

SUGESTÕES PARA CASAIS

Para os casais, noivos e namorados



Luis da Silva

SUGESTÕES PARA CASAIS

Para os casais, noivos e namorados

Luis da Silva



Informações

WhatsApp: +244 925-870-451

<https://ko-fi.com/luisfrancodasilva>
luisdasilva@servindoaosirmaos.org

2017 – 2022
Luanda, Angola
Maio

Sugestões de actividades para casais
© Maio de 2017 – 2022 por Luis da Silva



Av. 21 de Janeiro, Gamek, Maianga – Luanda - Angola

Tell: +244925870451

Servindo aos Irmãos, serviço do irmão **Luis da Silva**
para seus irmãos em Cristo.

∞ **Literaturas em formato digital**

→ <https://servindoaosirmaos.org>

∞ **Literatura em formato impresso (Exclusivo em Angola-Luanda)**

→ Contacto@servindoaosirmaos.org

Distribuída em Angola por: Servindo aos Irmãos

Trechos deste livro podem ser reproduzidos, copiados e distribuídos desde que o texto não seja alterado e seja feita a devida referência ao autor. Apreciamos seu apoio e respeito a esta propriedade intelectual.

PREFÁCIO

Esse livreto é parte de um programa desafiador, especialmente elaborado para casais de namorados, noivos e casados. Ele foi desenvolvido após um estudo minucioso realizado pelo irmão Luis da Silva, que tem compartilhado valiosos ensinamentos sobre relacionamentos com aqueles que o cercam.

Toda a sua trajetória foi construída com base em experiências significativas, assimiladas de irmãos mais experientes como Jaime Kemp, Billy Graham, Tim LaHaye e outros renomados escritores de relacionamento.

Após dedicar um longo tempo ao estudo e à instrução para seus irmãos, decidiu embarcar neste projeto para compartilhar a luz que tem recebido do Senhor e ajudá-los.

Compreendemos que pelo esforço, ele não pretende substituir o ritmo dos irmãos, nem se estabelecer como uma autoridade nestes assuntos. Sempre afirma: "Sou um jovem que não busca ser autoridade sobre o assunto, apenas desejo compartilhar minhas sugestões, levando em conta não apenas minhas limitadas experiências, mas principalmente a palavra de Deus e a sabedoria dos anciãos espirituais".

Portanto o projeto em mãos, onde este ebook está incluído, fazem parte do fruto do ministério do irmão Luis da Silva.

Servindo aos Irmãos
2017

SUGESTÃO PARA OS CASAIS

PREFÁCIO DO AUTOR

Estas sugestões foram escritas em 2017, neste mesmo ano havia terminado as sugestões após ler vários bons livros sobre o relacionamento. Não tornei público, por uma razão pessoal, naquele tempo estava no meu relacionamento, queria medir os resultados. E foi estrondoso, e o resultado foi o mais esperado. Não observei todas as sugestões, porque não estava casado, apesar de partilhar com os irmãos casados, e todos acharam fenomenal as sugestões.

As seguintes sugestões complementam o treinamento que ministro sobre relacionamentos aos irmãos que desejam viver conforme as diretrizes do Senhor. Elas visam esclarecer quais condições a Palavra de Deus nos oferece para fazer escolhas mais sábias.

No entanto, ao ler meu texto, você perceberá que escrevo de forma inclusiva. Quero deixar claro que não estou afirmando ter vivido todas as experiências de casados, mas sim que incorporo as vivências dos mais experientes, compartilhadas comigo por anciãos e irmãos. É com base nessa troca que desenvolvi algumas sugestões.

Decidi tornar público este ano, por um áudio, e depois tive que fazer uma nova edição ao perceber os impactantes resultados que os irmãos obtiveram com este treinamento. Por isso, decidi fazer ajustes específicos para casais, pois foram eles que mais me procuraram.

Se o seu relacionamento estiver perdendo o rumo, sem honrar a Deus, sem cultivar mais amor e cuidado mú-

tuo, e não estiver atendendo às expectativas de um relacionamento que Deus busca para duas pessoas que se uniram em amor (homem e mulher), acredito sinceramente que este guia possa ser uma ajuda valiosa para vocês.

Portanto, espero que este guia seja útil como nos tem sido.

Luis da Silva

2022

INTRODUÇÃO

As sugestões que se seguem visam, com sensibilidade e clareza, auxiliar na reconstrução dos laços matrimoniais que, porventura, tenham se desgastado ou enfraquecido sob o peso da rotina, da falta de tempo e de outros fatores que podem obscurecer a beleza da união. Nosso objetivo é reacender a chama do amor e da parceria, guiando o casal a uma experiência mais rica e significativa, tanto em sua jornada individual com Deus quanto em sua vida a dois.

Este guia se propõe a:

- **Despertar a criatividade:** Incentivando o casal a explorar novas formas de expressar o amor e o cuidado mútuo, rompendo com a monotonia e injetando vitalidade na relação.
- **Fortalecer a identidade conjugal:** Ajudando o casal a se enxergar em sua plenitude, como uma unidade singular e indivisível, alicerçada em valores e propósitos compartilhados.
- **Oferecer clareza e praticidade:** Apresentando sugestões concretas e aplicáveis à rotina do casal, com explicações concisas sobre seus benefícios e formas de implementação.
- **Servir como um termômetro relacional:** Permitindo ao casal avaliar a saúde de seu vínculo, identificando áreas que necessitam de atenção e investimento.

