

CIDA TOMAZ

# A ESSÊNCIA *Da Família*

COMO FORTALECER LAÇOS



*Gregory*  
editora

*CIDA TOMAZ*

**A ESSÊNCIA DA FAMÍLIA**  
**COMO FORTALECER LAÇOS**

 **Gregory** editora

Copyright © Cida Tomaz, 2020

DIREÇÃO EDITORIAL  
REGINA GREGÓRIO

CAPA E PROJETO GRÁFICO

DIAGRAMAÇÃO  
DOUGLAS GREGÓRIO

FOTOS  
ARQUIVO PESSOAL

IMPRESSÃO E ACABAMENTO

É proibida a reprodução total ou parcial da obra, de qualquer forma ou por qualquer meio, sem a autorização prévia e por escrito do autor e da editora. A violação dos Direitos Autorais (Lei n.º 9610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

Copyright © Editora Gregory.



Rua: Lázaro José Gonçalves, 239 – Jd. Avelino.  
03227-060 – São Paulo/SP  
Telefone: (11) 4508-2048  
E-mail: [comercial@editoragregory.com.br](mailto:comercial@editoragregory.com.br)  
Sites: [www.editoragregory.com.br](http://www.editoragregory.com.br) / [www.livrariagregory.com.br](http://www.livrariagregory.com.br)

*Dedicado a todas as famílias.*



---

## AGRADECIMENTOS

---

Sou grata a Deus pela vida!

A minha mãe Maria Joana (in memoriam) pelo exemplo de melhor mãe do mundo! Mulher de fibra, guerreira na luta do dia a dia. Cumpriu sua missão com destreza, determinação e fé!!

Ao meu esposo pela cumplicidade e por fazer parte da minha história.

A minha sogra Maria Quitéria, pelo apoio em família.

Aos meus queridos filhos Isaque, Alessandra e Cintia, pela reciprocidade.

A minha nora e aos meus genros.

Aos meus irmãos José Homes Filho, José Gomes, Maria de Fátima, Joana Francisca e Braz Gomes por fazerem parte da minha árvore genealógica ligados pelo mesmo caule e nutridos pela mesma seiva.

Grata por ter mais de 30 sobrinhos bem representados pelas pessoas de Eloisa, Ellen, Mateus e Ezaú Gomes.

A minha cunhada Cilene e família por nos recepcionar tão bem!

Ao irmão em Cristo Juvenal Delfino pelo incentivo.

A todos que, direta ou indiretamente contribuíram para a existência deste trabalho.

E a você, leitor... Muitíssimo obrigada! “Este é o meu castelo, passe a habitá-lo”.



---

## SUMÁRIO

### INTRODUÇÃO ..... 9

### CAPÍTULO UM

Família.....	13
Onde a família começa? .....	14

### CAPÍTULO DOIS

O começo da grandeza.....	37
Comprar um terreno.....	40
Economia doméstica .....	41

### CAPÍTULO TRÊS

Os filhos .....	45
Educação dos filhos.....	51
Adolescência .....	58

### CAPÍTULO QUATRO

Lar feliz .....	67
Princípios.....	68
Diálogo .....	68
Sinceridade .....	69
Paciência .....	69
Compreensão.....	70
Harmonia .....	70
Carinho .....	70
Confiança mútua .....	70
Humildade .....	71
Amor .....	71

### CAPÍTULO CINCO

Lidando com as emoções .....	75
------------------------------	----

### CAPÍTULO SEIS

Comparações .....	83
-------------------	----

Reflexão .....	84
Entendendo as diferenças no .....	85
Casamento.....	85
Evitando problemas.....	88
<b>CAPÍTULO SETE</b>	
Não se torne escravo do trabalho.....	91
Não leve os problemas para casa.....	93
<b>CAPÍTULO OITO</b>	
A mulher do século XXI.....	95
Relação nora/sogra .....	101
Da cozinha para a universidade! .....	105
Mulheres para as quais tiro o chapéu!.....	108
<b>CAPÍTULO NOVE</b>	
Quem ama, vai bem na cama .....	111
Os cônjuges e a internet .....	115
<b>CAPÍTULO DEZ</b>	
Solteiros .....	119
Solidão .....	119
<b>CAPÍTULO ONZE</b>	
A despedida .....	125
Último telefonema - eu e mãe.....	127
Vencendo a dor.....	129
<b>CAPÍTULO DOZE</b>	
Realização pessoal.....	135
<b>HOMENAGENS</b>	
Para finalizar.....	140

---

## INTRODUÇÃO

---

Buscai em primeiro lugar o reino de Deus, e a sua justiça, e as demais coisas vos serão acrescentadas - Mateus 6:33.

Devido ser interrogada muitas vezes sobre qual o segredo para formar uma família bem-sucedida, surgiu a ideia deste livro. Em seguida, busquei o curso de psicologia para embasar o conteúdo do mesmo, bem como me conhecer melhor, visto que se você reconhece suas limitações e virtudes compreenderá melhor o semelhante. Como disse um dos mais notáveis psicólogos e psicanalistas do século XX: Quanto mais você conhece a si mesmo mais paciência tem para o que vê nos outros - Erik Erikson.

Sobressai, aqui, parte da minha história. Haja vista que, historicamente, somos derivados dos meios e culturas em que vivemos. Baseado na teoria de Vygotsky, pioneiro da psicologia do desenvolvimento. É a interação que cada pessoa estabelece com o ambiente que forma nossos conhecimentos que nos dizem respeito do que somos e do que pensamos. São as chamadas experiências significativas.

Venho de uma história de vida repleta de acontecimentos bons e ruins, mas que todos me ensinaram uma lição, porque se prestarmos atenção e formos humildes, a vida nos ensina. Ficamos instruídos, independentes do grau escolar.

Tive a bênção de encontrar pessoas sábias que me deram ótimos conselhos, mas ouvir um bom conselho não é a chave do sucesso, aplicá-lo sim. Admito que onde não há conselho fracassam os projetos, mas com os muitos conselheiros há bom êxito.

Sou uma pessoa dona dos próprios sonhos, do meu amor próprio, do meu valor. No fundo, sou apenas uma mulher otimista, flexível e sonhadora. E o maior sonho do momento é de maneira simples e objetiva ajudar a sociedade, motivando pessoas através

das minhas experiências. Meu verso bíblico preferido são as palavras de Jesus a mulher samaritana: Mas quem beber da água que eu lhe der nunca mais terá sede. Ao contrário, a água que eu lhe der se tornará nele uma fonte de água a jorrar para a vida eterna - João 4:14. Em minha opinião, beber da água que Cristo dá significa exercer a fé, praticar a positividade, assim o nosso comportamento se inovará. “Seremos como uma árvore plantada junto a ribeiros de águas, a qual dá o seu fruto na estação exata; as suas folhas não cairão, e tudo quanto fizermos prosperará”.

Teremos alegria em viver, conquistaremos amigos, realizações e viveremos melhor! Do nosso interior fluirão palavras de bênçãos que elevam. Entendo ser esse o verdadeiro sentido da fonte a jorrar para a vida eterna. Procuro ver as dificuldades pelo lado mais favorável, por sinal escolhi como rubrica a abreviação, MAS - três letras do meu nome; prefiro o “mas” de possibilidade, de continuidade, de segunda chance. Acredito no “mas” de “Mas sempre existe uma saída”. Um “mas” de conexão dá sentido à vida!

Casada há 30 anos, o que é gratificante, mas desafiador, e com muitas experiências adquiridas ao longo destes 30 anos somados há mais de 30 anos de vida cristã, com uma família estruturada! Senti desejo de colaborar para a felicidade de outras famílias através do nosso testemunho.

Quero expressar como alcançamos este nível com intuito de inspirar os leitores e também provocar insights de que somos capazes de chegar onde jamais imaginamos.

Assim sendo, ficarei feliz em poder fazer alguém feliz por meio das minhas atitudes.

Entendo que não existe fórmula mágica para a felicidade, uma vez que felicidade é um sentimento, algo subjetivo, depende do equilíbrio físico e psíquico. No entanto, posso afirmar com bastante segurança que além dos contratempos é possível ser feliz! E não resta dúvida que alguém que passou por um caminho saiba sinalizar os obstáculos e o sucesso. Faço votos a todas as pessoas que lerem estas páginas sejam bem-aventuradas! Como diz o escritor cristão Alejandro Bullón, *Só guardam silêncio as pessoas em cuja vida Deus não operam maravilhas.*

E acrescenta Cora Coralina: Nada do que vivemos tem sentido se não tocarmos o coração das pessoas. Acredito plenamente que a mais bela de todas as coisas é o amor. Ele nos impulsiona a ações aprazíveis. Sempre peço a Deus que abençoe os meus planos, e eles dão certo.

Mas independente da religião acredito na prática da espiritualidade. Como diz o filósofo e escritor Mário Sérgio Cortella:

*Discussir religião é tentar afrontar o que dá sentido à vida do outro. E aí tanto faz se é verdade ou não – o simples fato de alguém acreditar já basta.*

Quero salientar para os leitores de outros credos, seguidos religiosos, ateus, e os que acreditam na teoria da evolução saibam que vocês têm o meu respeito. Sei perfeitamente que somos indivíduos, e como tais, temos diferentes opiniões. Acho interessante frisar que, na caminhada cristã nunca fui fanática nem radical. Nunca quis me colocar no lugar de Deus para julgar a vida alheia. Como disse Jesus: Aquele que não tem pecado atire a primeira pedra. E, como estudante de psicologia, procuro me despir de qualquer forma de preconceitos, considero o livre arbítrio o maior bem do homem. Concordo plenamente que:

Todo e qualquer ato discriminatório é imoral e deve-se lutar contra ele, independentemente daquilo que se tenha que enfrentar (FREIRE, 1996, p. 47). O importante é que a ninguém devamos coisa alguma, a não ser o amor. Porque quem ama aos outros cumpriu a lei.

Nordestina, filha de pais separados e família extensa, três meios-irmãos por parte de pai. São eles: Francisca, (in memoriam) Inês e Manoel. Pois, meu pai era viúvo quando se casou com a minha mãe. E cinco irmãos por parte de pai e mãe: José Homes Filho, José Gomes, Maria de Fátima, Joana Francisca e Braz Gomes.

Minha vida nunca foi nada fácil. Tive que cedo aprender a importância da resiliência. Aprender extrair das dificuldades ensinamentos por intermédio da fé a nós encucada pela nossa mãe que

*Cida Tomaž*

acreditava no ensinamento: TUDO POSSO NAQUELE QUE ME FORTALECE.



*Minha família raiz*

---

## **CAPÍTULO UM**

---

### **FAMÍLIA**

Segundo o dicionário de português, família é o grupo das pessoas que compartilham a mesma casa, especialmente os pais, filhos, irmãos etc. Então, sabendo o que significa a palavra família, vamos analisar o conceito de família a ideia que temos de família: hoje não é o mesmo de antes, pois desde o século XVIII até nossos dias houve muitas evoluções. Na família Pré-moderna do século XVIII reinava o poder absoluto do pai em que a mãe era tratada somente como uma simples reproduutora. As famílias eram extensas, compostas por muitos filhos.

Passando para família Moderna, após a Revolução Francesa de 1789, com o fim da hierarquia do homem sobre a mulher, a mulher começou a ser valorizada pelo poder de mãe; recebeu autoridade para governar a casa e educar os filhos, pois se entendeu que a criança é o futuro.

A partir do século XIX houve a revolução médica e pedagógica em que a mulher ganha certos poderes com o papel da maternidade. Na família Contemporânea, desde 1960, a mulher não se contenta só com o papel de mãe, ela quer estudar, quer trabalhar e disputar o espaço público com os homens. O que não acho ruim, visto que cada uma tem as suas necessidades, os seus projetos, mas como toda ação gera reação, atualmente observamos nas famílias contemporâneas muitas desorganizações da instituição familiar na problemática ausência da mãe, devido à falta de afeto e carinho aos filhos. A criança tem a construção da personalidade prejudicada tornando-se adultos fragilizados.

Contudo, meu objetivo não é atentar para as consequências propriamente ditas da falta da mãe, somente quero deixar meu ponto de vista de acordo com Donald W. Winnicott, um pediatra

e psicanalista inglês que escreveu sobre a importância da mãe na formação da personalidade da criança. Ele disse: É apenas por meio da presença da mãe contínuo e flexível que a criança pode iniciar um processo de desenvolvimento saudável.

Esse conceito diz respeito ao estado psíquico atingido pela mãe saudável, colocando-a em posição de oferecer um ambiente suficientemente bom para o desenvolvimento das potencialidades inatas do bebê.

Complementando a teoria de Winnicott, cito o pensamento de uma escritora cristã norte-americana, Ellen G. White:

Nenhuma outra obra se pode comparar à da mãe, em importância... (O lar adventista, p. 237).

A família, como toda instituição social, apresenta aspectos positivos, enquanto núcleo afetivo, de apoio e solidariedade. (O que é família? - p. 12 - Danda Prado). Segundo esta autora, ninguém pode se sentir feliz se lhe faltar completamente a referência familiar.

Do ponto de vista cristão, acredito ter Deus planejado a instituição família no jardim do Éden quando criou homem e mulher. E posteriormente ordenou-lhes: Sede fecundos, multiplicai-vos e enchei a terra - Gênesis 9:1. Por isso, desejo felicidades a todas as famílias. Todos os seres humanos merecem ser felizes.

## **ONDE A FAMÍLIA COMEÇA?**

Em minha percepção, a família começa no ato do casamento, também considero os relacionamentos formados. Vivemos em momentos os quais predomina a dissolução do casamento, não mais se preza a durabilidade dessa união. Deixo claro que não faço apologia a casamento eterno, mas ao casamento feliz. Só podemos permanecer num relacionamento se este for saudável. ...Que seja infinito enquanto dure... - Soneto de fidelidade - Vinicius de Moraes.

Desde cedo passei a desenvolver a fé e a empatia partindo do princípio de não desejar para o outro aquilo que não é bom para mim. Portanto, tudo o que vós quereis que os homens vos façam,

fazei-lo também vós, porque esta é a lei e os profetas - Mateus 7:12. Como disse a mais reconhecida do século XX prêmio Nobel da Paz Madre Teresa de Calcutá: As pessoas boas merecem nosso amor, as ruins precisam dele.

Gostaria de apresentar-lhes referências bíblicas sobre casamentos. Lembrando que para os leitores bíblicos não é de admirar-se que existem casamentos bíblicos notáveis e também existem casamentos como ciladas. Veremos no decorrer da história.

Entre os casamentos notáveis, dois me chamam a atenção: o primeiro foi do casal Adão e Eva, no Jardim do Éden, realizado pelo próprio Deus que disse ao criá-los: Por isso, deixa o homem pai e mãe e se une à sua mulher, tornando-se os dois uma só carne - Gênesis 2:24. Este casal vivia em perfeita harmonia enquanto obedeciam a ordem do Criador. O segundo casamento foi o do casal Jacó e Raquel; uma bela história de amor. Discorreremos, adiante.

Hoje em dia, algumas pessoas se casam sem compromisso e dizem: Se não der certo, a gente separa. Já entram no casamento deixando a porta entreaberta para a separação. Partindo desse ponto de vista, faço uma analogia do casamento a dois laços.

**O PRIMEIRO LAÇO:** “Pois, Deus te livrará do laço do passarinheiro” - Salmos 91:3. Literalmente, o que é o passarinheiro? Segundo o Dicionário Online de Português Houaiss: É um caçador, criador ou comerciante de pássaros. Comparo algumas situações no casamento ao laço do passarinheiro.

O laço do passarinheiro é uma armadilha feita de linha invisível, que é colocada no chão para pegar os passarinhos. Portanto, em sentido figurado, quero relacioná-lo aos relacionamentos amorosos sem compromissos, onde reinam a agressividade, orgulho, egoísmo, infidelidade, individualismo, vícios, dependência química, levando os envolvidos a sofrimentos, quer seja de maneira física ou emocional, chegando à destruição de vidas; tornando-se, assim, em armadilhas constantes!

Exemplos bíblicos de casamentos como laço do passarinheiro:  
- Davi e Mical, filha do rei Saul

Disse o rei Saul: Eu lhe darei, para que ela lhe sirva de laço e para que a mão dos filisteus venha a ser contra ele. - 1Samuel 18:21.

O rei Saul planejou dar sua filha Mical a Davi por esposa, para que através deste casamento Davi pudesse ser derrotado e morto pelos filisteus.

