos vestidos para guerra.

DEVEMOS USAR O CINTURÃO DA VERDADE

A verdade é que você e sua esposa são filhos amados do Rei Todo-poderoso. A verdade e que o que causa conflito em seu casamento é o fato de que satanás odeia tudo o que Deus ama. Ele trama os seus ardis baseando-se na fraqueza de seu pensamento, e assim causa divisões em seu casamento. A verdade é que Deus ama você, Deus ama a sua esposa, e deseja que vocês se amem.

A COURAÇA DA JUSTIÇA PROTEGE OS NOSSOS CORAÇOES

Ser justo significa agir de uma maneira moralmente correta. Precisamos manter nosso coração puro e obediente. Qual e a melhor maneira de checar a condição do nosso coração? Ouvir a palavra que saem da nossa boca. Lucas 6.45 diz:" O homem bom, do bom tesouro do seu coração tira o bem; e o homem mau, do seu mau tesouro tira o mal; pois do que há em abundância no coração, disso fala a boca". Ouça o que você esta dizendo às pessoas queridas. São palavras estimulantes, edificantes e amorosas? Se não forem, tente consertar essa brecha em sua armadura.

NOSSOS PÉS DEVEM ESTAR CALÇADOS COM A PREPARAÇÃO DO EVANGELHO DA PAZ

Trata-se da nossa missão de seguir adiante é falar de Cristo aos outros. Uma das melhores maneiras de falar aos outros sobre o Evangelho e de como as suas verdades são capazes de transformar uma vida, é viver uma vida que revele o amor de Cristo. Em uma época em que é tão difícil encontrar um casamento feliz é realizado, um casamento saudável pode ser um poderoso testemunho.

DEVEMOS TOMAR O ESCUDO DA FÉ

É o escudo com o qual você pode extinguir todas as flechas inflamadas do maligno – insultos, frustrações, contrariedade. O escudo da fé reduz esses ataques do maligno recordando-nos que devemos olhar alem das dificuldades que estão presentes aqui agora. São as irritações diárias que levam os nossos casamentos a ruína. "Minha esposa coloca o papel higiênico de modo que gire a partir da base, e não do topo". "Ela lavou uma blusa vermelha junto com a minha cueca branca". "Ela rouba os cobertores durante a noite". Ter fé significa manter uma perspectiva eterna, rindo dos nossos defeitos, é optando por amar apesar das diferenças.

AINDA TEMOS O CAPACETE DA SALVAÇÃO -
A PROTEÇAO PARA OS NOSSOS PENSAMENTOS

O diabo se compraz em fazer-nos duvidar: duvidar de Deus, da nossa salvação, do nosso compromisso para com nosso cônjuge. As pessoas facilmente se enganam pensando que estão casadas com a pessoa errada só porque passam por tempos difíceis. Uma vez que o casamento é a representação física de Cristo é da igreja, satanás quer que duvidemos de nossa união. Destruir um casamento e o amor entre marido é mulher é distorcer o que Deus pretendia que fosse a imagem do seu amor por nós. Para proteger a sua mente de pensamentos destrutivos a respeito do seu casamento é para manter a pureza do se pensamento, medite nas Escrituras (veja Dt 6.6).

FINALMENTE, TEMOS A ESPADA DO ESPIRITO

Devemos ter conhecimento pleno das Escrituras. Comece hoje mesmo, memorizando as partes que você julgar úteis para quando for tentado ou quando estiver zangado com sua esposa. Torne-se familiarizado com a palavra de Deus de modo que consiga recordá-la e usá-la instantaneamente para refutar as mentiras do inimigo. Não fique irritado pensando que o estou aconselhando a memorizar toda a Bíblia. Comece de um modo simples é realista.

Lembre-se, essa preciosa é linda mulher com quem você dorme abraçado todas as noites não é sua inimiga. Ela não é a causa de suas frustrações e dores de cabeça. Ela é a beleza que anseia ser resgatada. Nessa batalha espiritual, ela se machuca tanto quanto você. Às vezes, ela sente medo é solidão. Precisa de um homem que não lute contra ela, mas sim contra o monstro que lança suas labaredas de fogo tentando destruir vocês dois. Ela precisa de um cavaleiro em uma armadura reluzente.

MELHORIA PARA O LAR- *Hoje à noite, abrace sua esposa na cama até que ela adormeça. Então passe algum tempo olhando para a sua*

estonteante princesa. Ore para que Deus lhe ensine como ser um valente cavaleiro, e vista-se mentalmente para a batalha espiritual. Comprometa-se em lutar POR sua princesa, e não CONTRA ela.

PENSAMENTO PARA O DIA- *Todo marido precisa saber que é o guarda-chuva espiritual de sua família, e qu sua mulher e seus filhos estão seguros debaixo dele.*

Penny [Decatur]

Capítulo 4

Recrutando

Se sua esposa fica em casa cuidando dos filhos, aqui estão algumas coisas que você nunca deve dizer e algumas perguntas que nunca deve fazer. Uma pergunta como esta poderia saltar de sua boca enquanto você tropeça nos brinquedos espalhados pelo chão: "o que você esteve fazendo o dia todo?" Essa pergunta magoará profundamente a sua esposa! Para você, é natural perguntar-se por que a casa está desse jeito se ela esteve em casa o dia todo. Para ela, você esta dizendo que ela é uma péssima mãe, esposa e dona de casa, e talvez você desejasse estar casado com Brenda Sue, aquela que mora no fim da rua.

Essa pergunta pode ter um efeito devastador sobre uma mãe já cansada e esgotada. Minha resposta favorita ao meu marido é a seguinte: "Estou fazendo o melhor que posso". Para muitas mulheres isso é verdade. Estamos fazendo o melhor que podemos com todas as exigências que pesam sobre nós. Realmente quero que a nossa casa seja um refugio para meu marido, mas alguns dias as coisas não funcionam assim. O que necessito dele, quando chega em casa, particularmente nos dias desastrosos, é um forte abraço, um grande "obrigado", e uma ajuda sua.

Se sua esposa trabalha, ela vai precisar de ajuda. Com somente vinte e quatro horas diárias e uma lista de tarefas que se estende por meio quilometro, não é de se admirar que ela esteja sempre cansada. Você não poderia ajudá-la em algumas tarefas?

"Espere um minuto!", você diz. "De acordo com a Bíblia, minha função não é a de ser provedor, e a dela não é cuidar da casa?" Em 1 Timóteo 5.8 está escrito: "Mas, se alguém não cuida dos seus, e especialmente dos da sua família, tem negado a fé, e é pior que o infiel". Tito 2.4,5 aconselha "...as mulheres novas a serem prudentes, a amarem aos seus maridos e filhos, a serem moderadas, castas, operosas donas de casa, bondosas, submissas a seus maridos..."

A Bíblia salienta isso para esclarecer e distinguir as funções que o homem e a mulher devem cumprir. Mas a Bíblia continua em Tito 2.6,7

aconselhando aos homens: “Exorta semelhantemente os moços a que sejam moderados. Em tudo te dá por exemplo de boas obras”. Se você espera que sua esposa esteja disposta a servir ao lar e as crianças, então você deve “dar exemplo” mostrando-se disposto a ajudar na medida do possível. Em 1 Pedro 3.7 está escrito: “Igualmente vós, maridos, coabitai com ela com entendimento”.

Ter entendimento. Isso é o que sua esposa precisa: que o seu marido considere todas as coisas que são de responsabilidade dela, e e tudo o que ela faz, q que encontre maneiras de ajudá-la ou de facilitar estas tarefas.

Amo uma historia que me chegou por e-mail recentemente. Antes que você a leia, devo dizer que não gosto da palavra chauvinista e não a usaria, a menos que ela fizesse parte do texto original da historia. No entanto, considero esta historia muito ilustrativa.

> Mary era casada com um chauvinista. Os dois trabalhavam em período integral, mas ele nunca fazia nada na casa, e certamente nada de tarefas domesticas. *Isso,* dizia ele, é trabalho de mulher.
>
> Mas certa noite Mary chegou em casa depois do trabalho e encontrou as crianças já banhadas, roupa lavando e outro tanto de roupa secando, o jantar no forno e a mesa lindamente posta, inclusive com flores.
>
> Ela ficou espantada, e imediatamente quis saber o que estava acontecendo. É que Charles, seu marido, tinha lido um artigo em uma revista onde se sugeria que as mulheres que trabalham fora podem apresentar maiores inclinações românticas se não estiverem tão cansadas de fazer todas as tarefas da casa depois de chegarem do trabalho.
>
> No dia seguinte, ela mal pôde esperar para contar às suas amigas de trabalho. “E como foi tudo?”, perguntaram.
>
> “Bem, foi um ótimo jantar”, disse Mary. “Charles até limpou tudo depois do jantar, ajudou as crianças com os deveres da escola, dobrou roupa e guardou tudo”.
>
> “Mas e depois?”, as amigas queriam saber...

"Não aconteceu nada", disse Mary. "Charles estava cansado demais".

Aposto que Charles estava cansado e que sua esposa também estava. Só por diversão, vamos escrever algumas das coisas que sua esposa pode ter que fazer diariamente.

CRIANÇAS: acordar as crianças vesti-las, alimente-las, abraçá-las, embrulhar o lanche, levá-las e trazê-las de volta (às vezes, varias vezes ao dia), banhá-las ou fazer com que se banhem, planejar as festas de aniversario, providenciar idas ao medico e ao dentista, afagar suas feridas, ajudar a consertar o coração partido de um adolescentes, procurar oportunidades para compartilhar o amor de Jesus Cristo, dizer-lhes que pai adorável elas têm, ajudar nos deveres escolares, vigiar os programas de televisão que vêem, orar com elas a noite, levá-las para a cama e dar-lhe um beijo de boa noite.

COMIDA: verificar a despensa, fazer a lista de compras, ir as compras, comparar preços, levantar do chão o menino de dois anos de idade que esta gritando porque ela lhe disse que ele não pode ganhar o pacote de dois quilos de chocolates, decidir o que pode acompanhar os pratos principais que vai preparar, decidir se uma fila demora , pagar pelas compras, levar as compras para casa, fazer cinco ou seis viagens até o carro para levar as compras para dentro de casa, guardar tudo, tirar metade para fazer o jantar, sujar a cozinha que tinha levado quase toda a manhã para limpar, chamar todos para jantar, arrumar a mesa, chamar todos *outra vez* para jantar, servir a comida, limpar a mesa, retirar as sobras, e limpar tudo outra vez.

Estas são apenas duas das muitas categorias de tarefas diárias da sua esposa. Nós nem chegamos a parte da limpeza, organização, contas e extras diversos, sem falar em encontrar tempo para orar e estudar a Bíblia.

Não estou querendo culpá-lo, obrigando-o a ser mais doméstico. Não estou querendo sobrecarregar sua lista de tarefas, que já é bem grande. Estou apenas lembrando-o de que deve ter cuidado com as exigências que

faz a sua esposa, e que deve estar disposto a ajudar de boa vontade quando puder, e, como a Bíblia recomenda, que você tenha compreensão.

MELHORIA PARA O LAR – *Depois de toda essa conversa sobre tarefas, a ultima coisa que você quer agora é outra tarefa, então hoje apenas agradeça à sua esposa por tudo o que ela faz.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Não importa quantas vezes você me diga que sou importante para você, ou que pensa em mim durante o dia, ou que nossa família é a sua prioridade... isso não significa nada se as suas atitudes não estiverem de acordo com as suas palavras.*

Dana [Sidney]

Capítulo 5

Toque o coração de sua esposa passando algum tempo com as crianças

Descobrimos que estávamos esperando outro bebê quando o nosso primeiro tinha apenas alguns meses de idade, e eu estava em choque. O medico disse: "Parabéns, você vai ter um bebê". Eu só conseguia pensar que *Eu já tenho uma filhinha e estou super atarefada com ela. Como vou dar conta de dois bebês?* Art estava extasiado e me garantiu que tudo daria certo.

Logo nasceu Ashley. Era linda e todas as minhas preocupações desapareceram quando pus os olhos nela. Embora fosse um desafio cuidar de duas crianças pequenas, o Senhor, minhas amigas e a família me ajudaram a sobreviver os dias difíceis. Art ajudava muito. Agora éramos uma família de quatro pessoas e nos sentíamos abençoados.

Quando tinha apenas seis semanas de vida, Ashley adoeceu. O medico a internou na semana seguinte quando ela piorou. Finalmente, ela foi para a UTI, e o medico nos disse que havia uma grande possibilidade de que a perdêssemos. O sistema imunológico de Ashley tinha problemas e em uma tentativa de combater uma reação alérgica, tinha começado a combater coisas boas também. Antes de uma de suas operações de emergência, o medico nos deu alguns minutos a sós com Ashley... para dizer-lhe adeus. Ele nos disse que era improvável que ela se salvasse.

Lembro-me de estar em pé ao lado do seu berço com lagrimas nos meus olhos, dizendo a Deus: *Não, o Senhor não pode levá-la!* Eu estava magoada e desesperada. Ele podia salva-la. Minha alma gritava: *Deus, por favor, salve-a!* Art me abraçou e oramos juntos. Então ela foi levada para a cirurgia.

Art me levou para fora em busca de ar puro. No estacionamento, ele gentilmente pegou meu rosto entre suas mãos e perguntou: "Lysa, ela é filha de quem?"

"Ela é nossa filha", respondi com um fio de voz.

Ao que ele mansamente respondeu: “Não, Lysa, ela é filha de quem?”

Depois de reunir todas as minhas forças consegui finalmente dizer: ”Ela é filha de Deus”.

Ele olhou-me bem dentro dos meus olhos e disse: “Ela era dEle quando Ele nos deu, e é dEle se Ele a tomar de volta. Ele confiou a nós por um tempo, mas afinal temos que deixá-la nas mãos de Deus. Se quiser deixá-la aqui conosco, ficaremos gratos. Mas se decidir levá-la, ainda será leal e digno de nossa confiança”.

Entre soluços concordei: “O.K., Deus, ela é sua”.

Como mãe, essa foi a mais dura e profunda lição que aprendi. Como pai, acho que quando Art me disse aquelas palavras alguma coisa aconteceu no fundo de sua alma e ele percebeu que coisa impressionante é ser pai. Deus nos poupou a nossa Ashley, e hoje ela é uma criança saudável e ativa. Ficamos intensamente gratos, mas ainda hoje abraçamos as nossas crianças com os braços abertos, confiando-as a Deus diariamente.

Aprendemos muitas coisas através daquela experiência, mas uma coisa que quero enfocar aqui é o fato de que Deus nos confiou esses pequenos seres preciosos. Como pais nós temos essa tarefa apavorantes que são cuidar, alimentar, educar e ajudar a moldar esses seres pequeninos como pessoas que vão amar a Deus e aos demais. Muitas responsabilidades recairão naturalmente sobre sua esposa se ela for a pessoa que vai passar mais tempo com as crianças. Mas por favor, não esquive-se de envolver-se na vida dos seus filhos. A sua esposa precisa da sua ajuda e as crianças precisam da sua influencia.

Os meninos precisam do seu pai lhes dizendo que eles têm o que é necessário para se tornarem homens. É difícil para uma mulher dar esse tipo de confiança a um filho. Ele precisa do seu pai para ensinar-lhe o que significa ser homem de Deus que enfrenta as difíceis situações da vida, mas ao mesmo tempo consegue ser terno e afetuoso. Patrick Morley diz: “Professores, orientadores, treinadores e colegas formam o elenco coadjuvante, mas a grande influencia na masculinidade de um menino é o seu pai”.

As meninas precisam ouvir o seu pai dizer-lhes que são bonitas e dignas de serem as princesas de alguém. Enquanto a mãe abençoa sua filha ensinando coisas femininas, somente um pai pode abençoar o coração de uma filha com aprovação masculina. Posso garantir-lhe que se ela não tiver essa bênção do seu pai, irá procurá-la em outro homem quando crescer.

"Ser bons pais não garante às nossas crianças que tudo vai dar certo; porem ser maus pais freqüentemente significa, já de inicia, que as coisas não darão certo". Você tem a oportunidade de deixar um legado divino aos seus filhos – quer esse legado lhe tenha sido deixado ou não. Se os seus pais foram incríveis, agradeça a o Senhor e honre-os transmitindo a sua herança aos seus filhos. Se os seus pais não foram o exemplo que poderiam ter sido, perdoe-os e rompa a tradição tornando-se o pai ou mãe que você queria ter tido.

Não encare as ocasiões em que você toma conta das crianças como mero serviço de babá. Quando você estiver sozinho com as crianças, perceba que é um investimento com resultados incríveis. Alem disso, dar um tempo livre à sua esposa é um investimento no seu casamento. Quando ela sai, "recarrega as baterias", e ao voltar torna-se uma esposa melhor e uma mãe melhor também.

A sua esposa sabe que pode fazer muito pelas crianças, mas precisa que você seja o seu companheiro e dê Às crianças o que só você pode dar. Ver que você se dedica à vida dos seus pequeninos a comoverá de uma maneira que você nem pode imaginar.