A singularidade destas sugestões reside em sua abordagem holística, abrangendo dois pilares essenciais para um relacionamento florescente:

- **Vida conjunta com Deus:** Enfatizando a importância da espiritualidade compartilhada como um elo poderoso que une o casal e o fortalece diante dos desafios.

- **Vida conjunta como casal:** Promovendo a intimidade emocional, a comunicação eficaz, o lazer compartilhado e a demonstração constante de afeto e apreço.

Para ilustrar a praticidade destas sugestões, convidamos você a imaginar-se em uma sessão de aconselhamento conjugal, onde perguntas como as seguintes são frequentemente utilizadas para diagnosticar a saúde da relação:

- Com que frequência vocês dedicam tempo à oração em conjunto ao longo do mês?

- No último mês, vocês compartilharam a leitura e o estudo das Escrituras? Seu cônjuge participa ativamente desse momento?

- Quantas vezes vocês expressaram seus sentimentos e necessidades um ao outro de maneira aberta e honesta?

- Você tem uma compreensão clara da perspectiva de seu cônjuge sobre o relacionamento e suas expectativas?

É natural que as mulheres, em particular, comparem seus relacionamentos com os de outras pessoas. Os aspectos que mais ressoam em seus corações são a forma como são tratadas por seus parceiros, as demonstrações de amor através de carinho, expressões de afeto, palavras de apreciação e gestos significativos. Essa sensibilidade feminina nos convida, como homens, a uma

profunda reflexão sobre a maneira como nutrimos e valorizamos nossas esposas.

A busca por se tornar o parceiro ideal é um caminho contínuo que inevitavelmente nos conduz a Cristo como nosso modelo supremo. Somente Nele encontramos a plenitude e a base sólida para avaliarmos nosso próprio comportamento e buscarmos a excelência em nosso papel conjugal.

Como sabiamente observou um irmão, a imitação do proceder de Cristo se torna a fonte inesgotável de força e perseverança em nossos relacionamentos. Quando Cristo é o nosso padrão de comparação, nossas fraquezas não encontram justificativa, pois o poder de Deus se manifesta em nossa vulnerabilidade (2 Coríntios 12:9; Romanos 8:26).

Outro ponto crucial a ser abordado é a questão das desculpas e da negligência, fatores que têm desviado muitos relacionamentos do propósito divino. Um dos objetivos primordiais deste guia é assegurar a continuidade e o fortalecimento da união, cultivando uma presença que transcende o físico e se estabelece também no plano espiritual.

Com profunda convicção, identifico as seguintes razões como obstáculos frequentes a um relacionamento conjugal próspero:

a. Falta de Tempo:

- Tempo escasso para a oração conjunta.

- Ausência de momentos dedicados ao estudo compartilhado das Escrituras.
- Raridade de atividades evangelísticas em conjunto.
- Diminuição da frequência de encontros românticos e saídas a dois.
- Espaços limitados para visitas a familiares e irmãos na fé.
- Negligência de reuniões para alinhamento de expectativas e resolução de conflitos.

A falta de tempo pode transformar um relacionamento vibrante em um deserto árido, onde a comunicação e a intimidade murcham. Mas podemos vislumbrar um cenário ainda mais desolador: um cemitério relacional, onde cada cônjuge se isola em sua própria "sepultura" de ocupações e distrações, sem tempo ou disposição para o outro.

b. Falta de Disposição e Iniciativa:

A dinâmica relacional muitas vezes se vê prejudicada pela disparidade na disposição e na iniciativa dos parceiros. Enquanto um vislumbra ideias e propõe atividades, o outro se mostra apático e desinteressado. O cenário se agrava quando ambos sucumbem à inércia, perdendo o desejo de participar de momentos que nutrem a conexão e fortalecem o vínculo conjugal.

É crucial reconhecer a diferença nas expectativas emocionais entre homens e mulheres. Para muitos homens, a intimidade física pode, erroneamente, ser vista como o ápice da conexão, enquanto para as mulheres,

ela é apenas um componente de um relacionamento que anseia por profundidade emocional, comunicação aberta e demonstrações constantes de afeto. Essa disparidade pode gerar um sofrimento silencioso e crescente em suas esposas.

Infelizmente, alguns homens, mesmo conscientes dessa diferença, hesitam em investir tempo e esforço para transformar a dinâmica de seu relacionamento, permitindo que ele se torne um campo minado de disputas, conflitos e frustrações.

Nós, homens, precisamos nos tornar verdadeiros estudiosos do universo feminino, buscando compreender seus anseios, necessidades e até mesmo a sutileza da linguagem que utilizam para expressar contentamento e descontentamento. Por exemplo, a palavra "**nunca**" frequentemente surge em seus lábios não como uma constatação literal de ausência, mas como um apelo apaixonado pela continuidade e pela frequência de gestos que as fazem sentir amadas e valorizadas.