- Sansão e Dalila.

Aconteceu que se afeiçoou a uma mulher do vale de Soreque, a qual se chamava Dalila - Juízes 16:4.

Sansão, um homem nascido para ser o libertador do seu povo, foi derrotado e teve sua vida em ruínas por consequência do relacionamento amoroso com Dalila.

Nestes dois exemplos, vejo o casamento uma instituição sagrada criada com a finalidade de proporcionar bem-estar e felicidade ao casal e, consequentemente, a família, tornar-se laço do passarinheiro.

Portanto, o que faz algo precioso tornar-se uma armadilha? Existem várias razões. Citarei algumas. Quando a pessoa prioriza a aparência sem observar as atitudes as quais revelam o caráter, valoriza mais o exterior, o visual; esquece os princípios, a ética e o respeito. A atração física é importante, é a primeira informação que temos. Ela só não pode ser mais importante que a razão! Comece um relacionamento pela mente e não pela aparência.

Quando se casa por interesse, seja esse interesse qual for, quando se casa para fugir das regras dos pais, quando se casa pela obrigação de uma gravidez precoce, quando o casal tem objetivos diferentes a ponto de não ser possível conciliá-los à rotina dos dois, quando não há compromisso e responsabilidade com o ato do casamento. No período de namoro precisamos conversar sobre o futuro; como será a vida após o casamento. Falar sobre: metas, finanças, carreira, trabalho, estudos, filhos, moradia, limpeza e conservação da casa, religião, pontos divergentes, lazer e amigos...

Se negligenciarmos essas coisas a tendência é dar errado. É importante que saibamos especificar as qualidades e os defeitos da pessoa com quem pretendemos nos casar. E embora na fase

inicial do namoro e paixão não seja fácil ver os defeitos, é importante o esforço, nesse sentido. Pois, o comum é que com os anos de convivência as qualidades que admirávamos diminuam e os defeitos, que eram quase invisíveis, aumentem. E se não tomamos cuidado, crescem tanto que eles podem nos sufocar, destruindo-nos. Se porventura você, leitor, se encontra em situações difíceis no casamento, calma! Nem tudo está perdido, e para os que acreditam no criacionismo, restaurar nada é para quem tem o poder de criar. Deus, o criador de todas as coisas. Ao Senhor pertence a terra e tudo o que nela se contém, o mundo e os que nele habitam - Salmos 24:1.

Eu e meu esposo já passamos por várias etapas e muitas transformações, mudanças consideráveis. Cada etapa, um aprendizado sempre consciente que precisamos lutar pelo nosso casamento todos os dias, e que nunca podemos dar por satisfeitos nessa busca de aprimoramento, uma vez que a família começa no casamento e a família é a base da sociedade. Por isso, creio que Deus instituiu os laços matrimoniais para proporcionar felicidade aos componentes do casamento e, consequentemente, formar uma sociedade ordenada.

Eu tinha muitas expectativas a respeito do casamento que não correspondia com a realidade. Esperava encontrar um príncipe encantado, mas Deus sabia que eu precisava de um príncipe esforçado. Hoje, pensando bem, entendo que o encanto um dia acaba, porém o esforço não. Cresci num lar desestruturado que reinava a ignorância, meu pai era machista, alcoólatra, bebia todo o santo dia e ficava agressivo, fazia minha mãe e nós, filhos, sofrerem muito.

O vício tornou-se dominante que o impedia de trabalhar. Logo, começamos a passar necessidades. Foi então que nossa mãe tomou a rédea da situação em uma atitude heroica: decidiu pela separação. Tempos difíceis! Imaginem se hoje seria complicado para uma mulher criar seis filhos sozinha, pressuponham nos anos 70.

No entanto, nossa mãe, com seis filhos: todos ainda crianças. Eu, por exemplo, tinha oito anos de idade, na época. Ficamos sem ter onde morar, pois pagávamos aluguel e nossa mãe estava desem-

pregada e fragilizada por um recente aborto espontâneo. Mesmo assim, ela arregaçou as mangas! Foi trabalhar todos os dias para que não nos faltasse o pão. Nessa fase, encontramos pessoas boas que nos ajudaram. Até poderia citar alguns nomes, mas não arrisco porque não me lembro de todos. Poderei ser injusta com alguém. Mesmo com todos os esforços, houve ocasião em que a escassez de coisas indispensáveis para suprir as necessidades básicas do ser humano nos faltava. Nesse ínterim, fui molestada sexualmente. Sofri bullying e humilhação. Se parasse aqui, poderiam dizer que se trata de uma história trágica. Mas, aproveito o instante para fazer uma citação que falará por mim: *O que não provocou minha morte fez com que eu ficasse mais forte* – Nietzsche, filósofo alemão.

Posteriormente a muitos infortúnios, conseguimos nossa moradia, o que aconteceu por meio da generosidade de algumas pessoas e muito trabalho por parte da nossa mãe. Passamos a morar em dois cômodos muito pequenos: cozinha e sala, que era quarto ao mesmo tempo. Só cabiam duas camas e as redes. Dormiam três pessoas em cada cama. Uma situação laboriosa. Porém, o terreno era nosso, o que depois conseguimos erguer uma casa maior. Com muito empenho e dedicação, nossa mãe criou os seis filhos. Ela, incessantemente, procurou dar o seu melhor e nos ensinou sobre ética e valores. Com transparência, ela nos mostrou a importância do trabalho e da perseverança. E assim, conseguiu formar seis pessoas dignas e honestas. Nesse momento, quero prestar homenagens a todos, mães e pais que, como minha mãe, cuidam de seus filhos sem a participação de um dos progenitores.

Sendo a filha mais velha das mulheres precisei ajudar nossa mãe, comecei a trabalhar como babá muito cedo para colaborar com as despesas de casa. Não tive condições de estudar de modo adequado. Porém, desde cedo, aprendi amar os livros. Eles me ensinam a direção certa no caminho da vida.

Fui para a escola aos 11 anos. Antes disso, tentava aprender a ler nos livrinhos de Cordel os quais, financeiramente, eram os únicos acessíveis. Meu irmão, José Homes, comprava-os na feira. Assim cresci, alimentando sonhos; e entre meus sonhos, destacava-se o desejo de casar-me e ter uma família feliz. Queria algo para

minha vida diferente de tudo que, até então, tinha vivido. Porém, além de todo o ocorrido, tinha curiosidade de reencontrar meu pai porque depois da separação, em Alagoas, ele voltou para São Paulo onde morava, antes de casar-se com a minha mãe. Ele não mandou mais notícias para nós.

Eu era cristã de berço, haja vista que a nossa mãe era católica praticante e nos educou na doutrina. Porém, aos 17 anos, no ano de 1985, certo dia, eu e a minha mãe estávamos em casa tomando café quando chegou um moço do trabalho público de pesquisa sobre saúde para efetuar algumas perguntas. Minha mãe lhe ofereceu uma xícara de café. Ele recusou. A atitude dele me chamou atenção, pois no Nordeste a tradição pelo café é bem forte. Além do mais, recusar uma gentileza soava como descortesia. Então, eu o interro-guei sobre o motivo de não aceitar o café. Ele me disse se tratar de uma regra de fé com base na qualidade da vida saudável. Aí que não entendi mesmo! Foi então que ele me deu um folheto e disse:

– Leia! Logo abaixo, tem um endereço; envie cartas e fará um curso a respeito do assunto. Dessa maneira, ficará esclarecida deste tema e outros mais.

Fiquei interessada e fiz conforme ele me orientou. No folheto tinha o endereço da “Voz da profecia” - um programa da Igreja Adventista do Sétimo Dia, localizado no Estado do Rio de Janeiro. Enviei uma carta e, para minha surpresa, logo veio a resposta com a lição número 1 da série de estudos sobre as escrituras sagradas.

Li a lição, gostei, respondi as perguntas e reenviei. Assim, sucessivamente, até concluir com êxito o curso *O mundo do amanhã*. Em continuidade, fiz outro curso, *Encontro com a Vida*. Todos por correspondências. Eu me apaixonei pela literatura. O aprendizado adquirido nos cursos veio a ajudar-me em necessidades emocionais do momento.

Mais adiante, aos 18 anos, em 1986, conheci a Igreja Adventista do Sétimo Dia. Batizei-me nesse seguimento religioso que permaneço, e posso dizer que as instruções cristãs me ajudaram a conduzir-me para uma vida próspera.

*Mergulhe nas coisas que você não conhece, viver ultrapassa qualquer entendimento - Clarice Lispector.*

Aos 19, no ano de 1987, tomei uma decisão admirável para o momento: resolvi mudar de onde morava (Delmiro Gouveia – Alagoas) uma pequena cidade do sertão alagoano. Fiz acordo no emprego público que trabalhava e sofria assédio sexual. Parti para São Paulo. Lembro-me da expressão de susto da minha querida mãe quando a informei desta decisão. Imaginem, naquela época, uma filha sair de casa para morar em um lugar longínquo. Precisamente 2239 km de distância. Ela ficou sobremaneira preocupada, porém, permitiu, fez-me recomendações, e me abençoou! Eu disse que tomaria todos os cuidados para não a decepcionar. De coração partido, ela me deixou partir.

Viajei para São Paulo com a esperança de trabalhar, encontrar meu pai, conhecer um homem ideal e ser feliz. Digo isso porque idealizei o homem com quem gostaria de casar, o que, na verdade, só existia na minha imaginação. Hoje, entendo que isso faz parte da adolescência. Cresci convivendo com o machismo impregnado na família e na sociedade. Para ser específica, existem regiões do Brasil em que o machismo predomina.

Chegando a São Paulo fui morar com amigos que me acolheram em suas casas, mas logo tive a oportunidade de encontrar alguns familiares paternos e, por intermédio deles, encontrei meu pai. Na sequência, mudei para junto deles porque me ofereceram apoio. Nessa ocasião, fiquei, por alguns meses, perto do meu pai, que se encontrava acamado, pois tinha sofrido um AVC. Acidente Vascular Cerebral.

No ano seguinte, em 1988, comecei a trabalhar em um dos restaurantes da empresa “Superbom” da Igreja Adventista do Sétimo Dia. Lá fiz amizade com duas colegas de trabalho que também moravam em casa de parentes e resolvemos alugar uma casa para nós. Por esse tempo, todos os sábados de manhã eu ia à igreja. Passava numa mesma rua em direção a igreja e percebi que sempre tinha uma senhora na porta da uma casa que ficava

me olhando. Em continuação, soube que ela tinha mais uma casa no seu quintal que gostaria de alugar. Imediatamente fui falar com ela sobre a possibilidade de alugarmos para morar juntas, eu e as colegas. Ela disse:

- Sou uma pessoa sozinha, meu esposo mora numa casa de repouso (para tratamentos mentais) e eu gostaria de alugar esta casa. Mas, para isso, tenho algumas exigências morais. Pretendo alugar para mulheres solteiras; não quero homem entrando no quintal; prezo pela minha reputação. Não te conheço, porém observo que toda semana você passa aqui, seu jeito é diferente; parece que vais a igreja. Me fala sobre você?

Então, discorri sobre alguns assuntos da minha vida. Ela disse:

- Por você, tudo bem. E suas colegas, você conhece há quanto tempo?

Fiquei preocupada com a resposta porque havia conhecido as jovens há pouco tempo e realmente não sabia muito sobre elas. Porém, um fato foi fundamental: elas eram do mesmo seguimento religioso que eu. Então, pensei: dará certo, e respondi que conhecia as meninas já há algum tempo e que se tratava de colegas de trabalho, moças da mesma fé que a minha, e de bom comportamento. Ela disse:

- Confio em suas palavras, alugo!

Fiquei felicíssima, pois meu desejo do momento era sair da casa dos familiares e ser independente. Fiz o contrato do aluguel com aquela senhora e começamos a preparação para a mobília da casa. Nesse plano, estava as compras de móveis, objetos, utensílios dos quais precisávamos para a nova morada. Também precisávamos de um botijão de gás. Ouvi falar sobre um moço que trabalhava numa empresa de gás. Fui em busca de comprar o botijão. Falei com ele que prontamente se dispôs a trazer o botijão de gás para nós, o que fez imediatamente. Um detalhe: na hora de pagar o valor do botijão ele não quis receber. Achei estranho, mas aceitei. Aos domingos à tarde, a senhora Hildete, proprietária da casa onde eu morava, me convidava para entrar na sua casa para tomarmos

um café e bater um papo. Gostava de me contar um pouco da sua história.

Também aproveitei o momento e comentei com ela sobre aquele moço não ter aceitado o pagamento do “novíssimo botijão cheio de gás” de uma das melhores empresas de gás de São Paulo. Ela ficou desconfiada e disse: Minha filha, homem não dá presente para mulher sem interesse. Argumentei: tentei pagar, mas ele não quis! Pois bem, ela estava certa.

Mais uma vez, vence a voz da experiência. Não demorou muito para que eu e aquele rapaz ficássemos amigos e a amizade evoluiu rapidamente para namoro. Precisei dar a notícia à dona Hildete. E agora?! A mulher era brava – (risos). Entre as exigências dela, para que pudesse alugar a casa era que não podia entrar homem no quintal. Contudo, no momento, ela foi razoável e só perguntou: Você sabe se ele realmente é solteiro? Disse: - Bom, eu acredito que sim, confio em suas palavras, mas ter certeza absoluta não tem como.

Na época, não tínhamos tecnologia avançada (internet, celulares, redes sociais, Facebook, WhatsApp, nem na imaginação). A informação caminhava a passos de tartaruga, a comunicação era somente pessoal e um tanto difícil, não tínhamos como descobrir algo sutilmente. Mas para aquela senhora inteligente, sempre havia uma saída. Ela falou: Pede a ele para te mostrar a certidão de nascimento, porque se ele for casado não terá como fazer! Uau, gostei da ideia. No próximo encontro, um pouco sem jeito, pedi ao Cícero para que me mostrasse seu registro de nascimento! (risos). Ele nem questionou. E na próxima vez que veio em casa, trouxe o documento. Para salientar, ele gostava de vestir-se socialmente, então naquele dia usava uma calça bege e uma camisa social branca com um bolso ao lado acima do peito e no bolso estava a certidão de nascimento dobrada e guardada.

Naquela ocasião, já percebi que trouxera o bendito documento. Rapidamente ele tirou do bolso e entregou em minhas mãos, Ufa! Fiquei feliz e depois informei à dona Hildete - (In memoriam). Ela pediu para conhecê-lo, marcamos um momento e o apresentei a ela que, por sinal, gostou dele, deu-me recomendações como

se fosse minha mãe, e abençoou nosso namoro. Mulher sábia, a quem serei eternamente grata. Também fizemos saber sobre nosso namoro as nossas mães no Nordeste, enviando-lhes cartas com fotos para elas nos conhecerem, futuro genro Cícero, no caso da minha mãe, e a mãe dele me conhecer como futura nora.

Todavia, vocês podem conhecer belas histórias de conquistas, mas acredito que através de um botijão de gás seja a primeira! (risos). Claro que não foi exatamente por causa do botijão que me apaixonei. A verdade é que fui seduzida pelo seu olhar, pelos seus olhos verdes. O “gás” foi somente o (trampolim) caminho necessário para que nos encontrássemos! Com o namoro firme, decidimos pelo casamento. Fizemos os preparativos, e no dia 03 de junho de 1989 nos casamos no civil. Encontrei o homem, se bem que no momento não sabia se seria o ideal - (risos). Tudo aconteceu muito rapidamente, num período de seis meses de conhecimento.

Foi paixão à primeira vista. Minha mãe e nossos familiares de outros Estados não puderam vir para o nosso casamento. Devido ao casamento estar em meus planos, não pensei duas vezes para aceitar o pedido de casamento do Cícero. Mas, como diz o escritor Renato Cardoso: O amor não é cego, já a paixão, nem olhos tem. Nessa hora, deixei falar a voz do coração. O que hoje não aconselho, pois a palavra de Deus diz: Não é bom proceder sem refletir; e peca quem é precipitado - Provérbios 19:2.

Naquele momento, não vigiamos; deixamos nos conduzir pelo impulso. Corremos o risco, na maioria das vezes. Os apressados terminam infelizes. Ainda bem que o nosso relacionamento começou com “gás” e até hoje existe “gás”. Sou da opinião que num relacionamento não pode faltar “gás” (risos). Nem por isso escapamos dos conflitos. De início, encontramos muitos obstáculos, as fortes personalidades, a falta de afinidade, os traumas, as experiências pessoais, que são as chamadas: “bagagens”, difíceis de suportar.

