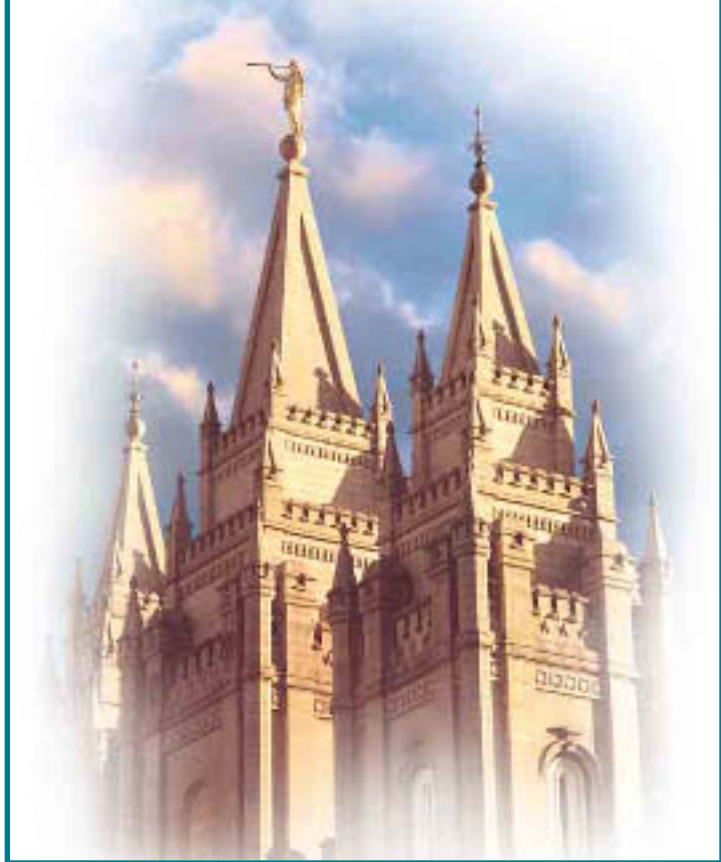
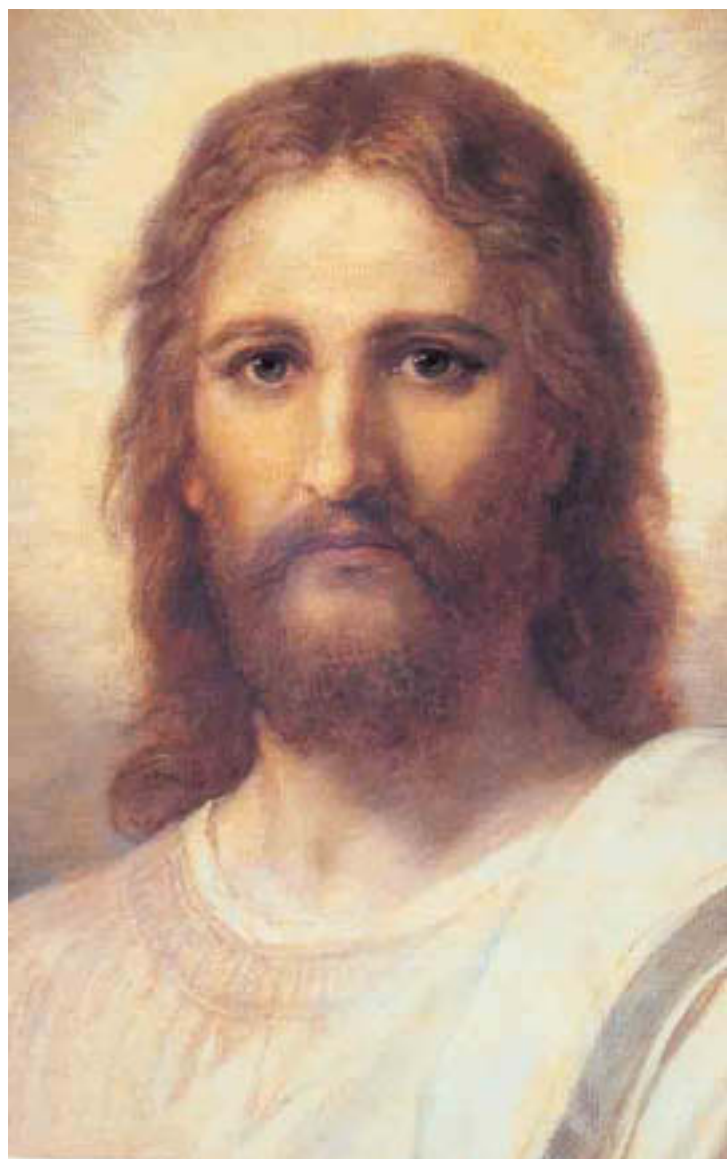


Para o

Vigor da Juventude

Cumprir Nosso Dever para com Deus





Página 7: “*Veio um Leproso, e O Adorou*”, por Harry Anderson
© Pacific Press Publishing Association, Nampa, Idaho. Usado com permissão.

© 2002 por Intellectual Reserve, Inc.
Todos os direitos reservados.
Impresso no Brasil.

Aprovação do Inglês: 11/00
Aprovação da tradução 11/00
Tradução de *For the Strength of Youth*
Portuguese

S U M Á R I O

Mensagem da Primeira Presidência	2
Arbítrio e Responsabilidade	4
Gratidão	6
Educação	9
Família	10
Amigos	12
Vestuário e Aparência	14
Diversão e Mídia	17
Música e Dança	20
Linguagem	22
Namoro	24
Pureza Sexual	26
Arrependimento	29
Honestidade	31
Observância do Dia do Senhor	32
Dízimos e Ofertas	34
Saúde Física	36
Prestar Serviço ao Próximo	38
Prosseguir com Fé	40
O Cristo Vivo	43
A Família: Proclamação ao Mundo	44

MENSAGEM DA PRIMEIRA PRESIDÊNCIA

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

Queridos rapazes e moças, depositamos grande confiança em vocês. Vocês são espíritos escolhidos que nasceram nestes dias em que as responsabilidades e oportunidades, assim como as tentações, são as maiores. Estão iniciando sua jornada por esta vida mortal. Seu Pai Celestial deseja que ela seja alegre e que os leve de volta à Sua presença. As decisões que tomarem agora determinarão em grande parte aquilo que ocorrerá durante sua vida e na eternidade.

O Senhor ama vocês, por isso deu-lhes os mandamentos e as palavras dos profetas para guiá-los em sua jornada. Algumas das diretrizes mais importantes para sua vida encontram-se neste folheto. Testificamos que estes princípios são verdadeiros.

Nós lhes prometemos que, ao cumprirem estes padrões e viverem de acordo com as verdades das escrituras, vocês estarão aptos a realizar o trabalho de sua vida com maior sabedoria e habilidade, assim como suportarão as provações com maior coragem. Vocês terão a ajuda do Espírito Santo. Sentir-se-ão bem consigo mesmos e serão uma influência positiva na vida dos outros. Serão dignos de ir ao templo a fim de receberem as ordenanças sagradas. Estas bênçãos e muitas mais podem ser suas.

Oramos por todos vocês. Que possam manter sua mente e corpo limpos dos pecados do mundo, para que possam realizar o grande trabalho que se encontra à sua frente. Oramos para que possam ser dignos de levar adiante as responsabilidades de edificar o reino de Deus e preparar o mundo para a Segunda Vinda do Salvador.