Se você ofereceu uma flor há três meses, em sua mente pode parecer recente, mas para ela, a lembrança já se esvaiu. As mulheres aproveitam as oportunidades para expressar o que reside em seus corações, e o uso do termo "**nunca**" ressalta a importância da persistência e da constância em nossas demonstrações de afeto. O valor para elas reside menos no objeto em si e muito mais no significado do nosso gesto.

Elas merecem nosso investimento integral, nosso tempo, nossa atenção e nosso amor constante. Se negligenciarmos essa prioridade, abriremos inadvertidamente

espaço para que outros preencham essa lacuna. A chave para preservar a integridade do relacionamento contra ataques externos reside em um investimento de 100% em nossa parceira. As sugestões que se seguem o guiarão na construção de um relacionamento forte, resiliente e profundamente enraizado em Deus.

Passemos agora às sugestões práticas, mantendo a leitura agradável e rica em informações valiosas para você.

QUANTO ÀS SUGESTÕES

Reiteramos que estas sugestões não têm a intenção de interromper o ritmo saudável de casais que já desfrutam plenamente da presença de Deus em sua vida a dois. Nosso objetivo é inspirar casais em diferentes estágios, recém-casados, noivos e namorados, a preencherem seus dias com atividades que nutram o relacionamento em sua totalidade, sob a bênção divina.

Encare estas sugestões como um ponto de partida, um manancial de ideias que podem ser adaptadas e personalizadas de acordo com as necessidades e a dinâmica única de seu relacionamento.

- **Recém-casados:** Sintam-se à vontade para explorar e implementar todas as sugestões aqui apresentadas.
- **Noivos e namorados:** Algumas práticas, naturalmente, encontrarão sua plena aplicação após o matrimônio. Faremos menção a isso ao longo do guia.

A base destas sugestões reside em aprendizados pessoais e observações atentas, o que justifica o uso da primeira pessoa em algumas declarações, conferindo-lhes um caráter didático e prático.

Sigamos, então, para as sugestões que podem transformar a dinâmica de seu relacionamento.

SUGESTÕES PRÁTICAS

Estas sugestões podem ser implementadas mensalmente ou adaptadas para a rotina semanal, de acordo com a necessidade e a disponibilidade de tempo do casal.

SEMANA DE ORAÇÃO: Fortalecendo o Elo Espiritual

A oração é o alicerce de nossa vida cristã e, no contexto do casamento, ela se torna um poderoso elo de comunhão, permitindo que o casal compartilhe seus sentimentos, anseios e necessidades diante de Deus como verdadeiros parceiros. Destacamos duas razões cruciais para priorizar a oração conjunta:

- **Proteção contra ataques espirituais:** Satanás busca incessantemente explorar as vulnerabilidades individuais para semear discórdia e dificultar a vida do casal. Assumir a responsabilidade de orar juntos é um ato de proteção divina sobre a família, buscando a presença de Deus em harmonia e unidade contra todas as investidas do maligno.

- **Busca por graça e direção:** Cumprir as obrigações conjugais com elegância e sabedoria requer a assistência constante de Deus. A oração conjunta permite que o casal busque forças, disposição e discernimento para enfrentar os desafios da vida a dois, expressando seus propósitos em uma só voz diante do Pai.

Considerando os desafios da rotina que muitas vezes dificultam a oração espontânea em conjunto, propomos a instituição de uma "**Semana de Oração**" mensal,

dedicada exclusivamente à comunhão com Deus como casal.

Um irmão compartilhou conosco a experiência transformadora de instituir um período de oração e intercessão com sua esposa, dedicando tempo exclusivo a eles mesmos e a seus futuros filhos, inspirado no exemplo de um santo que praticava essa disciplina.

A "**Semana de Oração**" desse casal seguia um padrão simples, mas eficaz: horários definidos para oração individual em seus respectivos lares (antes do casamento) e encontros especiais aos sábados e domingos para concluir a semana em unidade.

Para implementar essa prática em seu relacionamento, é essencial realizar uma reunião de planejamento para definir os detalhes:

a. Hora Marcada:

Definam um horário específico para a oração diária durante a "Semana de Oração", um momento em que ambos estejam livres de outras obrigações e possam se dedicar integralmente a esse propósito.

b. Tempo de Oração:

Determinem a duração dos momentos de oração. Um irmão compartilhou a experiência de orar uma hora por dia com sua esposa, mas sugerimos iniciar com 30 minutos e aumentar gradualmente conforme se sentirem confortáveis e edificados.

c. Lugar do Encontro:

Escolham um local tranquilo e livre de distrações para a oração. Pode ser um canto especial em casa, o quintal, um escritório ou qualquer espaço que favoreça a concentração e a intimidade com Deus.

d. Pedidos de Oração:

Estruturem os pedidos de oração de acordo com os dias da semana, como no exemplo a seguir:

Dia da Semana	Foco da Oração
Segunda-feira	Por nós (individualmente)
Terça-feira	Relacionamento conjugal
Quarta-feira	Nossa comunhão com Deus
Quinta-feira	Por nossos futuros filhos
Sexta-feira	Por nós (individualmente)
Sábado	Por nosso relacionamento
Domingo	Por nossos futuros filhos

Em cada dia, aprofundem os pedidos dentro do tema proposto. Por exemplo, ao orar "Por nós", incluam aspectos como ministério individual, saúde, anos de vida juntos, busca por um encontro mais profundo com Deus, força para servir, etc. Compartilhem suas fraquezas, do-

res, lutas internas e qualquer anseio que desejem levar diante do Senhor.

