

---

BUSCA  
DA  
EXCELÊNCIA

---



BUSCA DA  
EXCELÊNCIA

“...procurai com zelo os melhores dons; e eu vos mostrarei um caminho mais excelente.”

I Coríntios 12:31

“Para que aproveis as coisas excelentes, para que sejais sinceros, e sem escândalo algum até ao dia de Cristo;”

Filipenses 1:10

“Portanto pela fé foi dada a lei de Moisés. Pela dádiva de seu Filho, porém, Deus preparou um caminho mais excelente; e foi pela fé que isso se cumpriu.

Êter 12:11

Título do Original em inglês:

“Pursuit of Excellence”

Traduzido para o Português em 1976

Primeira Edição 1976

© Intellectual Reserve, Inc.

Segunda Edição 1978



## BUSCA DA EXCELÊNCIA

A Busca da Excelência é um desafio de mérito, destinado a auxiliar o participante a desenvolver uma vida cristã de amor e serviço. Atingir este objetivo requer um esforço sério e diligente em todos os aspectos da vida: espiritual, intelectual, social e físico.

O desafio Busca da Excelência visa fortalecer, nos membros da igreja que desejarem participar dele, o apego aos princípios do evangelho. Toda pessoa que se empenhar na Busca da Excelência deverá pautar sua vida tão cuidadosamente, segundo o exemplo sagrado e permanente do Salvador Jesus Cristo, que os princípios sagrados do evangelho sejam incorporados em sua vida para a eternidade.

“Qualquer princípio de inteligência que alcançarmos nesta vida, surgirá conosco na ressurreição. E se nesta vida uma pessoa, por sua diligência e obediência, adquirir mais conhecimento e inteligência do que outra, ela terá tanto mais vantagem no mundo futuro” (D&C 130:18,19).

Nada mais revigorante do que trabalhar arduamente para a realização de um propósito nobre e de valor. Algumas das metas da Busca da Excelência são: ganhar e fortalecer uma convicção pessoal sobre a realidade de Deus, o Pai, de Seu Filho, Jesus Cristo, e do Espírito Santo; viver com compreensão, solidariedade e integridade junto aos nossos semelhantes;

ser honesto em todo relacionamento; desenvolver novas habilidades; ampliar nossa mente; ler as palavras inspiradas de homens tocados pelo Espírito de Deus; buscar os pensamentos e feitos bons e enaltecedores da humanidade; e compreender a importância do corpo físico e da necessidade de lhe oferecer os devidos cuidados.

“E se vossos olhos estiverem fitos em minha glória, todo o vosso corpo se encherá de luz e em vós não haverá trevas; e o corpo que é cheio de luz compreende todas as coisas” (D&C 88:67).

Para aqueles que se engajam na realização de objetivos eternos, a vida se torna mais abundante. O plano descrito nas páginas seguintes poderá ser cumprido por qualquer pessoa que tenha o desejo sincero de melhorar a si próprio, para assim poder servir aos demais com maior eficiência. Esta é uma oportunidade excelente para se descobrir a força e o poder do evangelho de Jesus Cristo.

Leia cuidadosamente as páginas seguintes. Seja honesto e introspectivo ao escolher suas metas.

Uma vez escolhidas as suas metas, comprometa-se a seguir um plano cuidadosamente desenvolvido a fim de atingir tais metas. Seja diligente ao seguir o plano. Preste contas regularmente sobre seu progresso ao seu Pai



## BUSCA DA EXCELÊNCIA

(CONTINUAÇÃO)

Celestial. Possivelmente você achará útil também discutir seus objetivos, planos e progresso com um amigo compreensivo e de confiança.

Não tome sobre si, de uma só vez, mais do que poderá razoavelmente cumprir. Suas metas deverão ser desafiadoras mas realistas. O sábio Rei Benjamim aconselhou o seguinte:

“E vede que todas estas coisas sejam feitas com sabedoria e ordem; porque não se exige que o homem corra mais rapidamente do que suas forças o permitam. E, novamente, é necessário que ele seja diligente, para que assim possa ganhar o galardão; portanto todas as coisas devem ser feitas em ordem” (Mosias 4:27).

Assim, através do princípio “linha sobre linha, preceito sobre preceito; um pouco aqui, um pouco ali”, será alcançado crescimento rumo à excelência (D&C 128:21).