Em Deuteronômio 6.6,7 está escrito: "E estas palavras, que hoje te ordeno, estarão no teu coração; e as ensinarás a teus filhos, e delas falarás sentado em tua casa e andando pelo caminho, ao deitar-te e ao levantar-te". Em outras palavras, Deus está pedindo que você seja uma influencia positiva e santa para seus filhos quando estiver com eles em casa e quando estiver com eles em publico. Demonstre-lhes um bom caráter e sólidos valores quando você os colocar para dormir e quando acordá-los todas as manhãs. Não há maneira melhor de causar esse tipo de "influencia" na vida de seus filhos, do que passar uma boa parte do seu tempo com eles.

MELHORIA PARA O LAR – *Escreva a mão uma nota pessoal de bênção para cada um de seus filhos. Emoldure as notas e coloque-as nos quartos deles.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Eu me sinto muito atraída pelo meu marido quando ele passa algum tempo com as crianças e demonstra afeto por elas. Adoro vê-lo ser um pai, desfrutando das "pessoinhas" que Deus criou a partir do nosso amor. Adoro vê-lo levar a nossa filha de doze anos para almoçar fora. Adoro vê-lo contar uma piada boba ao nosso filho de sete anos e lutar com o nosso filho de três anos. Tento guardar essas felizes imagens em minha mente e em meu coração.*

Pam [Burlington]

Capítulo 6

Todo lar precisa de um provedor

Foi fácil transportar nossa mudança quando nos mudamos para a nossa casa. Uma cama, duas cômodas, algumas peças de mobília que sobraram do tempo de faculdade do meu marido, uma casinha de cachorro e o forno de microondas mais antigo que você já viu. Estas eram as nossas poucas posses. O nosso velho forno de microondas não combinava com a nossa casa nova, nem com os utensílios novos. Então pedi um novo. Art explicou que o forno novo não cabia no orçamento. Como o velho ainda estava funcionando, o novo podia esperar. Fiz "beicinho", mas concordei.

Quando Art disse que o velho ainda estava funcionando, era verdade, no sentido de que ainda a capacidade de esquentar a comida, mas nem o temporizador nem os botões funcionavam. Aquela coisa velha tinha estado na família por muitos anos e por alguma razão Art se sentia ligado a ela. Dia após dia, refeição após refeição, continuávamos a colocar a comida dentro daquela velharia e contar os segundos mentalmente.

Mas um dia tivemos uma babá, e esqueci de dizer-lhe que o temporizador não estava funcionando. Ela colocou um pãozinho no forno e quando se lembrou dele, ele havia sido reduzido a um monte de restos queimados. A casa estava cheia de fumaça negra. Não há nada que cheire como comida queimada no microondas. Depois daquilo, todas as vezes que tentamos usar o microondas o cheiro voltava a encher a casa.

Finalmente, pensei, *agora conseguiremos justificar um novo microondas.* Pesquisei o modelo que eu queria e apresentei ao Art, o que achava ser um incontestável.

"Não, um novo microondas ainda não cabe no orçamento". Ao dizer isso, Art pegou o velho e fedorento microondas e levou-o para a garagem. Ele colocou sobre uma mesa plástica em um canto e o ligou. "Veja tão bom quanto um novo", disse com um sorriso enorme. "Ainda está bom o bastante para esquentar comida e o cheiro não ira incomodar ninguém aqui na garagem".

Fiquei estarrecida. Ele esperava que eu fosse ate a garagem, colocasse a minha comida naquela coisa horrorosa, prendesse a respiração ao sair correndo para escapar do cheiro, esperasse junto a porta contando mentalmente o tempo do aquecimento, prendesse a respiração outra vez, entrasse na garagem agora cheia de fumaça, apertasse o botão "desliga" e então comesse? Será que ele estava brincando? Eu estava pronta para lhe dar um sermão, quando alguma coisa me fez parar.

De repente lembrei-me da minha mãe, muitos anos antes, sentada na cozinha rodeada por contas e chorando. Desde que ela e papai haviam se separado, mamãe era uma mãe sozinha com alguns empregos. Mesmo assim, o dinheiro nunca era suficiente. Havia muitas contas e os pagamentos sempre se acumulavam. Embora fosse pequena, sabia que tínhamos problemas.

Era um sentimento horrível – que nunca tive desde que me casei com Art. Ele nunca deixava as contas sem pagar. Ele não nos preocupava. Ele cuidava do nosso dinheiro estabelecendo um orçamento e obedecendo-o. E daí, se não podemos comprar um microondas novo? Minha reação repentinamente deu meia-volta e sorri, e disse: "Boa idéia".

Passamos outro ano sem microondas novo. Era um tipo de diversão quando tínhamos convidados. Quando o velho finalmente não agüentou mais, acho que ficamos tristes de dizer-lhe adeus. O novo microondas branco para o qual economizamos e finalmente compramos não tinha nem de longe a mesma personalidade do velho (mas tinha um botão para pipoca muito legal).

Quando você estiver ajudando a sua esposa com a casa e com as crianças, não ignore a importância de ser um bom administrador financeiro dos recursos que Deus lhe confiou. Sua esposa precisa que você forneça segurança financeira. O seu coração se sentirá seguro ao ver que você prove para ela e para as crianças. As crianças precisam testemunhar como Deus deseja que administremos as finanças. Precisam ver que você antes de mais nada oferta a Deus, economiza para o futuro e controla os gastos. Não precisam apenas vê-lo fazendo isso, precisam que você dedique tempo para ensiná-las como controlar adequadamente os gastos.

Estabeleça um orçamento realista com a ajuda de sua esposa. Façam disso um esforço conjunto. Pergunte a ela o que gostaria de ter, estabelecendo então um objetivo pelo qual economizar, e certifique-se de

incluir isso em seu orçamento. Talvez ela queira economizar para comprar moveis novos para o quarto, ou cortinas novas, ou para ter umas férias especiais – ou ate mesmo para comprar um forno microondas. Ser o provedor da sua família significa mais do que trazer cheque para casa. Significa encontrar o equilíbrio de Deus para sua vida, para que você consiga investir adequadamente tanto o seu tempo quanto o seu dinheiro. Lembre-se da sabedoria em Mateus 6.33 que diz: "Buscai primeiro o reino de Deus, e a sua justiça, e todas essas coisas vos serão acrescentadas".

MELHORIA PARA O LAR – *Se você tem problemas para controlar as finanças, procure ajuda e informação relativa a orçamento familiar. Sente-se com sua esposa e estude com ela esse material. Se você já tem um orçamento, reveja-o com sua esposa. Pergunte se ela acha esse orçamento realista. Pergunte se gostaria de economizar para alguma coisa especial.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Sua esposa prefere mais a sua companhia do que seu dinheiro... passar tempo juntos é um presente que não tem preço.*

Angee [Valdosta]

Capítulo 7

Quem diz que a sua esposa é uma princesa

Um ex-monge de quarenta e um anos, brilhante e temperamental, e uma ex-freira de vinte e cinco anos que sabe o que quer, que fala diretamente o que pensa. Não é exatamente o que você chamaria de um "feito para o outro".

Quando Martinho Lutero se casou com Katharina Von Bora em 1525, seus amigos e sua família ficaram chocados. Katharina era a ultima de doze freiras que haviam deixado o convento e a quem Lutero estava ajudando a encontrar emprego ou maridos. Lutero continuou tentando encontrar um marido para ela, mas as escolhas dele não agradavam Katie. Ela lhe disse que só via duas opções possíveis: Amisdorf, um amigo de Lutero, ou o próprio Lutero.

Nessa época o estado civil de Lutero estava começando a tornar-se um problema para ele. Os seus inimigos soltavam rumores sobre o seu "harém", sugerindo um comportamento inadequado com as freiras que abandonavam o habito. Os amigos de Lutero pensavam que ele se expunha a criticas desnecessárias e a especulação quando não praticava o que pregava. (Lutero defendia o casamento como uma instituição bíblica e declarava não haver proibição ao casamento para aqueles que trabalham na obra do Senhor.) Até seus pais já velhinhos, desesperados por ter netos, o pressionavam. Não parecia haver esperança: Lutero era obstinado e tinha sido um solteirão toda a vida.

Ele chocou a todos quando decidiu mergulhar no desafio. Três dias após a idéia, Martinho e Katharina se casaram. Não foi um caso amoroso, foi mais um casamento de conveniência para ambos. Como Lutero observou, isso iria "agradar o seu pai, aborrecer o papa, fazer os anjos sorrirem, os demônios chorarem e também selaria o seu testemunho". Ainda assim ele advertiu a sua futura esposa de que poderia ser queimado vivo, e ela com ele. Katie não se atemorizou.

Embora o seu casamento tenha surgido da necessidade, logo o romance desabrochou totalmente. Lutero referia-se apaixonadamente a

Katie e aos seus filhos nos seus escritos. Os hospedes percebiam o humor e o calor nos diálogos espirituais entre o casal.

Enquanto era um homem solteiro, Lutero tinha escrito sobre o casamento como sendo necessário para satisfazer as necessidades da carne. Mas depois que se casou, falava de bênçãos espirituais e dos desafios que acompanham o casamento. Passou a se preocupar com os maridos que não demonstravam amor ou carinho por suas esposas.

"Claro que o cristão tem que amar a sua esposa!" Lutero exclamava. "Espera-se que ele ama o seu próximo, e como a esposa é o próximo mais próximo, deve ser o seu amor mais profundo. Ela também deve ser a sua amiga mais querida".

Para um começo tão árido, Martinho e Katie Lutero realmente tiveram um grande casamento. E que grande idéia Lutero teve ao elevar essa freira rejeitada à posição de sua amada esposa. Embora eu tenha certeza de que isso foi um processo, Lutero aprendeu a amá-la como Cristo recomenda, e apaixonou-se mais do que poderia ter imaginado. Eu apenas posso imaginar o que isso fez pela auto-estima e senso de valor próprio de Katie. Ela tinha sido uma ex-freira rejeitada e fugitiva, mas então tornou-se a amada princesa de alguém.

Quando a autora Joyce Landorf perguntou ao Dr. James Dobson, fundador da Focus on the Family: "O que o senhor mudaria nas mulheres se tivesse algum tipo de varinha mágica?", ele respondeu:

> Se eu pudesse escrever uma receita para as mulheres do mundo, eu prescreveria a cada uma delas uma dose saudável de auto-estima e valorização pessoal (três vezes por dia até que os sintomas desaparecem). Não tenho duvida de que essa é a maior necessidade delas... Se as mulheres se sentissem genuinamente respeitadas na função de esposas e mães, não precisariam abandonar isso em troca de alguma coisa melhor. Se de fato se sentissem *iguais* aos homens quanto a seu valor pessoal, não precisariam ser equivalentes aos homens em suas responsabilidades. Se pudessem apenas desfrutar a dignidade e a posição que lhe são concedidas pelo Criador, então a sua feminilidade seria considerada o que tem de mais valioso, ao invés de ser desdenhada como uma roupa a ser jogada fora. Sem

> duvida, o futuro de uma nação depende de como as suas mulheres são tratadas, e espero que estejam ensinando as nossas meninas a se alegrarem por terem sido escolhidas por Deus para os prazeres especiais da feminilidade.

Posteriormente em uma sessão de aconselhamento com uma mulher que lutava contra a baixa auto-estima, Dr. Dobson perguntou se alguma vez ela tinha exposto seus sentimentos ao seu marido. Em meio as lagrimas ela respondeu: ”Estou casada a oito anos, mas meu marido não faz idéia de como me sinto inadequada!” Quando escreveu sobre essa mulher em seu livro que trata daquilo que as esposas gostariam que seus maridos soubessem sobre as mulheres (intitulado *What Wives Wish Their Husbands Knew About Women), o* Dr. Dobson disse: “A inferioridade é o segredo mais bem guardado do ano, mas ainda assim é o que as esposas gostariam que seus maridos entendesse”.

Katie Lutero poderia ter carregado consigo o peso daquele sentimento de ser “indesejada” por toda sua vida, mas isso não aconteceu. Ela prosperou na sua função de esposa de Martinho Lutero. Ela floresceu pelo obvio amor que seu marido sentia por ela. Talvez esse fosse o segredo do seu casamento tão maravilhoso. Ele tornou o seu amor extremamente obvio. Mostrou seu apreço por Katie na forma como a tratava e na forma como a respeitava na vida particular e em publico. Lutero tomou a decisão de ser o marido de uma esposa feliz; e assim foi.

É verdade que o relacionamento da sua esposa com o Senhor deveria ser a única fonte de valor para a sua alma, mas você pode fazer maravilhas a seu favor ao tornar obvio seu amor por ela. Você pode tornar-se o marido de uma esposa mais feliz simplesmente decidindo em seu coração quem ela é. Pergunte a si mesmo, quem é a criatura engraçada que invadiu a sua masculinidade com rabo-de-cavalo, vidros de perfumes, flores e revistas de decoração? Quem é que manda você fazer as compras mais embaraçosas na seção feminina de higiene intima do supermercado? Quem é que passa horas diante do espelho do banheiro debatendo-se com um dos grandes problemas da vida: fazer ou não permanente (tradução: será que ela deve manter o seu cabelo liso ou fazer uma “permanente” para torná-lo crespo)?

Ela é uma filha do Rei dos reis. Ela é uma princesa, criada à imagem de Deus – uma herdeira real do trono eterno. Deus a fez bonita e excepcionalmente dotada. Deus a criou pensando em você, com um coração que anseia o seu amor e aceitação. Ela foi confiada aos seus cuidados para amá-la, honrá-la e apreciá-la "ate que a morte os separe".

MELHORIA PARA O LAR – *Peça à sua esposa um retrato dela quando era uma menininha. Guarde-o em sua carteira e olhe-o com freqüência.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Certa vez ouvi a seguinte frase: "Trate sua mulher como uma rainha, e você será o rei de sua casa".*

Diane [St. Peters]

Capítulo 8

O que todas as princesas comem no café da manhã

Sucrilhos. Era um pedido simples. Tonya estava agradecida por Jim ter se oferecido a ir a loja comprar alguma coisa, então cuidadosamente fez uma lista de tudo o que precisava e agradeceu-lhe por ajudá-la. Quando ele voltou, Tonya ficou um pouco preocupada com os desvios da sua lista. Jim tinha ficado entusiasmado com as vantagens em comprar coisas em grandes quantidades e marcas genéricas, ao invés das marcas que ela tinha pedido. Tonya não disse nada ate encontrar uma caixa de cereal matinal. Agora ela não podia mais se conter. As lagrimas enchiam os seus olhos enquanto esses pensamentos passavam em sua mente: *Sucrilhos, os verdadeiros sucrilhos são o meu café da manhã favorito. Ele sabe disso. O que ele estava pensando? Não pensa que eu valho verdadeiros sucrilhos. Eu não valho o dinheiro a mais que poderia ter custado. Não valho nada, nenhum centavo a mais.* De repente ela explodiu: "Você não me dá valor nenhum!"

O que o Jim estava pensando? Ele estava entusiasmado e querendo receber o maior aplauso pelo seu feito. Um simples engano sem intenção de maiores implicações emocionais. Por que isso magoou Tonya? Porque Tonya queria que Jim a valorizasse e a tratasse como uma princesa. Ela queria que ele pensasse em maneiras de fazê-la sentir-se especial. Não seria necessário que ele esbanjasse dinheiro comprando coisas caras. Mas ela precisava saber se Jim pensava que ela valia qualquer coisa que o seu coração pudesse desejar, mesmo que nunca pudessem comprar essas coisas. Quando ele pudesse pagar por alguma dessas coisas, deveria fazer esse investimento. Ele deveria ter gasto uma importância extra para trazer o cereal favorito de sua esposa. A princesa dele gosta de sucrilhos. De que a sua princesa gosta?

Todas as mulheres desejam ser valorizadas. A sua esposa esta constantemente lendo as dicas não ditas que você lhe dá com respeito ao fato de gostar ou não dela, valorizá-la ou apreciá-la. A soma dessas dicas resulta em que ela se sinta amada ou não. Se ela sentir que você a valoriza como pessoa, não pelo que faz mas pelo que é, sentirá afirmação e

satisfação em seu papel como sua esposa. Se ela sentir que você a considera parte da rotina, não lhe dá importância nem valor, e a ignora, começará a construir paredes para o afastar e evitar ser magoada. O perigo é que outras pessoas podem estar dizendo a ela o que ela desejava ouvir de você. Todas as vezes que alguém disser que ela é bonita, inteligente, talentosa, espirituosa, etc., ela mentalmente irá comparar esses comentários com as dicas que você lhe dá. Certifique-se de que o coração de sua princesa bate somente por você.

Bill McCartney, fundador da Promise Keepers, disse que uma afirmação proferida a partir de um púlpito mudou o curso de sua vida: "Se você quiser medir o valor da eficiência de um homem na vida, basta contemplar o semblante de sua mulher". Bill olhava para a sua mulher, Lyndi, e ficava abalado pela tristeza e dor que via nos olhos dela. Bill disse: "Duramente atingido por essa repentina descoberta, tudo o que eu conseguia fazer era sentar-me e chorar. Pouco tempo depois renunciei à minha posição de técnico de futebol da Universidade do Colorado para finalmente aprender, pela graça de Deus, o que significava ser um homem *de verdade*. Eu tinha saído do curso de uma vida toda de interesses egoístas, e começado a navegar em uma direção completamente diferente – começar uma nova vida honrando e amando minha fiel e preciosa esposa".