Observação Importante:

Antes do início da "Semana de Oração", escrevam em um caderno ou papel os sentimentos e desejos que desejam compartilhar com seu cônjuge. Troquem essas anotações e orem silenciosamente um pelo outro durante um tempo determinado (sugerimos 20 minutos). Em seguida, reservem 10 minutos para que o homem, como líder espiritual do lar, ore em voz alta diante de Deus, representando ambos.

Esquema da Atividade:

1. **Oração Inicial:** Busquem a presença e a graça de Deus para iniciar a atividade.

2. **Leitura da Escritura:** Leiam um texto bíblico previamente selecionado para a semana.

3. **Oração Individual:** Orem silenciosamente um pelo outro, utilizando as anotações trocadas.

4. **Oração Representativa:** O homem ora em voz alta, representando a família diante de Deus.

5. **Louvor a Deus:** Cantem Salmos e hinos tradicionais (sugerimos o hinário "Irmãos Unidos" ou "Batista"), evitando músicas contemporâneas. O uso consistente do hinário pode ser enriquecedor ao longo dos anos.

6. **Agradecimento:** O homem ora em voz alta, expressando gratidão a Deus pelas bênçãos recebidas.

Este é um modelo que praticamos e compartilhamos, e você pode adaptá-lo conforme as necessidades de seu relacionamento.

Um Alerta Importante:

Lembrem-se de que a oração não é apenas um meio de sentir-se bem, mas um ato de apresentar nossas preocupações e ansiedades a Deus, buscando Sua assistência e esperando por Suas respostas claras. Hoje em dia, muitos oram com motivações diferentes, o que pode limitar a manifestação do poder de Deus em suas vidas.

Para manter o foco na resposta divina, mantenham uma "folha de pedidos" onde anotam suas petições e registram as datas em que as bênçãos são recebidas. Essa prática constante fortalecerá sua fé e os incentivará a persistir na busca por Deus com expectativa. O que adianta buscar a Deus sem esperar receber nada Dele?

O Senhor nos ensinou a pedir (Mateus 7:7-8) e a nunca desfalecer na oração (Lucas 18:1). Orem com essa perspectiva em mente, buscando a face de Deus com a certeza de que Ele ouve e responde.

Concluimos aqui a primeira semana de sugestões. Sigamos para a segunda, explorando a importância do estudo bíblico em conjunto.

SEMANA DE ESTUDO: Crescendo Juntos no Conhecimento da Palavra

Assim como a oração, o estudo bíblico em conjunto é uma atividade fundamental para o crescimento espiritual do casal e para a construção de uma visão compartilhada sobre as verdades de Deus. Além dos cultos domésticos que podem ser instituídos, esta "Semana de Estudo" mensal se reveste de grande importância por diversas razões:

- **Esclarecimento de dúvidas e compreensão da Escritura:** A Palavra de Deus nem sempre é autoexplicativa, e o estudo em conjunto oferece um espaço seguro para que a esposa possa expressar suas dúvidas e receber esclarecimentos do marido, em consonância com o princípio de 1 Coríntios 14:34-35. Não subestime as perguntas de sua parceira; ao contrário, valorize sua busca por entendimento.

- **Unidade de visão nas coisas de Deus:** Compartilhar o estudo da Bíblia promove uma compreensão unificada sobre a natureza de Deus, a pessoa de Jesus Cristo, a obra do Espírito Santo e os princípios da fé cristã (1 Coríntios 1:10; Romanos 15:5-6). Embora possa haver nuances nas interpretações sobre doutrinas secundárias, é fundamental buscar um alinhamento nos fundamentos da fé para evitar divisões eclesiais dentro do lar. O princípio de Amós 3:3 ("Andarão dois juntos, se não estiverem de acordo?") ressalta a importância da unidade de propósito.

Reconhecendo o propósito de Deus para a vida de sua esposa, o marido tem a responsabilidade de ser um alicerce espiritual para ela, nutrindo-a com as verdades da

Palavra (Efésios 5:28-29). Priorizar o estudo bíblico em conjunto é essencial para que ela aprenda a amar a Deus cada vez mais.

Como Implementar a "Semana de Estudo":

Na terceira semana do mês, reservem um horário específico para o estudo bíblico diário (sugerimos uma hora, dividida em 30 minutos de ensino e 30 minutos para perguntas, respostas e recomendações da esposa).

Exemplo de Temas:

Iniciem com o estudo da doutrina da salvação, explorando seus diversos aspectos. Em seguida, aprofundem-se na doutrina da Trindade, buscando compreender a natureza e a obra de cada pessoa divina. Um tema indispensável é o estudo sobre a família e os papéis de cada cônjuge no lar, incluindo a criação dos filhos. Sugerimos revisitar esse tema duas vezes ao ano, dada sua relevância constante.