A Primeira Presidência

ARBÍTRIO E RESPONSABILIDADE

“Portanto os homens são livres (...) para escolher a liberdade e a vida eterna por meio do grande Mediador de todos os homens, ou para escolherem o cativeiro e a morte.”
(2 Néfi 2:27)

Seu Pai Celestial deu-lhes o arbítrio, a capacidade de escolher entre o certo e o errado e de agir por si mesmos. Foi-lhes conferido o Espírito Santo para ajudá-los a distinguir o bem do mal. Enquanto estão aqui na Terra, estarão sendo provados para verificar se usarão, ou não, seu arbítrio para demonstrar amor a Deus, guardando os Seus mandamentos.

Embora sejam livres para escolher por si mesmos, não são livres para escolher as conseqüências de suas ações. Ao tomar uma decisão, vocês arcarão com as conseqüências dessa decisão. Essas conseqüências podem não ser imediatas, mas sempre ocorrerão, sejam elas boas ou más. As escolhas erradas retardarão seu progresso e os levarão ao pesar e à angústia. As escolhas corretas os levarão à felicidade e vida eterna. É por isso que é tão importante que vocês escolham o que é certo durante toda a sua vida.

Vocês são responsáveis pelas escolhas que fizerem. Não devem culpar as circunstâncias, a família ou os amigos, se decidirem desobedecer aos mandamentos de Deus. Vocês são filhos e filhas de Deus e, como tal, possuem um poder enorme. Vocês têm a capacidade de escolher a retidão e felicidade, não importando quais sejam suas circunstâncias.

Vocês são também responsáveis pelo desenvolvimento das habilidades e talentos que seu Pai Celestial lhes deu. São responsáveis perante Ele pelo que fazem com suas habilidades e como despendem seu tempo. Não o desperdicem. Estejam dispostos a trabalhar muito. Decidam realizar muitas coisas boas por sua livre e espontânea vontade.

📖 *Mateus 25:14–29*



G R A T I D Ã O

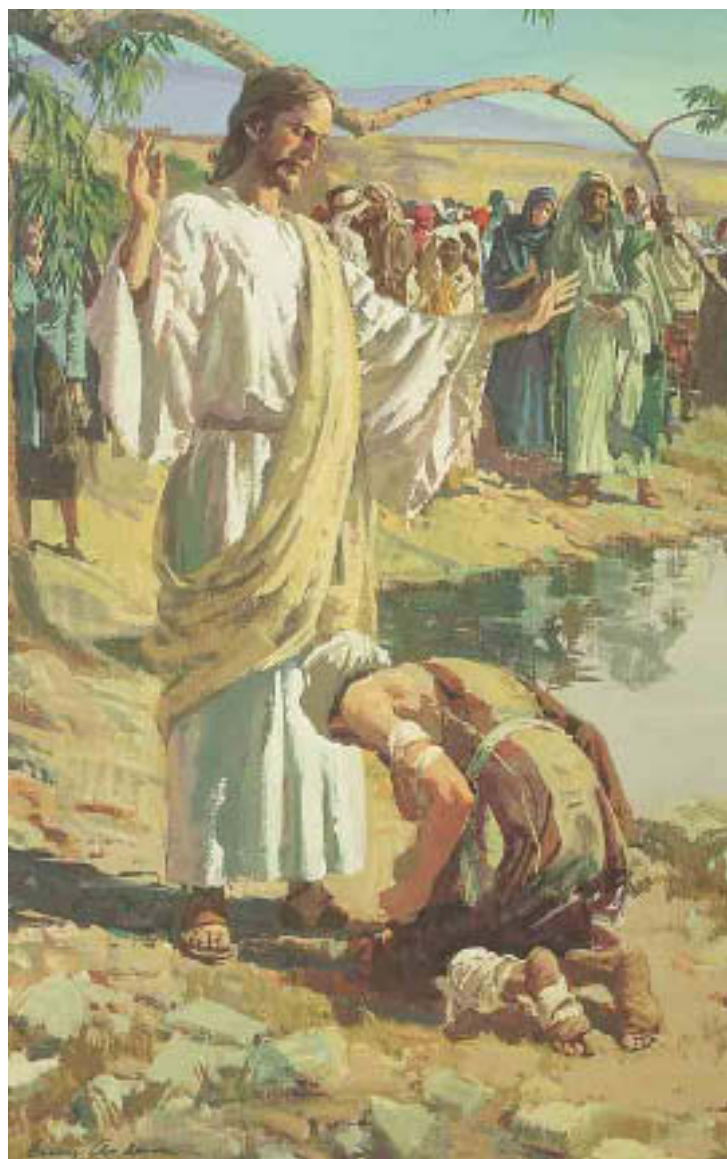
“E aquele que receber todas as coisas com gratidão será glorificado.” (D&C 78:19)

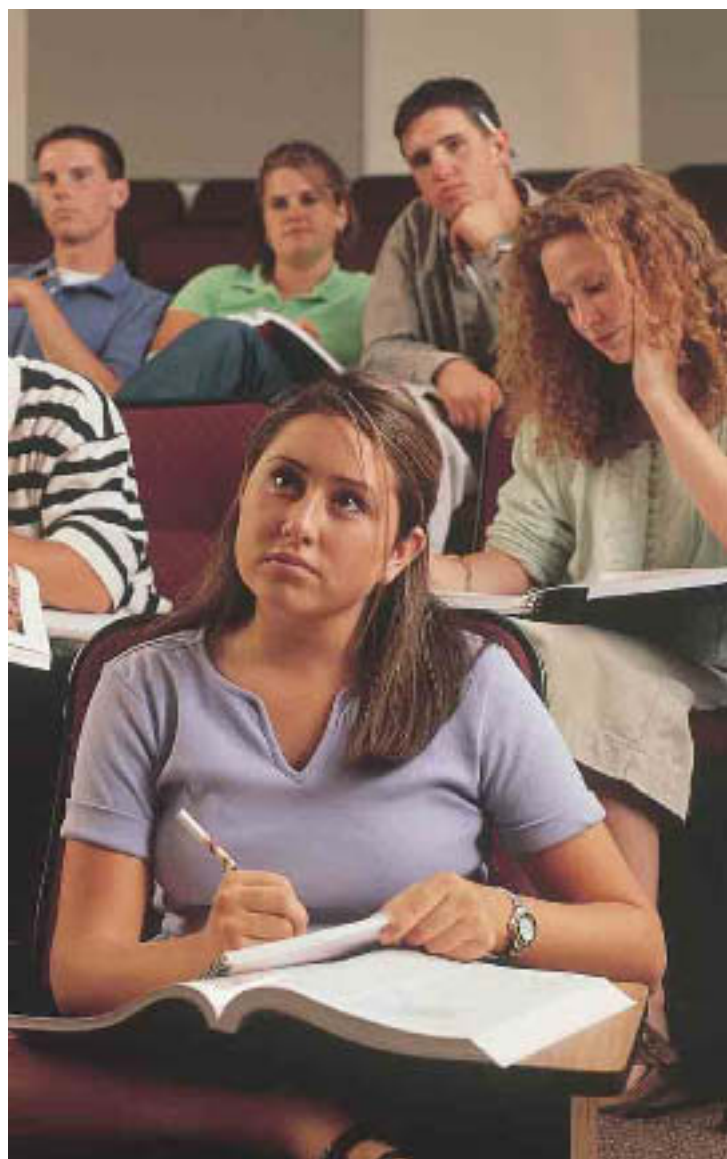
O Senhor quer que vocês tenham um espírito de gratidão em tudo que fazem e dizem. Vivam com um espírito de gratidão e terão maior felicidade e satisfação na vida. Mesmo em seus momentos mais difíceis, vocês poderão encontrar muito pelo que ser gratos. Assim fazendo, serão fortalecidos e abençoados.