O que você vê quando olha para o rosto da sua mulher? Durante anos meu marido ignorou o meu rosto triste e desencorajado. Só quando Deus se apoderou de nossas expectativas, conseguimos entender o que Ele havia planejado para o nosso casamento. O Senhor deseja que nos completemos mutuamente e sirvamos um ao outro. Fazendo isso estaremos unidos e glorificaremos a Deus. Não há imagem mais bonita do que duas pessoas que se tornam uma, levando outros a Cristo. Art me deu o presente de acreditar no meu valor como filha do Rei dos reis. Sou capaz de ser a mulher que Deus me criou para ser porque tenho o amor e o apoio de meu marido. Eu o ajudo a ser o que Deus quer que ele seja.

Então, o que todas as princesas comem no café da manhã? Eu não faço idéia. O que eu sei é o seguinte: não se exaspere com a grande tarefa de decifrar a sua esposa. Simplesmente viva o dia-a-dia, descobrindo o que faz com que ela sorria, e sirva-a como a sua princesa. Perceba que são as pequenas coisas que realmente importam. Assuma como sua missão descobrir o que faz com que ela se sinta valorizada e amada. Se sua esposa

gosta dos Sucrilhos verdadeiro, então, faça o possível para comprá-lo; não lhe ofereça algo inferior.

MELHORIA PARA O LAR – *Peça à sua esposa para preparar uma lista de dez coisas que você poderia fazer para que ela se sentisse amada. Depois que ela completar a lista, programe essas coisas em seu calendário. Talvez você possa fazer uma por semana ao longo das próximas dez semanas.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Diga a sua esposa que ela é o presente mais precioso que Deus já lhe deu.*

Trudy [Califórnia]

Capítulo 9

Você é o príncipe encantado dela

Praticamente qualquer mulher consegue recordar um tempo durante sua infância em que sonhava com um príncipe que se apresentaria montado em um cavalo, entraria em sua vida, a emocionaria e a levaria em direção ao por do sol. Isso aconteceu com Cinderela, Branca de Neve, a Bela Adormecida, e a lista continua. Nossas mentes já são programadas, desde tenra idade, para este acontecimento. Então um dia você, o Príncipe encantado dela, apareceu, possivelmente não montado em um cavalo, mas ainda assim você apareceu.

O único problema é que nos livros de historias o príncipe e a sua princesa cavalgam em direção ao pôr-do-sol enquanto as palavras "... e viveram felizes para sempre" aparecem na pagina. Nunca sabemos como foram as coisas depois disso. A parte em que se apaixonam é divertida, mas o que acontece depois do casamento no livro de historia? Será que eles tiveram que passar pelas diferenças de personalidade e problemas financeiros? Será que algum deles tinha mau hálito pela manhã? Será que ela ganhou uns quilos extras e o cabelo espesso dele se tornou cada vez mais fino? Será que tinham opiniões diferentes sobre a educação dos filhos, a ida à igreja, ou se um biscoito é melhor com pedaços ou com raspas de chocolate?

Possivelmente passaram por tudo isso, e os nossos casamentos também passam. É apropriado chamar a etapa de romance de "apaixonar-se" ou "cair de amores". É isso que nos dá a pista de que nem todo o caminho será fácil. Pense na palavra *cair* – você já ouviu falar de alguém caindo sem o resultado de algum arranhão ou hematoma?

Por que alguns têm mais arranhões e hematomas que outros? Art e eu tivemos uma cota mais do que suficiente. Uma coisa que aprendemos é a importância de que cada um de nós confie no amor incondicional e constante de Deus. Embora nos amemos profundamente, sempre haverá situações em que o nosso amor parecerá insuficiente. Você sabe, só Deus é perfeito. Se o nosso amor fosse plenamente perfeito e satisfatório, não

precisaríamos de Deus. Só Deus é capaz de satisfazer os nossos mais profundos anseios.

Algumas pessoas passam a vida inteira procurando a "alma gêmea" perfeita, julgando que se encontrarem a pessoa certa, todas as suas necessidades estarão satisfeitas e poderão finalmente ser felizes. Em nossa sociedade *descartável,* muitos casamentos acabam quando um dos parceiros, ou os dois, descobrem que o outro não consegue satisfazer as suas expectativas. Mas nenhum relacionamento humano pode preencher o vazio que todos nós temos em nossos corações – somente Deus é capaz de fazê-lo.

Stan e sua esposa Molly foram nossos amigos por muitos em nossos primeiros anos de casamento. Ativos na igreja, inclusive eram lideres em nossa Escola Dominical, onde Stan liderava um grupo masculino que cuidava da contabilidade e era respeitado por extenso conhecimento bíblico. Externamente o casamento deles parecia perfeito. Tinham um negocio prospero, eram membros dedicados na igreja, tinham uma família e desfrutavam o que parecia ser um casamento feliz.

Mas sem que sua esposa ou alguém de nós percebesse, pequenas rachaduras estavam aparecendo nos alicerces de Stan. Ao mesmo tempo em que El tinha grandes porções a respeito de Deus em sua mente, tinha grandes porções de duvidas em seu coração. Com o passar do tempo, Stan foi tornando-se impaciente, indócil e descontente. Logo empreendeu o caminho em direção aos braços de outra mulher. Não se passou muito tempo e ele deixou Molly, as crianças e o relacionamento familiar que tinha na igreja, pelo amor aparentemente perfeito que havia encontrado. Todos nós ficamos estarrecidos e Molly foi deixada com o coração partido, sentindo-se arrasada.

O que Stan estava procurando? Ele queria ter as duvidas mais profundas do seu coração respondidas e satisfeitas. Durante algum tempo parecia que esse novo relacionamento iria satisfazer as suas necessidades, corrigir tudo o que estava errado e trazer alegria a sua vida. Talvez durante algum tempo os prazeres tenham parecido promissores. Mas então a excitação e a novidade desapareceram, e Stan começou a procurar prazer nos braços de outra mulher.

Eu não sei o que aconteceu com Stan, mas sei o seguinte: ele nunca encontrará o que está procurando até que entre em um verdadeiro

relacionamento com Deus. Um relacionamento onde o seu conhecimento intelectual a respeito de Deus se equipare à entrega total de seu coração a Ele. Só Deus pode satisfazer os desejos mais profundos de um homem e provar ser sempre infalível. Beth Moore diz: "A palavra de Deus transmite o sentido de "amor infalível" *trinta e duas vezes,* e nem uma vez sequer atribuindo-o a humanos. Cada vez que essa idéia é transmitida refere-se a Deus e só a Deus. Por mais rico que possa ser o amor dos outros, só o amor de Deus é infalível".

Você já se surpreendeu pensando se a grama pode ser mais verde em outras pastagens? Você já se sentiu impaciente e descontente? Já passou algum tempo pensando mais nos aspectos negativos de sua esposa do que nos positivos? Esse terreno é perigoso. Satanás está esperando que você caia na armadilha construída por esse tipo de sentimento. Colossenses 3.1-4 diz: "Se, pois, fostes ressuscitados juntamente com Cristo, buscai as coisas que são de cima, onde Cristo está assentado à destra de Deus. Pensai nas coisas que são de cima, e não nas que são da terra; porque morrestes, e a vossa vida está escondida com Cristo em Deus. Quando Cristo, que é a nossa vida, se manifestar, então também vós vos manifestareis com ele em glória". Você entendeu? Você é um herdeiro do Rei. Você é um príncipe, não a semelhança de um personagem dos livros de contos de fadas, mas a semelhança do Deus Todo-Poderoso. Você aparecerá com Cristo "em glória". Portanto, concentre o seu coração e a sua mente em pensamentos que honrarão a Cristo. Colossenses 3.12-15 nos instrui dizendo: "Revestí-vos, pois, como eleitos de Deus, santos e amados, de coração compassivo, de benignidade, humildade, mansidão, longanimidade, suportando-vos e perdoando-vos uns aos outros, se alguém tiver queixa contra outro; assim como o Senhor vos perdoou, assim fazei vós também. E, sobre tudo isto, revestí-vos do amor, que é o vínculo da perfeição. E a paz de Cristo, para a qual também fostes chamados em um corpo, domine em vossos corações; e sede agradecidos".

Na Bíblia de estudo *NIV Application Study Bible* o comentário sobre esse versículo diz que a palavra *domine* vem da linguagem do atletismo: Paulo nos diz para deixarmos que a paz de Cristo seja o arbitro em nossos corações. Os nossos corações são o centro do conflito que é ali que se encontram nossos sentimentos e desejos – nossos temores e esperanças, confianças e desconfianças, inveja e amor. Como conseguimos viver com esses conflitos constantes e, ao mesmo tempo, viver como Deus deseja? Paulo explica que devemos decidir entre elementos conflitantes de

modo que a paz domine – qual escolha promoverá a paz em nossas almas?"

- Quais decisões você está tomando no que se refere ao seu casamento?
- Você assumirá o lugar de direito como um príncipe do Rei?
- Você escolherá o coração da sua princesa sobre todos os demais?
- Você se manterá fiel em sua busca da santificação?

Se for assim, o seu casamento será um belo exemplo de que finais felizes realmente existem.

MELHORIA PARA O LAR – *Registre aqui as suas respostas para as perguntas acima:*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Certifique-se de que suas palavras e atos deixam claro para os seus filhos que você ama e respeita a mãe deles. Isso é o que percebo nos adolescentes que são meus alunos. Eles anseiam por um pai que lhe dê um exemplo de como tratar uma mulher.*

Brenda [Rockwell]

Capítulo 10

Jogando o jogo do diálogo

Gosto muito de participar de jogos. Já estive no "o preço é justo". Está bem não é nada tão impressionante assim, especialmente depois que fui chamada e desci gritando todo o caminho até o palco, fiquei na fila dos principiantes pelo resto do programa. Mas todos têm o direito de ter quinze minutos de fama.

Não fui muito bem no jogo de conversação nos primeiros anos de meu casamento. Uma conversa típica daquela época teria sido mais ou menos assim:

Lysa: oi, querido, como foi o seu dia?

Art: Foi bom.

Lysa; O meu, também. Levei Hope e Ashley para fazer o exame anual hoje. (Querendo dizer que levei as meninas ao medico para o exame anual de saúde.)

Art: (Silenciosamente tentando entender o que eu havia dito; provavelmente pensando que o sistema de abastecimento de água de nossa casa precisava de conserto, e ao mesmo tempo não entendendo o que nossas filhas teriam a ver com tal situação.)

Lysa: (Sentindo-me um pouco frustrada com o silencio dele, que eu interpretava com uma falta de carinho.) E está tudo bem... (pensando: *não parece que você esteja se importando.*)

Art: (ainda tentando entender a relação entre “exames” e “sistema de abastecimento de água”)

Lysa: De qualquer forma (nitidamente aborrecida), a caminho do consultório eu estava dirigindo pela rodovia Providence, e reparei que todas as arvores tinham uma fita preta a sua volta. Parece ser algum tratamento para controle de alguma praga. Você acha que as nossas arvores podem ser atingidas por essa praga? Porque, se for o caso, eu gostaria de experimentar esse tipo de fita, que provavelmente será mais seguro do que utilizar produtos químicos que podem fazer mal às crianças. Sabe, não acredito que nosso governo esteja fazendo o suficiente para proteger as crianças destes produtos químicos e inseticidas nocivos à saúde. Você acha que posso gastar algum dinheiro para comprar esse produto? Deste modo, vou precisar de mais dinheiro para as compras deste mês.

Art: (Imaginando como os exames, as filhas, as arvores e a política do governo sobre os inseticidas poderiam ter acabado com um pedido de dinheiro. Ele decide agir cuidadosamente.) Eu não sei, querida. Tenho que pensar um pouco sobre isso.

Lysa: (Abismada com a sua falta de preocupação com a saúde da família, eleva o tom de voz.) Você tem que pensar em quê? Estamos falando da vida das nossas filhas e tudo o que você tem a dizer é que precisa pensar um pouco?!

Art: (Confuso, ainda não compreendendo a relação com a saúde das meninas, mas entendendo perfeitamente o pedido de dinheiro.) Por que você é tão emotiva, e por que está sempre me amolando para que eu lhe dê mais dinheiro? (Ele percebe que não deveria ter usado a palavra “amolando”, lembrando-se de que da ultima vez que a usou eu joguei alguma coisa nele. Ele lamenta a sua escolha de palavras, e por segurança se abaixa!)

Lysa: Amolando? Você chama o cuidado com as crianças de "amolar"? Você é tão insensível... você é impossível. Você não vale que eu gaste o meu fôlego falando com você! (Saindo e batendo a porta.)

Art: *Mulheres! Que há com elas? E o que ela queria dizer que estava errado com o sistema de água de nossa casa?*

Como conseguimos complicar a mais simples das conversas. Podemos fazer com que os menores problemas se agigantem. Um simples esclarecimento e o entendimento de que as nossas mentes processam as informações de forma diferente poderia ter evitado muitas discussões no meu casamento.

Nos últimos anos, muitos livros foram escritos para ajudar a resolver os problemas e construir "pontes" entre os homens e as mulheres. Um deles, escrito por Bill e Pam Farrel, tem o titulo *Men are Like Waffles, Women are Like Spaghetti* (*que traduzido para o português poderia ser*: Os Homens são como Waffles, as Mulheres como Espaguete). Na hilariante explicação do titulo do livro, os homens e as mulheres são descritos nos seguintes termos:

Os homens são como Waffles: "Não queremos dizer que os homens pronunciem palavras vazias, ou "enrolem" na hora de tomar decisões, e que sejam geralmente instáveis. O que queremos dizer é que os homens processam a vida em compartilhamentos. Se você olhar para um waffle, verá um conjunto de caixinhas separadas por paredes. As caixinhas são separadas umas das outras e formam espaços convenientes. É assim que um homem típico processa a vida. O nosso pensamento está dividido em caixas onde podemos armazenar cada assunto, mas somente um assunto por caixa". Bill e Pam prosseguem dizendo que os homens organizam e processam cada aspecto de sua vida em caixinhas separadas, e que gostam de dedicar algum tempo ás caixinhas onde provavelmente poderão ter maior sucesso. Eles têm caixinhas onde guardam pensamentos e recordações agradáveis, e outras, que estão vazias e que não contêm nem pensamentos nem palavras – daí a capacidade que têm de, às vezes, se "desligar".

Mas *as mulheres são como espaguetes:* "Em contraste com a característica de waffle dos homens, as mulheres processam a vida como um prato de macarronada. Se você olhar um prato de espaguete, perceberá que há muitos fios individuais de macarrão que tocam uns nos outros. Se você tentar acompanhar um fio no prato, interceptará muitos outros fios e até poderá passar para outro fio sem querer. É assim que as mulheres vêem a vida. Cada pensamento e cada assunto está, de algum modo, ligado aos outros pensamentos e assuntos. A vida é, para as mulheres, mais parecida com um processo. A mente dos homens não funciona assim".

Que analogia maravilhosa. Agora entendo por que Art algumas vezes se perde em nossas conversas. Sempre interpretei erroneamente as suas respostas lentas ou confusas como sinal de desinteresse. Mas, de acordo com a explicação dos Farrels, não é esse o caso. Por outro lado, eu tenho certeza de que Art recebeu a sobrecarga de informação que eu lhe passava e, enquanto passava de compartilhamento a compartimento tentando acompanhar o meu raciocínio, perguntava-se por que eu não ia diretamente ao ponto. Mas, apesar de entender agora um pouco mais sobre a vida mental compartimentada de Art, ainda sou como espaguete. É como fui feita. Muito possivelmente, é assim que sua esposa foi feita também.

Nós, mulheres, gostamos de partilhar com vocês os nossos pensamentos. No decorrer da conversa adoramos ir do ponto "A" ao ponto "C" e depois ao ponto "H" e então voltar ao "B". Raramente procuramos por respostas rápidas, fixas e sólidas; apenas queremos que vocês homens aproveitem o passeio conosco através dos nossos pensamentos mostrando um interesse genuíno. Quando vocês nos arrancam as nossas ferramentas mentais e tentam concertar o que nem achamos que estava quebrado, nos ofendemos; só queríamos compartilhar nossos pensamentos.

Na conversa apresentada neste capitulo, Art deveria ter me interrompido quando a conversa começou a saltar de um ponto a outro e pedido que eu esclarecesse. Ele teria recebido os detalhes corretos e teria feito com que eu sentisse que ele estava interessado. E eu não deveria ter tomado como ofensa pessoal a sua falta de entendimento. A melhor coisa é fazer uma porção de perguntas e permanecer atento, assim pelo menos você estará na mesma pagina, ou, como ilustra a analogia, no mesmo prato.

MELHORIA PARA O LAR – *Peça a sua esposa para partilhar com você o que está no coração dela hoje. Pratique as coisas que você aprendeu neste capitulo.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Não saia da vossa boca nenhuma palavra torpe, mas só a boa para promover a edificação, para que dê graça aos que a ouvem.*

Efésios 4.29

Capítulo 11

Dedique tempo à comunicação

Fiquei observando para ver se o que Jenny havia me dito era tão grave quanto ela disse que era. Infelizmente, percebi que ela tinha sido honesta ao dizer que seu marido a ignorava quando estava em casa. Jenny necessitava ter comunicação, interação e conexão. Seu marido, Mike, parecia desatento, na melhor das hipóteses, e desinteressado na pior.