Esquema da Atividade:

1. **Oração Inicial:** Busquem a direção de Deus para o estudo.
2. **Estudo:** O marido compartilha o ensino bíblico preparado.
3. **Perguntas, Respostas e Recomendações:** A esposa tem a oportunidade de fazer perguntas, expressar suas dúvidas e compartilhar suas percepções.
4. **Agradecimento:** Orem juntos, agradecendo a Deus pelo aprendizado.

Para que essa semana seja frutífera, é fundamental que o marido tenha um conhecimento sólido das Escrituras. Se esse não for o caso, então, comece a estudar hoje mesmo, dedicando tempo diário à leitura e à meditação na Palavra de Deus.

Para Casais que Não Vivem Juntos (Noivos e Namorados):

Aproveitem os encontros nos fins de semana, após a reunião da igreja, para estudarem juntos. Durante a semana, dediquem tempo individual à leitura e à reflexão sobre o material que será abordado nos fins de semana. Utilizem os recursos disponíveis (telefone, redes sociais, videochamadas) para tirar dúvidas, discutir o aprendizado e verificar o progresso mútuo. O importante é encontrar uma maneira que funcione para ambos e que priorize o crescimento espiritual conjunto.

DIA DE EVANGELISMO: Compartilhando a Esperança com o Mundo

Integrado à segunda semana de sugestões, o "Dia de Evangelismo" visa despertar no casal a paixão por compartilhar as boas novas do Evangelho com aqueles que ainda não conhecem a Cristo.

Atos 18:26 (ACF2007): "E ele [Apolo] começou a falar ousadamente na sinagoga. E Priscila e Áquila, depois de havendo-o ouvido, o levaram consigo e lhe declararam mais precisamente o caminho de Deus."

Inspirados pelo exemplo de Áquila e Priscila, um casal que trabalhava em conjunto no ministério, propomos adotar uma abordagem prática e intencional para o evangelismo. Isso pode incluir a distribuição de folhetos informativos e o compartilhamento da mensagem bíblica em lares, aproveitando os dias de descanso, feriados e momentos livres ao longo da semana. A criação de um perfil unificado nas redes sociais dedicado a este serviço também pode ser uma ferramenta eficaz para alcançar um público mais amplo.

É crucial cultivar essa prática desde os primeiros momentos do relacionamento. Em nossos próprios primeiros anos, negligenciamos essa área, apesar de trabalharmos individualmente na obra do Senhor. A beleza da cooperação ministerial entre marido e mulher, como vemos no exemplo de Priscila e Áquila servindo ao lado do Apóstolo Paulo (Romanos 16:3), é um testemunho poderoso do impacto que um casal unido pode ter no Reino de Deus.

Como Organizar o "Dia de Evangelismo":

- **Definir um dia específico** no calendário mensal para esta atividade.
- **Orar juntos** antes de sair, buscando a direção e a bênção de Deus.
- **Encorajar-se mutuamente** com versículos bíblicos sobre a importância da evangelização.
- **Preparar os materiais evangelísticos** (folhetos, Bíblias, etc.). Você pode baixar materiais em nosso site [www.servindoaosirmaos.org].
- **Sair juntos** para realizar a obra.

Sugestão para Casados:

Se desejarem realizar uma vigília de oração na noite anterior ao "Dia de Evangelismo" ou jejuar diante de Deus por este trabalho, sintam-se à vontade para fazê-lo, mediante consentimento mútuo.

Sugestão para Noivos e Namorados:

Se desejarem realizar uma vigília de oração, convidem mais dois irmãos solteiros para se unirem a vocês. Se optarem pelo jejum, incluam mais um irmão solteiro. Lembrem-se de que a decisão deve ser tomada em comum acordo.

Através da oração, do estudo da Palavra e do serviço evangelístico em conjunto, vocês estarão fortalecendo e renovando seu relacionamento de maneira profunda e significativa.

SEMANA DE AMOR: Nutrindo a Intimidade Emocional e Afetiva

Integrada à segunda semana de sugestões, a "Semana de Amor" é um tempo dedicado a expressar e vivenciar o amor conjugal de maneiras especiais e intencionais.

Aplicação: Casados.

Adaptação: Noivos e namorados podem adaptar as sugestões que forem apropriadas para seu relacionamento.

Cânticos 3:1-4 (ACF2007): "De noite, em minha cama, busquei aquele a quem ama a minha alma; busquei-o, e não o achei. Levantar-me-ei, pois, e rodearei a cidade; pelas ruas e pelas praças buscarei aquele a quem-o, e não o achei. Acharam-me os guardas, que rondavam pela cidade; eu lhes perguntei: Vistes aquele a quem ama a minha alma? Apartando-me eu um pouco deles, logo achei aquele a quem ama a minha alma; agarrei-me a ele, e não o larguei, até que o introduzi em casa de minha mãe, na câmara daquela que me gerou." **Cânticos 1:16; 2:10, 14 (ACF2007):** "Eis que és formoso, ó amado meu, e também amável; o nosso leito é verde... O meu amado fala e me diz: Levanta-te, meu amor, formosa minha, e vem... Pomba minha, que andas pelas fendas das penhas, no oculto das ladeiras, mostra-me a tua face, faze-me ouvir a

tua voz, porque a tua voz é doce, e a tua face graciosa."