Em suas orações, antes de pedir bênçãos, abram seu coração para Deus em agradecimento pelo que já receberam. Agradeçam-Lhe por sua família, por seus amigos e entes queridos, pelos líderes e professores, pelo evangelho e por Seu Filho, Jesus Cristo.

Vocês podem também expressar gratidão ao Senhor pelo seu modo de vida. Quando guardam os mandamentos Dele e servem aos outros, vocês demonstram que O amam e que Lhe são gratos. Expressem gratidão a todas as pessoas que os ajudem de alguma forma.

 *Lucas 17:12–19*





E D U C A Ç Ã O

“Aprende sabedoria em tua mocidade.”

(Alma 37:35)

O Senhor quer que vocês eduquem sua mente e aperfeiçoem suas habilidades e aptidões. A educação os ajudará a exercer uma boa influência no mundo. Ajudá-los-á a prover melhor para si, seus entes queridos e aqueles que estão necessitados.

Estejam prontos a trabalhar diligentemente e a fazer sacrifícios para adquirir conhecimento. A educação é um investimento que proporciona grandes recompensas. Vocês vivem em um mundo competitivo em que a boa educação abre as portas de oportunidades que, de outra forma, ficariam fechadas para vocês.

Mantenham seu entusiasmo pelo aprendizado durante toda a vida. Encontrem alegria no aprendizado contínuo a respeito de si mesmos, de outras pessoas e do mundo à sua volta. Estudem as palavras do Senhor e continuem a aprender a respeito do plano de seu Pai Celestial. Façam do seminário uma parte importante de todo o seu aprendizado.

 *Doutrina e Convênios 88:77–80*

F A M Í L I A

“A felicidade na vida familiar é mais provável de ser alcançada quando fundamentada nos ensinamentos do Senhor Jesus Cristo. O casamento e a família bem-sucedidos são estabelecidos e mantidos sob os princípios da fé, da oração, do arrependimento, do respeito, do amor, da compaixão, do trabalho e de atividades recreativas salutareis.” (“A Família: Proclamação ao Mundo”)

Ser parte de uma família é uma grande bênção. Sua família pode proporcionar-lhes companheirismo e felicidade, auxiliá-los a aprender princípios corretos em uma atmosfera de amor, e ajudá-los a preparar-se para a vida eterna. Nem todas as famílias são iguais, mas cada uma delas é importante para o plano do Pai Celestial.

Façam sua parte para edificar um lar feliz. Sejam agradáveis, úteis e atenciosos com os outros. Muitos problemas no lar são criados porque os membros da família falam ou agem de modo egoísta ou maldoso. Interessem-se pelas necessidades de outras pessoas da família. Procurem ser pacificadores em vez de provocar, brigar e discutir. Lembrem-se de que a família é a unidade mais sagrada da Igreja.

Honrem seus pais, demonstrando-lhes amor e respeito e sendo obedientes. Estejam prontos para ajudar em casa

nas tarefas que precisam ser feitas. Participem de atividades da família e de suas tradições, inclusive da oração familiar, noites familiares e leitura das escrituras em família. Essas tradições fortalecem e unificam as famílias. Dêem um bom exemplo para os demais familiares.

Fortaleçam o relacionamento com seus irmãos e irmãs. Eles podem tornar-se seus melhores amigos. Apóiem-nos nas coisas pelas quais se interessam e ajudem-nos se estiverem enfrentando problemas.

📖 *Efésios 6:1–3*



A M I G O S

“Quando o fizestes a um destes meus pequeninos irmãos, a mim o fizestes.” (Mateus 25:40)

Escolham cuidadosamente seus amigos. Eles influenciarão grandemente a sua maneira de pensar e agir, e até mesmo ajudarão a determinar o tipo de pessoa que vocês irão tornar-se. Escolham amigos que partilhem de seus valores, de modo que vocês possam fortalecer e incentivar uns aos outros a viverem padrões elevados. Um verdadeiro amigo os incentivará a ser o melhor possível.

Para ter bons amigos, sejam antes bons amigos. Demonstrem interesse pelos outros e façam com que saibam que vocês se importam com eles. Tratem a todos com bondade e respeito. Façam um esforço maior para ser amigos daqueles que são tímidos ou não se sintam parte do grupo.

Convidem seus amigos de outras religiões para as reuniões e atividades da Igreja, onde eles possam aprender a respeito do evangelho. Ajudem-nos a sentir-se bem-vindos e queridos. Muitas pessoas já se filiaram à Igreja por meio do exemplo e da amizade de seus amigos. Não se ofendam se seus amigos não aceitarem

seu convite para aprender mais sobre o evangelho. Simplesmente continuem a ser seus amigos.

Façam um esforço especial para aproximar-se dos novos conversos e de membros menos ativos. Ajudem-nos a sentir-se bem-vindos entre seu grupo de amigos. Vocês podem fortalecê-los, compartilhando seu testemunho e dando um bom exemplo.

 *Alma 17:1–2*



VESTUÁRIO E APARÊNCIA

“Não sabeis vós que sois o templo de Deus e que o Espírito de Deus habita em vós? (...) O templo de Deus, que sois vós, é santo.” (I Coríntios 3:16–17)

Seu corpo é criação sagrada de Deus. Respeitem-no como a uma dádiva de Deus, e não o profanem de modo algum. Vocês podem, por meio de seu vestuário e aparência, demonstrar ao Senhor que sabem quão precioso é seu corpo. Vocês podem demonstrar que são discípulos de Jesus Cristo.



Os profetas de Deus sempre aconselharam seus filhos a vestir-se com recato. A maneira pela qual vocês se vestem é um reflexo de como são interiormente. Seu vestuário e aparência enviam aos outros mensagens a seu respeito, influenciando o seu modo de agir, assim como o dos outros. Quando estão bem arrumados e vestidos com recato, convidam a companhia do Espírito e podem exercer uma boa influência naqueles que os cercam.

Nunca diminuam seus padrões de vestimenta, qualquer que seja a ocasião. Caso o façam, vocês estarão enviando a mensagem de que estão usando seu corpo



para conseguir atenção e aprovação, e de que o recato só é importante quando conveniente.

Entre as roupas indiscretas estão saias e shorts muito curtos, roupas apertadas, blusas que não cobrem a barriga e outros trajes reveladores. As moças devem usar roupas que cubram os ombros e evitar vestimentas que sejam decotadas na frente ou atrás, ou reveladoras, de qualquer outro modo. Os rapazes também devem manter o recato na aparência. Todos devem evitar os extremos nas roupas, aparência e penteado. Estejam sempre limpos e apresentáveis, evitando ficar desleixados ou inadequadamente informais no vestir, no arrumar-se ou em suas maneiras. Perguntem a si mesmos: “Será que eu me sentiria à vontade vestido dessa maneira, se estivesse na presença do Senhor?”

Algum dia, vocês receberão suas investiduras no templo. Suas vestimentas e comportamento devem ajudá-los a preparar-se para essa sagrada ocasião.