Sabe aquele desejo de encontrar um príncipe encantado, um homem ideal? Eu, inconscientemente, projetei no meu esposo.

*Segundo Freud, A projeção é um mecanismo de defesa psicológico em que determinada pessoa “projeta” seus próprios pensamentos, motivações, desejos e sentimentos numa ou mais pessoas.*

Esperava que ele se portasse de maneira “culto, sensível, romântica”. Totalmente diferente da realidade. Ele, de origem simples, um “diamante bruto”, recentemente vindo do interior do Estado de Pernambuco, onde vivia da agricultura, iletrado.

Pesquisando sobre a origem do seu nome, não é que tem tudo a ver! Círcero significa plantador de ervilhas e indica um líder natural, com capacidade de decidir e dar ordens, tendem a ser auto-confiante. Costuma dar bastante importância para a aparência, pode se tornar uma pessoa agressiva quando não consegue atingir seus objetivos – exatamente ele. Imaginem!!

Eu, alegre, brincalhona, corajosa e decidida, uma vez que constantemente a vida obrigava-me a fazer escolhas, tomar decisões. Mesmo quando tudo parece desabar, cabe a mim decidir entre ir ou chorar, ir ou ficar, desistir ou lutar:

*Porque descobri, no caminho incerto da vida, que o mais importante é o decidir - Cora Coralina.*

Meu esposo, na época, inseguro, tímido e de poucos amigos. Então, na fase do namoro, eu conversava bastante e ele quase não falava, inclusive até hoje brinca comigo, dizendo: Se soubesse que eu sou paraibana não teria casado comigo, pois reza a lenda que os paraibanos são bravos – (risos). Ele diz só ter descoberto que eu sou paraibana no dia que o juiz leu, em alta voz, nossos dados, como é de costume, no ato do casamento civil.

Realmente sou paraibana de nascimento por origem dos meus pais, porém, meus pais moraram em outros Estados e finalmente fui criada no Estado de Alagoas, onde minha mãe permaneceu após separar-se do meu pai, inclusive meus familiares moram lá até hoje.

Conclusão: sou paraibana por nascimento, alagoana por adoção e paulista por opção!

No período do namoro, eu deduzia que Cícero estava concordando comigo em tudo que eu apresentava, pois diz o ditado popular “quem cala consente” - mas me enganei redondamente! Depois que casamos, o homem começou a mostrar sua opinião e eu me surpreendi. Tivemos dificuldades para entender as diferenças, fase da adaptação, como naturalmente acontece com todo casal. Todos passam por experiências confusas, no início dos relacionamentos. Às vezes, frustrações por não ter as expectativas correspondidas, etc. Acredito que Deus permite que duas pessoas totalmente diferentes fiquem juntas não para torturá-las, mas para que uma desafie a outra a ser uma pessoa melhor. Hoje sou a favor que os namorados tenham um tempo considerado bom para se conhecerem, precisamos realmente conhecer a pessoa com quem vamos casar e talvez passar o resto da vida juntos. Se, se tivermos afinidades, fica mais fácil a convivência, porque como nós fizemos, deixando para nos conhecer depois do casório, não foi bom.

Para terem ideia, meu esposo não é da mesma religião que eu. Isso já implicou na cerimônia religiosa do casamento a qual não pôde ser realizada. Aprendi que não é bom ser precipitado, pois a Bíblia diz: Não vos ponhais em jugo desigual - 2Coríntios 6:14. Descobri que, depois de casado, fica difícil “tornar o jugo desigual ficar igual”. Adaptar-se. Casei com alguém que não compartilha a mesma fé, o mesmo estilo de vida na prática cristã, digo que dei um passo arriscado porque o casamento é comparado a um barco a remo. Os dois devem remar na mesma direção, ou seja, quanto mais tivermos afinidades, mais possibilidades teremos para o casamento dar certo, pois futuramente os valores sociais, a religião, a cultura influenciará na satisfação do relacionamento e, consequentemente, na educação dos filhos, como por exemplo, no nosso caso, cônjuges de religiões diferentes podem tornar as coisas difíceis e confundir a cabeça dos filhos, dificultando-os de tomarem uma decisão ao lado de Jesus. Assim sendo, precisei usar em dobro o bom senso e a flexibilidade.

*A tragédia da vida é que ficamos velhos cedo demais. E sábios, tarde demais - Benjamin Franklin.*

Muitas vezes, o que fazemos apressadamente não é ato de sabedoria, mesmo aquilo que julgamos com o coração. Quando se trata de relacionamento, precisamos estar atentos, pois é difícil para os dois lidarem com diferentes crenças, valores e culturas. Nós, adventistas do sétimo dia, acreditamos na volta de Jesus: Novo céu, nova terra onde habita a justiça - Apocalipse 21:1. Acreditamos na obediência à lei de Deus referente aos dez mandamentos de Éxodo 20. Inclusive o versículo 8 - Lembra-te do dia do sábado, para o santificar. Acreditamos que o corpo é o templo do Espírito Santo e por isso devemos nos manter longe de alimentos prejudiciais à saúde, impuros, como por exemplo, a carne de porco. O porco é impuro; embora tenha unha fendida, mas não ruma; imundo vos será. Destes não comereis a carne - Deuteronômio 14:8.

Se alguém destruir o santuário de Deus, Deus o destruirá; porque o santuário de Deus, que sois vós, é sagrado - 1Coríntios 3:16-17. Então, imagine uma esposa que não come carne de porco ouvir do esposo que ele come a carne de porco e que esta é a melhor carne! Senti frio na barriga! E agora, como explicar para ele que não queria que ele trouxesse tal carne para casa e que não iria prepará-la! Ainda bem que o Espírito Santo trabalhou em nosso lar e o meu esposo nunca trouxe esta carne para nossa casa.

Fizemos um acordo de um respeitar a religião do outro, e tenho a bênção de estar com uma pessoa que passou a entender os princípios de Deus sobre alimentação e a colaborar para que pudéssemos ter o nosso relacionamento firme espiritualmente. Assim seguimos juntos, superando esta e outras diferenças. Acredito que a paciência e a perseverança fizeram com que aprendêssemos o sentido do verdadeiro amor. Como diz a Bíblia, O amor é paciente, é benigno - 1Coríntios 13:4. Graças a Deus, cada dia adquirimos sabedoria para administrar cada fase e humildade para fazer mudanças.

Tivemos muitas crises no relacionamento, começando nos primeiros meses. Acredito que, por providência de Deus, minha mãe veio conhecer meu esposo pessoalmente, porque até então só o conhecia por foto. Ela passou conosco nosso primeiro Natal depois de casados. Lembro-me que nessa ocasião, ela, percebendo minha insatisfação, deu-me um conselho: tenha paciência com o Cícero, ele gosta de você.

A essa altura, ela tinha nos observado e, por sinal, aprovou nossa união; pois, gostou bastante do meu esposo! Mais adiante, em outra dessas crises devido a problemas e à rotina, cansei e cheguei a pensar que o nosso casamento chegaria ao fim. Eu não me sentia feliz. Pensava que o amor que eu tinha pelo meu esposo tivesse acabado, não me conformava de não estar feliz no casamento, porque entendo que Deus criou o casamento para a felicidade do casal, lutava pela felicidade a qualquer custo. Mulher não gosta de rotina no casamento. Acredito que os homens se adaptam melhor à rotina, gostam do básico, só percebem que a coisa está ruim quando a mulher pede a separação. Passei um tempo à procura da felicidade. Também atribuía ao meu cônjuge esta responsabilidade. Oh, quanta insanidade!

Felizmente, por esse tempo, pude perceber que o meu esposo também não estava satisfeito, porém sentia amor por mim e prometemos nos esforçar para resolver os problemas. Até então, não conseguia entender que felicidade é um caminho. A gente não chega; a gente caminha enquanto avança.

*Faça o que for necessário para ser feliz. Mas não se esqueça que a felicidade é um sentimento simples, você pode encontrá-la e deixá-la ir embora por não perceber sua simplicidade - Mário Quintana.*

Nessa fase, a melhor ferramenta foi o diálogo. Sei, perfeitamente, o quanto a boa comunicação é fundamental em todos os aspectos das relações interpessoais. As pessoas bem-sucedidas, em geral, são as que têm facilidade de comunicação. Não podia ser

diferente entre nós. Saliento que devemos ser transparentes, sem trocas de farpas. Então, decidimos pela superação. Reconhecemos que precisávamos de ajuda profissional. Dependendo das circunstâncias, sozinhos, não conseguimos resolver os problemas. Fomos buscar maneiras de inovar nosso relacionamento, como por exemplo, passeios a dois, encontro de casais, palestras e livros sobre relacionamentos...

Agora sei que ser feliz é aprender a equilibrar as expectativas, deixar fluir aquela sensação de contentamento quando nosso cérebro percebe que as coisas estão dando certo. No casamento a gente também é feliz fazendo o outro feliz. Nada na natureza vive para si mesmo. Quem estiver passando por dificuldade no relacionamento, não espere atitude do outro, faça alguma coisa para enxergar suas falhas e também ajudar seu cônjuge a perceber os seus erros, porque cônjuges que não reconhecem seus defeitos não podem avançar. Porém, faça isso com amor!

Comece fazendo uma reflexão: O que tenho feito para melhorar meu relacionamento? O que tenho feito para conduzir minha vida pessoal, minha vida em família, meu casamento? O que tenho feito de construtivo?

Seu sucesso dependerá da capacidade de enfrentar o fracasso sem perder o entusiasmo. Tenho ouvido de casais relatos de violências, cônjuges que agem com agressividade, sentimentos negativos como de posse, ciúmes, comodismo; pessoas dentro de relacionamento que não assumem responsabilidades, homens que dependem financeiramente da mulher, e mulheres que ficam num relacionamento por dinheiro, tratam os maridos com patadas, vivem de aparência, infelizes. Essas atitudes devem ser banidas da nossa vida. Caso contrário, elas nos destroem.

Atualmente, quase todas as mulheres exercem atividade remunerada, isso não dá o direito de o homem se acomodar. Às vezes, os cônjuges usam os relacionamentos para satisfazê-los, tornando-se, assim, aquele relacionamento sanguessuga, que tira do outro tudo de bom que possui, gastando, assim, sua energia. Lembro-me de algumas reportagens em que mulheres denunciaram homens cafajestes que teriam conhecido pelas redes sociais, fazendo juras de

amor, roubando sua conta bancária e espancando-as. Mulheres vítimas do golpe do amor pela internet. Mulheres que moram sozinhas são presas fáceis para esses oportunistas. E o que dizer do feminicídio? Crime de ódio baseado no gênero, amplamente definido por assassinatos de mulheres. É notório que haja casos vice-versa. Inclusive, assistindo a um programa de TV, pude contemplar a reportagem sobre uma mulher que namorava um senhor e, sabendo que ele havia recebido uma indenização, matou-o para roubá-lo.

Sou contra a violência de qualquer maneira. Pessoas sanguessugas sempre aparecem em forma de coitadinha, faz o outro ter dó e as maiores vítimas são pessoas carentes de afetividade. Devido a esse sentimento, sentem-se na obrigação de ajudar e nem percebem quando estão sendo sugadas. São essas características que denomino laço do passarinheiro. Também incluo quando os cônjuges agem inadequadamente, fazendo mal de modo mais sutil. Exemplo disso é quando não respeitam a privacidade um do outro, quando o homem não procura conhecer sua esposa, quando não valoriza suas qualidades, quando deixa faltar atenção, faltar carinho. Quando age com estupidez e grosseria, quando não é honesto, quando não é comprometido com a educação dos filhos, quando não cuida da higiene. O olfato tem um poder muito grande na sexualidade feminina. Quando não divide as tarefas da casa, já que a responsabilidade é igual para os dois, homens preguiçosos fazem mal a mulher.

Diz que certa vez o esposo chegou em casa e assentou-se na cadeira à mesa da cozinha e começou a observar a esposa, mas ela estava atarefada, fazendo o jantar.

Ele perguntou: amor, o que você fazia antes de casar-se comigo? Ela respondeu: - Eu vivia! Que trágico!

Se você quer uma mulher alegre e feliz ao seu lado, seja um jardineiro: cuide. Não importa se a mulher é bonita ou feia, pois ela se transformará de acordo com a forma que você a tratar.

As mulheres fazem mal aos homens quando reclamam demais; não valorizam seus atributos, fazem mal quando frequentam demais a casa da sua família raiz, fazem mal quando expõem suas

intimidades sexuais para as amigas, fazem mal quando não cuidam da higiene, da aparência. No geral, os homens são visuais. Fazem mal quando não cuidam do intelecto, também fazem mal quando não colaboram na economia doméstica. Esses tipos de cônjuges são os chamados *malas sem alça*. Imaginem ter que carregar uma mala pesada sem alça? – (risos).

**SEGUNDO LAÇO:** Atraí-vos com Laços de Amor - Oséias 11:4.

Compreendo que recebemos bênçãos através do matrimônio se aprendermos a amar nosso cônjuge.

*Para que o amor cresça, precisamos exercer a fé, visto que O amor é um ato de fé e quem tiver pouca fé também terá pouco amor - Erich Fromm.*

**CASAMENTOS COM LAÇOS DE AMOR:** - Jacó e Raquel. Tendo visto Jacó a Raquel, chegou-se, removeu a pedra da boca do poço, e deu de beber o rebanho do qual Raquel era pastora. Feito isso, Jacó beijou Raquel. Jacó amou Raquel e disse a seu pai Labão: Sete anos te servirei por amor a tua filha mais moça Raquel. Conforme a tradição daquele país, serviu Jacó a seu sogro sete anos por amor a Raquel, e estes lhe pareceram como poucos dias, pelo muito que a amava - Gênesis 29:10-20. Percebo, aqui, a delicadeza de Jacó ao perceber que aquela pastora se aproximava do poço para dar água ao seu rebanho. Ele teve atitude, retirou a pedra que cobria o poço e deu água ao rebanho, facilitando o trabalho de Raquel. Só depois a beijou. O interessante é que ao se encontrarem, já rolou a química. Penso que naquele momento o coração de Jacó ficou acelerado, as mãos suavam, parecia que “tinha borboletas no estômago”; eles estavam nas nuvens. O primeiro contato que temos com uma pessoa é o visual, isso não resta dúvida que é importante, só não deve ser imprescindível.

- O rei Assuero amou Ester mais do que todas as mulheres, e ela alcançou, perante ele, favor e benevolência, mais do que todas as virgens; o rei pôs-lhe na cabeça a coroa real e a fez rainha - Ester

2:17. Ester foi uma rainha muito importante para Israel. Revestida de sabedoria ela tornou-se libertadora de uma nação. Consegiu livrar seu povo da morte.

- Boaz e Rute 4:13. Alcançaram bênção por meio da união matrimonial. O amor é a essência para que possamos cumprir todos os outros requisitos.

Creio que Deus nos criou capacitados a aprender amar. Os que têm contrariedades no relacionamento, por que não experimentar a força do amor com mais intensidade? No dia do casamento, ninguém recebe manual de instrução sobre perfeição no relacionamento. Isso não existe. E muitas vezes nosso coração nos surpreende. Enganoso é o coração, mais do que todas as coisas, e perverso; quem o conhecerá? - Jeremias 17:9.

Fazendo uma análise, posso dizer que é possível tornar um casamento que não vai bem num laço de amor através de renúncias e força de vontade. Sacrifícios valem muito pela pessoa que amamos, se isso for interessante aos cônjuges. Porque aqueles que buscam andar em conformidades com as sagradas palavras alcançam êxito. Vivemos numa sociedade cujos valores da família estão sendo distorcidos a cada dia. Não podemos aceitar satanás tripudiar dentro do nosso lar. Permissividade muito grande não pode existir.