Damos este nome à semana devido à natureza das atividades propostas. Reconhecendo a frequência com que a rotina e a falta de tempo podem obscurecer a prioridade do romance, esta semana serve como um tempo dedicado a compensar e reacender a chama do amor.

Para casais com filhos pequenos, não se preocupem; sempre há maneiras criativas de aproveitar esses momentos especiais.

Propósito da "Semana de Amor":

Reflitam sobre a frequência de encontros românticos no início do relacionamento, em comparação com a atualidade. Quantas vezes vocês têm saído para conversar, assistir a um filme com temática cristã, desfrutar de um sorvete juntos ou contemplar o luar?

É por essa razão que um programa intencional de atividades românticas se torna essencial. Implementado com disciplina e criatividade, ele pode reacender a paixão e fortalecer a intimidade do casal.

O amor precisa ser exercitado e o sentimento nutrido. Esta será a sua semana, o seu mundo particular a dois, na presença do Senhor.

Cânticos 6:3 (ACF2007): "Eu sou do meu amado, e o meu amado é meu; ele apascenta entre os lírios."

A implementação da "Semana de Amor" fará uma diferença significativa em seu relacionamento, ajudando-os a cumprir um dos propósitos da vida a dois: agradar um ao outro.

1 Coríntios 7:33-34 (ACF2007): "Mas o que é casado cuida das [coisas] do mundo, em como há de agradar à mulher. Há diferença entre a mulher casada e a virgem. A solteira cuida das [coisas] do Senhor para ser santa, tanto no corpo como no espírito; porém, a casada cuida das [coisas] do mundo, em como há de agradar ao marido."

E se o tempo for escasso?

Mesmo com pouco tempo disponível, vale a pena fazer um esforço. Pequenos gestos podem gerar um impacto significativo.

Cânticos 5:5-8 (ACF2007): "Eu me levantei para abrir ao meu amado, e as minhas mãos gotejavam mirra, e os meus dedos mirra com doce aroma, sobre as aldravas da fechadura. Eu abri ao meu amado, mas já o meu amado tinha se retirado, e tinha ido; a minha alma desfaleceu quando ele falou; busquei-o e não o achei, chamei-o e não me respondeu. Conjuro-vos, ó filhas de Jerusalém, que, se achardes o meu amado, lhe digais que estou enferma de amor."

Atividades Sugeridas para a "Semana de Amor":

- **Disputa de Leitura Romântica:** Seleccionem um livro cristão sobre relacionamento (sugerimos alguns títulos ao final deste guia). Leiam em conjunto, resumam capítulos e extraíam lições para aplicar à sua relação. O marido deve ler o livro primeiro para garantir a qualidade do conteúdo.

- **Jantar Romântico:** Escolham um dia da semana para um jantar especial a dois. Não precisa ser caro; a criatividade e a intenção são mais importantes. Casais que não vivem juntos podem optar por um almoço romântico ou um piquenique.

- **Saída a Dois:** Reservem tempo para atividades simples, como comer algo juntos, caminhar de mãos dadas ou assistir a um filme com uma mensagem edificante.

Não detalharemos todas as nossas próprias práticas para não limitar sua criatividade. Conversem, compartilhem ideias e aproveitem ao máximo esta semana especial para fortalecer os laços de amor e intimidade em seu casamento. O mais importante é começar, mesmo com pouco tempo disponível. Vocês descobrirão que a intencionalidade dessa semana pode se estender a todos os seus dias.

SEMANA DIVERSOS: Nutrindo Outras Áreas Essenciais do Relacionamento

Esta semana, aplicável a casados, noivos e namorados, é dedicada a abordar outras áreas cruciais para a saúde e a longevidade do relacionamento.

Reunião de Ajustes e Acertos:

Este é um momento reservado para discutir questões que não foram abordadas ao longo do mês. Isso pode incluir:

- **Projetos para o relacionamento:** Identificar o que está faltando, o que pode ser melhorado, questões íntimas, assuntos relacionados aos filhos (para casados), finanças, planos futuros e outros temas relevantes para o casal.

Esta reunião regular é fundamental para o alinhamento de expectativas e a resolução proativa de desafios.

Dia de Auscultação:

Esta é uma tradição mensal dedicada a ouvir atentamente um ao outro, compartilhando o que tem gerado desconforto ou insatisfação. É um tempo para abrir o coração.

Embora o diálogo contínuo seja essencial, o "Dia de Auscultação" oferece um ambiente formal para uma escuta profunda e sem interrupções. É comum que ressentimentos e amarguras se acumulem no coração em relação ao parceiro, muitas vezes sem que o outro sequer

perceba. Este dia pode prevenir o desgaste e o risco de desistência do relacionamento.

Como Implementar o "Dia de Auscultação":

Reservem um momento especial, posicionando duas cadeiras frente a frente e buscando a orientação de Deus em oração. Dediquem-se a ouvir verdadeiramente um ao outro. Se houver anotações de questões a serem tratadas, compartilhem-nas. Estejam preparados para ouvir feedbacks que podem não ser agradáveis. Lembrem-se de que é melhor receber críticas construtivas de seu parceiro do que de fontes externas.