Tudo na vida de Mike girava em torno de si mesmo. Sua agenda, seus problemas de trabalho, suas roupas, suas refeições, sua lista de afazeres e seus compromissos. Jenny e as crianças consideravam que Mike se interessava por elas apenas nas horas livres. Se pudessem se encaixar na agitada vida de Mike sem grandes inconvenientes, ele poderia assumir o papel de chefe de família por algum tempo. Isso diminuía a culpa que ele às vezes sentia e passava uma boa imagem dele para os amigos e vizinhos. Ele relacionava o seu egocentrismo dizendo que o seu papel como marido e pai era ser o provedor, e era apenas isso que ele fazia em beneficio de sua família.

Que mentira horrível. Quão vergonhoso, em nome de ser o "provedor", colocar sua família rumo à destruição. O Dr. Ed Wheat, um medico cristão e terapeuta sexual, diz: "Os maridos deveriam perceber que o silencio traz um resultado negativo. Como conselheiro, tenho visto como o silencio de um marido, a aparente indiferença aos sentimentos de sua esposa, e sua recusa de conversar com ela podem destruir um casamento. Já foi dito: 'O adultério mata mil, e o silencio dezenas de milhares!'"

Mike pode pensar que o silencio é uma boa maneira de evitar conflitos. Entretanto, para Jenny, seu silencio está gritando: "Não me importo com você. Eu queria que você não estivesse aqui. Só continuo aqui com você porque é o que se espera que eu faça". Ele se pergunta porque ela parece infeliz o tempo todo, por que grita com as crianças, por que reage com frieza aos seus toques à noite. Ele e as crianças se tornam uma obrigação ao invés de ser o desejo e a alegria do seu coração. Mike ainda da à Jenny cartões nas ocasiões especiais, algumas vezes acompanhados de

um presente ou de flores, mas estes não conseguem emocionar o coração dela. Nenhuma mulher quer ser considerada uma obrigação. Em seu livro *Desiring God,* John Piper nos apresenta uma frase que ilustra o veneno mortal que a obrigação dissemina em um casamento: "Dar rosas como o cumprimento de um dever é uma contradição".

Eu queria que Mike parasse para imaginar a sua vida sem Jenny e as crianças. Já ouvi pessoas se lamentarem depois da perda de um ente querido, desejando poder ter apenas mais uma conversa para dizer as coisas que nunca havia sido ditos. O dialogo tem um valor inestimável, e é o que muitas esposas desejam de seus maridos.

Em minhas pesquisas, as mulheres imploravam que os maridos reservassem algum tempo de suas vidas atribuladas e se comunicassem com elas. Aqui estão algum dos comentários:

- "As mulheres precisam ser ouvidas e estimuladas diariamente".
- "A coisa mais importante que um homem deveria saber para manter uma mulher feliz é saber ouvi-la e abraçá-la".
- "As mulheres gostam de compartilhar tudo".
- "Fale mais".
- "Por favor, escute o que estou dizendo".

Em seu livro *Love Life for Every Marryed Couple,* o Dr. Wheat da alguns conselhos práticos para os homens que estão tentando comunicar-se com suas esposas e também compreende-la. Ele diz: "Marido, isso significa dar a sua esposa a sua total e completa atenção de modo que ela não tenha duvida de que é totalmente amada; que é por si mesma suficientemente valiosa para garantir o seu apreço e consideração". Ele sugere as seguintes maneiras para melhorar a atenção em relacionamento:

- Passe algum tempo sozinho com ela – realmente ouvindo a sua esposa porque você quer entende-la melhor. Claro que isso significa desligar a televisão.
- Olhe para a sua esposa e aproxime-se dela enquanto estiver falando.

- Planeje ocasiões em que você não será interrompido e então dê a ela o presente de sua atenção e interesse.

- Encontre longos períodos para isso, de modo que vocês dois possam preparar-se, deixando cair as defesas que ergueram temporariamente, sentindo-se livres para compartilhar os sentimentos mais profundos e íntimos.

- Preste atenção em sua esposa quando há outras pessoas em volta. Isso significará mais para ela do que você pode imaginar.

Quando estou conversando com Art e ele faz aquela cara de "estou perdido nos detalhes", me sinto enganada e interpreto erroneamente as suas atitudes como desinteresse em alguma coisa que esperei o dia todo para partilhar com ele. Normalmente isso acontece quando ele chega em casa com alguma coisa em mente que não é conversar comigo. Por ser uma pessoa orientada por suas tarefas, as Art fica pensando que tem que cortar grama, a minha conversação abundante é um obstáculo para que ele possa riscar essa tarefa da sua lista. Quanto mais eu insistir para que ele converse comigo ele se sentirá pressionado e aborrecido. Nenhuma conversa boa pode resultar desse ciclo.

Art e eu aprendemos a importância de dedicar um tempo especifico a cada dia para a comunicação. Fazemos isso depois que as crianças vão para a cama e a casa está em silencio. Deixamos de assistir televisão porque isso estava roubando tempo da nossa comunicação. Agora, ao invés de assistir televisão com as mentes vazias, nos olhamos nos olhos e nos engajamos em uma conversa significativa. Art aprendeu a ser um ouvinte maravilhoso. Isso faz com que eu me sinta importante e especial.

MELHORIA PARA O LAR – *Ore com sinceridade pedindo que Deus coloque em seu coração o desejo de aprender a conectar-se e comunicar-se melhor com sua esposa:*

Senhor, confesso que não tenho dedicado o tempo, a atenção e a prioridade que deveria a comunicação com a minha esposa. Pela fé, eu agora tomo a decisão de modificar as coisas, de fazer do dialogo com ela uma prioridade, de abrir mão de algumas coisas para ficar

com ela, porque fiz promessas e votos de que a amaria. É assim que vou amá-la – dando-lhe o meu tempo, ouvindo-a e conversando com ela. Para conseguir reconquistar o romance no nosso casamento, comprometo-me a dedicar minha vida a minha esposa. Farei os ajustes que forem necessários para apoiá-la, como ela me apóia. Através de seu Espírito, dê-me o poder para manter o meu compromisso. Amém.

PENSAMENTO PARA O DIA – *As mulheres precisam de mudanças o tempo todo. Comunique-se freqüentemente com sua esposa e pergunte-lhe o que ela necessita.*

Mary [Springfield]

Capítulo 12

Uma linguagem só dela

Quantas vezes você ouviu sua mulher dizer que tinha lhe contado alguma coisa, e você sinceramente não se lembra de ter ouvido? Quantas vezes ela ficou aborrecida com alguma coisa, e você nem tem idéia por quê? Quando você lhe pergunta ela diz: "Ah, deixa pra lá!" e sai? Bem, eu agora vou revelar um grande segredo: as esposas têm uma linguagem só delas. Chama-se pistas. Adoramos falar por pistas e nos frustramos quando nossos maridos não entendem o significado que está por trás daquilo que estamos dizendo.

Você pode perguntar: "O que é essa linguagem de pistas?"

Uma pista é uma maneira que as mulheres encontram para dizer alguma coisa ao seu marido sem necessariamente chegar a dizê-lo. Por que ela o faz? Porque se chegar e disser, poderá arruinar o resultado que deseja. Por exemplo, se a sua mulher lhe disser: "Estou um pouco estressada sobre a quinta-feira. Tenho uma consulta no medico e não consigo encontrar ninguém que fique com a Suzie", você poderia sugerir alguns nomes de pessoas que ela poderia tentar ou até dizer-lhe que marcasse outra consulta. Mas a pista que ela lhe dá é. "Você poderia almoçar mais tarde e ficar com a Suzie enquanto vou ao medico quinta-feira?" O que ela quer saber é, em resumo, se você esta disposto a percorrer esta segunda milha por amor a ela.

Ela usa pistas, porque deseja que a idéia seja sua. Ela lhe da as pistas sobre alguma coisa que você poderia fazer que representaria muito para ela. Se você não entender a pista e não se oferecer para ajudá-la, em sua próxima discussão acalorada ela o lembrará daquela vez em que lhe pediu para ficar com a Suzie e você disse não. Você nem fará idéia do que ela estará falando. Assim se arruína a comunicação e vem outra discussão em que você fica coçando a cabeça imaginando por que as mulheres são tão complicadas.

Ao invés de ficar frustrado, por que não dedicar-se de verdade a tentar entender melhor a sua esposa? Aqui estão três segredos para entender a sua linguagem de pistas:

1. SEJA PRÓ-ATIVO EM TENTAR DESCOBRIR SUAS NECESSIDADES E DESEJOS

Quer você se dê conta disso ou não, a sua esposa está constantemente falando por pistas. Por exemplo, “Eu queria que alguém esvaziasse a maquina de lavar louça”, ou “Oh, seria ótimo nos arrumarmos e irmos a algum restaurante agradável de vez em quando”, ou “O que eu mais detesto é ter que abastecer o carro”. Seja um estudante da sua esposa e tome nota do que ela diz. Use essas notas para ajudá-lo a decifrar suas pistas. Se você estiver em duvida, pergunte a melhor amiga dela o que sua esposa pode estar querendo que você faça ultimamente; é muito possível que ela saiba.

2. LEVE ADIANTE ESSE APRENDIZADO – UM DIA DE CADA VEZ – E ENCONTRE AVENTURA E DIVERSÃO

Eu estava conversando sobre as pistas com uma amiga e o seu marido, quando ele fez uma cara perdida. Ele disse que sentia que tentar entender uma mulher era como subir uma montanha onde não há patamares para descanso. Cada vez que pensava que estava finalmente começando a entender sua esposa, chegava ao topo da montanha apenas para descobrir que ainda faltava subir mais uma montanha. Coragem. Deus nos preparou para a aventura e para a emoção do desafio, então siga essa sua esposa com uma nova perspectiva – não como uma montanha impossível, mas como uma emoção. Pense como seria monótono não ter mais nada novo para descobrir sobre essa sua bonita esposa. O seu coração é maravilhosamente selvagem e está esperando que você o conquiste.

3. NA DÚVIDA, PERGUNTE

Ninguém entende as necessidades e os desejos da sua esposa melhor do que ela, então por que não perguntar? Adote o hábito de perguntar a ela uma vez por semana: "Há algo que eu possa fazer para tornar a sua vida mais doce ou mais fácil esta semana"? Algumas vezes ela dirá que sim e outras que não, mas ficará muito contente por você a considerar a ponto de perguntar.

O Dr. Gary Smalley diz que o segredo de um casamento satisfatório é a "Persistência! Às vezes no meio de um conflito com Norma, eu realmente quero desistir. Mas isso é apenas como eu me sinto. Quase sempre estou cansado, esgotado, sob muita pressão – e conseqüentemente o futuro parece desanimador. É quando confio no conhecimento, e não nos sentimentos. Atuo sobre o que vai fortalecer o nosso relacionamento, e depois de poucos dias vejo os resultados. Na verdade, normalmente me sinto melhor no dia seguinte e sinto um desejo renovado de trabalhar pelo nosso casamento. Então nunca desisto. Continuo me comportando de acordo com o que aprendi na Bíblia sobre os segredos dos relacionamentos duradouros".

MELHORIA PARA O LAR – *Ouça as pistas da sua esposa hoje. Escreva-as e tente decifrar o que o coração dela deseja.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Todo marido precisa saber que não importa o que digamos, todas as esposas realmente desejam algo mais deles. Não o seu tempo mais sim a sua atenção. Não o seu dinheiro, mas sim o seu tesouro... a sua mão, a sua ajuda e o seu coração.*

Anônima

Capítulo 13

As mulheres precisam ter algum tempo com outras mulheres

Há algumas coisas somente Deus pode dar à sua esposa. Há algumas coisas que só você, seu marido, pode oferecer-lhe. Também há algumas coisas que só a amizade com outras mulheres pode dar a ela. Uma mulher precisa ter todos esses relacionamentos em sua vida. No Ministério Provérbios 31, temos sete princípios que encorajamos e equipamos as mulheres para que os sigam. O principio numero 6 é: a mulher de Provérbios 31 fala com sabedoria e instrução fiel quando orienta outras mulheres e desenvolve amizades com pessoas que servem a Deus.

Construir relacionamentos com outras pessoas e desenvolver amizades cristãs requer tempo. Embora as mulheres pareçam conectar-se com outras mulheres mais rápido do que os homens se conectam com outros homens, ainda assim leva algum tempo para alimentar e desenvolver esses relacionamentos. Meu marido é um grande fã das minhas amizades com outras mulheres cristãs, porque sabe que é beneficiário direto daquilo que eu aprender. Trocamos receitas, dicas de decoração, idéias para a limpeza, idéias para o romance, estratégias de disciplina e centenas de outras coisas. Honestamente, há dias em que me sinto sem coragem de ser uma esposa e uma mãe, não porque não ame minha família, mas porque estou cansada. Sinto-me revigorada passando mais tempo com outras mulheres, comparando observações, intercambiando historias, e encorajando umas as outras a continuar.

Os relacionamentos entre mulheres são construídos nos grupos femininos de estudo bíblicos, nos encontros para um café, compras, cursos de decoração, saída para jantar fora e de muitas outras formas. Mas tudo isso exige tempo. Que presente maravilhoso você pode dar à sua esposa permitindo que ela tenha algum tempo com outras mulheres. No livro que escrevi com Sharon Jaynes, intitulado *Seven Life Principles for Every Woman,* compartilhamos a seguinte história:

Um carpinteiro que era conhecido pelo seu belo trabalho passou a vida construindo casas maravilhosas. Ele prestava grande atenção aos detalhes do seu trabalho. Quando chegou a hora de aposentar-se, seu chefe lhe perguntou se ele construiria uma ultima casa como um favor especial.

O carpinteiro relutante concordou. Agora as suas mãos cansadas doíam quando ele serrava e martelava. Seu coração já não estava no seu trabalho. Ele fazia tudo apressadamente, usando material inferior e prestando pouca atenção aos detalhes. *Provavelmente ninguém vai perceber,* pensava. Ele só queria terminar logo para aproveitar a sua aposentadoria.

Finalmente a casa estava terminada. Mas o seu chefe ainda tinha um ultimo pedido: ele queria que o carpinteiro se encontrasse com ele na casa para assinar alguns papéis. Quando se encontraram, o chefe surpreendeu o carpinteiro entregando-lhe as chaves da casa, que era seu presente de aposentadoria. Oh, se ele tivesse sabido, teria feito o seu melhor trabalho.

A mesma coisa acontece conosco. Diariamente escolhemos a nossa madeira e os nossos pregos, e assim vamos construindo as nossas vidas. Se construirmos sabiamente, faremos amizades e desenvolveremos relacionamentos que serão duradouros. Entretanto, se usarmos métodos aleatórios e dedicarmos apenas o mínimo esforço necessário, nunca experimentaremos a completa riqueza desses relacionamentos.

Deus nos fez de uma maneira que precisamos uns dos outros – mulheres precisam de outras mulheres, que entendam os esforços e também as alegrias e triunfos de tentar ser mães e esposas cristãs. Deus nos criou para construir relacionamentos onde damos e recebemos encorajamento das nossas próprias experiências, que são únicas. Essas amizades são muito pessoais e muito apreciadas. Você não quer dar à sua esposa o tempo necessário para encontrar esse tesouro?

MELHORIA PARA O LAR – *Pergunte a sua esposa quando ela gostaria de sair com as amigas. Diga-lhe que gostaria de planejar estas ocasiões para que possa tomar conta das crianças.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Entenda que uma esposa precisa ter seu relacionamento com Deus, com o marido e com a família tanto quanto com as suas amigas. Dê-lhe tempo necessário para alimentar e desenvolver estes relacionamentos.*

Amber [Charlotte]

Capítulo 14

Ajude sua esposa a encontrar o seu "eu"

Toda mulher tem sonhos que Deus colocou em seu coração. Por algum tempo em sua vida, esses sonhos são "colocados na prateleira" para que ela possa cuidar de um casamento recente ou de um bebê. Mas quando Deus coloca um sonho em um coração, é mais que simplesmente perseguir as estrelas, é um chamado divino. Algumas vezes o chamado é ensinar suas crianças em casa. Outras vezes, como as mulheres do Ministério Provérbios 34, é trabalhar fora de casa. Em outros casos pode ser envolver-se em algum ministério em sua igreja. Meu chamado foi trabalhar com o Ministério Provérbios 31.

Minhas prioridades continuaram sendo Deus, meu casamento e minhas crianças, mas eu sentia um impulso em meu coração para trabalhar em um ministério voltado as mulheres. Art e eu fizemos uma programação realista para o período em que eu iria trabalhar. Durante o dia eu usava o tempo em que as crianças estavam na escola. Se eu tivesse uma reunião ou uma palestra à noite ou no fim de semana, ele tentaria estar disponível para ajudar com as crianças. Ao longo dos anos, continuei a procura dos conselhos de Art sobre quanto tempo eu poderia dedicar a escrever, dar palestras e a trabalhar no ministério. Ele me deu todo apoio, e seu desejo de permitir que eu pudesse atender a esse chamado significou muito para mim.