Não se desfigurem, usando tatuagens ou *piercings*. Se as moças ou mulheres desejarem furar as orelhas, são incentivadas a usar apenas um par de brincos simples.

Demonstrem respeito ao Senhor e a si mesmos, vestindo-se adequadamente para as reuniões e atividades da Igreja, sejam elas no domingo ou durante a semana. Se não estiverem certos do que é adequado, peçam a ajuda de seus pais ou líderes.

 *Alma 1:27*

D I V E R S Ã O E M Í D I A

“Se houver qualquer coisa virtuosa, amável, de boa fama ou louvável, nós a procuraremos.” (décima terceira Regras de Fé)

Qualquer coisa que leiam, ouçam ou observem terá efeito em vocês. Portanto, escolham apenas diversões e meios de comunicação que possam edificá-los. A boa diversão os ajudará a ter bons pensamentos e a fazerem escolhas acertadas. Ela os ajudará a se divertirem sem perder o Espírito do Senhor.

Embora muitas diversões sejam boas, algumas delas podem desviá-los da vida reta. Matérias ofensivas podem freqüentemente ser encontradas em sites da Internet, shows, filmes, música, fitas de vídeo, DVDs, livros, revistas, gravuras e outros meios de comunicação. Satanás se utiliza dessas diversões para enganá-los, fazendo o que é errado e mau parecer normal e emocionante.

Não freqüentem locais, assistam a cenas ou participem de divertimentos que sejam de qualquer forma vulgares, imorais, violentos ou pornográficos. Não participem de entretenimentos que, de algum modo, apresentem a imoralidade ou o comportamento violento como aceitáveis.

A pornografia em todas as suas formas é especialmente perigosa e causa dependência. O que começa como uma simples curiosidade pode transformar-se em um hábito destrutivo que passará a



controlar sua vida. Poderá levá-los à transgressão sexual e mesmo a um comportamento criminoso. A pornografia é um veneno que enfraquece seu autocontrole, muda a maneira pela qual vocês vêem as outras pessoas, faz com que percam a orientação do Espírito e pode até mesmo afetar sua capacidade de ter um relacionamento normal com seu futuro cônjuge. Se vocês se depararem com a pornografia, afastem-se dela imediatamente.

As demonstrações de violência retratadas pela mídia geralmente fazem com que um comportamento maldoso pareça glamouroso. Elas ofendem o Espírito e tornam vocês menos capazes de reagir aos outros de maneira sensível e carinhosa. Elas contradizem a mensagem do Salvador de que devemos amar uns aos outros.

Tenham a coragem de sair do cinema ou da sessão de vídeos, desligar o computador ou a televisão, mudar a estação de rádio ou deixar de lado uma revista, se o que estiver sendo apresentado não corresponder aos padrões do nosso Pai Celestial. Ajam dessa forma, mesmo que os outros não o façam. Informem aos seus amigos e a família que estão comprometidos em guardar os padrões de Deus. Vocês possuem o dom do Espírito Santo, que lhes dará força e os ajudará a fazer boas escolhas.

 *Morôni 7:12–19*

MÚSICA E DANÇA

*“Louva ao Senhor com cânticos, com música,
com dança.” (D&C 136:28)*

A música é uma parte importante e poderosa da vida. Ela pode ser uma influência para o bem e que os ajuda a chegar mais perto do Pai Celestial. No entanto, pode também ser usada para propósitos iníquos. A música profana pode parecer inócua, mas terá efeitos maléficos em sua mente e espírito.

Escolham cuidadosamente as músicas para ouvir. Prestem atenção ao que sentem quando as ouvem. Não escutem músicas que afastem o Espírito, incentivem a imoralidade, valorizem a violência, usem linguagem impura ou ofensiva, promovam o satanismo ou outras práticas maléficas.



Dançar pode ser divertido e proporcionar uma oportunidade de conhecer novas pessoas. No entanto, a dança pode ser usada de forma inadequada. Ao dançar, evitem o contato pleno com o corpo de seu par. Não fiquem em posições nem façam movimentos que sugiram comportamento sexual. Planejem e freqüentem bailes em que o vestuário, a iluminação, a letra das músicas e o som contribuam para uma atmosfera saudável onde o Espírito do Senhor possa estar presente.

📖 *Doutrina e Convênios 25:12*



L I N G U A G E M

“Não saia da vossa boca nenhuma palavra torpe, mas só a que for boa.” (Efésios 4:29)

Sua maneira de falar diz muito sobre quem vocês são. Uma linguagem limpa e inteligente é evidência de uma mente brilhante e saudável. Usem uma linguagem que edifique, incentive e enalteça aos outros. Não insultem ninguém ou o deprecie, mesmo por brincadeira. Falem bondosa e positivamente sobre os outros, para que possam cumprir o mandamento do Senhor de amar uns aos outros. Ao empregar uma boa linguagem, estão convidando o Espírito para estar com vocês.

Usem sempre o nome de Deus e de Jesus Cristo com reverência e respeito. Empregar inadequadamente o nome Deles é pecado. O linguajar ou gestos profanos, vulgares ou grosseiros, assim como piadas imorais, são ofensivos ao Senhor e às outras pessoas. A linguagem



obscena prejudica seu espírito e os degrada. Não permitam que outros os influenciem a usá-la.

Escolham amigos que empreguem uma linguagem aceitável. Ajudem os que estão à sua volta a empregarem uma linguagem adequada por meio de seu exemplo, encorajando-os positivamente a escolher outras palavras. Afastem-se educadamente ou mudem de assunto quando quem estiver perto de vocês usar um linguajar inaceitável.

Caso tenham desenvolvido o hábito de blasfemar, vocês poderão vencê-lo. Iniciem tomando a decisão de mudar. Orem pedindo ajuda. Se começarem a empregar palavras que saibam ser erradas, fiquem em silêncio ou digam o que têm a dizer de maneira diferente.

📖 *Tiago 3:2-13*



N A M O R O

“O Senhor nos tornou atraentes uns para os outros com um propósito grandioso. Mas, essa mesma atração torna-se um barril de pólvora, a menos que seja mantida sob controle.

(...) É por esse motivo que a Igreja aconselha a evitar o namoro precoce.” (Presidente Gordon B. Hinckley)

Nas culturas em que os encontros e o namoro são aceitáveis, um bom relacionamento pode ajudá-los a desenvolver amizades duradouras e, com o tempo, poderão encontrar um companheiro eterno. Saiam apenas com aqueles que tenham altos padrões e em cuja companhia vocês possam manter seus padrões. Um rapaz e uma moça em um encontro são responsáveis por ajudar a manter seus padrões e a proteger a honra e a virtude de cada um. Vocês devem honrar a santidade do sacerdócio e da feminilidade.

Não namorem até que tenham pelo menos dezesseis anos de idade. Namorar antes disso pode levar à imoralidade, limitar o número de outros jovens que vocês poderão vir a conhecer e privá-los de experiências que os ajudarão a escolher um parceiro eterno.

Nem todos os adolescentes precisam namorar, ou desejam fazê-lo. Muitos jovens não namoram durante sua adolescência porque não estão interessados, não têm oportunidades, ou simplesmente porque desejam

retardar a formação de relacionamentos sérios. No entanto, boas amizades podem e devem ser desenvolvidas em todas as idades.