Durante este momento, evitem se defender, mesmo que discordem do feedback. O objetivo é receber as críticas com humildade para promover mudanças positivas.

Após ambos compartilharem seus sentimentos, ajoelhem-se, deem as mãos e orem juntos. Ao longo da semana subsequente, orem individualmente sobre os assuntos abordados, a esposa orando por seu marido e vice-versa. Sejam fiéis em manter a confidencialidade das informações compartilhadas, protegendo a intimidade do casal.

Observação: O "Dia de Auscultação" é uma oportunidade para focar no comportamento individual, sem trazer à tona questões relacionadas a outras pessoas ou aos filhos. A tentação de se justificar pode surgir, mas resistam a ela; reservem outro momento para essa discussão, se necessário.

Visitas e Outras Atividades Familiares:

Negligenciar o envolvimento familiar pode gerar ressentimentos e isolamento. Criar e manter hábitos de visitas e participação em atividades familiares é fundamental para a saúde do relacionamento e para o testemunho cristão. A falta de envolvimento de um cônjuge pode gerar constrangimento e mau testemunho na comunidade familiar.

É importante priorizar o tempo para a família, reconhecendo que o lazer e a conexão com os entes queridos também fazem parte de um relacionamento equilibrado. Ignorar essa área pode trazer consequências negativas no futuro.

DESAFIOS DIÁRIOS: Pequenos Gestos, Grande Impacto

As atividades aprendidas podem ser incorporadas à rotina diária, em vez de apenas semanalmente, complementadas por desafios diários que visam apimentar a vida a dois.

Os desafios diários são práticas simples que podem ser exercitadas todos os dias para fortalecer a conexão e a intimidade em seu relacionamento.

Perguntas para Reflexão Diária:

- O que posso fazer hoje para demonstrar amor e apreço por meu/minha parceiro(a)?
 - Comprar uma flor.
 - Enviar uma mensagem carinhosa expressando meus sentimentos e desejos.
 - Dar um abraço e um beijo afetuoso.
 - Preparar algo especial para ele/ela.
- O que podemos fazer juntos diariamente para fortalecer nosso vínculo?
 - Fazer exercícios juntos.
 - Compartilhar um café da manhã especial.
 - Dedicar 20 minutos à oração juntos antes de sair de casa.

Deixe sua criatividade fluir! O que vem à sua mente? O que você pode fazer para tornar seu relacionamento uma rosa que floresce a cada dia?

Pequenas práticas diárias podem fazer uma diferença extraordinária. Se você tiver outras ideias, comparti-

lhe conosco; ficaremos muito gratos em aprender e enriquecer este guia para futuras edições.

Agradeço por este tempo de reflexão conjunta. Em caso de dúvidas, não hesitem em entrar em contato. Despeço-me em paz, desejando a vocês toda a bênção e o fortalecimento em seu relacionamento. Um abraço carinhoso e votos de parceria na jornada da vida.

SUGESTÕES DE LEITURA PARA A "SEMANA DE AMOR" E ENRIQUECIMENTO CONJUGAL:

Para auxiliar na "Semana de Amor" e no aprofundamento da compreensão sobre o relacionamento conjugal sob a perspectiva cristã, sugerimos alguns títulos que podem ser edificantes para a leitura em conjunto:

- **"O Ato Conjugal"** de Tim e Beverly LaHaye: Uma abordagem clássica sobre a intimidade física no casamento dentro dos princípios bíblicos.

- **"As Cinco Linguagens do Amor"** de Gary Chapman: Ajuda a identificar e expressar o amor de maneiras que ressoam profundamente com seu cônjuge.

- **"Homens são de Marte, Mulheres são de Vênus"** de John Gray (com ressalvas): Embora não seja um livro cristão, oferece insights sobre as diferenças de comunicação entre homens e mulheres, que podem ser úteis com uma leitura crítica à luz da Bíblia.

- **"Cada Um com Seus Defeitos"** de Gary Smalley e John Trent: Explora as diferenças de personalidade e como elas podem complementar um relacionamento.

- **"Amar Como Jesus Amou"** de John Ortberg: Desafia os casais a refletirem sobre o amor sacrificial de Cristo como modelo para o relacionamento.

- **"Guerra de Oração pelo Seu Casamento"** de Stormie Omartian: Enfatiza o poder da oração na proteção e no fortalecimento do matrimônio.

- **"O Poder da Esposa que Ora" e "O Poder do Marido que Ora"** de Stormie Omartian: Livros específicos sobre a importância da intercessão individual e mútua pelo cônjuge.

Ao escolher um livro, considerem os temas que são mais relevantes para o momento que estão vivendo e o que desejam aprender e aplicar em seu relacionamento. A leitura em conjunto pode gerar conversas profundas e fortalecer ainda mais a intimidade emocional e intelectual do casal.