Sinto um grande prazer por ser sua esposa. Adoro ser mãe. Mas também adoro ser "eu": uma filha de Deus que Ele chamou para fazer a diferença na vida de outras mulheres. Não consigo lhe explicar quanta alegria encheu meu coração ao saber que Art acredita em mim. Quando me preparava para escrever este capitulo, eu perguntei ao Art por que ele tem tanta vontade de ajudar-me a atender o meu chamado. Isso foi o que ele disse:

"No começo fiz isso por obrigação. Depois, como Deus me iluminou, fiz pelo desejo de ver Deus usando você. E vi como você se sente tão realizada ao fazer aquilo que Deus quis que você fizesse, e sei

que sou o beneficiário direto de uma esposa feliz. Eu desafiaria qualquer marido que queira ser um grande marido e lhe diria que, se não estiver procurando uma maneira de valorizar a sua esposa permitindo que ela siga os desígnios que Deus preparou para ela, estará perdendo o seu tempo. O marido precisa ajudar a esposa a pavimentar a estrada para que ela possa lutar pelo sonho que Deus colocou em seu coração".

Um dos meus maiores tesouros é uma carta que Art me escreveu há alguns anos quando estávamos em uma conferencia sobre vida familiar:

> Querida Lysa,
>
> Desde o primeiro dia em que eu a vi, consigo me lembrar do quanto lhe achei bonita. Sua capacidade de sorrir até das minhas piores piadas fez com que eu me sentisse especial e necessário. Adoro a maneira como você vive cada dia para sonhar e seguir adiante com paixão. Também adoro a seu genuíno interesse por mim pelo que faço a cada dia. Essas são as qualidades que me atraíram a você.
>
> Depois do nosso casamento e do nosso primeiro ano, me surpreendi com o desejo de tirar os limões de nossa vida e com eles fazer uma limonada. Você permitiu que Deus a fizesse tão transparente aos outros, e isto é simplesmente incrível. Veja como Ele usou os seus limões! O Ministério Provérbios 31 foi a incubadora desse seu crescimento em Deus. Que alegria é poder ver isso como seu marido. Com amor, Art.

Foi um processo. Foi surpreendente que Deus me chamasse para servir em um ministério para encorajar outras mulheres, especialmente em um ministério chamado Provérbios 31. Se você tivesse lido esse trecho das Escrituras e olhado para aminha vida há alguns anos, eu não era nada parecida com a mulher ali descrita. Mal sabia como limpar uma casa, e muito menos como conduzi-la com eficiência. Não sou uma costureira, dei ao meu marido poucas razoes para me elogiar e minhas crianças não tinham idade suficiente para chamar-me de bem-aventurada (leia Pv 31.10-31 caso não esteja familiarizado com essa mulher maravilhosa).

Mas Deus não chama aquelas que estão qualificadas. Ele qualifica as chamadas. Deus usou o incentivo e a paciência de Art para ajudar-me a encontra o meu próprio "eu". Esse "eu" adora ser uma esposa, adora ser mãe, adora conduzir uma casa com eficiência, e se sente satisfeita por servir a Deus através de todas essas coisas – e sente satisfeita por servir a Deus através de todas essas coisas – e através do seu trabalho com o Ministério Provérbios 31.

Quais são os sonhos que Deus colocou no coração de sua esposa?

MELHORIA PARA O LAR – *Pergunte a sua esposa quais sonhos que Deus colocou no coração dela. Escreva a resposta aqui.*

Se ela teve dificuldades para responder a essa pergunta, recomendo que leia um livro que escrevi para ajudar mulheres a responder essa pergunta: Living Life on Purpose: Discovering God's Best for Your Life (Moody Press). Este livro fala de viver a vida com um objetivo, descobrindo o melhor se Deus para a nossa vida.

PENSAMENTO PARA O DIA – *Ele precisa saber quem sou, o que desperta o meu interesse e faz com que me sinta bem. Conhecer os meus talentos e os desejos do meu coração para incentivar-me a ser tudo aquilo que Deus me criou para ser, para que eu tenha o sentimento de satisfação e valor. Saber o que me traz alegria e frustração.*

Laura [St. Louis]

Capítulo 15

Torne-se o melhor amigo de sua esposa

Gosto de leite desnatado; ele gosta de leite integral. Gosto de dirigir obedecendo aos limites de velocidade e de parar quando o farol está amarelo. Ele lê as placas de limite de velocidade com uma margem de dez: se a placa diz oitenta quilômetros por hora, ele diz que é seguro dirigir a noventa por hora; ele vê o farol amarelo como um sinal para acelerar e ganhar do vermelho. Eu gosto de fazer de uma viagem um passeio; gosto de parar ao longo do caminho. Ele gosta de ajustar o cronômetro e se sente um fracassado se não batermos o tempo da nossa ultima viagem. Gosto de chocolate quente, ele gosta de café. Gosto de fazer compras, ele gosta de caçar, mesmo em uma loja. Gosto das manhãs, ele gosta do entardecer. Gosto de ser impulsiva e fazer tudo na ultima hora; ele gosta de ter as coisas planejadas com um mês de antecedência. Adoro a criatividade em meus esforços organizacionais; ele gosta de ordem bem mantida. Eu gosto dele; ele gosta de mim.

É surpreendente como duas criaturas podem ser tão imensamente diferentes e ainda assim loucamente atraídas uma pela outra. Se mantidas na perspectiva correta, essas diferenças servem para ressaltar e acrescentar beleza e excitação a um relacionamento. Por que depois da lua-de-mel muitos casais erguem os olhos do seu café da manhã e franzem a testa, imaginando o que os atraiu um ao outro? Em que ponto da jornada do amor eles trocaram o compromisso pela complacência? Como pode um casal manter-se fortemente unido com tudo o que a vida lança sobre eles? Acredito que a resposta está na amizade.

Houve uma época em meu casamento em que Art e eu perdemos de vista a nossa amizade, o que fez com que nos distanciássemos. Ele se envolveu em seu trabalho e eu tinha as crianças que me mantinham mais do que ocupada. Brigávamos por pequenas coisas e nunca tínhamos tempo para falar de coisas importantes. Acabamos nos afastando, perdendo a conexão que já nos tinha mantido unidos como verdadeiros companheiros e adequados para a coexistência. Uma frieza se instalou sobre nós. As

cordas do amor que já nos tinham amarrado com tanta força agora se afrouxavam.

Meus esforços para consertar as coisas se concentravam em tentar consertar o Art. Minhas palavras eram como flechas em seu coração. Eu o acusava. Eu o atormentava. Apresentava-lhe longas listas de coisas que estava fazendo errado. Eu vociferava e ameaçava. Finalmente, me decidi pela ultima flecha, o silencio. Mas o meu silencio não era do tipo bom: era cheio de pensamentos amargos e olhares irados.

Art, como um animal ferido, começou a retirar-se cada vez mais para longe de mim. Quando nos falávamos, Art usava palavras que me feriam tanto quanto eu o tinha ferido. Estávamos presos em um horrível circulo vicioso. Patrick Morley diz: "Palavras que magoam são como flechas pontiagudas envenenadas que saíram de um arco: uma vez que estão no ar, não podem ser recuperadas".

Um dia, enquanto eu orava para que Deus consertasse o Art, um pensamento tocou a minha consciência: *Mas e se não for ele quem precisa de conserto?* Eu me livrei daquele pensamento enquanto relembrava uma lista de coisas horrorosas que ele tinha me dito ultimamente, mas o pensamento não me abandonava. Não muito tempo depois, li Efésios 4.29-32, que diz: "Não saia da vossa boca nenhuma palavra torpe, mas ó a que seja boa para a necessária edificação, a fim de que ministre graça aos que a ouvem. E não entristeçais o Espírito Santo de Deus, no qual fostes selados para o dia da redenção. Toda a amargura, e cólera, e ira, e gritaria, e blasfêmia sejam tiradas dentre vós, bem como toda a malícia. Antes sede bondosos uns para com os outros, compassivos, perdoando-vos uns aos outros, como também Deus vos perdoou em Cristo".

Esta palavra fez com que o meu pensamento rodopiasse. Deus estava me chamando para ser a que iria agitar a bandeira branca da rendição e voltar para o lado do meu marido. Eu não estava apenas entristecendo o meu companheiro, também estava entristecendo o Espírito Santo de Deus. Então eu não tinha o direito de me agarrar à procura de uma vingança pelo modo como Art tinha me magoado? De maneira nenhuma. Eu tinha que deixar isso de lado e perdoar, como Cristo havia me perdoado. Eu tinha que procurar as maneiras de melhorá-lo de acordo com as suas necessidades, e tinha que me livrar da amargura.

Deus está lhe chamando para ser a pessoa que hoje terá forças, agitará a bandeira branca e voltará para o lado de sua esposa. Deixe de lado as dissensões, esqueça o passado, abandone o seu direito de estar certo e peça perdão a ela. Peça que ela o perdoe por todas as vezes em que você colocou outras coisas antes dela. Peça-lhe que o perdoe por ter sido egoísta e sem consideração. Peça-lhe que o perdoe por procurar vingança ao invés de perdão. Diga a ela que você quer ser o seu melhor amigo. Peça que ela lhe mostre como fazer isso.

Apesar de todas as diferenças entre as pessoas, o casamento pode ser maravilhoso quando os cônjuges se apegam a forte similaridade de seu desejo de serem os melhores amigos. Eu ainda gosto de leite desnatado; Art ainda gosta de leite integral. Eu ainda gosto de dirigir obedecendo aos limites de velocidade e de parar quando o farol está amarelo. Ele ainda lê as placas de limites velocidades com uma margem de segurança de dez! Eu ainda gosto de fazer de uma viagem um passeio, e ele de ajustar o cronômetro. Eu ainda gosto de chocolate quente, e ele de café. Eu ainda gosto de fazer compras, ele de caçar. Eu ainda gosto das manhãs. E ele do entardecer. Eu ainda gosto de ser impulsiva, e ele de ter as coisas planejadas. Eu ainda adoro a criatividade; ele ainda gosta de ordem. Eu ainda gosto dele; ele ainda gosta de mim.

MELHORIA PARA O LAR – *Escreva cinco coisas que você poderia fazer para alimentar a sua amizade com a sua esposa.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *A melhor coisa que meu marido já me disse é que sou a sua melhor amiga.*

Jenny [Bloomington]

Capítulo 16

Como construir a auto-estima de sua esposa

Não importa quanto uma mulher seja bonita, ela sempre lutará contra alguma coisa que não gosta em si mesma. Não importa quanto uma mulher pareça confiante, a insegurança ainda a assalta algumas vezes. Não importa quanto uma mulher esteja satisfeita com a sua missão na vida, sempre haverá uma parte dela que se pergunta se ela está à altura. Algumas mulheres lutam mais que outras, mas todas as mulheres querem ter afirmação, apreço e admiração. Além de Deus, não há ninguém que possa fazer algo para construir a auto-estima de uma mulher; exceto o seu marido.

E se eu lhe dissesse que a sua está a caminho de ser o que você pensa que ela é? Se você a diminuir, perder a paciência com ela e constantemente lembrá-la de seus fracassos e assim fizer com que se sinta um "bicho-papão", é isso que ela será. Se você pensar nela como o mais belo tesouro que Deus lhe deu, e lhe der afirmação através dos seus atos e palavras, brevemente terá em casa a mais maravilhosa mulher que já viu, que lhe chamará de amado marido.

Jamais vi exemplo mais claro disso do que na historia de Johnny Lingo e sua mulher-de-oito-vacas. Johnny Lingo era conhecido como um esperto homem de negócios na ilha em que vivia no Pacifico Sul. Mesmo nas ilhas vizinhas todos conheciam esse homem e a sua capacidade de comprar as melhores coisas pelos melhores preços. Então houve muitos rumores quando Johnny Lingo pagou o preço inédito de oito vacas por uma mulher chamada Sarita, que muitos diziam não ser nem um pouco atraente.

De acordo com um relato, a lenda é a seguinte...

> Eu sabia o suficiente sobre os costumes da ilha para ficar fortemente impressionado. Duas ou três vacas comprariam uma esposa de regular a razoável; quatro ou cinco, uma altamente satisfatória.
>
> "Oito vacas!", eu disse. Ela devia ter uma beleza de tirar o fôlego.

“A pessoa mais gentil poderia dizer que Sarita era normal”, foi a resposta de Shenkin (um gerente de pensão). “Ela era muito magra. Andava com os ombros curvados e a cabeça baixa. Ela tinha medo da sua própria sombra”.

“Então como vocês explicam as oito vacas?”

“Não sabemos explicar”, disse ele. “E é por isso que os habitantes do lugar se divertem quando falam do Johnny. Ficam especialmente satisfeitos com o fato de Johnny, o mais esperto comerciante das ilhas, foi superado pelo pai da Sarita, o velho bobão Sam Karoo”.

“Oito vacas”, eu disse sem acreditar. “Eu gostaria de conhecer esse Johnny Lingo”.

Assim, na tarde seguinte peguei um barco para Nurabandi e me encontrei com Johnny na casa dele, onde lhe perguntei sobre a sua compra de Sarita por oito vacas. Eu suponho que ele tivesse feito isso por sua própria vaidade e reputação – pelo menos até o momento em que Sarita entrou na sala. Ela era a mais linda mulher que eu já tinha visto. Os ombros erguidos, a inclinação do seu queixo, o brilho dos seus olhos, tudo mostrava um orgulho a que ninguém lhe negaria o direito.

Voltei-me para Johnny Lingo quando ela saiu.

“Você a admira?”, ele perguntou.

“Ela... ela é gloriosa”, eu disse. “Mas ela não é a Sarita de Kiniwata”.

“Há apenas uma Sarita. Talvez ela não tenha a mesma aparência que tinha em Kiniwata”.

“Não, realmente não”. O impacto da aparência da mulher me fez esquecer os meus bons modos. “Ouvi dizer que ela era muito simplória. Todos caçoam de você por ter se deixado enganar por Sam Karoo”.

“Acha que oito vacas foi muito caro?”, um sorriso passou pelos seus lábios.

“Não. Mas como ela pode estar tão diferente?”

“Você já imaginou”, ele perguntou, “o que deve significar para uma mulher saber que seu marido pagou por ela o menor preço pelo qual ela poderia ser comprada? E mais tarde, conversando com as outras mulheres, todas falam quanto os maridos pagaram por elas: uma diz quatro vacas, a outra talvez seis. Como se sente a mulher que foi comprada por uma ou duas vacas? Isso não poderia acontecer com a minha Sarita”.

“Então você só fez isso para que ela fosse feliz?” perguntei.

"Sim, eu queria que a Sarita fosse feliz. Mas eu queria mais do que isso. Você diz que ela está diferente. É verdade. Muitas coisas modificam uma mulher. Coisas que acontecem em seu interior assim como fatores externos. Mas o que mais importa é o que ela pensa de si mesma. Em Kiniwata, Sarita acreditava que não valia nada. Agora ela sabe que vale mais do que qualquer outra mulher nas ilhas".

"Então você queria..."

"Eu queria casar-me com Sarita. Eu a amava e a nenhuma outra mulher".

"Mas..."

"Mas", ele concluiu suavemente, "eu queria uma mulher-de-oito-vacas".

MELHORIA PARA O LAR – *Comece a fazer uma lista de coisas que você considera incríveis em sua esposa. Mantenha essa lista em sua Bíblia e freqüentemente acrescente mais itens a ela. Quando você tiver escrito mais ou menos trinta itens, emoldure a lista (escrita com a sua letra) e entregue-a à sua esposa em um dia que seria comum, não fosse por isso. Em breve você também terá uma mulher-de-oito-vacas.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Toda mulher precisa saber que seu marido verdadeiramente a vê como a mais bela mulher do mundo.*

Miriam [Eureka]

Capítulo 17

O caminho para o coração de sua esposa

Ashley veio saltitando até o banheiro quando eu estava dando banho em sua irmã menor. Ela estava radiante ao me mostrar uma fita preta com a qual havia acabado de medir-se. "Veja, mamãe", exclamou orgulhosa. "Sou mais alta que essa fita, e agora inventei uma nova regra. Qualquer pessoa que venha visitar-nos que seja tão alto como essa fita vai ganhar um doce".

Tomei cuidado com minha resposta. Ashley é mais baixa que a maioria das crianças da sua idade. Às vezes isso a afligia, especialmente quando as amigas e a irmã mais velha iam brincar em alguns brinquedos do parque de diversões em que ela não podia brincar por ser muito baixa. Gentilmente peguei a fita e o bastão e segurei o rostinho dela. "Ashley, eu gostei da sua nova regra, de que quem for tão alto como essa fita ganha um doce, mas eu gostaria de acrescentar alguma coisa. Quem não for tão alto como a fita ganha dois doces. Saiba, querida, que a grandeza de uma pessoa não é determinada por sua altura, mas sim pelo seu coração. Você tem um coração terno, por isso você é muito grande aos meus olhos e mais ainda aos olhos de Deus". Ela sorriu e correu de volta para o seu mundinho de bonecas e vestidos de princesas, deixando o aparato de medir para trás.

Dentro de cada garota grande há uma menininha que, como Ashley, se pergunta "Será que estou à altura?" Todas as semanas ela fica na fila da mercearia enquanto é bombardeada pelas imagens de modelos esqueléticas e estrelas de cinema perfeitamente penteadas. Olha para a sua barriga que cresceu um pouco com cada gravidez. Morde os lábios enquanto pensa na época dos maiôs que se aproxima, quando terá que encarar aquelas coxas menos firmes. Algumas vezes, mesmo sem perceber, ela estica a fita e silenciosamente se pergunta se estará à altura.