Relacionamentos fundados nos princípios da ética e do respeito prosperarão. Quando os cônjuges se esforçam para cederem à voz do Espírito Santo permitem que a terceira pessoa na sua união seja Jesus, formando o triângulo amoroso esposo, esposa e o Espírito Santo, de modo a fazerem que o casamento seja a continuação do namoro, serão vitoriosos. Então, cabe a cada cônjuge descobrir a qual laço seu relacionamento pertence. Se for ao laço do amor, parabéns! Sendo ao laço do passarinheiro, não vale a pena continuar. Para descobrir, some as qualidades e os defeitos. As qualidades devem sobressair, logo se os defeitos forem superiores, entendo que está na hora de livrar-se do laço. Temos que ter atenção com os laços afetivos que criamos. Eles podem nos enforcar. Deixo como reflexão dois pensamentos filosóficos:

*Muitas vezes, a única coisa que separa um homem encantador de uma mulher encantadora é serem casados um com o outro - Gaston Caillavet.*

*É preferível suportar os males que temos, a voar para aqueles que não conhecemos. William Shakespeare.*

Porque dependendo das atitudes diárias do cônjuge, o relacionamento prosperará ou não. No casamento ninguém é culpado sozinho da derrota; a responsabilidade é dos dois que precisam estar atentos. Quando vi o meu esposo pela primeira vez, fiquei encantada pelo seu belo par de olhos verdes, me apaixonei. Não resta dúvida que uma boa imagem fala mais que palavras, e palavras eram o que ele não tinha, pois era tímido, porém eu sou voltada para o visual, o que facilitou aceitar seu pedido de namoro. Nem sua timidez foi problema para mim, que gosto de falar. Logo percebi que ele gostava de ouvir, então achei que formaríamos um par perfeito.

Na caminhada da vida, quando oramos, confiamos e deixamos que Deus guie os nossos passos, temos mais chances de acertar. Acredito que Deus permitiu nosso casamento como permite tantos outros para que evoluíssemos juntos nessa jornada. Nosso caso, deu certo. Penso que Deus proporcionou ao Cícero a chance de ele conhecer outro estilo de vida através de mim e poder escolher se salvar. Creio na salvação da alma e na vida eterna que Jesus nos proporcionou através da sua morte e ressurreição. Quando o conheci ele atravessava uma fase difícil da vida estava desacreditado no amor. Mesmo assim, quis ter um relacionamento, e procurava alguém que lhe transmitisse segurança emocional, e eu procurava alguém que me proporcionasse segurança física, que fosse trabalhador e honesto. Perfeito, pensei! Sendo cristã, estava pedindo a Deus um marido que pudéssemos nos complementar e sermos felizes. Mesmo do jeito dele, o meu esposo sempre fez algo impres-

cindível para que o nosso casamento desse certo: ele me prioriza e eu o corrospoendo.

A reciprocidade é primordial para que um casal viva bem, cumplicidade e companheirismo são fundamentais. Isso é o que nos mantêm juntos. Todos se casam com a melhor das intenções; pelo menos, deveriam. Porém, as estatísticas mostram que, nos países ocidentais, cerca de 50% dos casamentos acabam em divórcio, e os relacionamentos mais sérios não duram muito. (Por que os homens fazem sexo e as mulheres fazem amor? - p. 9)

No dia do casamento, quando fazemos o juramento um para o outro de amá-lo e respeitá-lo, o que estamos fazendo, na realidade, é uma doação de nós mesmos com tudo de bom e de ruim que somos e temos. Doamos para o outro nosso corpo são, nossa vitalidade, nosso afeto, mas também nossas emoções, problemas familiares, sentimentos, projetos futuros. Seria razoável se tivéssemos essa consciência de que quando dizemos na cerimônia de casamento SIM, estamos dizendo: aceito você como você é, suas qualidades e seus defeitos. De fato, nesse dia, não estamos preocupados com os problemas futuros. É verdade que o casamento proporciona momentos de imensa felicidade, cria o melhor ambiente para a educação dos filhos, mas não podemos esquecer que problemas também vêm juntos. São as “nossas bagagens”.

Os cônjuges recém-casados precisarão aprender a encarar e resolver os problemas que irão surgir a partir do instante em que cada um começar a abrir suas malas. A vida do casal, depois da lua de mel, não é feita só de romance. A rotina revela vilões que, muitas vezes, colocam o encanto e o amor em perigo. Creio que nesses momentos precisamos recorrer a um Deus que está pronto a nos ajudar. Ora, àquele que é poderoso para fazer infinitamente mais do que tudo quanto pedimos ou pensamos, conforme o seu poder que opera em nós - Efésios 3:20.

Nesse momento, devemos focar nas qualidades do outro e ajudá-lo a crescer, a ser melhor, a desenvolver-se. Não adianta reclamar, lamentar, uma vez que murmuracões não resolvem problemas. Se o seu relacionamento não está como você gostaria, não espere por algo, faça algo! Ora, a fé é a certeza de coisas que

se esperam a convicção de fatos que se não veem - Hebreus 11:1.  
Como dizia Santo Agostinho:

*Se não podes entender, crê para que entendas. A fé precede, o intelecto segue.*

Em algum momento, sua lógica pode falhar, a razão falhará, o conselho humano também poderá falhar. No entanto, precisamos confiar em alguém. O melhor de tudo é que podemos verdadeiramente confiar em Deus. Então, move-se rápida e esperançosamente. Em minha caminhada aprendi que é preciso ser racional para ser emocionalmente equilibrado. Passei a praticar novas ações. As palavras bíblicas dizem: Tenham o coração compassivo, cheio de benignidade e paciência para suportar uns aos outros - Colossenses 3:12-13.

Vivemos num mundo em que a tolerância é zero. As pessoas não têm um pingo de paciência umas com as outras em se tratando de relacionamento. A tolerância é necessária. Precisamos suportar algumas falhas daqueles que convivem conosco, porque também somos falhos. Tínhamos dificuldades em expressar e ou entender a maneira que o outro expressava seu amor. Acredito que isso aconteça com muitos casais, pois cada um deve descobrir a maneira correta de chegar ao coração do outro.

Hoje posso afirmar que a maneira mais correta de ser feliz é conhecer-se a si mesmo. O seu interior tornar-se claro. Também é louvável investir em conhecimentos direcionados àquilo que está em déficit em seu relacionamento. Em nosso caso, como sempre gostei de ler, então comecei a buscar conhecimentos sobre homem e mulher para ver o que estava falhando, onde estávamos errando, pois se eu não enxergo o meu defeito, não posso consertá-lo.

As coisas mais importantes da vida dependem apenas de ações simples. Descobri que, no casamento, aquele que mais reclama geralmente é o que mais precisa de auxílio. Entendi a importância do meu trabalho dentro da minha família. Um dia, o rei Salomão pediu a Deus sabedoria e discernimento. Disse ele: Dá, pois, ao

teu servo, coração compreensivo para julgar a teu povo, para que prudentemente discirna entre o bem e o mal. Disse o Senhor a Salomão: Eis que faço segundo as tuas palavras: dou-te coração sábio e inteligente, de maneira que antes de ti não houve teu igual, nem depois de ti o haverá. Também até o que não pediste eu te dou, tanto riquezas como glória - 1 Reis 3:12-13.

Fiz semelhante a este rei. Pedi a Deus sabedoria para me conduzir na vida. O Senhor me respondeu igualmente como fez ao rei Salomão e me deu sabedoria. Aprendi a tirar as emoções do comando. Pessoas movidas pelas emoções geralmente vivem vidas frustradas. Quando me tornei uma mulher equilibrada emocionalmente, mudei meu diálogo interno, e agora as coisas fluem positivamente.



*Certificados Maria Aparecida*



*Cicero - Moço do gás*



*Mãe de Cida, Maria Joana - quando foi a São Paulo conhecer Cicero*



*Casamento Cida e Cicero - 03.06.1989*

---

## CAPÍTULO DOIS

---

### O COMEÇO DA GRANDEZA

**Lua de mel e B a Bá!**: Uma boa esposa é a base de apoio no lar e o que a tem se torna afortunado - Provérbios 18:22. Ao casar-me, descobri que o meu esposo não tivera oportunidade quando criança de aprender a ler e a escrever. Nem o básico, devido ao fato de morar num sítio no interior do Estado de Pernambuco, entre outras razões que desconheço. Admito que fiquei preocupada. Sabia que se ele continuasse daquela maneira não teríamos sucesso na vida. Então, ao invés de ficar lamentando, questionando-o, fazendo-o perguntas ou lhes acusando de falta de interesse, etc., resolvi ensiná-lo a ler e a escrever para que novos caminhos e rumos pudessem desabrochar e brilhar para nossas conquistas.

Naquela época, apliquei a andragogia, que é um tipo de método para ensinar adultos. Fui, para o meu esposo, uma andragoga, se assim posso referir-me. Entendo que Deus me deu sabedoria para fazê-lo enxergar as necessidades do desenvolvimento para sua vida pessoal e profissional. Então, um dia lhe perguntei: você quer aprender a ler? Ele respondeu: Acho que não aprendo, já sou adulto. Eu não considerei a resposta e prontamente resolvi comprar um caderno, uma cartilha de primeira série, caneta, lápis, borracha e passei a ensiná-lo todas às noites, quando chegávamos do trabalho.

Para ensinar um adulto, exige muita humildade, paciência e perseverança até fazer o outro reconhecer a real necessidade e as suas limitações diante do fato para que possa buscar o crescimento na esfera do aprendizado. Foi um tanto laborioso e, às vezes, engracado. Imaginem um casal em lua de mel literalmente e a mulher tentando ensinar a ler e a escrever o homem, que, por sinal, muito teimoso! Houve bastantes discórdias e tudo mais... Porém, sempre finalizávamos as aulas com gás – (risos). Após seis meses, mais ou

menos, Cícero já sabia ler e escrever. Fiquei animada pelo resultado dos nossos esforços. Continuamos as aulas. No prazo de um ano ele já estava alfabetizado completamente, equiparado ao grau de uma terceira série. A felicidade não cabia em meu peito por ter conseguido aquela proeza. Ele também estava satisfeito! Aqui faz justo a frase da poeta Cora Coralina:

*Feliz aquele que transfere o que sabe, e aprende o que ensina.*

Alguns anos depois, a empresa onde meu esposo trabalhava de ajudante geral organizou uma sala de aulas e contratou professores para dar aulas aos funcionários após o expediente. Ele foi se matricular e pediram a transferência, ou seja, o histórico escolar, mas como ele não tinha sido alfabetizado em escola não tinha como levar o histórico. Então, eu lhe disse: Você fala que só sabe ler e escrever; não tem como buscar histórico, pois foi alfabetizado em casa. Quando criança, morava em um lugar muito distante e de difícil acesso à escola. O que de fato era a sua realidade.

Assim ele fez e o matricularam na terceira série primária. Ele conseguiu acompanhar as matérias e assim sucessivamente até concluir o ensino fundamental. Alcançou-me em grau escolar, até então eu só tinha cursado o fundamental, quando adolescente. Os anos passaram e em 2003 nos matriculamos no Supletivo, ensinos complementares para adultos numa escola perto da nossa casa. Estudamos o ensino médio completo, concluindo-o no ano de 2005. A essa altura, Cícero já havia conquistado a Carteira Nacional de Habilitação e subido de patente na empresa. Passou de ajudante geral a motorista de caminhão. Tornou-se motorista profissional, o salário aumentou e já está se encaminhando para a aposentadoria na profissão de motorista.

Digo que este passo de o ensinar a ler e escrever foi decisivo para chegarmos onde estamos hoje. Foi a partir dessa atitude que deu início ao caminhar para que chegássemos a uma vida próspera, uma família bem-sucedida.

O conhecimento é a maior fortuna. Lamento quando ouço alguém dizer não gostar de ler. A leitura é a luz que clareia o nosso caminho e nos conduz ao alvo. A única coisa que diferencia um ser humano do outro é o CONHECIMENTO. Se você não gosta de ler, aconselho que invista nesse “sacrifício” Não se desespere. Tente tomar gosto por um tema e procure livros pequenos. O fato de não podermos fazer tudo, não significa que devemos cruzar os braços. Comece por pequenos atos. A vida é feita de decisões e posições. Então, tome uma posição. Seja a mudança que almeja ver. Os pequenos atos que executamos são melhores que todos aqueles grandes que apenas planejamos. A leitura excita a criatividade, desperta os pensamentos. A leitura será o farol que te conduzirá ao caminho da felicidade e da transformação.

*Um homem ou uma mulher que não pensa por si mesmo, definitivamente não pensa - Oscar Wilde.*

Sempre reparei que as pessoas que se destacam não têm medo de mudanças, são ousadas, estão dispostas a ir onde nunca foram para conquistar algo que nunca tiveram. São as pessoas em desconforto que produzem mais.

*É preciso ter um caos dentro de si para dar à luz uma estrela cintilante - Friedrich Nietzsche.*

Eu não conseguia imaginar nossa vida sem que o meu esposo não aprendesse a ler. Campeões são sempre aqueles que estão dispostos a fazerem mudanças em busca da grandeza. Eu sempre o encorajo a aprender; a desenvolver-se; a crescer. Entendo que a maior riqueza do homem é o saber. Enquanto que a mediocridade é meramente uma escolha. Não podemos nos acomodar diante de situações difíceis, precisamos sair da zona de conforto se quisermos obter benefícios. Investir no seu cônjuge é investir em você mesmo, pois o casamento é uma via de mão dupla: o sucesso de um favo-

rece ao outro. Caso contrário, os dois sofrem as consequências. Queira bem, ajude o seu parceiro. Afinal, ele é sua escolha. Ame-o!

## **COMPRAR UM TERRENO**

Como trabalhávamos remunerados e pagávamos aluguel, então decidimos como regra primordial economizar para comprar um terreno o qual, futuramente, pudéssemos construir nossa casa. Quando tínhamos um pouco de dinheiro guardado, saímos para procurar um terreno com o preço aproximado ao valor que já tínhamos. Sem querer ofender, nessa época eu não sabia o que era favela. Em minha cidade anterior não existiam favelas. Eu falava para o meu esposo: Vamos comprar esta casa, está tão barata!! Só questionava por que a prefeitura de São Paulo permitia umas construções tão irregulares, feias, dentro de rios. Quase compramos um barraco na favela, só não fizemos negócio porque nesse intervalo houve um assassinato envolvendo a família do vendedor. Um dia de domingo estávamos indo de ônibus a um almoço na casa do primo do meu marido. Avistei uma imobiliária com placas, constando os valores de casas; e lotes com preços razoáveis. Nesse momento, tive a ideia de descer do ônibus e ir até a imobiliária analisar as propostas mais de perto. Enquanto estávamos conversando com o dono da imobiliária chegou um cidadão com um documento e disse ao proprietário da imobiliária: - O senhor pode vender este terreno pra mim? O dono da imobiliária se comprometeu de vender e aquele cidadão se retirou do local.

Rapidamente perguntamos a localização e o valor do lote. O local não era longe de onde morávamos e o preço nos interessou. Pedimos que reservasse. Não tínhamos muito dinheiro guardado e nossas economias possivelmente daria o valor da entrada, caso exigíssemos um terreno em local privilegiado. Mas o local do lote ao qual me refiro ainda estava sem estruturas para vendas, ou seja, era uma chácara onde o proprietário resolveu vender e ainda não tinha providenciado regularização de infraestrutura junto à prefeitura. Porém, naquele momento, não entendíamos disso, e o que

mais nos interessou foi o preço que cabia no bolso. O dinheiro que tínhamos foi suficiente para comprarmos o terreno à vista!

Bom, acertamos com o proprietário da imobiliária um horário na semana seguinte e fomos conhecer o lote. Como era uma chácara, só tinha matos e algumas pessoas construindo porque recentemente teriam adquirido os lotes. Meu esposo ficou um pouco assustado, olhou para mim e perguntou: Tem coragem de morar aqui? Respondi que *sim!* Naquele momento, o que mais importava para mim era sair do aluguel e começar a realizar o sonho da casa própria! Então, fechamos negócio, pagamos à vista, e em sequência começamos a juntar dinheiro para a construção que se seguiu. Nem precisamos notificar a prefeitura porque o loteamento era irregular, mas até então desconhecíamos esses trâmites. A princípio, meu esposo fez dois cômodos. Passamos a morar, depois fomos construindo mais e mais. No momento atual, temos um belo sobrado, e mais outra casa aos fundos. O bairro tornou-se urbano, conseguimos a regularização do loteamento junto a prefeitura, e agora temos acesso a todos os benefícios de infraestrutura.

## **ECONOMIA DOMÉSTICA**

Não me dês nem a pobreza nem a riqueza; dá-me o pão que me for necessário - Provérbios 30:8.