Lembrem-se que o crescimento no relacionamento é uma jornada contínua, e a busca por aprender e aplicar os princípios bíblicos em todas as áreas da vida conjugal é fundamental para a construção de um lar que glorifique a Deus e seja um refúgio de amor e paz. Que estas sugestões e leituras os inspirem a investir cada vez mais em seu casamento, cultivando um relacionamento que seja um testemunho do amor de Cristo ao mundo.

Com base no conteúdo que desenvolvemos, as sugestões que ofereço para fortalecer o relacionamento com Deus e com o cônjuge são as seguintes:

Para a Vida Espiritual Conjugal:

1. Instituir uma "Semana de Oração" mensal:

Dediquem um tempo específico a orar juntos diariamente, seguindo um esquema que inclua oração individual (um pelo outro), oração representativa (o marido liderando), leitura da Escritura, louvor e agradecimento.

2. Manter uma "folha de pedidos" de oração:

Anotem seus pedidos e acompanhem as respostas de Deus, fortalecendo a fé e a expectativa na oração.

3. Implementar uma "Semana de Estudo" mensal: Reservem tempo para estudar a Bíblia juntos, com o marido liderando o ensino e a esposa tendo espaço para

perguntas e recomendações. Escolham temas relevantes para o crescimento espiritual e para a vida conjugal.

4. Participar juntos de um "Dia de Evangelismo" mensal: Dediquem um tempo para compartilhar o Evangelho com outras pessoas, seja através da distribuição de folhetos, testemunho pessoal ou atividades online.

5. Priorizar a oração diária em conjunto: Mesmo que breve, reservem um tempo para orar juntos antes de iniciar o dia.

Para a Intimidade e o Relacionamento Conjugal:

1. Instituir uma "Semana de Amor" mensal: Dediquem tempo para atividades românticas intencionais, como jantares especiais, saídas a dois e leitura de livros sobre relacionamento.

2. Implementar um "Dia de Auscultação" mensal: Reservem um tempo para ouvir atentamente um ao outro, compartilhando o que tem gerado desconforto ou insatisfação, sem se defender, buscando compreender a perspectiva do cônjuge.

3. Realizar uma "Reunião de Ajustes e Acertos" mensal: Discutam projetos para o relacionamento, questões pendentes, finanças, planos futuros e outras áreas importantes para o casal.

4. Cultivar "Desafios Diários": Pratiquem pequenos gestos diários de amor e apreço pelo cônjuge, como comprar uma flor, enviar mensagens carinhosas, dar abraços e beijos, e preparar surpresas.

5. Priorizar tempo de qualidade juntos: Busquem atividades que ambos apreciem e que permitam a conexão e a diversão em conjunto.

6. **Investir na comunicação:** Esforcem-se para expressar seus sentimentos e necessidades de forma clara e respeitosa, e pratiquem a escuta ativa.

7. **Buscar conhecimento sobre o universo do cônjuge:** Esforcem-se para entender as necessidades emocionais e as formas de expressão de amor que são mais significativas para o seu parceiro(a).

8. **Visitar e envolver-se com a família:** Criem hábitos de visitar familiares e participar de atividades familiares juntos.

9. **Ler livros sobre relacionamento conjugal:** Escolham livros com uma perspectiva cristã e leiam juntos, aplicando os princípios aprendidos.

Lembrem-se que a chave para um relacionamento forte e duradouro reside no investimento contínuo em ambas as dimensões: a espiritual e a conjugal. A aplicação consistente dessas sugestões, adaptadas à realidade e às necessidades específicas do casal, pode trazer crescimento, alegria e um profundo senso de unidade em Deus.

APOIO OU DOAÇÕES

Se os nossos conteúdos têm edificado a sua vida, saiba que é possível apoiar este ministério, com oração, partilha, recursos ou contribuição, conforme ensina a Palavra: **'O que é instruído na palavra, reparta de todos os seus bens com aquele que o instrui.'** (Gálatas 6:6)

FORMAS DE APOIO

1. **Ore por nós** – Interceda por sabedoria, santidade, direção e portas abertas.
2. **Compartilhe os materiais** – Ajude a alcançar mais vidas divulgando os conteúdos.
3. **Adquira nossos materiais** – Fortaleça-se com conteúdos bíblicos voltados à edificação dos crentes empreendedores e empresários.
4. **Contribua financeiramente (se for da sua vontade)** – Caso Deus toque teu coração, você pode apoiar financeiramente com base nos seguintes princípios:
 - Se você tem sido edificado pelos conteúdos do nosso ministério (Gálatas 6:6);
 - Se estás em paz com Deus e em comunhão com sua igreja local;
 - Se a Sua família está suprida nas necessidades básicas (1 Timóteo 5:8);
 - E sente em seu coração o desejo de participar financeiramente com alegria e liberdade (2 Coríntios 9:7);

Então, sim: **pode nos apoiar**. Toda contribuição será recebida com gratidão, administrada com temor e prestará contas diante de Deus.

Fora de Angola: <https://ko-fi.com/luisfrancodasilva>

Angola: Banco BFA - 0006 0000 94455837301 93

Luis Franco da Silva

Nota: Não fazemos apelos públicos constantes, nem vendemos bênçãos. Se você percebe frutos espirituais, valor bíblico e temor de Deus no nosso trabalho, caminhe conosco com discernimento, oração e liberdade cristã.