Ela fez esta pergunta a si mesma desde que era pequena, quando rodopiava e dançava na frente do seu pai e dizia "Olhe, papai, olhe. Eu sou bonita? Sou simpática? Você está me vendo?" De acordo com a reação do seu pai, ela esticou a fita e silenciosamente fez a pergunta a si mesma. Fez

a pergunta no ginásio, quando os rapazes começaram a reparar nas garotas. Embora se achasse esquisita e insegura, ela participou do jogo. Novamente ela esticou a fita e fez a pergunta. De repente, já era hora de votar na rinha da festa, já era época de pensar nos namoradinhos do colégio, nas festas de formatura, em entrar na faculdade e nas classificações na escola. Ela esticava a fita e fazia a pergunta. E ela vem se perguntando desde então.

No caso de uma jovem cristã, quanto mais se aproxima do Senhor, cada vez menos esticará aquela fita. Mas ao mesmo tempo em que a comparação com as demais parece ficar mais fácil, as perguntas em seu coração ainda soa uma batalha constante. Mesmo sabendo que em seu interior que Deus a ama e a considera bonita, o seu coração ainda quer ser desejado por um homem... o seu homem... você. Ela quer saber que é bonita, ouvindo isso escapar dos seus lábios e sentindo isso quando você a toca. Ela quer saber que você a considera absolutamente cativante, alguém por quem vale a pena lutar, por quem vale a pena viver.

Em seu livro *Wild at Heart,* John Eldridge diz:

> Ouça o desejo do coração de uma mulher: ela quer ser mais do que simplesmente notada – ela quer ser desejada. Ela quer ser procurada... e toda mulher quer uma aventura para compartilhar [quando se luta por ela...]
>
> E, finalmente, toda mulher quer ter uma beleza para revelar. Não para invocar, mas sim para revelar. Muitas mulheres desde muito jovens, se sentem pressionadas por serem bonitas, mas não é disso que estou falando. Há também um profundo desejo de ser simplesmente e verdadeiramente bonita e alegrar-se com isso.

Infelizmente, John Eldridge continua a contrastar esses desejos com o que muitas mulheres sentem na realidade: “Ninguém está lutando pelo seu coração; não há uma grande aventura para vivenciar; e toda mulher duvida profundamente que possua alguma beleza para revelar”.

O rei Salomão sabia que o caminho para o coração de uma mulher passa por seus ouvidos. Ele sabia como se livrar daquela fita medidora de vez por todas. Quando sua amada pensa que é apenas uma flor comum, uma entre tantas, ele responde em Cantares 2.2: “Qual o lírio entre os espinhos, tal é a minha amada entre as filhas”. Em outras palavras, ele está dizendo: “Oh, você é extraordinária e rara. Você nem se compara às outras; o seu valor é incalculável”.

Olhe para ela quando está ao seu redor. Será que você é capaz de perceber as seguintes perguntas no rosto dela: Você está me vendo? Eu sou a sua princesa? Eu sou a sua beleza? Eu cativo você? Será que o meu coração merece que você lute por ele? Estas são as perguntas que existem no coração de sua esposa. Que respostas ela ouviria?

MELHORIA PARA O LAR – *Escreva hoje um bilhete à sua esposa e coloque-o na carteira dela, de um modo que ela certamente o encontre. Diga-lhe que ela é extraordinária e rara.*

PENSAMENTO PARA O DIA - *Qual o lírio entre os espinhos, tal é a minha amada entre as filhas.*

Cantares 2.2

Capítulo 18

Recrutando o guerreiro que lutará por ela

Detesto ter que trocar o óleo do carro, e não suporto ter que levar o carro para a inspeção anual, como o Estado de Carolina do Norte exige. No ano passado fiquei adiando a inspeção. Quando finalmente fui, me informaram que eu tinha que pagar uma multa elevada. Ali estava eu, chorando no centro de uma garagem imunda com crianças pequenas, porque se não pagasse aquela multa abusiva, não poderia fazer a inspeção. Quanto mais eu esperasse para fazer a inspeção, mais alta seria a multa.

Minhas lagrimas não eram apenas por causa da inspeção, nem mesmo por causa da multa, mas porque eu me sentia desamparada. Ninguém ligava para o fato de que eu tinha crianças pequenas, e que era difícil para mim levá-las a esse lugar imundo e espera um tempo absurdo. Não havia misericórdia nem graça, apenas "pague a multa e saia da nossa frente". Fiel cumpridora da lei, eu já tinha ido uma vez levar o carro para a inspeção, na época apropriada, mas a inspeção não foi deita porque havia alguma coisa errada com algum farol ou alguma parte do motor que eu não entendia bem. Então, devido aos muitos afazeres eu me esqueci de voltar.

Quando finalmente lembrei-me disso, já não havia a menor possibilidade de que algum funcionário pudesse me ajudar estendendo o prazo. Primeiro tentei calmamente argumentar com eles, explicando o meu problema na primeira vez que fui fazer a inspeção. Tentei argumentar com eles com pura inocência. Eu sinceramente não sabia que haveria uma multa tão alta pelo atraso na inspeção. Então fui ficando nervosa e tentei apelar para a emoção deles. Ninguém me ajudou. Eram pessoas frias e rudes. Poderiam ter dito que compreendiam o meu atraso ou até mesmo que sentiam muito por eu ter que pagar a multa, mas não o fizeram.

Paguei a multa e pensei *Vou mostrar a vocês... esperem só até o meu marido saber como vocês me trataram. Ele virá aqui com a sua voz de Exterminador e o seu jeito de Rambo e baterá em todos vocês, isso é o que ele fará; sim, sim, sim, ele lutará por mim.* Embora eu não dissesse essas palavras em voz alta, só pensar nelas já afastou a nuvem acinzentada

do meu espírito e devolveu um sorriso à minha face marcada pelas lágrimas.

Agora você estará pensando. *Você chorou? Por causa de uma multa e uma inspeção de um carro? Você quer dizer que seus olhos efetivamente produziram lágrimas suficientes por causa dessa situação a ponto de marcar o seu rosto? Oh, minha amiga... dê um jeito em sua vida!*

A vida... uma vida em que "alguém pense que vale a pena lutar por mim"... era por isso que eu chorava. Os caminhos do coração de uma mulher são misteriosos e profundos, e transbordam de emoção. Tentar entende-la é impossível, mas conquistar e proteger o seu coração é algo intrépido, o chamado de um verdadeiro guerreiro que luta até o sangrento final para proteger alguém que ele ama.

Lembra-se de quando você era um menino? As espadas, as armas e a perseguição aos vilões? Não se esqueça da emoção de fingir que havia sangue, entranhas e coágulos. Você corria e pulava. Você derrubava o abajur favorito da sua mãe para escalar a fortaleza e tomar de volta as suas terras. Era só uma brincadeira de garoto? Não, era o seu ensaio para a apresentação de hoje. A sua donzela está em perigo. Ela está aprisionada em um mundo que lhe diz que tem de ser "durona", que deve mostrar que é tão "durona" quanto qualquer homem. Mas bem lá no fundo ela deseja algo mais: um terno protetor. Gary Smalley, uma autoridade nacionalmente reconhecida em questões conjugais, sugere que um marido deve aprender como ser o terno protetor de sua esposa, descobrindo onde ela precisa de proteção. Smalley diz: "Um marido precisa descobrir as áreas nas quais sua esposa se sente vulnerável. Através de conversas informais e um pouco de observação, você pode fazer listas mentais de todas as áreas em que ela se sente frustrada ou atemorizada".

Então, por que muitos maridos não fazem isso? Parece simples. John Eldridge, autor de *Wild at Heart,* fornece uma perspective interessante: "Por que os homens não oferecem as suas mulheres o que eles têm? Porque bem lá no fundo sabem que isso não será o suficiente. Existe um vazio na Eva posterior a queda, e não importa o quanto o homem lhe forneça, ela nunca se sentirá realizada ou com seus vazios preenchidos. É aqui que muitos homens vacilam. Recusam-se a dar-lhes o que desejam, ou dão tudo o que podem em todo o tempo, considerando-se fracassados porque elas ainda querem mais... Não há esperança de conseguir preencher esse vazio em Eva. Ela precisa de Deus mais do que precisa de você,

exatamente como você precisa de Deus mais do que precisa dela. Então o que você deve fazer? Oferecer a ela o que você tem... você a ama porque foi feito para isso; é isso que um homem de verdade faz".

Aquele dia, naquela garagem imunda, o que conseguiu levantar o meu coração abalado foi saber que eu tinha um guerreiro em casa, que tinha esperado toda a sua vida para me defender. Em breve aquelas pessoas da inspeção ouviriam o galope do seu cavalo (está bem, os pneus do seu Ford Explorer) pelo caminho em direção a elas. E não foi assim. Não, Art não voltou naquele dia e bateu em todo mundo. Não, ele não se decidiu a tentar consertar as minhas inseguranças e ensinar-me como ser "durona". Ele simplesmente deu-me o dinheiro para a multa sem nenhum sermão. Neste ano, quando chegou a época da inspeção, adivinhe quem foi? Meu guerreiro. Meu herói. Meu protetor.

MELHORIA PARA O LAR – *Pergunte à sua esposa se existe alguma área de sua vida em que ela se sente frustrada ou atemorizada. Então, torne-se o seu protetor.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *São as pequenas coisas que mais importam. Por favor, dedique algum tempo para dar aquele abraço, aquele beijo, dizer "eu te amo", e tudo vai dar certo – que conseguiremos passar por isso juntos.*

Monica [Burbank]

Capítulo 19

Sexo: o presente de casamento mais controverso

O sexo estava nos corações e mentes das mulheres que pesquisei. Recebi mais conselhos sobre o que os homens deveriam saber a respeito do sexo do que qualquer das outras categorias. O sexo é um presente de Deus para os casais. Ele o projetou para ser uma bela expressão da intimidade entre o marido e a esposa. No entanto, Ele planejou o homem e a mulher diferentes em suas abordagens em relação ao leito conjugal. Não quero colocar todas as mulheres em uma caixa e dizer que são todas parecidas. Entretanto, a maioria das mulheres com quem converso luta com seu marido em algum aspecto do relacionamento sexual. Para muitas, não é que não desejam um relacionamento sexual, é somente que o sexo é mais mental para as mulheres do que para o homem. Um homem pode estar pronto para ir para a cama com sua esposa apenas olhando para ela. Ele é estimulado visualmente. A maioria das mulheres não é estimulada visualmente. Como sua mulher é estimulada? Jane, de Springfield, explica: "Um marido que lava a louça e passa o aspirador aumenta as suas chances de um encontro sexual em 80 por cento".

De acordo com Dennis Rainey, as mulheres são estimuladas pelo toque, atitude, ações, palavras e são atraídas pela pessoa. Os homens são estimulados pela visão, pelo cheiro e atraídos pelo corpo. Isso acontece porque os homens são rapidamente excitados enquanto as mulheres precisam de tempo e atenção. Debbie, de Sherrard, diz: "Dedique tempo para me conhecer como pessoa, quem sou, do que gosto e do que não gosto. Então você verá que nossa vida sexual será muito melhor".

Tenho ouvido isto e digo que o sexo começa na cozinha. Penso que depende do que um marido faz para a sua esposa e do que ele lhe diz em todas as dependências da casa *exceto* no quarto. Uma vez que você entra no quarto, se de repente disser e fizer todas as coisas certas, parecerá ter programado suas palavras e atitudes.

Kelly, de Tinley Park, diz: "Todo marido deveria saber que limpar a cozinha ou ajudar com os afazeres domésticos são estímulos sexuais

preliminares". Gostando ou não, esta é a verdade. As mulheres precisam se sentir emocionalmente satisfeitas. Você a preenche emocionalmente por meio de suas atitudes, ações e palavras. O desejo de sua esposa pela sua sexualidade está relacionado ao quanto ela se sente amada, estimada e apreciada. Lori, de Altoona, explica: "Uma mulher precisa sentir-se emocionalmente atraída antes que tenha o desejo de sentir-se fisicamente ligada ao seu marido'.

Agora que você sabe o que estimula a sua esposa, voltemos a nossa atenção para a freqüência. No livro *Intimate Issues,* os autores Dollow e Pintus, contam sobre a cena de um filme.

Na cena do filme, marido e mulher são mostrados falando, cada um individualmente, com seu terapeuta. Na metade esquerda da tela, o homem reclama: "Quase nunca fazemos sexo. Talvez três vezes por semana, no máximo". Na metade direita da tela, a mulher lamenta: "Fazemos sexo constantemente. Certamente três vezes por semana". Este dialogo é coerente com a velha tensão que existe entre muitos maridos e esposas.

Certa noite, meu marido e eu estávamos tendo essa discussão sobre a "freqüência". Eu estava tentando encontrar uma imagem para ajudá-lo a entender que só porque eu não queria fazer amor algumas vezes, isso não queria dizer que eu não o amava. Expliquei que como mãe de crianças pequenas eu sentia que já tinha sido tocada o suficiente na hora de ir para a cama. A única coisa que tenho em mente neste momento é dormir. É como se eu estivesse satisfeita e alguém pusesse um prato da minha comida favorita na minha frente, e me dissesse para comer e desfrutar. Embora seja meu prato favorito, estou satisfeita de mais para comer.

Art me ouviu atentamente. Em seguida descreveu sua própria versão desta ilustração. Em sua versão, disse-me que estava há muitos dias sem ter o que comer; por esta razão sentia-se faminto. Então alguém colocou seu prato predileto diante dele, porem disse-lhe que não devia comer, mas somente olhar.

Como podemos resolver isto? Bem, você precisa aprender como fazer a sua esposa sentir fome. Ela somente sentirá desejos sexuais quando se sentir emocionalmente satisfeita. Não posso lhe sugerir o que dizer para satisfazer sua esposa emocionalmente. Isto é algo que você precisa descobrir conhecendo os desejos singulares dela. Posso, no entanto, dar lhe um poço de discernimento para começar.

Esta é a historia real de duas pessoas cujos nomes foram mudados para proteger a sua identidade, mas imagino que alguma versão desta historia tenha se passado em sua casa. Dan e Linda são casados há sete anos e têm três filhos, um com quatro anos, outro com dois e o terceiro com dez meses. Dan viaja a trabalho e está fora pelo menos três noites por semana. Quando Dan parte, Linda fica responsável por todos os detalhes da vida dentro do seu lar, o que a deixa exausta e cansada. Quando Dan retorna para casa, ele está pronto para ter relações sexuais com sua esposa. Linda quer agradar o seu marido e satisfazer as necessidades dele, mas se ressente pela sua falta de comunicação e afeição antes de irem para a cama. Como você pode perceber, Linda está "satisfeita". Dan precisa ajudar Linda a sentir "fome".

Uma das melhores maneiras de fazer isto é reconhecer quão desafiador é tomar conta da casa e das crianças cozinha por três dias. Pergunte a ela como foram as coisas. Admire o grande trabalho que ela fez e diga-lhe que você a considera uma maravilhosa esposa e mãe. Agora Linda estará suficientemente disposta e desejosa de receber um "aperitivo".

Logo em seguida, reconheça que ela precisa de um tempo de recuperação, e permita que ela faça algo somente para si. Talvez ela queira um banho de espuma, tempo para pintar as unhas, ou para ler o capitulo de um livro. Ofereça-se para colocar as crianças na cama e dar-lhe um tempo. Agora Linda está começando a ter o seu apetite de volta.

Por fim, diga a Linda que você a ama e que pensou nela muitas vezes enquanto esteve fora. Diga-lhe que sentiu saudades de estar perto dela e não podia esperar para abraçá-la mais uma vez. Seja paciente com a reação dela e não espere que ela seja imediatamente transformada na deusa do sexo de seus sonhos. Se ela reagir sexualmente, excelente. Se não, não estrague tudo o que você fez ficando frustrado ou furioso. Vá para a cama e durma. Pode ser que Linda precise dormir mais do que qualquer outra coisa. No dia seguinte, permaneça amavelmente investindo as suas energias nela, e conseqüentemente ela reagirá de modo positivo. Quando ela fizer, diga-lhe que ela é uma amante graciosa e a abrace, contanto que ela queira.

Se tratar sua esposa desta maneira, você a preencherá emocionalmente, e a menos que haja circunstancias extenuantes a questão da freqüência se resolverá por si mesma. Darla, de Sedalia, diz: "Se você

faz de sua esposa a sua prioridade numero um depois de Deus, e se ela se sente segura com isto, suas necessidades serão satisfeitas".

MELHORIA PARA O LAR – *Pergunte à sua esposa como ela gostaria de ser satisfeita emocionalmente. Você também pode desejar perguntar-lhe como pode realizar os sonhos de amor que ela tem. A resposta de sua esposa poderá lhe surpreender.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *A intimidade espiritual e emocional conduzem à intimidade sexual. Preciso sentir-me intima neste aspecto para sentir-me intima em outros.*

Stacy [Neoga]

Capítulo 20

Grandes expectativas em relação ao sexo

James Dobson, fundador da organização *Focus on the Family,* disse: "Alguns poderiam dizer que, 'fazer sexo' e 'fazer amor' são o mesmo, mas há uma distinção importante entre os dois. O ato físico da relação sexual pode ser realizado por qualquer companheiro mamífero apropriado, da mesma espécie, bem como pela maioria dos membros do reino animal. Mas a arte de fazer amor, como planejado por Deus, é uma experiência muito mais significativa e complexa – é física, emocional e espiritual. No casamento, devemos direcionar nosso relacionamento sexual para uma expressão não somente 'corpo a corpo', mas coração com coração e alma com alma".