Nem demais, nem de menos. Só o suficiente para ser feliz! Sempre procurei dar o real valor ao dinheiro. Há coisas na vida que o dinheiro jamais será capaz de comprar. Como diz o ditado popular: Quem se casa, casa as contas. Isso fizemos desde o início do casamento. Eu e Cícero temos nossa conta conjunta. E dá muito certo. A vida financeira diz muito a respeito do relacionamento. Casais que vivem brigando por dinheiro acabam se separando. Nesse quesito nunca tivemos divergências.

Para que alcancemos nossos objetivos, o dinheiro precisa ser corretamente usado, ele também é um teste constante das nossas afeições. Quando amamos a Deus acima de tudo, as coisas seculares ocupam seu devido lugar. Não é a quantidade de renda que faz a diferença entre as pessoas necessitadas e as prósperas, e sim o

conhecimento e atitude em saber como obter a renda e em como gastá-la. Não precisamos de muito dinheiro para viver, precisamos apenas do suficiente para nossas necessidades! Existem lacunas na vida que o dinheiro jamais será capaz de preencher.

*O dinheiro só nos traz conforto físico. Os valores materiais, por si só, não trazem paz interior -*  
*Dalai Lama.*

Estou satisfeita com o essencial. Basta-me a alegria de cada dia! Todas as famílias, mesmo sem se dar conta, necessitam administrar as contas da casa. Se não fizerem isso, as coisas podem sair do controle e antes do final do mês o dinheiro pode acabar e contas podem ficar sem pagar. Todos, desejando ou não, convivem com a administração doméstica, esforçando-se para chegar ao final de cada mês da melhor maneira possível. Para isso, a palavra-chave é planejamento! Uma peça importante é o orçamento. Ele ajuda na administração dos recursos da família.

O orçamento doméstico deve ser o retrato das entradas e saídas de todos os membros da família. Sempre executamos a receita de planejar despesas antecipadamente para não gastar mais do que ganhávamos. Essa é justamente a função do orçamento doméstico. Ele possibilita o planejamento financeiro para hoje, para amanhã e dias futuros. Ele evita que sobre mês e falte dinheiro. Quando se entra no cheque especial, pagam-se juros, não se quita a fatura do cartão de crédito, entra-se no crédito rotativo, falta dinheiro no final do mês e no mês seguinte se paga mais juros... Quando se chega nessa fase, a coisa já ficou feia. O primeiro passo para iniciar a solução do problema é preparar o orçamento. Para alguns pode não parecer fácil, mas é possível. Muitíssimas pessoas não têm se educado o bastante para manter suas despesas nos limites de seus rendimentos - (Fundamentos do lar cristão - p. 55). Não gaste seu salário antes de receber. Não gaste tudo. Deixe sempre uma reserva para imprevistos. Anote tudo quanto ganha e tudo quanto gasta. Fazíamos, isso, porque sempre tínhamos o nosso caderno de anotações.

Como as palavras santas dizem: Qual de vocês, se quiser construir uma torre, primeiro não se assenta e calcula o preço, para ver se tem dinheiro suficiente para completá-la? Pois, se lançar o alicerce e não for capaz de terminá-la, todos os que a virem rirão dele, dizendo: Este homem começou a construir e não foi capaz de terminar - Lucas 14:28-30.

Sou a favor do projeto, do planejamento. Não caiam nas pegadinhas dos cartões de crédito. As dívidas devem ser limitadas. Pois, o que toma emprestado é servo do que empresta. Faça uma lista do que é imprescindível, evite contrair dívidas. Pague, de preferência, à vista. Qual é mais fácil: evitar ou tratar uma doença? Ninguém nasce sabendo, precisamos aprender a lidar com as finanças. É necessária uma boa dose de determinação. Convoque a família para uma reunião seguida de ação, pois todos necessitam estar comprometidos com o projeto de organização e estruturação. Um precisa ajudar o outro. Se os cônjuges forem inteligentes e equilibrados, crescerão. Ah! Aquele que for o melhor gestor deve administrar o dinheiro; um traz a pizza e o outro divide as fatias.

E nesse quesito, nem precisei de título acadêmico! – (risos). Modéstia à parte, sou boa gestora, uma administradora nata. Também não tenho ambição por dinheiro. Aprendi a valorizar o primordial para as necessidades e o conforto. Quanto às demais lutas da vida, resumo em *correr atrás do vento*.

*Há riquezas bastante no mundo para as necessidades do homem, mas não para a sua ambição - Mahatma Gandhi.*



*Cicero motorista*



*Formatura Cicero Tomaz*

---

## CAPÍTULO TRÊS

---

### OS FILHOS

Para complementar a felicidade do casal, Deus envia-lhes os filhos. Não quero dizer que os casais que, porventura não podem ou não desejam filhos não sejam felizes. Respeito toda decisão, mas para mim, os filhos são bênçãos, herança do Senhor, uma recompensa que Ele nos dá - Salmo 127:3-5.

Eu e Cícero fomos agraciados com três riquíssimos presentes: o Isaque, hoje com 28 anos de idade; Alessandra, com 25; e a Cíntia com 24.

Recém-casada aos 21 anos, no ano de 1989, eu trabalhava fora, e com poucos dias de casada meu esposo disse: Quando você sair deste emprego não precisará arrumar outro, mulher que trabalha fora fica muito cansada por motivo da jornada dupla. Claro que não foi com estas palavras – (risos). De cara, acatei a ideia. Devido ter entrado no mercado de trabalho ainda criança, achei a proposta dele positiva, assim podia ter sossego. Afinal, o meu esposo já estava empregado em uma boa empresa onde recebia um salário razoavelmente bom.

Em pouco tempo, o restaurante da empresa Superbom, onde eu trabalhava, fechou e quem quisesse continuar trabalhando em outra área da empresa precisaria ir para um local muito distante da minha casa. Ficou inviável continuar trabalhando lá por questão da distância. Precisei aceitar a demissão. Isso aconteceu no final de 1989, ano em que nos casamos. Como no restaurante eu conheci a alimentação vegetariana e acredito ser uma das formas mais saudáveis para a qualidade de vida, comprei um livro sobre esse assunto. Esse manual ajudou bastante nos preparos de pratos deliciosos, serviu de apoio para eu preparar cardápios gostosos e saudáveis. Inclusive ensinando as nossas crianças, desde cedo, a comerem

frutas, verduras e legumes, o que hoje vemos pais e escolas tentando fazer. Após minha demissão do emprego, parei o anticoncepcional e queria engravidar. Na época, meu desejo era formar uma família, de preferência uma grande família! Queria ter quatro filhos. E logo veio a surpresa...

Deus, como sempre, generoso comigo, permitiu a gravidez. Isso no mês de outubro de 1990. Na época, com 22 anos, inexperiente e com a minha mãe distante, precisei de ajuda, visto que nem sabia comprar o enxoval de bebê. Lembrei de um ditado popular que a minha mãe gostava de falar: Mais vale amigo na praça que dinheiro em caixa.

Fiz amizade com uma senhora minha vizinha por nome Umbelina - (In memoriam) Popular Lina. Naquela ocasião, dona Lina tornou-se como uma mãe, para mim. Orientou-me sobre parto, compra do enxoval, visitou-me na maternidade, deu os primeiros banhos no Isaque... A partir daí, nossa amizade com a dona Lina e sua família cresceu tanto a ponto do Isaque chamá-la de vó! A quem sou eternamente grata.

Naquele tempo, o convênio médico da empresa onde meu esposo trabalhava só dava direito a uma ou duas ultrassonografias durante a gestação e fazer particular era caro, época em que a concorrência era pequena e nós passávamos por tempos das *vacas magras*, uma espécie de limitação financeira. Então, passei a gravidez sem saber se era menino ou menina. E no dia 21 de julho de 1991, nosso filho Isaque nasceu grande, bonito e saudável. Ficamos muito felizes. Eu quase não me continha tamanha era a emoção, já que na primeira gravidez tinha preferência por um menino. Meu esposo queria uma menina, mas nesse caso, Deus atendeu ao desejo do coração da mãe.

Eu tinha comprado um filme para câmera fotográfica. Chegando em casa com o bebê, comecei a fotografar. Cada pose, um click! Finalizei o filme, não lembro exatamente de quantas unidades, se 12, 24 ou 36 poses. Pronto, guardei o filme! Após alguns dias, levei-o para revelar. Qual foi a surpresa? O filme queimou. Não saiu nenhuma foto. Que infelicidade! Fiquei muito triste. Isaque não

tem as famosas fotos com carinha de joelho – (risos). Refiro-me as primeiras fotos do bebê recém-nascido.

Em seguida, comprei outro filme e fiz outras fotos que deram certo. Agora eu já tinha companhia, trabalho e entretenimento. Estava satisfeita... Quando o Isaque tinha por volta de um ano e meio, início do ano de 1993, resolvemos investir numa outra gravidez para arriscar vir uma menina. Aí apareceu-me uma inflamação no útero e um descontrole com atrasos na menstruação. Fui ao ginecologista, fiz exames que detectaram uma ferida no útero. Então, o médico marcou uma cauterização para cicatrizar o ferimento no útero. Chegou o dia de fazer o procedimento na clínica e o médico me perguntou se eu estava grávida. Disse *não*. Porque estava havendo atrasos naturalmente no ciclo por conta da inflamação. Ele realizou a cauterização, fui para casa, a menstruação não desceu por mais uma semana, mas fiquei sentindo uns incômodos. Voltei à clínica, fiz um exame de urina e, para minha surpresa, deu POSITIVO. Infelizmente, na semana seguinte, sofri um aborto espontâneo. O mesmo médico cuidou de mim. Argumentei com ele o motivo do aborto ter sido por causa da cauterização e ele disse: Ponha uma pedra em cima deste assunto. Você pode ter abortado por quaisquer outros motivos.

Nunca me conformei com essa explicação. Tenho certeza que foi por conta da cauterização. Uma vez que, na sequência, tive duas gravidezes saudáveis, sem alteração no meu ritmo de vida. Até hoje, pergunto por que aquele médico não me explicou que precisaríamos esperar a menstruação descer para poder realizar a cauterização? Sabemos que águas passadas não movem moinhos. Cumprindo-se os dias do repouso, iniciei a vida sexual sem me prevenir contra gravidez propositalmente, afinal, queria engravidar.

Mais uma vez, Deus fez sua parte e dois meses depois, uau! Estava grávida novamente. A problemática da ultrassonografia continuava, fiz as duas vezes, de novo não foi possível ver o sexo do bebê. Essa foi uma espera longa, bateu a ansiedade. Por esse tempo, minha querida mãe veio, outra vez, de Alagoas para me ajudar no período da dieta. Só um detalhe: ela chegou quase um

mês antes do dia previsto do parto. Aí, começou a ficar ansiosa e dizia: Oh, Cida, esse menino não quer nascer? - (risos).

Até que enfim chegou o dia 25 de julho de 1994. Fui para a maternidade e a minha mãe ficou cuidando do Isaque, que tinha três anos. Para aumentar a alegria de todos, nasce uma menina grande, bonita, com um belo par de olhos verdes, herança genética do pai. Ah, ficamos radiantes! Cícero foi me visitar na maternidade, então, estava a ponto de o coração sair pela boca. Dessa vez, Deus atendeu o seu desejo. Lembro-me que as primeiras palavras pronunciadas por ele, quando retornou do berçário ao quarto em que eu estava, foi: Agora posso comprar vestidinhos...

Mas como tudo tem seu lado positivo e negativo, essa menina começou a sentir muitas cólicas, apresentou rinite, chorava bastante dia e noite. Confesso que nos deu muito trabalho. Quando ela completou três meses, minha mãe precisou ir embora. Fiquei com duas crianças e os afazeres da casa. Muito serviço. Ainda bem que Cícero pôde pagar algumas mulheres para me ajudar, nesse período.

O tempo foi passando, eu amamentava a Alessandra, então o ginecologista me receitou um anticoncepcional com uma ressalva: Tome até o sexto mês. Depois, irei trocar; pois este é fraco. Bom, os meses foram passando e o sexto mês também passou. Foi tão rápido que não me atentei... passou o sétimo mês, o oitavo, o nono, aí lembrei do aviso do médico de trocar o anticoncepcional. A essa altura, mesmo tomando o contraceptivo todos os dias, marquei a consulta e, por volta do décimo mês, fui ao consultório. Estranho é que eu estava sentindo enjoos de manhã. Comentei isso com o médico e logo ele me disse que ia pedir um exame para confirmar; mas que eu estava grávida! O quê? Não queria acreditar. Se tem uma coisa que a natureza é generosa com os pobres é para dar-lhes filhos – (risos).

Certo que eu planejava ter quatro filhos, mas com espaço de tempo entre eles. Não sei explicar qual foi a emoção do momento, misturas de felicidade, preocupação, visto que Alessandra só tinha 10 meses; medo de não dar conta dos trabalhos... Fiquei sobremaneira assustada! E o pior, quando cheguei em casa e dei a notícia ao Cícero, a reação dele foi pior que a minha pelo fato de ele acordar

às 4h da manhã para trabalhar e quase não dormir à noite por causa do choro da Alessandra.

Acredito que ele não conseguiu assimilar uma situação com dois bebês chorando! Mas, enfim, as coisas correram naturalmente. Na ultrassonografia o médico me deu um suspense e disse: Parece que é uma menina. Ficamos os nove meses na agonia da dúvida. Com tão pouco espaço de tempo entre as gravidezes, não deu para minha mãe vir novamente ficar comigo. Tivemos que nos virar, contando com ajuda de pessoas amigas. E no dia 03 de janeiro de 1996 nasceu a Cíntia! Linda, também, com olhos verdes e a cara do pai! Essa não só herdou os olhos como toda a genética.

A Cíntia não tinha problemas de cólicas e não foi chorona. Cícero tinha pedido as férias para o mês de janeiro para poder me ajudar com as crianças, o que fez. Só que um dia desse mesmo mês ele me surpreendeu e disse: Vou em uma clínica me informar sobre vasectomia. Falei: tudo bem, você vai somente obter informações, caso queira fazer futuramente, não é? Ele riu e foi...

Tínhamos carro, mas ele foi de transporte público. No final da tarde daquele dia, ele voltou e chegando em casa eu perguntei como foi lá. Está animado para realizar a cirurgia ou não? Então, ele me entregou um pequeno recipiente com um embrulhinho de gases, e disse é um presente para você. Desembrulhei e tinha uns fiozinhos de sangue. Não queria acreditar na realidade que estava a minha frente! Ele havia feito a cirurgia e trouxe os dois “canais deferentes” para mim, como presente, e disse que não queria mais me ver sofrer com dores de parto.

Confesso que no momento fiquei com raiva, senti-me traída, pois eu queria ter quatro filhos. Pensei: será que o médico o convenceu? Depois, com calma, comecei a analisar as ações dele antes de ir ao consultório, levou o talão de cheque, não foi de automóvel próprio... Aí, lembrei: Cícero não é de palavras, e sim de atitudes. Perguntei: Por que você tomou essa decisão sem me explicar exatamente seu plano? Ele respondeu: Fui decidido a fazer porque estou de férias, tenho mais tempo para me recuperar, não queria perder tempo indo lá outra vez... Naquele momento,

elaborei meu pensamento e entendi que foi uma atitude sábia. A história de ter quatro filhos ficou assim: três vivos e um aborto.

Nessa época, vagas em creches eram escassas; não voltei mais ao mercado de trabalho, porém não tenho do que reclamar; não perdi o melhor da festa, que foi o crescimento dos meus filhos. Deus nos abençoou grandemente e não passamos aperto financeiro. Assistindo a algumas reportagens sobre mulheres que deixaram para ser mãe depois dos 40 anos, me certifico que fiz a escolha certa. Todas as mulheres entrevistadas disseram: se soubessem que seria tão boa a experiência da maternidade – essa maravilha – referindo-se ao filho, não teria adiado tanto! Outras investiram na carreira profissional, trabalharam muito, ganharam dinheiro e hoje gastam o dinheiro fazendo tratamentos para engravidar, sem contar que nenhum método artificial é tão perfeito quanto o natural.

Disse um especialista que depois dos 35 anos de idade os óvulos femininos começam a envelhecer e a medicina, por avançada que seja, não consegue rejuvenescer os óvulos. Sem contar que aos 20 anos, a porcentagem de um aborto espontâneo é de 10%, enquanto aos 40 anos sobe para 40%.