Quando começarem a namorar, saiam em grupos ou em pares. Evitem sair sempre com a mesma pessoa. Certifiquem-se de que seus pais sejam apresentados àqueles com quem vocês saem. Vocês poderão convidar seu par para atividades com sua família. Planejem encontros que sejam positivos e não dispendiosos, e que os ajudem a conhecer melhor um ao outro. Façam coisas que ajudem vocês e seus companheiros a manter o auto-respeito e a permanecer próximos do Espírito do Senhor.

📖 *II Coríntios 6:14*



P U R E Z A S E X U A L

“Os poderes sagrados de procriação [devem ser] empregados somente entre homem e mulher, legalmente casados.”

(“A Família: Proclamação ao Mundo”)

A intimidade física entre marido e mulher é bela e sagrada. É ordenada por Deus para a criação de filhos e para a expressão do amor conjugal. Deus ordenou-nos que a intimidade sexual fosse reservada para o casamento.

Quando vocês obedecem ao mandamento de Deus de ser sexualmente puros, preparam-se para realizar convênios sagrados no templo e mantê-los. Vocês se preparam para edificar um casamento sólido e para trazer filhos ao mundo como parte de uma família que se ama. Vocês se protegem contra os danos emocionais que sempre advêm da troca de intimidades sexuais com alguém fora dos laços do casamento.

Não tenham nenhuma relação sexual antes de casar-se, e sejam completamente fiéis a seu cônjuge depois do casamento. Satanás os tentará para que racionalizem e achem que as intimidades sexuais antes do casamento são aceitáveis quando as duas pessoas se amam. Isso não é verdade. À vista de Deus, os pecados sexuais são extremamente sérios porque aviltam o poder que Deus nos deu para criar a vida. O profeta Alma ensinou que os pecados sexuais são mais graves do que quaisquer outros

pecados, com exceção do assassinato ou negar o Espírito Santo. (Ver Alma 39:5.)

Antes de casar-se, não façam nada que desperte as poderosas emoções que só devem ser manifestadas no casamento. Não troquem beijos apaixonados, nem deem uns por cima dos outros, não toquem as partes íntimas e sagradas do corpo de outra pessoa, com ou sem roupas. Não permitam que ninguém faça isso com vocês. Não despertem essas emoções em seu próprio corpo.

Nas culturas em que os encontros e o namoro são aceitáveis, tratem sempre seus companheiros com respeito, nunca como um objeto a ser usado para seus desejos lascivos. Permaneçam em situações seguras onde possam facilmente controlar seus sentimentos físicos.



Não participem de conversas ou atividades que despertem desejos sexuais.

A atividade homossexual é um pecado sério. Se estiverem lutando contra uma atração por alguém do mesmo sexo, procurem o conselho de seus pais e bispo. Eles os ajudarão.

As vítimas de estupro, incesto ou outros abusos sexuais não são culpadas de pecado. Se vocês foram vítimas de qualquer um desses crimes, saibam que são inocentes e que Deus os ama. Procurem o conselho de seu bispo imediatamente, para que ele possa ajudar a guiá-los pelo processo da cura emocional.

Se vocês forem tentados a cometer transgressões sexuais, procurem a ajuda de seus pais, seu bispo e amigos em quem possam confiar. Orem ao Senhor, que os ajudará a resistir à tentação e sobrepujar pensamentos e sentimentos inadequados.

Se tiverem cometido transgressões sexuais, iniciem agora o processo de arrependimento para que possam encontrar paz interior e tenham a plena companhia do Espírito. Busquem o perdão do Senhor. Falem com seu bispo. Ele os ajudará a obterem o perdão disponível para aqueles que realmente se arrependem.

 *Gênesis 39:1–12; Doutrina e Convênios 38:42*

ARREPENDIMENTO

“Aquele que se arrependeu de seus pecados é perdoado e eu, o Senhor, deles não mais me lembro.” (D&C 58:42)

O Salvador deu Sua vida por nós e sofreu por nossos pecados. Esse grande sacrifício é chamado de Expição. Por meio da Expição, vocês podem receber o perdão e ser limpos de seus pecados, ao se arrependerem. Quando fizerem o que é necessário para receber o perdão, conhecerão por si mesmos o poder da Expição e o amor que Deus lhes dedica. Vocês sentirão a paz do Senhor Jesus Cristo, que lhes trará grande força.



Satanás quer que vocês pensem que não podem arrepender-se, mas isso absolutamente não é verdade. O Salvador lhes prometeu o perdão, se fizerem o que é exigido. Quanto mais cedo se arrependerem, mais cedo encontrarão as bênçãos que advêm do perdão.

Algumas pessoas quebram os mandamentos de Deus conscientemente, esperando arrepender-se antes de irem ao templo ou servirem em uma missão. Esses pecados deliberados zombam da Expição do Salvador e convidam Satanás a influenciar sua vida. O arrependimento por esse comportamento é difícil e pode levar muito tempo. Se pecarem dessa maneira, poderão perder anos de bênçãos e orientação espiritual. Vocês podem cair na armadilha do comportamento pecador, tornando difícil encontrar o caminho de volta.

Vocês precisam sempre confessar seus pecados ao Senhor. Devem também confessar seus pecados àqueles a quem ofenderam. Se vocês cometeram pecados sérios, como imoralidade, precisam confessá-los para o seu bispo.

 *Alma 36:6–24*

H O N E S T I D A D E

“Não furtarás. Não dirás falso testemunho.”

(Êxodo 20:15–16)

Sejam honestos consigo mesmos, com os outros e com o Senhor. Quando vocês são honestos de todas as maneiras, edificam a força de caráter que lhes permitirá ser de grande valia para Deus e para os outros. Vocês serão abençoados com paz de espírito e auto-respeito. Quando são honestos, terão a confiança do Senhor e dos outros que os cercam.

A desonestidade prejudica a vocês e geralmente também aos outros. Quando mentem, roubam, furtam em lojas, ou enganam, vocês causam danos a seu espírito e tornam-se menos capazes de realizar coisas boas. Sejam dignos de confiança em seu emprego, trabalhando honestamente pelo que recebem.

Não racionalizem, achando que o errado é certo, ainda que muitas pessoas à sua volta possam pensar que não há mal em ser desonesto. Ser honesto exige coragem e compromisso de fazer o que vocês sabem ser certo.

 *Alma 27:27*

O B S E R V Â N C I A D O D I A D O S E N H O R

“Lembra-te do dia do sábado, para o santificar.”

(Êxodo 20:8)

O Senhor estabeleceu esse dia para seu benefício e ordenou-lhes que o santificassem. Observar o Dia do Senhor os aproximará mais Dele e de sua família. Isso lhes dará o descanso e o vigor necessários.

Muitas atividades edificantes são adequadas para o Dia do Senhor. Adorar ao Senhor, ir à igreja, passar um tempo sossegado com a família, estudar o evangelho, responder a cartas, escrever no diário, realizar o trabalho de história da família e visitar os doentes e os que não podem sair de casa. Seus trajés de antes, durante e após as reuniões da igreja devem demonstrar respeito pelo Dia do Senhor.

Ao procurar um emprego, conversem com seu possível empregador sobre seu desejo de assistir às reuniões dominicais e guardar o Dia do Senhor. Muitos empregadores dão valor a empregados com essas

convicções pessoais. Sempre que possível, escolham um emprego que não exija que trabalhem aos domingos.