É fácil entender como ligar-se a sua esposa corpo a corpo. Como diz a canção: "Apenas fazer o que vem naturalmente". Entender como unir coração com coração e alma com alma é mais desafiador. Estas profundas ligações não são somente possíveis, mas essenciais na união das duas pessoas que Deus uniu inseparavelmente.

As grandes expectativas da nossa sociedade em relação ao sexo, constantemente refletem uma mensagem que diz que estar ligado corpo a corpo com a outra pessoa é o máximo prazer que pode ser alcançado através do encontro. E se víssemos isto como algo muito mais significativo? Para sua esposa, fazer amor não é um encontro casual, é uma experiência. Não é alguma coisa que é ligada por trinta minutos e desliga nas outras vinte e três horas e meia do dia. Para a "experiência" de sentir-se completa, ela precisa que você estabeleça o estagio de fazer amor unindo-se a ela coração com coração e alma com alma durante todo o dia.

Antes de começar a demonstrar qualquer reprovação a este comentário, pense no passado, nos dias em que você ainda não era casado, antes de vocês se ligarem corpo a corpo. Lembra-se da sensação da descoberta? Dos dias quando você preparou o alicerce do seu relacionamento unindo coração com coração? Descobrindo as comidas favoritas dela, o que a fazia feliz, os sonhos que ela tinha para o futuro e a

esperança dela para o amanhã. A sua esposa ainda quer que você partilhe estas coisas com ela, agora em um nível mais profundo. Os sonhos não são mais somente dela; ela quer que os desejos dela sejam também os seus sonhos. E também quer que você compartilhe os objetivos e aspirações que estão guardados no coração dela.

Uma das coisas mais significativas em meu casamento foi quando Art realizou a minha paixão pela escrita e o sonho de ser uma autora com obras publicadas; um sonho que Art podia sonhar comigo. Fiquei extremamente emocionada quando o surpreendi lendo os meus manuscritos não porque eu tivesse pedido, mas porque ele quis fazê-lo. Quão agradável tem sido para mim ver os "nossos" sonhos se tornarem realidade. E quão atraída sou por ele quando me diz quão orgulhoso está de mim. Quando nos unimos coração com coração sinto o desejo de ser também ligada corpo a corpo.

Eu também quero unir-me alma com alma, com Art. Recentemente determinamos que esta área do nosso casamento precisava ser trabalhada, assim decidimos torná-la uma prioridade fazendo um devocional noturno em nossa cama antes de apagarmos as luzes. Isto tem sido uma maneira maravilhosa de acabar com o estresse do nosso dia-a-dia e acalmar qualquer rixa e pequenas discussões que possamos ter tido ao longo do dia. Ler um livro devocional para casais ou a Palavra de Deus e orar juntos nos dá uma nova perspectiva e nos ajuda a unir nossas almas em um nível mais profundo. À noite quando as crianças estão dormindo e estamos sozinhos lendo, conversando, compartilhando e orando, existe uma bênção sobre o nosso lar que tem tornado o nosso relacionamento incrivelmente íntimo.

Por que não faz um inventário do seu relacionamento íntimo com a sua esposa e juntos responderem as seguintes questões:

- Qual é a diferença entre fazer sexo e fazer amor?
- Existe alguma coisa em sua vida íntima que poderia ser melhorada?
- Como podemos melhorar a nossa união de coração com coração?
- Quais são os seus sonhos para o futuro?
- Vocês regularmente se unem alma com alma?

- Como poderíamos tornar a união de nossas almas uma prioridade?

- Preciso buscar o seu perdão por alguma coisa nesta área de nossas vidas?

- O que você mais gosta em nosso casamento?

Estas não são questões do tipo que você faz durante o café da manhã enquanto devora o café e as torradas. Deixe-me encorajá-lo a reservar um tempo para sair com a sua esposa onde vocês dois possam estar sozinhos e não serem interrompidos. Se as finanças estão apertadas, seja criativo. Faça um pic-nic e vá para um lugar calmo em seu bairro. Se você pode gastar para sair durante a noite, negocie com outro casal para ficar com os seus filhos ou pergunte aos avós se eles gostariam de ficar com os netos.

Art e eu descobrimos um hotel pequeno, porem maravilhoso, para onde vamos às escondidas algumas vezes no ano para ter este tipo de conversa. Não há TV, somente uma bela musica ambiente e bastante tempo para uma conversa e união agradáveis. Deixamos os altos e baixos da vida para trás, e escapamos para um pequeno lugar que estamos certos de que deve ser um pouco parecido com o céu. Reservamos um tempo especial com antecedência e determinamos que não cederemos às várias pressões para nos atrasarmos ou cancelarmos a nossa viagem; não desistimos deste importante investimento para o nosso casamento.

MELHORIA PARA O LAR – *Planeje uma data para unirem-se e discutirem as questões abordadas neste capitulo.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Oh! Quão atraída sou por ele quando me diz quão orgulhoso está de mim. Quando nos unimos coração com coração, sinto o desejo de ser também ligada corpo a corpo.*

Lysa TerKeurst

Capítulo 21

Romance

Imagino que você gostaria de ouvir o meu marido, Art, falar sobre o delicado assunto do romance. Assim, sem maiores dificuldades, aqui está Art explicando nos mínimos detalhes a base do romance... Amor.

OLHE PARA A SUA ESPOSA SOB UM NOVO PONTO DE VISTA

Em minha opinião e em minhas palavras, a essência do texto em 1Pedro 3.7 é: Marido, viva com sua esposa com discernimento, sendo zeloso pelas necessidades dela e honrando-a. lembre-se de que você e a sua esposa são participantes das bênçãos de Deus.

Maridos precisamos ver a vida da maneira que elas vêem. O romance precisa ser algo intencional, especialmente na sociedade materialista de nossos dias.

Entendo a passagem em 1 Coríntios 7.3 da seguinte maneira: o casamento é uma decisão de servir o outro na cama ou fora dela.

Enquanto o marido deseja ser amado e satisfeito na cama, a mulher deseja ser satisfeita e amada primeiramente fora da cama. Deus nos fez diferentes por uma razão e é nosso trabalho encontrar a maneira como podemos viver um romance com nossas esposas em meio ao nosso dia-a-dia tão agitado.

Não faz muito tempo, minha esposa e um amigo me deram um pacote de cinco lições de golfe. As três primeiras eram sobre uma serie a respeito dos princípios do golfe. A quarta era um vídeo e a quinta tratava da aplicação do curso. Aprendi mais no primeiro dia com a introdução do que com qualquer outra coisa. Aprendi como protelar a bola, como melhor segurar o taco e a importância dele ficar na posição do relógio entre 4-8 horas. Isto melhorou o meu jogo, pois lembrei-me de praticar e aplicar o

que tinha aprendido. O ponto principal é: se vamos aprender como melhorar o nosso jogo romântico com as nossas esposas, temos que seguir os primeiros passos. Neste caso o primeiro passo é a nossa esposa. Perguntei a Lysa o que posso fazer para melhorar a nossa vida amorosa e ela me deu algumas dicas úteis:

Trate-a carinhosamente em publico e em particular. Orei Salomão é o Sr. Romântico. Em Cantares de Salomão 7.1-9, ele admira o caráter e o corpo de sua esposa usando belas figuras poéticas. Lysa precisa me ouvir dizer quão linda ela está todos os dias. Ela precisa que eu a encoraje e a estimule com os seus sonhos. Os sonhos dela precisam ser os meus sonhos. Eu a deixo saber quão orgulhoso e animado estou a respeito do livro que ela está escrevendo ou amaneira como ela está criando os nossos filhos ou cuidando da nossa casa. Não é natural para mim fazer estas coisas; assim, a maneira que encontrei para não me esquecer foi colocar uma pequena observação em meu Palm Top, que me lembra em primeira mão a cada dia que devo "encorajar Lysa".

OFEREÇA AJUDA

A abordagem do homem em relação ao trabalho é exclusiva e independente, enquanto a abordagem da mulher é semelhante a alguém que "equilibra vários pratos ao mesmo tempo", alem disto se mostra disposta a unir a estes "pratos" o relacionamento, sempre que possível. Deixe-me dar-lhe um exemplo: Se eu estiver lá fora, trabalhando no jardim, e Lysa me dissesse: "Deixe-me ajudá-lo, querido, e vamos conversar enquanto fazemos o trabalho do jardim juntos", eu me sentiria interrompido e um pouco agitado. Não sou capaz de trabalhar e conversar quando estou "programado" para trabalhar no jardim. Por outro lado, se Lysa estiver tentando concluir os itens de sua lista de afazeres diários e eu me oferecer para ajudar com os pratos e com o aspirador de pó, seus olhos brilharão. Ela me verá como seu cavaleiro de armadura brilhante. Não podemos imaginar que trocar fraudas e enxugar pratos sejam trabalhos para homens, mas é animador para as nossas esposas. Se enxugar pratos conta como estimulo sexuais preliminares, vou fazê-lo.

Também tenho aprendido o valor de ajudar Lysa a realizar os seus sonhos. Para que ela possa viajar e promover as suas conferencias, e fazer

tudo o que é exigido no ministério, tenho que ajudá-la. Cuido das crianças e oro por tudo o que ela fará. Não vejo mais isto como um sacrifício. Quando Lysa está fazendo o que Deus a criou para fazer, Ele a satisfaz. Quando ela se sente satisfeita por Deus, então é capaz de servir à nossa família com um coração alegre. Estou convencido de que uma esposa feliz é uma esposa realizada.

Quais são os sonhos de sua esposa? O que você poderia fazer para mostrar que acredita nestes sonhos? Como poderia ajudá-la a atender à sua chamada?

VALORIZE A FEMINILIDADE DE SUA ESPOSA

Efésios 5.28,29 instrui: "Assim devem os maridos amar a suas próprias mulheres, como a seus próprios corpos. Quem ama a sua mulher, ama-se a si mesmo. Pois nunca ninguém aborreceu a sua própria carne, antes a nutre e preza, como também Cristo à igreja".

A sociedade de hoje tem desonrado a mulher e é nosso desafio apreciá-la como o ser feminino que Deus a criou. Um grande exemplo veio do nosso bom amigo, o rei Salomão. Ele sabia como tirar o melhor de sua esposa. Cantares de Salomão 3 conta como Salomão criou uma liteira completa para a sua noiva, com sessenta guerreiros e soldados completamente encouraçados, seguidos pelos servos pulverizando perfumes e essências, e por ultimo sua noiva senta em um trono feito da mais bela madeira e tecido. O rei Salomão sabia a importância de namorar, cortejar, valorizar, amar e ajudar a sua esposa a sentir-se feminina.

Pergunte a sua esposa o que você pode fazer para valorizar a feminilidade dela. O que a faz sentir-se cortejada, tratada de modo romântico, valorizada e amada?

ESTIMULE OS SENTIDOS DELA

Deus deu a sua esposa cinco sentidos que quando estimulados pode fazê-la sentir-se romântica. Isto veio completar o ciclo para mim há cerca de duas semanas. Lysa e eu deixamos as nossas meninas dormindo com os

amigos e dormimos fora da cidade por três dias. Fomos para um hotel nas montanhas, um lugar que favorecia os cinco sentidos femininos. Não havia TV (assim o canal de esporte estava fora de questão), mas para Lysa este lugar foi como se ela tivesse sido "raptada para um final de semana no mundo maravilhoso da mulher". Por três dias eu testemunhei uma transformação em minha esposa de fraudas de bebê, pratos sujos e pressões e prazos de trabalho, para uma completa doçura e relaxamento. Você pensaria que depois de um dia o lugar poderia ficar um pouco entediado, mas isto não aconteceu. Para ela foi algo tão agradável como seria para você ou para mim estarmos em um barco Triton de dezenove pés durante três dias no lago Okeechobee. Ou talvez jogando com Tiger Woods no torneio de Augusta um dia antes do Masters. Este maravilhoso final de semana suavizou os sentidos de Lysa e fez aflorar a sua feminilidade; e eu fui o feliz e beneficiado.

Tenho aprendido que o sexo não é um acontecimento, é um ambiente. Não é um ato com a minha esposa, é uma atmosfera. Esta atmosfera não tem que ser um final de semana fora em um hotel, pode ser reproduzido dentro de sua casa. Descubra o que faz com que ela se sinta especial e cortejada e proporcione-o a ela. Talvez seja relaxando em um banho quente com seu livro favorito, enquanto as velas estão acesas e uma musica suave está tocando. Enquanto a sua esposa está sendo agradada deste modo em sua própria casa, você pode colocar as crianças para dormir e chegar-se a ela a tempo de ser um vencedor, o felizardo que desfrutará da feminilidade renovada de sua esposa.

MELHORIA PARA O LAR – *Escreva algo que você sabe que estimularia cada um dos cinco sentidos de sua esposa.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Um elogio por dia tem um grande alcance... e o elogio só será valido se ela estiver vestida.*

Lisa [Moline]

Capítulo 22

"Porque Sim"

Grace levantou os olhos do antigo e gasto álbum de fotos e viu Richard, o carteiro apressado, fazendo o seu caminho pelo frio ate sua porta. *Que jovem bonito,* ela pensou. Grace gostava de caminhar ate a caixa de correio no final da primavera e no verão, mas o ar frio de novembro parecia penetrar através de sua pele fina. Apesar de em seu coração ainda sentir-se uma jovem, uma garota energética, sua idade agora era evidente a si mesma. Suas dores e sofrimento fizeram-na cuidadosa e vagarosa. Como o ar ficou mais frio, Richard passou a entregar a correspondência de Grace em sua porta. Grace nunca tinha pedido esse favor, o que tornou um gesto ainda mais bonito. *Talvez,* Grace pensou, *ele esteja simplesmente cativado pela beleza de uma mulher idosa.* Ela sorriu. *Ou talvez sinta-se cativado pelos biscoito que algumas vezes lhe dou.* De qualquer maneira, Grace senta-se feliz por vê-lo chegando.

Hoje foi um dia especialmente solitário para Grace. Era dezessete de novembro. Ninguém além de Jim saberia que esse dia era especial. Não era seu aniversario nem seu casamento. Para seus amigos e familiares era apenas o dia dezessete. Mas para Grace era o dia especial deles. Por quarenta e dois anos o dia dezessete de cada mês era o dia especial deles, como Jim diria, *porque sim.* Apesar de nunca terem sido financeiramente ricos, decidiram ser ricos em amor. Por essa razão, no dia dezessete Jim sempre encontrava uma maneira especial para dizer isto.

Através dos anos os presentes tinham sido simples como uma nota rabiscada ou um buquê de flores tão elaborado quanto aqueles que são comprados. Mas a mensagem era sempre a mesmas: "Porque sim". Certa vez ele pegou secretamente a aliança de Grace da caixa de jóias, e esculpiu nela os seus dizeres especiais. Ela ficou muito aflita, procurando pela casa toda e só a recuperou quando Jim a presenteou mais tarde naquela noite; isto também tinha se tornado parte da brincadeira.

Como ela encontrou tamanho conforto, confiança e união naquela duas simples palavras. Para Grace era mais que um gesto de amor, era um

símbolo visível de muito mais. Quando ela engravidou de cada uma das três crianças deles, estas palavras significavam: *você é ainda mais bonita quando esta assim, cheia de vida.* Quando ela ficou doente e não podia arrumar a casa e cozinhar, isto significava: *amo você pelo o que você é, não pelo o que você faz.* Quando tinham uma discussão, isso significava: *mesmo quando não olhamos olho no olho, eu ainda te amo.* Quando ela começou a ficar mais velha, isto significava: *sua beleza é eterna.* Apesar de Jim nunca ter sido homem de muitas palavras, o seu *porque sim* era perfeito e poético para Grace.

Jim havia falecido há três semanas. Não tinha sido uma morte repentina; os dois sabiam que o fim dele estava próximo. Passaram momentos agradáveis lembrando-se do passado, abraçaram-se, chorando, e por fim, tão rapidamente quando ele entrou quando ele entrou em sua vida há anos atrás, ele se foi. Ela sentia muita saudade dele, mas sentia paz com relação a isso tudo. Tiveram uma vida maravilhosa e não deixaram nada por dizer. Agora Grace adorava folhar o álbum de fotografia antigo saboreando fotos antigas, mas ainda, ela adorava tocar todas as lembranças que guardou ao longo dos anos, escritas com a caligrafia masculina de Jim.

Apesar de ter visto Richard, o carteiro, aproximar-se da porta, a campainha assustou Grace. Ela cuidadosamente deixou o álbum antigo e dirigiu-se à porta. Graciosamente, ela pegou as poucas cartas que o jovem lhe entregou e pediu desculpas por não poder ter tido disposição para fazer os biscoitos dele; talvez amanhã. Ela então vagarosamente até a cozinha e sentou á mesa para abrir a sua correspondência. Uma conta, outro cartão de aprovação, e então alguma coisa fez seu coração pulsar mais forte e ao mesmo tempo se derreter.