Crescimento e satisfação pessoais e maior poder para servir aos outros são as recompensas decorrentes do cumprimento dos desafios da Busca da Excelência. Presidente David O. McKay ensinou que:

“Todo impulso nobre, toda expressão de amor altruísta, todo sofri-

mento corajoso pelo direito; toda renúncia do eu em favor de algo superior ao eu; toda abnegada devoção a um princípio; toda forma de ajuda à humanidade; todo ato de autocontrole; toda verdadeira coragem de alma, não derrotada pela pretensão e pela astúcia, mas por ser, fazer, e viver o bem por amor ao próprio bem — isto é espiritualidade...

Espiritualidade, nossa verdadeira meta, é a consciência da vitória sobre si mesmo, e da comunhão com o infinito. A espiritualidade impele o ser humano a conquistar as dificuldades e a adquirir cada vez mais força. Sentir as faculdades desabrochando e a verdade expandindo na alma é uma das experiências mais sublimes da vida” (*Man May Know for Himself*. Compilado por Clare Middlemiss — Salt Lake City: Deseret Book Co., 1967, p. 72).



Os desafios que seguem são um começo; em seguida deverão vir como um programa para toda a vida, no qual constantemente se procura estabelecer e atingir objetivos de valor.



## PLANEJAR PARA OBTER SUCESSO

Abaixo se encontra um exemplo de um quadro simples para registro de um objetivo e de um plano para alcançá-lo. Escrever o objetivo e o plano é um importante elemento de sucesso.

<i>O Que Fazer</i>	<i>Como Fazer</i>
Ler o Livro de Mórmon até (data), marcando e registrando as passagens de significado especial para mim.	<ol style="list-style-type: none"><li>1) Comprar um exemplar barato do Livro de Mórmon, lápis de cor, e um caderno até (data).</li><li>2) Desenvolver (ou escolher) um sistema para marcar e registrar as escrituras principais.</li><li>3) Ler e marcar o Livro de Mórmon das 6:45 às 7:15 da manhã de 2ª a 6ª feira, a partir de (data).</li><li>4) Rever as escrituras marcadas e registrar as idéias e impressões aos domingos, das 14 às 15 horas.</li><li>5) Avaliar o progresso em relação à realização do objetivo todo primeiro domingo de cada mês.</li><li>6) Registrar o objetivo, o progresso e a complementação em um diário pessoal.</li></ol>



DESAFIOS  
ESPIRITUAIS

Todo participante é exortado a aceitar os três primeiros desafios enumerados a seguir. Caberá a cada indivíduo escolher os demais desafios espirituais.

“Portanto, em verdade vos digo que todas as coisas são espirituais...” (D&C 29:34)

1) Fortalecer testemunho próprio do evangelho através do jejum, oração e estudo. Compartilhar o teste-

munho nas ocasiões apropriadas.

2) Engajar-se em um programa sistemático de estudo sério das escrituras.

3) Ler Enos 1–5. Tomando Enos como exemplo, aumentar o poder da oração em sua própria vida. Procurar chegar-se mais ao Pai Celestial através de uma comunicação diária e sincera.

À escolha do participante:

4)

---

---

---

---

---

---

5)

---

---

---

---

---

---

6)

---



---

---

---

---

---



## EXEMPLOS DE DESAFIOS ESPIRITUAIS

1) Elaborar e cumprir um programa de um ano de extensiva leitura de materiais da Igreja. (Livros ou escritos de autoria dos presidentes da Igreja e outras Autoridades Gerais, ou estudos similares importantes do evangelho poderão também ser considerados.)

2) Organizar um arquivo pessoal de ensinamentos e idéias, incluindo citações, provérbios, relatos escritos, e experiências inspiradoras, a fim de enriquecer discursos e aulas. Aceitar toda e qualquer oportunidade para utilizar este material em discursos ou aulas, fazendo os devidos reconhecimentos e referências às fontes.

3) Manter um diário pessoal. Anotar experiências ou acontecimentos espirituais memoráveis, metas para o futuro, setores de progresso pessoal e pensamentos e sentimentos pessoais.

4) Fazer o Curso Básico de Aperfeiçoamento Didático, aceitando em seguida um chamado para dar aulas ativamente na Igreja.