Domingo não é um feriado ou um dia para recreação ou atletismo. Não procurem diversão nem gastem dinheiro nesse dia. Mostre aos amigos os seus padrões, para que eles não tentem persuadi-los a participar de atividades que não sejam apropriadas para o Dia do Senhor.

📖 *Doutrina e Convênios 59:9–13*



D Í Z I M O S E O F E R T A S

“Trazei todos os dízimos à casa do tesouro, (...) e fizeti prova de mim nisto, diz o Senhor dos Exércitos, se eu não vos abrir as janelas do céu, e não derramar sobre vós uma bênção tal até que não haja lugar suficiente para a recolherdes.”

(Malaquias 3:10; 3 Néfi 24:10)

A lei do dízimo é um mandamento importante a que vocês devem obedecer durante toda a sua vida. O dízimo é um décimo de sua renda.

Pagar o dízimo demonstra sua gratidão por tudo que Deus lhes tem dado. É um modo de ajudar a construir o reino de Deus na Terra. O dízimo é usado para construir templos e capelas, traduzir e publicar as escrituras, fornecer materiais da Igreja aos membros, fazer a obra missionária, realizar o trabalho do templo e da história da família e manter os seminários e institutos.

Sua atitude é importante ao pagar o dízimo. Paguem-no por terem fé no Senhor e porque O amam. Paguem-no de boa vontade e com um coração agradecido. Paguem-no em primeiro lugar, mesmo quando acharem que não têm o dinheiro suficiente para satisfazer às suas outras necessidades. Isso os ajudará a sobrepujar o egoísmo e a serem mais receptivos ao Espírito.

Ao final de cada ano, programem um horário para o acerto do dízimo com seu bispo. Esta é uma reunião na qual vocês examinam os registros de suas contribuições e declaram se pagaram, ou não, um dízimo integral.

Obedeçam à lei do jejum, jejuando uma vez por mês (se a saúde permitir), geralmente no primeiro domingo do mês. Uma observância adequada do dia de jejum inclui não ingerir alimentos ou água por duas refeições consecutivas e doar uma generosa oferta para ajudar aos que estão necessitados. Iniciem e terminem seu jejum com oração, pedindo uma bênção especial para uma necessidade específica.

📖 *Doutrina e Convênios 119:3–4*



SAÚDE FÍSICA

“E todos os santos que se lembrarem de guardar e fazer estas coisas, (...) receberão saúde para o umbigo e medula para os ossos; e encontrarão sabedoria e grandes tesouros de conhecimento, sim, tesouros ocultos; e correrão e não se cansarão; e caminharão e não desfalecerão.” (D&C 89:18–20)

O Senhor ordenou-lhes que cuidassem bem de seu corpo. Para fazer isso, guardem a Palavra de Sabedoria, encontrada em Doutrina e Convênios 89. Comam alimentos nutritivos, façam exercícios regulares e durmam o suficiente. Quando fizerem todas essas coisas, ficarão livres de vícios prejudiciais e terão controle sobre sua vida. Vocês receberão as bênçãos de um corpo saudável, uma mente alerta e a orientação do Espírito Santo.

Nunca façam uso de produtos derivados do tabaco, como cigarros, rapé, fumo para mascar, charutos e fumo para cachimbo. Eles causam extrema dependência e prejudicarão seu corpo, encurtando sua vida. Também não bebam café ou chá, pois eles causam dependência e por isso são prejudiciais.

Qualquer forma de álcool é prejudicial ao seu corpo e espírito. Estar sob a influência do álcool enfraquece seu julgamento e autocontrole e pode levá-los a quebrar a lei da castidade ou outros mandamentos. A bebida pode levar ao alcoolismo, que destrói pessoas e famílias.

Qualquer droga, produto químico ou prática perigosa que sejam usados para produzir uma falsa sensação de prazer pode destruir seu bem-estar físico, mental e espiritual. Nisso se incluem as drogas ilícitas, medicamentos com ou sem receita médica tomados com exagero, e produtos químicos domésticos.

Nunca permitam que Satanás ou outros os levem a pensar que quebrar a Palavra de Sabedoria os tornará mais felizes ou mais atraentes.

📖 *Daniel 1:3–20*



P R E S T A R S E R V I Ç O A O P R Ó X I M O

“Nisto todos conhecerão que sois meus discípulos, se vos amardes uns aos outros.” (João 13:35)

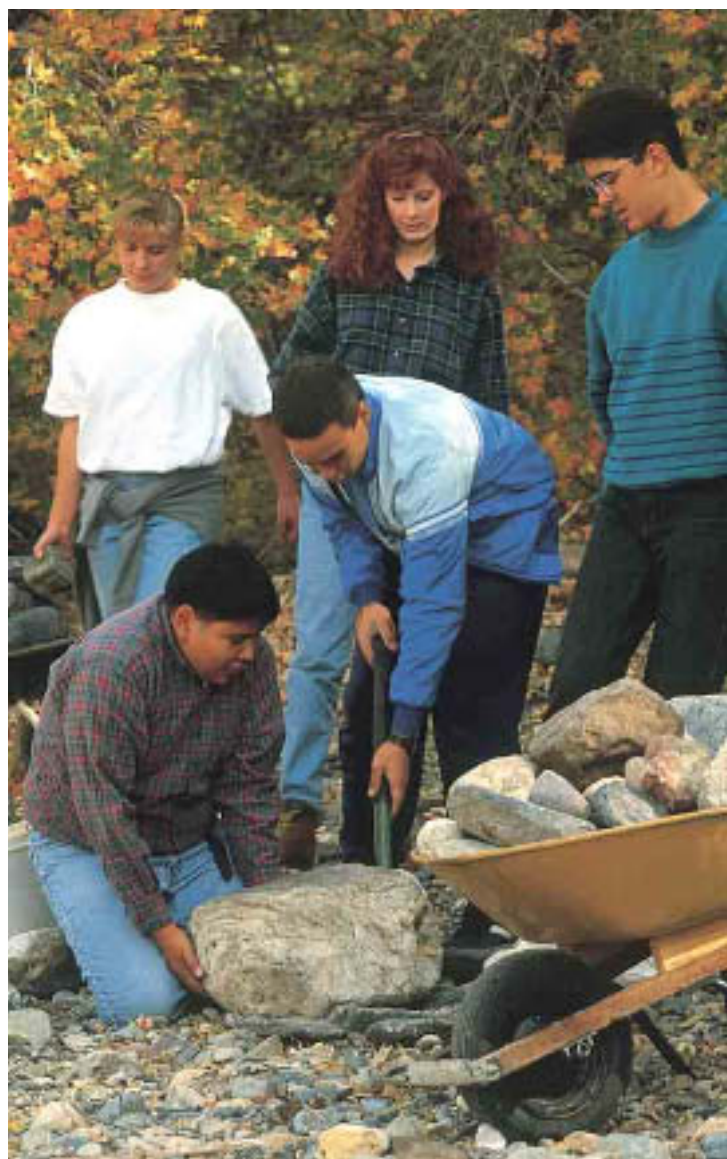
O serviço ao próximo é uma das características mais importantes de um discípulo de Jesus Cristo. Um discípulo está ansioso para levar a carga de outras pessoas e consolar os que necessitam de consolo. (Ver Mosias 18:8–9.) Frequentemente o Pai Celestial atenderá às necessidades de outras pessoas por meio de vocês.

Ao servir, tenham o Salvador como seu exemplo. Embora Ele tenha vindo ao mundo como o Filho de Deus, Ele serviu humildemente àqueles à sua volta.