Entrevistada uma atriz de 44 anos que está fazendo tratamento para engravidar, disse: Esse procedimento é muito pesado tanto para o corpo como para o bolso! Ela já investiu uma quantidade de dinheiro significativa sem garantia de sucesso. Além disso, à medida que a mulher envelhece, aumenta a possibilidade de a criança nascer com alguma síndrome. Por essas e outras razões, tenho a certeza de que fiz a escolha certa, e concordo plenamente:

*Não deverão gerar filhos quem não quer dar-se ao trabalho de criá-los e educá-los - Platão.*

## **EDUCAÇÃO DOS FILHOS**

*Os filhos são como as águias,  
Ensinarás a voar, mas não voarão o teu voo.  
Ensinarás a sonhar, mas não sonharão os teus  
sonhos. Ensinarás a viver, mas não viverão a tua  
vida.*

*Mas, em cada voo, em cada sonho e em cada vida  
permanecerá para sempre a marca dos ensinamentos  
recebidos – Madre Teresa de Calcutá.*

Certa vez, fui ao hospital passar minha filha pequena no pediatra. Enquanto aguardava a vez da consulta, observei um quadro na parede e fui ler. Nossa, achei interessante a mensagem ali escrita! Rapidamente peguei um papel e uma caneta e fiz um rascunho. Copiei a mensagem que dizia assim:

*As crianças aprendem o que vivem*

*Se as crianças vivem em meio a críticas, aprenderão a condenar.*

*Se as crianças vivem em meio à hostilidade, aprenderão a brigar.*

*Se as crianças vivem sendo ridicularizadas, irão se tornar tímidas.*

*Se as crianças vivem com vergonha, aprenderão o sentimento de culpa.*

*Se as crianças vivem onde há incentivo, aprenderão a confiança.*

*Se as crianças vivem onde ocorre a tolerância, aprenderão a paciência.*

*Se as crianças vivem onde há elogios, aprenderão a apreciação.*

*Se as crianças vivem onde há aceitação, aprenderão a amar.*

*Se as crianças vivem onde há aprovação, aprenderão a gostar de si mesmas.*

*Se as crianças vivem onde há honestidade, aprenderão a veracidade.*

*Se as crianças vivem com segurança, aprenderão a crer em si mesmas e naqueles que as rodeiam.*

*Se as crianças vivem em um ambiente de amizades, aprenderão que o mundo é um lugar bom para se viver. Desconheço o autor.*

Concordo que é responsabilidade dos pais educarem seus filhos, pois o lar é a primeira escola da criança. É em casa que as crianças devem aprender a dizer bom dia, por favor, com licença, desculpe, muito obrigado. É em casa que se aprende a ser honesto, ser solidário, respeitar os mais velhos e os demais. É em casa que devem aprender a serem organizados. Envolva seus filhos em trabalhos de casa. Assim, aprenderão a cuidar das suas coisas. Ensinem a serem honestos e a não mexerem nas coisas dos outros. Na escola, os professores têm a função de alfabetizar e dar continuidade ao que foi ensinado em casa.

O melhor presente dos pais para os filhos é deixá-los preparados para a vida. E vocês, filhos, sede obedientes a vossos pais no Senhor, porque isto é justo. Honra a teu pai e a tua mãe, que é o primeiro mandamento com promessa; para que te vá bem, e vivas muito tempo sobre a terra - Efésios 6:1-3. Pais, precisamos ajudar nossos filhos a se desvincular de nós. Criança muito apegada aos pais não é bom; não podemos protegê-los excessivamente.

Somos autoridades e exemplos. Precisamos viver de tal forma que quando nossos filhos pensarem em justiça, honestidade e generosidade eles se lembrem de nós. O maior bem que os pais podem deixar para seus filhos não é o dinheiro, mas a educação, pois esta sim, fará a diferença. A falta dela também. Não se preocupem tanto em deixar riquezas; preocupem-se em deixar princípios, tempo com qualidade.

Façam passeios, brinquem juntos, tratem os filhos com afeto e atenção. Ensina a criança no caminho em que deve andar; e até quando envelhecer não se desviará dele - Provérbios 22:6.

Um dia, em uma reunião de pais na escola de um dos meus filhos, a professora pediu para que escrevéssemos sobre “como educar os filhos”. Eu escrevi este versículo bíblico: A vara e a disciplina dão sabedoria, mas a criança entregue a si mesma vem a envergonhar a sua mãe - Provérbios 29:15. O mau comportamento está ligado ao coração humano, mas a vara da correção o expulsará dele.

Saliento: não estou fazendo apologia à violência. Os provérbios são sentidos figurados. Desculpem-me os que têm dificuldades em compreendê-los. Mas encontro tamanha sabedoria neles. Escrevi essa citação porque entendo que o filho que não decepciona seus pais, na verdade, ele não decepciona a si mesmo.

*Educa as crianças para que não seja necessário punir os adultos - Pitágoras.*

Educar crianças não é algo fácil. Como diz um slogan de TV: Criança não trabalha, criança dá trabalho. E dá mesmo! Devido ao horário de trabalho do meu esposo ser de segunda a sábado e distante de casa, ele não tinha tempo para quase nada. Portanto, coube a mim a árdua tarefa de educar nossos filhos.

Aproveito para contar dois grandes livramentos na vida dos meus filhos quando crianças. Começo pela arte do Isaque que, quando tinha três anos e meio e Alessandra tinha seis meses, eles estavam na cozinha de casa: ela no andador perto da mesa e eu estava em outro cômodo da casa. De repente, Isaque gritou: - “Mãe, vem ver um incêndio”. Corri rapidamente e quando cheguei na cozinha a mesa de madeira estava em chamas, pegando fogo literalmente, e a bebê próxima à mesa. Fiquei assustada, corri para a torneira, enchi um balde de água e joguei na mesa. Apaguei o fogo. Depois, perguntei ao Isaque como tinha acontecido aquilo. Ele disse que acendeu uma fralda de tecido no fogo do fogão que estava acesso, pois tinha comida cozinhando, e após colocar fogo na fralda jogou-a em cima da mesa. Que perigo!! Ainda bem que ele teve a ideia de me chamar para ver o incêndio.

Outro fato: estávamos num sítio na festa da formatura da pré-escola do Isaque. Havia piscina e, num descuido da pessoa que estava responsável pela minha filha Alessandra, ela pulou na piscina de adulto. Não morreu porque um anjo que estava na piscina percebeu a criança boiando, pegou-a pelos cabelos e a salvou. O fato de a minha filha estar viva serei eternamente grata a Deus e a pessoa que a chamo de anjo, a Margarida.

Não podemos deixar crianças em cozinhas, nem perto de piscinas sem a total atenção de adultos.

Tivemos muitas aventuras, mas neste capítulo não dá para contar todas.

Quando o meu filho Isaque era pequeno, comprei um quadro que estava escrita a oração do Pai Nossa e o fixei na parede do seu quarto, ao lado da cama, para que ele pudesse orar à noite, antes de dormir, conforme nos orienta a Bíblia: E estas palavras, que hoje te ordeno, estarão no teu coração; e as ensinarás a teus filhos e delas falarás assentado em tua casa, e andando pelo caminho, e deitando-te e levantando-te - Deuteronômio 6:6 -7.

Comprava-lhes lições bíblicas e conduzia-os à igreja, pois prezo a importância de ensinarmos aos filhos sobre a espiritualidade e a importância da leitura. Estudávamos juntos todos os dias, após o desjejum. Acredito que assim lhes facilitei a compreensão sobre a vida. Usava essa prática para que eles entendessem que nessa jornada existem limites e regras a serem respeitadas para tornarmos adultos competentes. Levava as meninas às reuniões das mulheres feitas em residências de pessoas que nos convidavam. Lá, orávamos, fazíamos pedidos e agradecimentos, eu ministrava a palavra.

Seguia as orientações do departamento Ministério da Mulher, do qual eu era diretora. Em uma dessas reuniões, fizemos uma dinâmica em que cada mulher colocava um pedido de oração dentro de uma bexiga; enchia a bexiga e jogava para cima, todas ao mesmo tempo. Na sequência, as mulheres iam pegando bexigas diferentes das suas. Então, cada uma pegava a bexiga de outra mulher com o tal pedido e orava por ele. O que me chamou a atenção foi o pedido da minha filha Alessandra, pois estava escrito: Quero uma festa de 15 anos. Nessa época, ela tinha uns seis ou sete anos de idade. Descobrimos que foi o pedido dela porque só tinha ela com menos de 15 anos. E não é que deu certo! Aos quinze anos, ela teve uma linda festa, e não parou por aí. Mais adiante, podemos lhe ofertar uma grande festa de casamento. Alessandra já é casada há quatro anos e nos deu uma neta, a Alice.

Um pai ou uma mãe

Não podem dizer jamais para o filho que porque eu te amo, aceito tudo.

Pois é exatamente o inverso!

*É porque eu te amo, que eu quero que você seja uma pessoa decente; é porque eu te amo, que desejo que tenha ciência de que as coisas são conquistadas com esforços” - (Trecho da obra Educação, convivência e ética) - Mário Sergio Cortella.*

Observo, hoje em dia, muitos pais passando vergonha com seus filhos porque são frouxos em autoridade, tem medo de dizer NÃO. Talvez, porque ficam distantes dos filhos e querem compensar essa lacuna com muita permissividade, o que de nenhum modo supre a carência.

*A ausência física não se compensa com presentes nem com permissividade - Içami Tiba.*

Meu filho, durante sua infância, desejou um brinquedo que ele o chamava de carro de direção; ou seja, aquele carro de plástico grande em que o menino anda dentro e os conduz. Era o sonho dele. Eu ficava comovida ao passar em frente às lojas onde tivesse esse brinquedo, pois ele queria entrar. Precisei dizer NÃO muitas vezes. Na época, o valor do brinquedo não era acessível para nós. Tempos em que estávamos construindo, etc. Então, não foi possível comprar o tal carro. No entanto, Isaque sobreviveu. Hoje, ele realmente tem seu carro: não só de direção, mas completo – (risos).

Outro tópico que acho interessante salientar é sobre filho predileto.

Quero fazer referência a uma história bíblica do menino Samuel. Ana, sua mãe, era uma mulher atribulada por sua esterilidade. Nos tempos em que ela vivia era considerada uma maldição não ter filhos. Então, Ana ia ao templo fazer orações:

E disse ela: Ache a tua serva mercê diante de Ti SENHOR, assim a mulher se foi seu caminho, e comeu, e o seu semblante já não era triste - 1Samuel 1:18. Mediante orações, ela alcançou a bondade do Senhor. E em agradecimento, dedicou seu filho ao serviço sagrado do templo. Samuel, ainda garoto, foi levado ao templo por seus pais biológicos, Elcana e Ana; foi entregue ao sacerdote Eli para ser educado por ele. E sucedeu que, uma noite estando Eli deitado no seu lugar e estando também Samuel já deitado, antes que a lâmpada de Deus se apagasse no templo do Senhor, onde estava a arca de Deus, o Senhor chamou a Samuel, e disse ele: Eis-me aqui.

E correu a Eli, e disse: Eis-me aqui, porque tu me chamaste. Mas ele disse: Não te chamei eu, torna a deitar-te. E foi e se deitou.

E o Senhor tornou a chamar outra vez a Samuel, e Samuel se levantou, e foi a Eli, e disse: Eis-me aqui, porque tu me chamaste. Mas ele disse: Não te chamei eu, filho meu, torna a deitar-te.

Porém, Samuel ainda não conhecia ao Senhor, e ainda não lhe tinha sido manifestada a palavra do Senhor.

O Senhor, pois, tornou a chamar a Samuel terceira vez, e ele se levantou, e foi a Eli, e disse: Eis-me aqui, porque tu me chamaste. Então, entendeu Eli que o Senhor chamava o jovem.

Por isso, Eli disse a Samuel: Vai deitar-te e há de ser que, se te chamar, dirás: Fala, Senhor, porque o teu servo ouve. Então, Samuel foi e se deitou no seu lugar.

Então, veio o Senhor, e pôs-se ali, e chamou como das outras vezes: Samuel, Samuel. E disse Samuel: Fala, porque o teu servo ouve - 1 Samuel 3:1-10.

Samuel e o sacerdote já estavam deitados para dormir. O Senhor Deus apareceu em visão para o menino Samuel, porém ele ainda não havia recebido instruções sobre Deus, e à medida que Samuel ouvia a voz divina levantava-se e ia até a cama de Eli, pois entendia que era Eli quem o chamava. Então, a partir desse episódio, Eli desenvolveu as instruções com o menino Samuel. Em contrapartida, Eli não conseguiu transmitir os mesmos ensinamentos e cuidados aos seus filhos biológicos. O que me faz entender dessa maneira porque “O senhor promete fazer uma coisa em Israel, a

qual todo o que a ouvir lhe tinirão ambos ou ouvidos.” O Senhor prometeu punir a casa de Eli, porque seus filhos se fizeram abomináveis, e Eli os não repreendeu - 1 Samuel 3:11-13. Acredito que o sacerdote Eli se dedicou demais aos cuidados com Samuel, filho adotivo, e falhou com a educação dos filhos biológicos.

Deixo a seguinte reflexão: o perigo dos pais diferenciarem tratamentos entre filhos, ou seja, não existe filho predileto. Filho é filho e pronto. Os adotivos que os chamo de filhos do coração são tão importantes quanto os nascidos do útero. Têm os mesmos direitos e deveres. Lamento ver pais que os tratam com diferença. De qualquer modo, se negligenciarmos a educação dos nossos filhos, quer seja consciente ou inconscientemente, acarretará grandes prejuízos.

Acho interessante frisar no que estamos ensinando aos nossos filhos sobre os avós. Gostaria de fazer algumas reflexões. Será que estamos ensinando nossos filhos tratarem os avós com respeito e dignidade que eles precisam?

A coroa dos velhos são os filhos dos filhos; e a glória dos filhos são seus pais. Provérbios 17:6

Será que nossos pais são glória para nós? E nós somos glória para nossos filhos? Não podemos deixar de ensinar os filhos sobre a importância do respeito aos mais velhos. Conselho bíblico:

Ouve a teu pai, que te gerou, e não desprezes a tua mãe, quando vier a envelhecer - Provérbios 23:22.

Nos tempos bíblicos, os reis viviam rodeados de conselheiros, todos homens idosos.

Um dos nossos atos que julgo ter sido muito importante para agregar valores ao desenvolvimento dos nossos filhos no quesito respeito e afetividade dentro do círculo familiar foi que, quase todos os anos, na ocasião das férias escolares deles, levávamos para o Nordeste do Brasil. Íamos com a finalidade de visitar nossas mães e levar nossos filhos para ver as avós, mesmo diante das adversidades, imprevistos e improvisos. Sempre priorizamos estes contatos.

Foram 14 viagens de carro particular do Sudeste ao Nordeste do país, conhecendo mais de seis Estados brasileiros. O tempo estimado do percurso é de aproximadamente 30 horas, mais de 2000 km de distância entre as cidades. Dormíamos em hotéis; e ao terceiro dia, a partir de quando havíamos saído de casa, em São Paulo, chegávamos ao destino, um tanto cansativo. Porém, essas ações foram importantes para o desenvolvimento deles como pessoa, pois puderam crescer tendo contato com as avós e os familiares que moram distantes de nós. Isso contribuiu para aprenderem sobre os valores da família e para fortalecermos os laços familiares.

## ADOLESCÊNCIA

Quando nossos filhos estavam entrando para a adolescência, a partir de dez anos, precisávamos falar sobre sexualidade. E agora? Nem eu nem o meu esposo sentíamos competentes com o assunto. Então, Cícero comprou o livro: *O sexo em sua vida*, dos autores Elizabeth Fenwick & Richard Walker. Um excelente exemplar. Assim, oferecemos este livro para o Isaque ler e consequentemente a Alessandra e a Cíntia. Acredito que, dessa maneira, eles ficaram instruídos sobre o assunto com mais eficácia do que se fossem instruídos literalmente por nossas palavras.

Outro detalhe que gostaria de compartilhar quando eles estavam em casa fazendo bagunça: tive a ideia, como gosto de cozinhar e naquele tempo não tínhamos computador nem facilidade com a internet, eu guardava as embalagens dos produtos alimentícios para copiar as receitas num caderno. Aí era só precisar de silêncio, eu os ordenava que fossem copiar receitas no caderno. Parece engraçado, mas não é! Pois, tinham que copiar bonitinho para que depois eu pudesse ler e entender a receita para preparar os pratos. Hoje, tenho este caderninho guardado com carinho.