5) Formar-se no Instituto de Religião da Igreja.

6) Cumprir honrosamente uma missão de tempo integral para A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias.

7) Cumprir honrosamente uma missão de Estaca.

8) Frequentar o templo pelo menos uma vez por mês.

9) Colaborar na conversão de uma pessoa à Igreja, ou na reativação de um membro

10) Fazer um curso de história da família, patrocinado ou aprovado pela Igreja. Completar pelo menos quatro gerações num gráfico de linhagem da própria família. Redigir uma história da família contando incidentes, antecedentes, e experiências inspiradoras, baseando-se em pesquisas e entrevistas.



DESAFIOS  
INTELECTUAIS

Todo participante é exortado a aceitar os dois primeiros desafios abaixo. Caberá a cada indivíduo decidir sobre os demais desafios intelectuais.

“... buscai diligentemente e ensinai-vos uns aos outros palavras de sabedoria; sim, nos melhores livros buscai palavras de sabedoria; procurai conhecimento, sim, pelo estudo e também pela fé” (D&C 88:118).

1) Planejar e cumprir um programa de leitura de obras selecionadas e inspiradoras. A escolha dos livros

poderá refletir interesses em diversos campos ou acentuar um tema particular.

2) Desenvolver um novo interesse em qualquer campo da criatividade (como poesia, ficção, composição musical, pintura, dança, artesanato, fotografia, teatro) ou em um passatempo (tal como coleção de selos, moedas, sementes, folhas, insetos, trabalho em madeira, astronomia, etc.).

Dê ênfase ao envolvimento e participação num campo que lhe seja novo.

À escolha do participante:

3)

---

---

---

---

4)

---

---

---

---

---

5)

---

---

---

---

---



## EXEMPLOS DE DESAFIOS INTELECTUAIS

1) Ampliar um talento que já possui, como redação, música, pintura, dança. Buscar a excelência a ponto de poder apresentar-se, expor ou mostrar seu talento publicamente. (As competições, exposições, programas e publicações da Estaca ou da Região são caminhos que se abrem à criatividade.)

2) Ampliar sua apreciação cultural, cumprindo um programa de estudo (de um ano) de alguma forma de arte disponível em sua área, como ópera, concertos sinfônicos, teatros, museus, balés e danças folclóricas.

3) Ampliar sua apreciação cultural, freqüentando regularmente os eventos culturais de sua localidade.

4) Participar regularmente de um grupo de crítica literária. As obras podem pertencer a qualquer categoria literária, inclusive biografias, teatro, ficção e poesia.

5) Participar com os familiares ou outro grupo de um estudo estruturado sobre outros países. Preparar e apresentar material sobre diferentes regiões e culturas.

6) Ampliar seus conhecimentos em uma área acadêmica específica, como história, ciências, literatura, política ou filosofia. Onde for possível, participar de aulas ou de uma série de palestras a respeito da área escolhida. Este desafio é sugerido para aqueles que não estejam fazendo curso superior.

7) Aprender a falar e escrever em outra língua (pelo menos o básico).

8) Sob a direção do sacerdote, pesquisar, escrever e publicar (se possível) a história de uma ala ou estaca, incluindo texto e ilustrações.

9) Formar-se em um curso reconhecido de nível superior.



DESAFIOS  
FÍSICOS

Todo participante é exortado a aceitar os dois primeiros desafios enumerados a seguir. Caberá a cada indivíduo decidir sobre os demais desafios físicos.

“Cessai de ser ociosos; cessai de ser impuros; ...cessai de dormir mais que o necessário; recolhei-vos cedo, para que não vos canseis; levantai-vos cedo, para que vosso corpo e vossa mente sejam revigorados” (D&C 88:124).

1) Estabelecer um programa de condicionamento físico, adequado às suas necessidades, que o ajude a conseguir melhores condições de saúde. Fazer regularmente os exercícios de aptidão física.

2) Avaliar sua fidelidade ao espírito total da Palavra de Sabedoria. Estabelecer uma meta de melhoramento particularmente em termos de hábitos alimentares e de repouso.