Existem muitas maneiras de servir ao próximo. Vocês podem servir em suas designações da Igreja e em casa, na escola e na comunidade. Procurem diariamente a orientação do Espírito Santo para saber a quem servir e como ajudar a atender às necessidades deles. Com frequência, o serviço mais importante é demonstrado por meio de atos de bondade simples e diários.

Ao se dedicarem a servir os outros, vocês se aproximarão mais do Pai Celestial. Seu coração se encherá de amor. Sua capacidade aumentará, e sua vida, assim como daqueles que estão à sua volta, serão abençoadas.

 *Lucas 10:25–37*



P R O S S E G U I R C O M F É

Os padrões apresentados neste folheto os ajudarão a fazer escolhas corretas. Examinem-nos com freqüência e perguntem-se: “Estou vivendo da maneira que o Senhor quer que eu viva?”

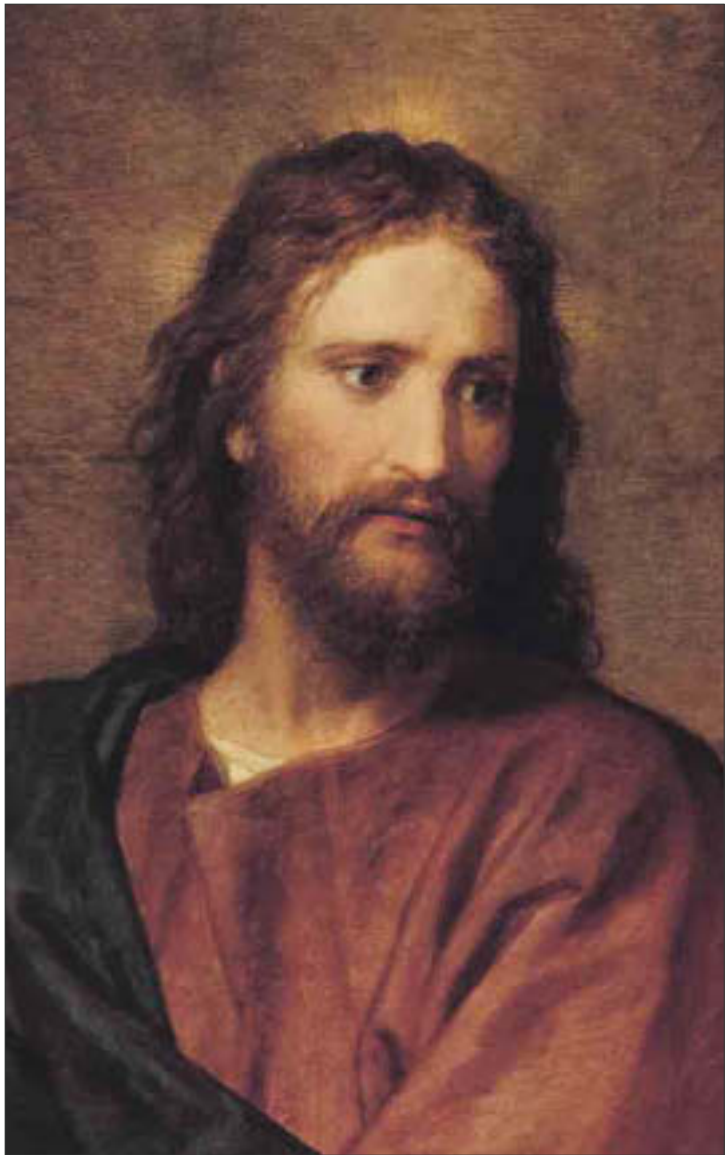
Para ajudá-los a tornar-se tudo o que o Senhor deseja, ajoelhem-se a cada dia e expressem a Ele os desejos de seu coração. Ele é a fonte de toda sabedoria, e vocês necessitam de Sua ajuda. Ele os ouvirá e lhes responderá.

Leiam diariamente as escrituras. Elas são uma fonte poderosa de revelação pessoal e uma força constante para o seu testemunho.


Lembrem-se dos convênios que fizeram ao ser batizados e que renovam a cada semana, quando partilham do sacramento, e guardem-nos. Os rapazes devem guardar os convênios que fizeram quando receberam o sacerdócio. Guardando-os agora, os ajudará a preparar-se para os convênios do templo que farão no futuro.

Sejam fiéis ao Senhor e à Sua Igreja em quaisquer circunstâncias. As autoridades da Igreja os orientarão nos caminhos da felicidade. Sejam gratos por pertencerem ao grande reino de Deus.

Sejam humildes e desejosos de ouvir os sussurros do Espírito. Coloquem a sabedoria do Senhor acima da sua própria.



Ao realizarem essas coisas, o Senhor fará muito mais por sua vida do que vocês poderão fazer por si mesmos. Ele aumentará suas oportunidades, expandirá sua visão e os fortalecerá. Ele lhes dará a ajuda de que necessitam para enfrentar suas provações e desafios. Vocês encontrarão a verdadeira alegria ao conhecerem seu Pai Celestial e Seu Filho, Jesus Cristo, e ao sentirem o amor que dedicam a vocês.

 *2 Néfi 31:16–21*

O CRISTO VIVO

O TESTEMUNHO DOS APÓSTOLOS

A IGREJA DE JESUS CRISTO DOS SANTOS DOS ÚLTIMOS DIAS

Ao comemorarmos o nascimento de Jesus Cristo, ocorrido há dois mil anos, oferecemos nosso testemunho da realidade de Sua vida incomparável e o infinito poder de Seu grande sacrifício expiatório. Ninguém mais exerceu uma influência tão profunda sobre todos os que já viveram e ainda viverão sobre a face da Terra.

Ele foi o Grande Jeová do Velho Testamento e o Messias do Novo Testamento. Sob a direção de Seu Pai, Ele foi o criador da Terra. "Todas as coisas foram feitas por ele, e sem ele nada do que foi feito se fez." (João 1:3) Embora jamais tivesse cometido pecado, Ele foi batizado para cumprir toda a justiça. Ele "andou fazendo bem" (Atos 10:38), mas foi desprezado por isso. Seu evangelho era uma mensagem de paz e boa vontade. Ele pediu a todos que seguissem Seu exemplo. Ele caminhou pelas estradas da Palestina, curando os enfermos, fazendo com que os cegos vissem e levantando os mortos. Ele ensinou as verdades da eternidade, a realidade de nossa existência pré-mortal, o propósito de nossa vida na Terra e o potencial que os filhos e filhas de Deus têm em relação à vida futura.

Ele instituiu o sacramento como lembrança de Seu grande sacrifício expiatório. Foi preso e condenado por falsas acusações, para satisfazer uma multidão enfurecida, e sentenciado a morrer na cruz do Calvário. Ele deu Sua vida para expiar os pecados de toda a humanidade. Seu sacrifício foi uma grandiosa dádiva vicária em favor de todos os que viveriam sobre a face da Terra.

Prestamos solene testemunho de que Sua vida, que é o ponto central de toda a história humana, não começou em Belém nem se encerrou no Calvário. Ele foi o Primogênito do Pai, o Filho Unigênito na carne, o Redentor do mundo.