Porém, o que mais reclamava dessa tarefa era o Isaque. Hoje, fico pensando que para menino não deveria ser bom copiar receitas, porém, naquela época, foi a melhor maneira que encontrei para entreterê-los. Dessa maneira, também estavam me ajudando em algo que serviria a todos! E ao mesmo tempo estavam aprendendo a

língua portuguesa, lendo, escrevendo e praticando a caligrafia. Não é de admirar que foram bons alunos e nunca reprovaram de ano escolar – (risos).

Acho a Bíblia completa. Ela não deixa faltar orientações para lapidar nossos comportamentos. Aqui vejo uns recadinhos para nós, pais. Pais, não provoquem vossos filhos à ira, mas criai-os na disciplina e na admoestação do Senhor - Efésios 6:4.

Pais, não irriteis os vossos filhos, para que não fiquem desanimados - Colossenses - 3:21. Existem pais que ficam murmurando por causa de algumas atitudes dos filhos. Em vez de ajudá-los, promovem desânimo em seus corações. Pais que, ao invés de executarem sua parte, preferem cobrar dos filhos aquilo que nem eles praticam. Pais que querem ensinar aos gritos. Os gritos não educam, só desfazem o respeito, torna o ambiente violento, os gritos impedem a comunicação tranquila entre as pessoas. Lembrem-se: as crianças são reflexo de vocês.

Peçam aos seus filhos que participem das tarefas do lar. Mostre que é preciso cuidar do que é de todos. Separe as tarefas para cada idade. Converse com seu filho e estabeleça regras. Não faça pelo seu filho o que é tarefa dele. As crianças precisam aprender desde cedo que a divisão de tarefas é importante.

Como sempre, tivemos carro e tanto o pai como eu levávamos nossos filhos para os lugares. Eles tiveram um pouco de dificuldade em se locomover de transporte público (ônibus, trens e metrôs). Em certa ocasião, Isaque tinha por volta de 14 anos, ele disse: Mãe, eu quero fazer um curso.

Achei legal, porém, a escola profissionalizante que ele escolheu era um tanto distante da nossa casa. A princípio, fiquei preocupada. Uma amiga ainda me perguntou: Por que você vai autorizá-lo fazer este curso tão longe? Se por aqui perto de onde moramos tem escolas técnicas? Mas confesso que achei boa a ideia dele! Pensei que assim ele se desenvolveria. E fomos ao local, fizemos a matrícula, ele estudou e concluiu o curso com bom aproveitamento. Justamente o que eu esperava aconteceu: ele se desenvolveu rapidamente.

*Falhar na educação dos filhos transformam reis em  
frágeis súditos; filhos produzem as maiores alegrias  
ou as maiores decepções para os pais - Augusto  
Cury.*

*A educação tem raízes amargas, mas os seus frutos  
são doces - Aristóteles.*

Nesse momento, quero ressaltar um trabalho acadêmico que preparei para a disciplina de “Teorias da Personalidade”, o qual dei o nome de:

A gravidez indesejada.

Isso me fez entender sobre a importância dos sentimentos e comportamentos de uma mulher diante da gestação. Com base no filme Precisamos falar sobre o Kevin – Gênero: Drama - Dirigido por Lynne Ramsay e inspirado no Massacre de Columbine, que ocorreu em 20 de abril de 1999 na Columbine High School no Colorado, Estados Unidos.

Eric Harris, de 18 anos, e Dylan Klebold, de 17, dois estudantes da escola, mataram 12 colegas e um professor. Deixaram outras 23 pessoas feridas e cometeram suicídio, totalizando 15 mortos.

Serve como alerta a responsabilidade das mulheres ao pensarem em ser mães.

O filme começa quando uma mulher vivida por Eva (Tilda Swinton), protagonista da história, fica grávida, sendo que esta gravidez não estava em seus planos. Essa mãe, dividida entre o desejo de liberdade e as exigências da maternidade, torna-se uma mulher amargurada e infeliz. A todo tempo demonstra tristeza e insatisfação. Tudo a incomoda. As mudanças naturais do corpo fazem com que ela tome más atitudes diante do cotidiano e assim leva até o final da gravidez. O comportamento nocivo a acompanha até no vestiário, onde ficou junta a outras grávidas que se preparam para darem à luz. Em meio a dores, seu filho vem ao mundo

e recebe o nome de Kevin. Desde então, não há uma recepção afetiva por parte da mãe, ou seja, uma adaptação calorosa entre mãe e filho. Até o choro do bebê a incomodava e tirava-lhe a paz. A mulher sentia-se aprisionada em uma vida sedentária cuidando de uma criança que, conforme cresce, só apresenta problemas. Em fase escolar, o menino não corresponde com as lições, debocha da mãe, se faz de surdo, faz cocô nas fraldas, etc., levando a mãe a pensar que ele tivesse alguma deficiência auditiva ou transtorno de desenvolvimento. Inclusive ela o leva ao médico que esclarece tratar-se de uma criança saudável. O pai do garoto, Frank, (John C. Reilly) entende tudo ser normal. É incapaz de reconhecer a real aparência do garoto porque apesar do mau relacionamento com a mãe, o garoto conversa e age naturalmente com o pai. Em uma ocasião, o pai surpreende o filho no colo da mãe, que lia para ele. A essa altura, a mãe estava percebendo seu erro e, de alguma forma, tentava corrigi-lo. Esta cena deixa o pai contente. Parece que tudo estava se ajustando, mas depois a rebeldia retorna. O filho sempre tentando ofender a mãe. Nem a chegada de uma irmãzinha faz o menino melhorar de comportamento. Pelo contrário, agora transfere sua agressividade para a irmã. No desenrolar da história, quando o garoto já está adolescente, a mãe ainda tentando ser gentil e amiga do filho, convida-o para irem a um lugar de jogo de golfe e depois para um restaurante. Ele aceita, mas reclama de tudo e acusa as atitudes da mãe todo o tempo. O desejo dela de estabelecer um bom relacionamento com o filho fica sem êxito. O jovem Kevin (Ezra Miller) sempre apresentou problemas desde sua infância. Contudo, sua mãe não buscou ajuda de um terapeuta. Quem sabe, assim, teriam amenizado a problemática situação. As tentativas dela sozinha foram em vão! Aos 16 anos de idade, Kevin mata seus familiares, vai até a escola e provoca mais uma tragédia. Por estes atos, foi conduzido ao cárcere. Sua mãe lhe visita na prisão e faz um comentário: Você não parece feliz. Ele responde: E eu já fui? Eva, por não aceitar a gravidez, teve uma relação complicada com o filho. A princípio, tornou-se uma mulher sem decisão e quando despertou para a gravidade do problema era tarde demais. Então, passou a lidar com a sensação de responsabilidade por tudo o que aconteceu.

Segundo a teoria do amadurecimento - Os estágios primitivos.

A DEPENDÊNCIA ABSOLUTA - capítulo III de D. W. Winnicott

Tudo reflete na criança desde a vida intrauterina. O período imediatamente após o nascimento, o que um bebê precisa não é de alimento, mas sim de um tempo para se recuperar da descontinuidade do nascimento; e do afeto com a mãe, pois cabe à mãe a tarefa de apresentar o mundo ao bebê, em pequenas doses. Sem assustar o bebê. A mãe suficientemente boa é aquela que procura compreender as necessidades do seu recém-nascido. Essa qualidade depende da devoção da mãe ao seu bebê. Para isso acontecer, a mãe precisa estar num estado psicológico especial. Trata-se de uma condição de sensibilidade aumentada que surge nos meses de gestação e após o parto. Percebe-se, no filme, que esse não era o estado psicológico da mãe do Kevin por se tratar de uma gravidez indesejada. Por essa razão, não houve identificação entre ambos. Resultando em sofrimentos e terríveis consequências.

“...Quando mãe e bebê chegam a um acordo na situação de alimentação, estão lançadas as bases de um relacionamento humano. É a partir daí que se estabelece o padrão de capacidade da criança de relacionar-se com os objetos e com o mundo” - (1968f, p. 55).

Lamentavelmente hoje, dia em que escrevo estas palavras, em 13 de março de 2019, estamos contemplando uma tragédia semelhante ao massacre de Suzano, na Escola Estadual Professor Raul Brasil, no município de Suzano, em São Paulo. Uma dupla de jovens, ambos ex-alunos, invadiram esta escola, mataram a tiros cinco alunos e duas funcionárias.

Fiquei arrepiada, com uma tristeza profunda, por presenciar tragédia semelhante àquela dos Estados Unidos, aqui em nosso país. Fico refletindo sobre o que está faltando. O que precisamos fazer para evitar que jovens tomem tais atitudes? A meu ver, todos nós, como famílias, escolas e sociedade precisamos estar atentos aos comportamentos dos nossos jovens, cercá-los de cuidados, afetos e atenção. O que acredito estar faltando, talvez na correria da vida, estamos deixando faltar o essencial.

Curiosidade: Em uma época de muitos filhos fora do casamento, já ouvi de algumas mulheres mães solteiras: homem não gosta do filho e sim da mãe do filho, ou seja, segundo essas mulheres, os pais de seus filhos só gostavam dos filhos enquanto estavam com elas. Fiquei surpresa com essas afirmações e indaguei: por que vocês acham isso? Elas me disseram que os pais de seus filhos só se preocuparam com as crianças enquanto estavam de bem com elas, à medida que o relacionamento terminou eles infelizmente esqueceram os filhos. Minha opinião nesses casos é a seguinte: seria razoável se os casais que não têm um relacionamento comprometido não gerarem filhos.

Quanto a nós, criamos nossos filhos com sucesso, contemplamos o resultado do trabalho feito com amor que nunca fica infrutífero. Todos os nossos filhos têm curso superior, atuam nas áreas e são pessoas resolvidas. Nenhum depende de nós financeira ou emocionalmente. Formamos cidadãos prontos para a vida.

### **Carta de uma ex-aluna de escola pública.**

*São Paulo, 01 de junho de 2012*

*Como aluna da escola, venho por meio desta expressar um sentimento próprio e de muitos outros alunos.*

*Escola: local onde passamos diariamente 5h15min de nossas vidas tentando aprender, num local não muito aconchegante, onde passamos frio, muitas vezes estamos com sono e até mesmo com fome.*

*Passando agora para o singular, tentarei me expressar da melhor maneira. Sempre fui uma aluna esforçada, sempre tentei dar o meu melhor, dando minha colaboração, entregando atividades, fazendo provas e até mesmo no ótimo comportamento. Estudo cerca de 12h diárias, o que me faz uma aluna diferenciada, nunca dei trabalho a funcionários da escola e sabe como sou compensada? - Não podendo entrar na escola por 2 minutos de atraso. Nessa hora me vem a pergunta: qual funcionário está realmente preocupado com os alunos? - Realmente atraso é errado, mas poderiam ao menos fingir que se preocupam e perguntar o que aconteceu. Infelizmente, em nosso dia a dia, ocorrem imprevistos. Já parou para pensar que alguns minutos de atraso podem ter sido consequência de ter ajudado um cego atravessar a rua. Um cadeirante*

*descer ou subir no mesmo ônibus em que estamos, o farol fechar e esperarmos para atravessar, a preocupação de uma mãe de pedir para voltar e pegar uma blusa de frio, um atraso do transporte público, etc. Essas e outras coisas são pequenos minutos que nos atrasam, mas que nos acarreta um grande problema quando chegamos à porta da escola, o portão está fechado e somos atendidos por uma pequena brecha em que o funcionário nos trata como se fôssemos terroristas querendo invadir a escola. A escola possui muitos outros problemas, mas hoje o meu foco é o horário da entrada. Hoje, não entrei na escola por um EVENTUAL atraso de 2 minutos, parecer insignificante, mas para mim não, pois se eu não quisesse realmente entrar na escola não levantaria às 05h30, carregando uma mochila de 4 quilos, enfrentando superlotação dos ônibus. Se eu não quisesse realmente ir à escola que escolhi estudar, ficaria no conforto de casa, mas conforto e acomodação são palavras que não podem e nem existem na vida de uma jovem cidadã que não tem condições financeiras e pretende um dia prestar ENEM e ser bem-sucedida.*

*Ah...! E aqueles 2 minutos de atraso me fez perder a oportunidade de entregar um trabalho de Biologia, uma atividade de Matemática, uma prova de História, mas quem se importa? Se o que sempre ouvimos é: Vocês, fazendo ou não, o meu salário é o mesmo!*

*Enfim, devo me conformar com a incoerência de alguns funcionários da escola que se preocupam mais em colocar grades pela escola do que investir em salas de Ciências/Artes, pensam mais na escola com muros e teto do que naqueles que fazem a escola.*

*Entendo quando vocês alegam dizendo que muitos alunos ficam enrolando na frente da escola, mas quando o porteiro vai dizer a vocês que têm alunos atrasados, vocês nem se preocupam em procurar saber quem é ou o que aconteceu.*

*Espero que esta não seja uma simples folha que irá ser guardada no bolso e esquecida, espero realmente que alguém leia atenciosamente.*

*Desde já, agradeço.*



*Avó paterna*



*Avó materna*



Isaque, Alessandra e Cintia



Alessandra formando-se em logística



Cintia formando-se em gestão financeira



Isaque formando-se em comércio exterior

---

## CAPÍTULO QUATRO

---

### LAR FELIZ

Começo o capítulo com uma reflexão: você mora numa casa ou num lar? Casa é uma construção de cimentos e tijolos. Lar é uma construção de valores e princípios. Precisamos entender que nenhum sucesso na vida compensará o fracasso na família. E para que tenhamos um lar feliz se faz necessário incorporá-lo valores e princípios sem deixarmos de considerar o poder da oração ou meditação como uma conexão entre o Ser e o Universo, o Criador e a Criatura.

Está cientificamente provado que a oração não é simplesmente uma atitude de nos colocar na posição de inferioridade a um ser superior. Ela atua no sistema límbico, que é uma região do cérebro responsável pelas emoções e libera substâncias importantes para o nosso prazer. Quando abrirmos o coração a Deus com sinceridade, como fazemos a um melhor amigo, Ele nos responde segundo sua bondade. Porque ama profundamente seus filhos e, antes que lhe pedimos, já nos prepara maravilhosas bênçãos. Muitos encontram esperança a partir da oração. Quando me batizei na Igreja Adventista do Sétimo Dia, no ano de 1986, entrei para o grupo de trabalho missionário. Aos sábados, íamos de casa em casa visitar pessoas e orar por elas.

Desde então, aprimorei meu gosto pela oração. Testemunho - Certa vez, após minha mãe chegar de uma caminhada me falou: Cida, passei em frente a uma casa e vi uma mulher tão atarefada com quatro crianças pequenas... Você não gostaria de conhecê-la e, quem sabe, ajudá-la? – Perguntei: onde é? Ela me passou as informações.

Então, fui conhecer a mulher e consequentemente conheci a família. Um casal com quatro filhos pequeninos e a esposa muito

abarrotada de serviços. Fiz amizade com ela e passei a ajudá-la sempre que podia. Além disso, ela me relatou um problema. Disse que vivia aflita porque aos sábados, seu esposo, após sair do trabalho, ia para o bar e bebia muito. Chegando em casa, não conseguia ajudá-la com as crianças e afins...

Um sábado à tarde, justamente quando eu estava lá para visitá-los, ele chegou bêbado. Ela me pediu para que eu orasse por ele e eu, recém-batizada, não sabia orar perfeitamente, mas convidei a mulher para se ajoelhar e ali oramos. Isso se repetiu por algumas vezes. O Senhor Deus atendeu nossas orações e aquele homem abandonou os vícios, teve a saúde e a vida melhoradas e assim pôde cuidar da família e educar seus filhos. Hoje, formam uma família abençoada. Mantemos contato e nos consideramos muito. Creio nas palavras de Jesus: Por isso, vos digo que tudo quanto em oração pedirdes, crede que recebestes, e será assim convosco - Marcos 11:24.

## **PRINCÍPIOS**

São indispensáveis para a boa convivência junto à sociedade. Começo pelo...

**RESPEITO** E a esposa respeite seu marido, e o marido, amai vossa mulher, como também Cristo amou a igreja e a si mesmo se entregou por ela - Efésios 5:33. Aqui, o apóstolo Paulo recomenda o respeito entre o casal. Eu vou mais além e digo que o respeito deve ser a base da nossa estrutura. Toda atitude de respeitar é importíssima, pois respeito nada mais é do que o ato de não fazermos aos outros aquilo que não gostaríamos que fizessem a nós. O respeito e a consideração estão relacionados aos sentimentos de atenção. Ele estimula uma relação saudável.