À escolha do participante:

3)

---

---

---

---

---

4)

---

---

---

---

---

5)

---

---

---

---

---



## EXEMPLOS DE DESAFIOS FÍSICOS

- 1) Atingir o peso apropriado.
- 2) Adquirir maior habilidade em determinado esporte ou atividade recreativa, tal como natação, mergulho, tênis, basquete, boliche, patinação, futebol, ou outras próprias de sua cultura.
- 3) Adquirir maior aptidão numa atividade ocupacional ou artesanal, como marcenaria, antigüidades, tricô, datilografia, etc.
- 4) Melhorar significativamente sua aparência pessoal por meio de saúde e vigor físico, atitude otimista, encanto pessoal e gentileza, boa apresentação e recato no vestir. (Considere postura, voz e disposição.)
- 5) Participar regularmente de um programa de atletismo ou esporte recreativo da ala ou estaca.
- 6) Participar individualmente ou em grupo de uma atividade física que lhe seja nova, como ciclismo, montanhismo, campismo, excursões a pé, remo, ou outra atividade física semelhante apropriada à sua cultura.
- 7) Participar de grupos organizados para atividades recreativas, acentuando o aumento da aptidão física através do interesse e empenho grupal.

### Observação:

- 1) Quando se tem em vista mudanças drásticas nos esforços físicos, recomenda-se consultar o médico.
- 2) Pessoas portadoras de deficiências físicas poderão qualificar-se escolhendo outras metas dentro de sua capacidade física.



## DESAFIOS DE SERVIÇO

Todo participante é exortado a estabelecer metas específicas em cada uma das áreas de oportunidade de serviço enumeradas a seguir. O serviço prestado deverá ser significativo e sistemático.

“Quando estais a serviço de vosso próximo, estais somente a serviço de vosso Deus.” (Mosias 2:17)

1) Prestar um serviço especial à própria família. Se não estiver morando em casa, esse serviço poderá ser prestado aos colegas de quarto ou membros do grupo de noite familiar.

---

---

---

---

---

2) Prestar serviços sistemáticos à Igreja, além daqueles pertencentes ao(s) seu(s) chamados).

---

---

---

---

---

3) Prestar serviço significativo a indivíduos ou grupos fora de seu círculo familiar imediato.

---

---

---

---

---



## EXEMPLOS DE DESAFIOS DE SERVIÇO

Os serviços escolhidos deverão ser prestados por um determinado período de tempo e de uma maneira reservada e sigilosa, sem procurar aplausos, e sem pensar em recompensa ou reciprocidade.

1) Ensinar uma arte ou uma habilidade a alguém que não tenha recursos para pagar tal treinamento ou que provavelmente não desenvolveria tais dons sem sua ajuda.

2) Mostrar uma amizade especial por uma ou mais crianças órfãs de pai ou mãe, levando-as a programas ou atividades proveitosas, como acontecimentos culturais ou esportivos, acampamentos ou excursões.

3) Auxiliar os idosos, divorciados, os que vivem sós, ou outros que possam necessitar de ajuda com os afazeres domésticos, consertos, ou trabalhos de jardim ou horta.

4) Integrar novos membros da Igreja ou novos membros da ala. Orientá-los na maneira de viver dos santos dos últimos dias, ou auxiliá-los a se entrosarem em sua nova ala.

5) Escrever regularmente cartas de incentivo e encorajamento a algum missionário, a alguém no serviço militar, amigo, ou membro ausente da ala, que não seja parente imediato. Continuar escrevendo mesmo no caso do destinatário não ter tempo para responder.

6) Auxiliar pessoas cujas atividades sejam limitadas, como os internados em asilos ou hospitais, ou que tenham alguma incapacidade física

ou mental. Sob a direção do sacerdote, talvez através da Sociedade de Socorro, visitá-las, ler para elas, ou ajudá-las de outra forma apropriada.

7) Depois de consultar os respectivos pais e líderes, auxiliar uma criança que necessite de ainda nos trabalhos escolares, atividades físicas ou enriquecimento cultural.

8) Dar de seu tempo e talentos físicos a um projeto de valor, servindo como treinador num programa atlético, diretor de acampamento de jovens, diretor de instituição desportiva de bairro, líder de escotismo, ou assistente voluntário de professor.

9) Sob a direção do sacerdócio, visitar encarcerados. Levar-lhes esperanças e incentivo por meio de participação em projetos e atividades inspiradores.