Ele levantou-Se do sepulcro para ser "feito as primícias dos que dormem". (I Coríntios 15:20) Como Senhor Ressuscitado, Ele visitou aqueles que havia amado em vida. Ele também ministrou a Suas "outras ovelhas" (João 10:16) na antiga América. No mundo moderno, Ele e Seu Pai aparece-

ram ao menino Joseph Smith, dando início à prometida "dispensação da plenitude dos tempos". (Efésios 1:10)

A respeito do Cristo Vivo, o Profeta Joseph escreveu: "Seus olhos eram como uma labareda de fogo; os cabelos de sua cabeça eram brancos como a pura neve; seu semblante resplandecia mais do que o brilho do sol; e sua voz era como o ruído de muitas águas, sim, a voz de Jeová, sua voz: dizia:

Eu sou o primeiro e o último; sou o que vive, sou o que foi morto; eu sou vosso advogado junto ao Pai". (D&C 110:3-4)

A respeito Dele, o Profeta também declarou: "E agora, depois dos muitos testemunhos que se prestaram dele, este é o testemunho, último de todos, que nós damos dele: Que ele vive!

Porque o vimos, sim, à direita de Deus; e ouvimos a voz testificando que ele é o Unigênito do Pai—

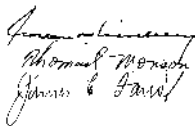
Que por ele e por meio dele e dele os mundos são e foram criados; e seus habitantes são filhos e filhas gerados para Deus". (D&C 76:22-24)

Declaramos solenemente que Seu sacerdócio e Sua Igreja foram restaurados na Terra, "edificados sobre o fundamento dos apóstolos e dos profetas, de que Jesus Cristo é a principal pedra da esquina". (Efésios 2:20)

Testificamos que Ele voltará um dia à Terra. "E a glória do Senhor se manifestará, e toda a carne juntamente a verá (...)" (Isaías 40:5) Ele governará como Rei dos Reis e reinará como Senhor dos Senhores, e todo joelho se dobrará e toda língua confessará em adoração perante Ele. Cada um de nós será julgado por Ele de acordo com nossas obras e os desejos de nosso coração.

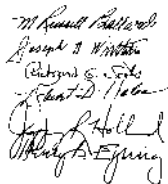
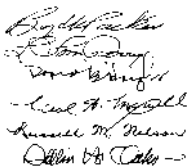
Prestamos testemunho, como Apóstolos Seus, devidamente ordenados, de que Jesus é o Cristo Vivo, o Filho imortal de Deus. Ele é o grande Rei Emanuel, que hoje Se encontra à direita de Seu Pai. Ele é a luz, a vida e a esperança do mundo. Seu caminho é aquele que conduz à felicidade nesta vida e à vida eterna no mundo vindouro. Graças damos a Deus pela incomparável dádiva de Seu Filho divino.

A PRIMEIRA PRESIDÊNCIA



1º de janeiro de 2000

O QUÓRUM DOS DOZE



PROCLAMAÇÃO AO MUNDO

A PRIMEIRA PRESIDÊNCIA E O CONSELHO DOS DOZE APOSTÓLOS
DE A IGREJA DE JESUS CRISTO DOS SANTOS DOS ÚLTIMOS DIAS

NÓS, A PRIMEIRA PRESIDÊNCIA e o Conselho dos Doze Apóstolos de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, solenemente proclamamos que o casamento entre homem e mulher foi ordenado por Deus e que a família é essencial ao plano do Criador para o destino eterno de Seus filhos.

TODOS OS SERES HUMANOS—homem e mulher— foram criados à imagem de Deus. Cada indivíduo é um filho (ou filha) gerado em espírito por pais celestiais que o amam e, como tal, possui natureza e destino divinos. O sexo (masculino ou feminino) é uma característica essencial da identidade e do propósito pré-mortal, mortal e eterno de cada um.

NA ESFERA PRÉ-MORTAL, os filhos e filhas que foram gerados em espírito conheciam e adoravam a Deus como seu Pai Eterno e aceitaram Seu plano, segundo o qual Seus filhos poderiam obter um corpo físico e adquirir experiência terrena a fim de progredirem rumo à perfeição, terminando por alcançar seu destino divino como herdeiros da vida eterna. O plano divino de felicidade permite que os relacionamentos familiares sejam perpetuados além da morte. As ordenanças e os convênios sagrados dos templos santos permitem que as pessoas retornem à presença de Deus e que as famílias sejam unidas para sempre.

O PRIMEIRO MANDAMENTO dado a Adão e Eva por Deus referia-se ao potencial de tornarem-se pais, na condição de marido e mulher. Declaramos que o mandamento dado por Deus a Seus filhos, de multiplicarem-se e encherem a Terra, continua em vigor. Declaramos também que Deus ordenou que os poderes sagrados de procriação sejam empregados somente entre homem e mulher, legalmente casados.

DECLARAMOS que o meio pelo qual a vida mortal é criada foi estabelecido por Deus. Afirmamos a santidade da vida e sua importância no plano eterno de Deus.

O MARIDO E A MULHER têm a solene responsabilidade de amar-se mutuamente e amar os filhos, e de cuidar um do outro e dos filhos. "Os filhos são herança do Senhor." (Salmos 127:3) Os pais têm o sagrado dever de

criar os filhos com amor e retidão, atender a suas necessidades físicas e espirituais, ensiná-los a amar e servir uns aos outros, guardar os mandamentos de Deus e ser cidadãos cumpridores da lei, onde quer que morem. O marido e a mulher—o pai e a mãe—serão considerados responsáveis perante Deus pelo cumprimento dessas obrigações.

A FAMÍLIA foi ordenada por Deus. O casamento entre o homem e a mulher é essencial para Seu plano eterno. Os filhos têm o direito de nascer dentro dos laços do matrimônio e de ser criados por pai e mãe que honrem os votos matrimoniais com total fidelidade. A felicidade na vida familiar é mais provável de ser alcançada quando fundamentada nos ensinamentos do Senhor Jesus Cristo. O casamento e a família bem-sucedidos são estabelecidos e mantidos sob os princípios da fé, da oração, do arrependimento, do respeito, do amor, da compaixão, do trabalho e de atividades recreativas salutaras. Segundo o modelo divino, o pai deve presidir a família com amor e retidão, tendo a responsabilidade de atender às necessidades de seus familiares e de protegê-los. A responsabilidade primordial da mãe é cuidar dos filhos. Nessas atribuições sagradas, o pai e a mãe têm a obrigação de ajudar-se mutuamente, como parceiros iguais. Enfermidades, falecimentos ou outras circunstâncias podem exigir adaptações específicas. Outros parentes devem oferecer ajuda quando necessário.

ADVERTIMOS que as pessoas que violam os convênios de castidade, que maltratam o cônjuge ou os filhos, ou que deixam de cumprir suas responsabilidades familiares, deverão um dia responder perante Deus pelo cumprimento dessas obrigações. Advertimos também que a desintegração da família fará recair sobre pessoas, comunidades e nações as calamidades preditas pelos profetas antigos e modernos.

CONCLAMAMOS os cidadãos e governantes responsáveis de todo o mundo a promoverem as medidas designadas para manter e fortalecer a família como a unidade fundamental da sociedade.

Esta proclamação foi lida pelo Presidente Gordon B. Hinckley como parte de sua mensagem na Reunião Geral da Sociedade de Socorro, realizada em 23 de setembro de 1995 em Salt Lake City, Estado de Utah.

A IGREJA DE
JESUS CRISTO
DOS SANTOS
DOS ÚLTIMOS DIAS



36550 059