Seus olhos se encheram de lagrimas e suas mãos tremiam enquanto ela deslizava seus dedos por baixo da aba de trás do envelope. Era uma simples carta como sempre foram, entregues no dia dezessete como sempre tinha sido. Antes de morrer, Jim havia combinado com Richard para fazer uma ultima entrega especial: “nem mesmo a morte pode deter o meu coração. *Porque sim*, Jim’.

Algumas vezes uma pequena historia pode ilustrar um ponto muito melhor do que paginas de instrução. Este tipo de amor é o que o coração de sua bela mulher anseia. Não superficial, mas para sempre; não comercial, mas comprometido. Deixe esta historia entrar em seu coração e revelar-lhe algo mais sobre o tenro coração esperançoso de sua amada. Ela ficou

esperando a vida toda para ouvir você dizer algo simples, porem profundo: *Eu amo você, porque sim.*

MELHORIA PARA O LAR – *Escreva para sua esposa uma simples nota para dizer-lhe que você a ama porque sim.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Porem o maior destes é o amor.*

1corintios 13.13

Capítulo 23

A TPM é real

Art é um homem valoroso, que certamente gostaria de ter tido uma casa cheia de meninos. Porem Deus tinha um plano diferente para nossa família e nós temos uma cheia de meninas. Meninas que, devo acrescentar, têm roubado o coração do meu marido, e ele se deleita nelas todo o dia. Há uma coisa, no entanto, que têm deixado Art um pouco estressado sobre estar cercado por um mar de estrógeno. É a questão do hormônio.

Um dia estávamos tendo uma discussão a respeito das meninas e Art perguntou: "O que vou fazer quando vocês todas estiverem entrando na menopausa ao mesmo tempo?" Eu sorri. Sabia que o que ele estava querendo perguntar era: O que ele faria quando estivéssemos tendo sintomas da TPM ao mesmo tempo? (caso você não saiba, há uma diferença) Expliquei a diferença e então sugeri que quando o tempo chegar, que ele saia com seus amigos por alguns dias, a cada mês.

Em 1983, Niels H. Lauerson, M.D., e Eileen Stukane escreveram um livro intitulado *Premestrual Sydrome and You.* As seguintes palavras apareciam na capa: "Mais de cinco milhões de mulheres são ignorantes a respeito do serio desequilíbrio hormonal que as influencia 10 dias a cada mês. Sentem-se aterrorizadas pela violenta variação no humor, depressão e ganho de peso e não sabem o que causa tudo isto".

Jean Lush, em seu livro *Women and Stress,* descreve as fazes emocionais pelos quais uma mulher passa, usando as estações do ano. É uma das melhores descrições da TPM e uma proveitosa leitura tanto para sua esposa como para você. Aqui está um resumo do que ela escreve:

FASE 1: A FASE DA PRIMAVERA

Esta fase começa com o fluxo de sangue do ciclo menstrual e é dominada pelo estrógeno. Durante este período, a mulher se sente radiante e bem disposta como na primavera. (Isto é, depois que as cólicas e dores

ligadas à menstruação tiverem parado.) Novas ondas de vida rompem dentro dela. Ela é positiva, assertiva, sociável, feliz, enérgica e bem harmonizada. Pouco a ameaça e ela pode realizar quase todas as coisas. O relacionamento dela com o seu marido e com as crianças está agradável e relaxado. A tensão que ela sente antes do seu período menstrual desapareceu, e a vida passa a ser como um jogo completamente novo.

FASE 2: A FASE DO VERÃO

Este é um período calmo, feliz, positivo e criativo do mês. A mulher tem "sentimentos calorosos" pela sua família, seus amigos, e geralmente se sente satisfeita com a vida. Ela está um pouco menos assertiva do que na fase da primavera, mas é capaz de alcançar muitas realizações. O seu corpo está se movendo em direção à liberação de um óvulo para a fertilização. O estrógeno continua a dominar.

FASE 3: A FASE DO MEIO DO VERÃO

O meio do verão é o curto período durante o qual ocorre a ovulação. O óvulo parte do ovário para uma possível fertilização. A mulher normalmente se sente eufórica, maternal, calma sensual e participante. Todas as coisas na vida parecem absolutamente maravilhosas. Ela ama o seu marido e os seus filhos, que não pode errar. Todos estes sentimentos são influenciados pela produção de progesterona.

FASE 4: A FASE DO OUTONO

Imediatamente depois da ovulação, a mulher começa lentamente a perder suas energias à medida que entra na fase do outono. A leve depressão ou o abatimento se iniciam, e ela não se mostra mais entusiasmada em relação à vida, como há poucos dias. De repente o seu marido e os seus filhos não parecem muito amáveis. A assertividade se torna algo do passado e a sua confiança está enfraquecendo. Geralmente

suspeita-se que durante as fases do outono e inverno, as flutuações hormonais sejam responsáveis por estes sintomas indesejáveis.

FASE 5: A FASE DO INVERNO

O inverno começa perto da quarta semana do ciclo menstrual e muitas mulheres se tornam completamente odiosas. Estes são os sintomas típicos associados a esta fase: preguiça, depressão, irritabilidade, supersensibilidade emocional, choro, explosões emocionais, nervosismo, ressentimento explicito, hostilidade, desconfiança, frustração, oscilações repentinas de humor, irracionalidade, fome exagerada, sensibilidade física (e a lista continua). Felizmente, o fluxo menstrual chegará em poucos dias e a mulher se sentirá bem diferente logo que isto comece.

Sim, toda esta situação hormonal é desafiadora. É difícil suportar, mas deixe-me assegurá-lo de que isto também não é simples para as mulheres como passear no parque. Tenho me preocupado se devo estar ficando louca com todas estas flutuações e oscilações de humor. Porem, nem todas as mulheres são iguais. Enquanto estas descrições podem aplicar-se à maioria, a reação de sua esposa às variações hormonais pode ser diferente. De qualquer modo, entretanto, haverá mudanças; para a maioria haverá um período de dificuldade emocional.

Não digo isto para assustá-lo, mas para educá-lo. É importante que você entenda o que está acontecendo com o corpo de sua esposa. Se você estiver informado, poderá ajudá-la durante os períodos difíceis sem deixar-se afetar pelo mau humor dela. Não é algo que você possa concertar, mas você pode ser um auxilio inestimável para a sua esposa. Um abraço e algumas simples palavras de compreensão podem percorrer uma distancia muito grande aplainando a estrada acidentada da TPM.

AQUI ESTÃO CINCO COISAS QUE VOCÊ NUNCA DEVE DIZER À SUA ESPOSA DURANTE A TPM:

1. Por que você é tão emotiva? Você não pode superar isto?

2. Você sabe que deveria parar com os doces.

3. Você é a única mulher que conheço que tem estas explosões emocionais.

4. Se o seu relacionamento com o Senhor estivesse correto, você não precisaria lutar tanto com tudo isto.

5. Acho que precisamos procurar um exorcista para você.

AQUI ESTÃO CINCO COISAS BOAS PARA DIZER À SUA ESPOSA DURANTE A TPM:

1. Querida, eu te amo. Independente de tudo, eu te amo.

2. Existe alguma coisa que posso fazer por você?

3. Acho que você merece algum tempo a sós; deixe-me colocar as crianças para dormir.

4. Mesmo triste você ainda é bonita.

5. Vamos tomar um sorvete!

MELHORIA PARA O LAR – *Entenda o ciclo de sua esposa e as suas reações singulares em cada estação. Peça que ela lhe ajude a maçar em seu calendário as suas datas aproximadas de seus próximos ciclos.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Todo marido precisa saber que quando os hormônios estão ativos e sua esposa desorientada – é necessário agarrá-la, abraçá-la e dizer-lhe "eu te amo".*

Linda [St. Louis]

Capítulo 24

Sua esposa precisa ser amada nos períodos em que é mais dificil amá-la

As mulheres são criaturas emocionais complexas. Não é necessário que você entenda completamente ou mesmo imagine todos os "altos e baixos" que ocorrem na vida dela. Nem ela é capaz de entender tudo sobre si mesma. Mas procurar amá-la, a despeito de tudo, é um objetivo valioso a seguir. Cindy, de Princeville, demonstrou grande sabedoria ao responder minha pesquisa. Ela disse: "Se estou chorando, abrace-me. Se estou sorrindo, abrace-me. Se estou lavando os pratos, abrace-me. Se eu fugir do seu abraço, especialmente então, abrace-me!"

Tenha certeza de que sua esposa precisa ser amada nas ocasiões em que é mais difícil amá-la. Ao tentar explicar isto ao Art, percebi que eu precisava utilizar uma ilustração para ajudá-lo a entender. Ao pensar a respeito de qual exemplo usar para ajudá-lo a entender o que eu estava dizendo, decidi comparar as minhas necessidades emocionais às necessidades sexuais dele.

Sexo – este é um assunto que os maridos entendem muito bem. Pelo menos entendem a necessidade que tem de intimidade sexual de um modo consistente. Sei que se eu não estiver satisfazendo as necessidades intimas do Art, ele estará propenso a ser tentado nesta área. Se Art não estiver satisfazendo as minhas necessidades emocionais, estarei propensa a ser tentada nesta área. Provavelmente lutarei contra a insegurança e a duvida em relação a autenticidade do amor que ele sente por mim, se não estiver se esforçando para me satisfazer emocionalmente. Já enfatizei que a importância fundamental para minha vida vem do meu relacionamento com o Senhor, mas assim como Art precisa de mim sexualmente, preciso dele emocionalmente.

Este é o ponto onde o dilema freqüentemente acontece. Sei que é mais difícil me amar nos momentos em que me sinto emocionalmente necessitada. Preciso que Art me satisfaça emocionalmente, assim como as minhas necessidades físicas precisam ser satisfeitas com comida. Se eu

alimentar o meu corpo de modo consistente, terei energia e me sentirei capaz de trabalhar. Se, no entanto, meu corpo físico estiver faminto, me sentirei irritada, apática e incapaz de despender energia.

Imagine como se sente quando você e sua esposa passam um longo período sem relacionarem-se sexualmente. É assim que ela se sente quando já faz tempo que vocês dois não se unem emocionalmente. Nesta situação ela estará emocionalmente faminta e certamente apresentará os mesmos sintomas que descrevi quando um corpo sente falta de comida. Ela se mostrará irritada e difícil de amar. Mas quando isto acontece é quando ela mais precisa do seu amor.

Efésios 5.25-27 diz: "Vós, maridos, amai a vossas mulheres, como também Cristo amou a igreja, e a si mesmo se entregou por ela, a fim de a santificar, tendo-a purificado com a lavagem da água, pela palavra, para apresentá-la a si mesmo igreja gloriosa, sem mácula, nem ruga, nem qualquer coisa semelhante, mas santa e irrepreensível". Um pouco antes destes versos, Paulo, autor deste livro da Bíblia, aconselha as esposas a obedecerem aos seus maridos (v.22). a Bíblia *NIV Life Application Study Bible* traz o seguinte comentário a respeito destes versos:

> Paulo dedica o dobro de palavras para aconselhar os maridos a amar as suas esposas do que para pedir às esposas que obedeçam aos maridos. Como um homem deve amar sua esposa? (1) Deve estar disposto a sacrificar tudo por ela, (2) dar a maior importância ao seu bem-estar, e (3) cuidar dela como cuida de seu próprio corpo. Nenhuma esposa precisa temer submeter-se a um homem que a trata dessa maneira.

Cristo ama a igreja com o amor "ágape". Este é um amor puro, incondicional e sacrificial. É um amor baseado na decisão de que não importa como, esteja ela agradável ou mal-humorada, você decide amá-la. Este é o amor que faz com que o marido busque constantemente a sua mulher. Este amor procura ativamente saber como amá-la. Esse amor se dá e faz tudo o que é possível mesmo quando está cansado e não se sente em condições de fazer ou se dar. Este é o amor que conduziu Cristo a fazer o que fez pela igreja, dando por ela a própria vida. É assim que Deus quer que cada marido ame a sua esposa.

Em seu livro intitulado *A Marriage Without Regrets,* Kay Arthur escreve:

> Como Jesus amou a igreja?

Ele se humilhou, cingiu-se com uma toalha e lavou os pés empoeirados, para que a igreja pudesse ser limpa. Alem disto, purificou-a com a lavagem de água, pela Palavra.

Ele ofereceu a sua carne para ser ferida por homens maus, para que a igreja se tornasse gloriosa, sem macula, nem ruga, nem coisa semelhante.

Ele morreu em uma rude cruz, para que a igreja se tornasse santa e irrepreensível.

Oh! Querido, o nosso Senhor nos ama com defeito e tudo! Incondicional, sacrificial, pacifica, permanente e afetuosamente. Deus perdoa e não abandona. Leia os evangelhos e veja-o em ação; leia as epistolas e veja-o sendo explicado. Então você saberá como o marido deve amar a sua esposa... Você pode imaginar o que aconteceria em todos os lares de seu país se os maridos começassem a amar suas esposas com este amor *ágape?* Você pode descrever o que aconteceria com o índice de divórcios? Ele cairia vertiginosamente como a bolsa de valores na Grande Depressão – a única diferença seria que ao invés de uma depressão, o seu país teria o maior crescimento já visto.

Isto é fácil? Claro que não. Vale a pena o esforço? Claro que sim. Haverá dias em que será fácil amar a sua esposa. Haverá dias em que para amá-la você precisará de toda a sua coragem e força. Permita-me deixar-lhe as palavras que o Senhor deu a Josué quando ele estava prestes a conduzir os israelitas à Terra Prometida. Josué também estava cansado. Também se sentiu incapaz. Talvez exatamente como você. Mas ele foi bem-sucedido porque guardou a Palavra de Deus em seu coração guerreiro: "Não to mandei eu? Esforça-te, e tem bom ânimo; não te atemorizes, nem te espantes; porque o Senhor teu Deus está contigo, por onde quer que andares" (Js 1.9).

MELHORIA PARA O LAR – *Leia Josué, capitulo 1 e registre os seus pensamentos aqui.*

PENSAMENTO PARA O DIA – *Posso todas as coisas naquele que me fortalece.*

Filipenses 4.13

Conclusão

Sê forte e corajoso

Certo dia eu estava folheando uma papelada dobrada esquecida nos arquivos, quando me deparei com uma antiga lista de endereços de alunos da classe de Escola Dominical de recém-casados que Art e eu freqüentamos quando nos casamos. Passei os olhos na lista, primeiro recordando os tempos felizes e as lembranças engraçadas. Lembrei-me do tempo em que todos juntos jogamos a nossa própria versão do "jogo dos Recém-Casados" – (*The Newlywed Game*). Houve uma ocasião em que fomos para uma praia afastada e agimos como crianças em um campo de golfe turístico em miniatura. E como eu poderia me esquecer do popular "papo sobre sexo" ministrado por nosso professor, um ginecologista, todos os anos perto do Dia dos Namorados. Então, a medida que eu continuava a ler os nomes, meu humor se tornou triste quando percebi quantos daqueles casais já não estavam mais juntos.

Nossa classe, que havia se unido durante todos aqueles anos, e que entrou junta nesta aventura como jovens casais, tinha caído como uma presa nas estatísticas, com as quais estamos bem familiarizados. Alguns tinham se arruinado por causa dos problemas financeiros e outras falhas e pressões na carreira profissional. Houve incidentes heterossexuais e até homossexuais. Uma tragédia de corações partidos, vidas e lares destruídos. Maridos e esposa foram feridos, e pior ainda, crianças pequenas também foram feridas.

Eu não podia julgar qualquer destes casais, por mais que suas historias tenham me entristecido, porque, a não ser pela graça de Deus e nosso firme comprometimento com Ele, Art e eu podíamos ter sido uma daquelas tragédias. O casamento é difícil. Às vezes todos nós temos sentido que nosso casamento é mais difícil do que o da maioria. E, oh! Como o engodo do divorcio parece, às vezes, ter a capacidade de nos afastar de todo conflito e contenda e registrar nossa decisão nos termos jurídico politicamente correto: "diferença irreconciliáveis" ou "incompatibilidade de gênios". Contudo, trair o nosso compromisso de um

para com o outro e nossa aliança com Deus faz com que percamos uma das bênçãos mais preciosas na vida: o casamento.

Estamos cientes de que queremos que o nosso casamento dê certo, mas às vezes, não sabemos como dar sentido a tudo isto. Há diferenças de gênero e diferença de personalidade. Temos necessidades diferentes, em diferentes proporções, com diferentes expectativas. O que começou como um simples amor cresceu de modo incrivelmente complexo e confuso. Eu sei bem como é isto, porque o vivi diretamente.

O que menos desejei ao escrever este livro foi lançar mais informações em seu caminho. Vivemos em uma cultura onde somos sobrecarregados de informação. Muitos maridos estão familiarizados com os princípios do casamento, mas percebi que faltava a inspiração para unir suas mentes com os seus corações. Minha intenção é balancear alguns novos discernimentos com historias inspiradoras, levando a mensagem central ao seu lar; lembrá-lo de que o se casamento vale a pena; então continue perseverando.

Minha oração por você, que leu esta mensagem, é que enxergue sua esposa de uma maneira nova e excitante. Espero que alguma coisa que você tenha lido tenha tocado o seu coração e a sua alma, fazendo você se apaixonar completamente por ela, mais uma vez. Ao iniciar uma nova jornada a partir daqui, sinta-se seguro de ter o que é necessário para ser o herói de sua esposa e conquistar o seu coração.

fim