10) Participar de um projeto de grupo para fornecer livros e publicações recentes da Igreja para prisões, hospitais, casas de repouso e bibliotecas.

11) Contribuir para a manutenção financeira de um missionário de tempo integral, através do bispo ou presidente do ramo.

12) Ir além do que for especificamente solicitado e ajudar o bispo ou organizações da ala na limpeza, preparação ou decoração de uma atividade.

13) Muitas outras atividades de serviço poderão ser selecionadas. Use a imaginação.



## DESAFIOS DE CARÁTER

Todo participante desejará avaliar seu padrão pessoal de honestidade e integridade. Os membros de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias reconhecem a importância de colocarem sua vida em harmonia com os princípios de virtude e retidão ensinados pelo Salvador. O desenvolvimento de um caráter nobre e elevado deverá ter primazia na busca da excelência eterna, e sua ausência na vida dos membros da Igreja tornaria sem significado qualquer outra realização.

O participante deverá, através da oração, examinar sua vida e suas relações com seus semelhantes segun-

do a 13ª Regra de Fé.

“Cremos em ser honestos, verdadeiros, castos, benevolentes; virtuosos e em fazer o bem a todos os homens: na realidade, podemos dizer que seguimos a admoestação de Paulo — Cremos em todas as coisas e confiamos em todas as coisas, temos suportado muitas coisas e confiamos na capacidade de tudo suportar. Se houver qualquer coisa virtuosa, amável ou louvável, nós a procuraremos.”

O participante deverá escolher áreas nas quais ele sente necessitar de crescimento.

Áreas nas quais estou me esforçando para melhorar:

1)

---

---

---

---

2)

---

---

---

---

3)

---

---

---

---



## EXEMPLOS DE DESAFIOS DE CARÁTER

Os desafios escolhidos pelo participante são pessoais e subjetivos. Devem ser cumpridos por um período de tempo ininterrupto, incorporando-se em seu caráter por toda a vida.

1) Ler Mateus 5:38–42. Empenhar-se em aplicar o princípio das “duas milhas” em todo seu relacionamento com os semelhantes, fazendo mais do que se espera de você.

2) Praticar ou fazer aos outros como deseja que lhe façam, no autêntico espírito da “Regra de Ouro” do Mestre. (Ver Mateus 7:12.)

3) Tomar cuidado ao fazer promessas e assumir compromissos. Quando prometer algo justo, tomá-lo como sua sagrada palavra de honra e agir de acordo.

4) Ler Provérbios 16:18–22. Procurar eliminar o falso orgulho de seu caráter. Evitar fazer ou dizer qualquer coisa que dê a impressão de que você é arrogante ou desdenhoso.

5) Procurar ser verdadeiro em tudo o que disser. Evitar mexericos ou mentiras, por menores que sejam. Considerar cuidadosamente suas palavras, evitando assim ferir ou ofender o próximo.

6) Aceitar designações de boa vontade e cumpri-las da melhor forma possível.

7) Tomar e honrar a resolução de levar uma vida moralmente limpa.

8) Dar o devido crédito ao trabalho alheio em discursos, conversas ou em trabalhos escritos.

9) Tomar e honrar a resolução de não trapacear de forma alguma.

10) Decidir nunca apossar-se de nada que pertença a outra pessoa, companhia ou organização, por ínfima que seja, sem permissão expressa do proprietário.

11) Não invejar o próximo ou procurar tomar o que lhe pertence por meios impróprios.

12) Cultivar amizades e companhias que procurem sinceramente manter ideais elevados,

13) Aprender a gostar do trabalho duro, honrado e dedicar-se a ele.

14) Ser honesto em todos os seus negócios e relacionamentos, seja profissionalmente, na Igreja ou em casa.

15) Cultivar a paciência, a tolerância, e o amor pelos familiares, colegas de quarto e outras companhias.

16) Considerar sagrado tudo o que lhe for confidenciado.

17) Ser corajoso o suficiente para reconhecer erros, desculpar-se quando necessário, reparar o mal no caso de ter cometido ofensa.

A IGREJA DE  
**JESUS CRISTO**  
DOS SANTOS  
DOS ÚLTIMOS DIAS