## **DIÁLOGO**

Sabeis estas coisas, meus amados irmãos, todo homem, pois, seja pronto para ouvir, tardio para falar, tardio para se irar - Tiago 1:19-

20. Fale com um tom de voz agradável. Nem sempre *o que* se diz é tão levado em conta, mas *como* se diz. Afirma-se que dez por cento dos conflitos são gerados por diferença de opinião. E noventa por cento é devido ao tom de voz. Se faz importante sermos transparentes, uma conversa confusa pode gerar mal-entendido, uma vez que a comunicação é a expressão máxima daquilo que sentimos. A boa comunicação começa quando um ouve o outro. Falhar na comunicação antecede frustações nos relacionamentos.

## **SINCERIDADE**

Por isso, deixando a mentira, fale cada um a verdade com seu próximo - Efésios 4:25. Só não podemos confundir sinceridade com palavras não pensadas, visto que precisamos pensar no que havemos de responder.

Lembro-me de uma ilustração contada pela nossa mãe. Dizia assim: Certa vez, Maria, mãe de Jesus, teria que passar com o menino Jesus, recém-nascido, num local onde estava acontecendo uma perseguição por parte dos soldados do rei Herodes a todos os meninos com intuito de matarem Jesus. Maria, ao se aproximar dos soldados, perguntaram-lhe: – Mulher, o que levas aí? A criança estava coberta e aconchegada ao colo de Maria. Então, ela respondeu: - O menino Jesus. Os soldados disseram-lhe: - Passa. Se fosse o menino Jesus, você não teria declarado, visto que sabes que estamos a procura para matá-lo. Dessa forma, ela passou sem prejuízos.

Moral da história: Passe com a verdade, mesmo que doa.

## **PACIÊNCIA**

Pois, melhor é o paciente do que o herói da guerra - Provérbios 16:32. A paciência é uma virtude que traz em si uma série de benefícios para o indivíduo. Uma pessoa paciente é resignada, consegue suportar muitas adversidades sem reagir de forma inadequada. A paciência é um dos frutos do Espírito Santo. Deus não opera na ansiedade, portanto, ocupe-se e não se preocupe; espere, mas não

se desespere. Cuidado com a impaciência. Ela gera raiva, que é uma emoção negativa destruidora. Vejamos: No dia seguinte, um espírito maligno se apossou do rei Saul; ele teve uma crise de raiva - 1 Samuel 18:10. Vemos aqui um rei que perdeu totalmente o juízo por conta da raiva. Este sentimento compromete a estabilidade emocional, levando a pessoa a um estado de loucura.

## **COMPREENSÃO**

Revesti-vos, pois, como eleitos de Deus, santos e amados, de coração compassivo - Colossenses 3:12. Na compaixão da paciência de ouvir e dá prioridade ao assunto apresentado teremos sucesso, uma vez que uma das maiores necessidades humanas é de compreendermos e sermos compreendidos.

## **HARMONIA**

Andarão dois juntos, se não houver entre eles acordo? - Amós 3:3. Unidos somos melhores pais, mães, esposos, esposas, filhos, irmãos, avós, tios... desejo que haja harmonia em todos os lares

## **CARINHO**

Seja bendito o teu manancial, e alegra-te com a mulher da tua mocidade - Provérbios 5:18. Cada um recebe de acordo com o que dá. Se der atenção e carinho, há de ver-se cercado de afeto e amor.

## **CONFIANÇA MÚTUA**

É por intermédio de Cristo que temos tal confiança - 2 Coríntios 3:4. Confiar é condição necessária para desenvolvermos qualquer relacionamento saudável. A confiabilidade é essencial, gera otimismo e saliento que a confiança que temos em nós mesmos reflete-se em grande parte na confiança que temos nos outros.

## **HUMILDADE**

A humildade precede a honra - Provérbios 15:33.

Precisamos ser humildes para pedirmos e doarmos o perdão, um ato tão necessário para mantermos uma convivência equilibrada. Vejam o que o escritor bíblico escreveu:

Sacrifícios agradáveis a Deus são o espírito quebrantado; coração arrependido e contrito, não o desprezarás, ó Deus - Salmos 51:17. Percebem? Coração arrependido isso é imprescindível. Dessa forma, Deus não o desprezará. É possível perdoar um agressor? Pessoas de todos os países estariam dispostas a pagar um elevado preço para ter um pouco mais de harmonia no ambiente da família? Digo que precisamos perdoar e se livrar das mágoas. A mágoa escraviza, é um fardo e, por isso, não combina com pessoas inteligentes. Perdoar é uma decisão sábia que traz de volta a paz.

O apóstolo Pedro disse, em certa ocasião: Deus resiste aos soberbos, contudo, aos humildes concede a sua graça. Humilhai-vos, portanto, sob a poderosa mão de Deus, para que Ele, em tempo oportuno, vos exalte - 1 Pedro 5:5-6.

As pessoas orgulhosas têm dificuldade em perdoar. O orgulho a conduz, mais cedo ou mais tarde, ao terreno da vergonha e do fracasso. Vida profissional acabada, amizades rompidas como resultado de não ter se deixado guiar pelo caminho da humildade.

O escritor Mariano Aguiló costumava dizer: Se o homem orgulhoso soubesse como é ridícula a imagem que projeta, até por orgulho aprenderia a ser humilde. Deixe morrer metade do seu EGO. A palavra egocêntrica vem do latim, que significa “eu no centro”. A pessoa egocêntrica não consegue se colocar no lugar do outro; é insensível. Portanto, devemos pensar mais como *nós* e menos como *eu*.

## **AMOR**

As muitas águas não podem apagar o amor, nem os rios afogá-lo - Cantares 8:7. “Se plantarmos amor, colheremos amor”. Infelizmente

temos presenciado falta de amor nos relacionamentos, o que tem gerado muitas desavenças e distúrbios emocionais.

O amor é um ato de vontade e exige esforço e correspondência de quem ama e de quem é amado. “O amor é uma planta de origem celeste, e precisa ser cultivada e nutrida. Corações afetivos, palavras verdadeiras, amoráveis, farão famílias felizes e exercerão influência própria para elevar em todos quantos entram na esfera dessa influência” - (O Lar Adventista, p. 50).

Quando Jesus disse: Amai uns aos outros, Ele promoveu a mais bela forma de amar, que é uma das maiores dádivas que o ser humano pode receber e doar; está além dos alvos comuns, dos interesses compartilhados ou das mesmas histórias. Também não podemos esquecer da

gratidão: “em tudo dai graças”. A gentileza foi ensinada pelo grande mestre, Cristo Jesus. E transmitida aos seus discípulos para ajudar a humanidade. A graça não significa só um favor imerecido, mas sim uma atitude que expressa a gratidão que nasce no coração pelo apreço a alguém que fez algo por nós. É saber reconhecer os outros pelo esforço de servir. Uma palavra de gratidão tem o poder de abrir a consciência e despertar para a verdadeira riqueza. Interessante a pessoa que mais serve ou dá é a pessoa que mais sabe agradecer.

Uma das características mais importantes é que a gratidão traz junto dela uma série de outros sentimentos nobres.

Pesquisadores da Universidade de Indiana, nos Estados Unidos, chegaram à conclusão de que ser grato pelas pequenas coisas da vida pode causar grandes mudanças – inclusive cerebrais. E faz muito bem para saúde. Site Galileu Cultura.

O coração alegre embeleza o rosto, mas com a tristeza do coração o espírito se abate - Provérbios 15:13. As pessoas gratas são alegres, e, por isso são bonitas. Pense sempre em um motivo para agradecer.

Quando nossos filhos eram pequenos, meu esposo, como sempre, trabalhando muito, tínhamos carro, mas eu não sabia dirigir e ficava em casa. Às vezes, privada de algumas coisas porque

dependia dele para irmos aos supermercados e afins. Com muita dificuldade, levava as crianças aos médicos em transportes coletivos, pagava transporte escolar para conduzir os três filhos até as escolas, o que não era barato, e precisava da ajuda das amigas para irmos à igreja que frequentávamos que, até então, era distante da nossa casa.

Um dia, Cícero me perguntou: por que você não aprende a dirigir? Confesso que tinha medo, mas a necessidade era gritante. Diante da situação, decidi aprender. O nosso carro era um Monza Sedan 1.8. Assim sendo, um dia de domingo à tarde meu esposo e eu saímos para que ele me ensinasse a dirigir. Não deu certo. Por mais que tentássemos, não conseguimos nos entender. Quase saímos aos tapas. Concordei plenamente com os escritores Allan e Barbara Pease: O marido que ensina a mulher a dirigir está a caminho de uma ação de divórcio. Exatamente isso! (risos) Lembro-me que Cícero dava as coordenadas e queria que eu, de imediato, as executasse. Até tentava, mas não conseguia assimilar rapidamente. Ao invés de engatar a primeira marcha, colocava a ré; acelerava quando o momento era de parar porque, ao invés de pisar no freio, pisava no acelerador... E assim por diante. Sem contar que a rua era de terra e tinha alguns buracos. Ao final de algumas tentativas frustradas, procurei o caminho correto. Fui a uma autoescola, fiz a matrícula e todo o processo de aprendizado. Foi então que consegui minha carteira nacional de habilitação - CNH. Pronto! A partir dali, as coisas ficaram mais fáceis. Também passei a ser a motorista, levar nossos filhos para a escola e tudo mais.

Sou grata ao meu esposo pelo incentivo.

Agradecer é um ato que beneficia grandemente a pessoa. Se for um ato motivado pelo amor, produz alegria e abre as portas para o perdão, para as boas realizações interpessoais e para a saúde. Manter a gratidão é a melhor forma de encontrar a paz. Certa vez, o Senhor Jesus disse ao apóstolo Paulo: A minha graça te basta. Todos nós temos motivos para agradecer. O fato de estarmos vivos já é uma grande dádiva.

Depois de agradecer, você está apto a ver janelas e portas onde só via muros.

Os agradecimentos elevados a Deus são as orações mais lindas e eficazes para transformar atitudes mentais negativas em positivas. Que em nosso coração, em nosso falar, sempre exista uma adequada compreensão da gratidão que devemos ter para com nossos semelhantes.

Gratidão diária é o diferencial de um relacionamento saudável. O casal deve se comportar como amantes. Quando um faz alguma gentileza, o outro deve demonstrar sua apreciação e gratidão.

Diga-lhe *obrigado(a)* ao longo do dia, mesmo por coisas pequenas. Um simples agradecimento pode ajudar vocês a desenrolver o companheirismo. Não há nada de errado em reconhecer as virtudes do outro e dizer isso para ele. Você deve ser o maior fã de seu cônjuge, e ele deve saber disso. Diga-lhe regularmente que você se orgulha de suas conquistas, seja no trabalho, nos estudos, relações pessoais, etc.

---

## CAPÍTULO CINCO

---

### LIDANDO COM AS EMOÇÕES

Autoestima é uma característica de pessoas que se valorizam, que aprenderam a se olhar, se admirar, dando-lhe a possibilidade de agir, pensar e exprimir opiniões de maneira confiante. A autoestima referente ao amor próprio é essencial em nossas vidas para criarmos estruturas fortes e não desanimarmos diante das dificuldades; nem permitirmos que as críticas alheias nos afetem!

Devido à infância sofrida na fase da adolescência eu ficava deprimida e chegava a pensar para *que nascer se a gente nasce só para sofrer*. Passei por um período de desesperança. Desenvolvi sentimentos tóxicos como raiva, revolta, me sentia tímida, e incapaz diante de algumas situações. Assim, meu coração tornou-se duro comigo mesmo. Passei por momentos difíceis e posso afirmar só quando trabalhei o perdão e a busca espiritual encontrei a luz de que tanto precisava. Buscava incessantemente respostas na Bíblia para minhas questões e em certa ocasião esta passagem funcionou como um bálsamo: *Dar-vos-ei coração novo e porei dentro de vós um espírito novo, tirarei de vós o coração de pedra e vos darei coração de carne* - Ezequiel 36:26. Nesse momento, acreditei piamente que, através da oração submeti meu coração a Cristo. Foi então que Jesus fez um transplante em mim. Mudou o meu coração, transformou-me, consegui inspiração através da Bíblia. É exatamente isso o que acontece quando vivemos na prática das santas palavras. Considerando o conceito desenvolvido pelo psicólogo e escritor Daniel Goleman sobre a “Inteligência Emocional”, a força do pensamento e o equilíbrio emocional podem transformar nossas vidas, e então posso dizer que a oração e a força de vontade são eficazes.

Quando aprendemos vigiar nossos sentimentos e direcionar os pensamentos para o lado positivo são fatores determinantes para o sucesso de qualquer pessoa.

Quantos já conheci que tiveram problemas solucionados ou pelo menos encontraram esperanças através da oração verdadeira.

Naquela época, eu estava com a autoestima baixa e através da fé consegui me erguer. Creio que a maior vitória não é quando as circunstâncias mudam, mas quando o nosso coração muda. Precisamos nos livrar da barreira da baixa autoestima. Esse sentimento compromete a qualidade de vida dos indivíduos.

*A mais profunda raiz do fracasso em nossas vidas é pensar: Como sou inútil e fraco! É essencial pensar poderosa e firmemente: Eu consigo! sem ostentação ou preocupação - Dalai Lama.*

Porque, como imagina em sua alma, assim ele é - Provérbios 23:7.

Nossas atitudes e reações são determinadas grandemente por aquilo que pensamos a nosso respeito.

Conversando com algumas amigas percebo que muitas das que me pedem conselho estão com a autoestima baixa. Sentem-se incapazes, inferiores, inseguras. Muitas vezes, são negativas. Penso que para os esposos dessas mulheres também não deve ser fácil a convivência. Já aconselhei muitas a irem buscar ajuda de um especialista. Outro dia ouvi de uma mulher: meu esposo é cristão só na igreja. Em casa, ele me trata com humilhação e afins. Observei as palavras dela; não conheço o esposo, não acho certo a pessoa que se faz de boa na igreja tentar passar uma imagem santa, o que de fato não é, pois é em casa que demonstramos realmente quem somos. Porém, uma coisa tenho observado, parte dos problemas provêm da insegurança das mulheres. Nenhuma mulher precisa passar por situações humilhantes. O que elas precisam mesmo é dar um basta. Contudo, sabemos que pessoas com autoestima baixa não têm forças para reagir a situações humilhantes e ficam sofrendo. Assim,

pode-se dizer que a autoestima determina o sucesso ou o fracasso na vida. Quanto mais alta a autoestima, mais saudáveis serão as pessoas. Sendo que autoestima precisa imergir de dentro para fora de nós. Se não nos vemos competentes, não há espelho que mostre isso. Precisamos amar a pessoa que somos. Um dia eu perdoei, me aceitei e me permiti recomeçar.

Em continuidade ao tópico *emoções* quero frisar mais um dos sentimentos que, na minha opinião, mais atrapalha as relações. Trata-se do monstro chamado ciúmes. Porque o ciúme excita o furor - Provérbios 6:34.

Segundo o dicionário de português, furor significa: ira excessiva; raiva extrema; ação repleta de violência; fúria. Portanto, não é de estranhar que o ciúme é o pivô de separações e mortes.

No início do nosso casamento, meu esposo tinha muito ciúme de mim. Demorei para assimilar isso. Como todo início de convivência, existe a inexperiência; e para nós não foi diferente. E se tratando de ciúmes, Cícero era especialista. Precisei dar muitas explicações sobre qualquer atraso que porventura surgisse ao voltar do trabalho para casa, quando ia ao médico ou qualquer outro compromisso fora de casa. Sempre tinha que contar todos os detalhes. Eu não gostava disso, mas fazia por ingenuidade, tentando deixá-lo tranquilo. Talvez, no começo do relacionamento isso funcione, mas com a continuação não dá, ficou insuportável! Fiquei de saco cheio e começamos a discutir. Era difícil para eu lidar com seu ciúme, sua insegurança. Até que um dia coloquei um ponto final naquele martírio. Disse: se você não confia em mim, vamos separar; porque entendo que a confiança é a cola do casamento e se não existir essa compatibilidade não dá para ir muito longe. Rebatí duramente as suas palavras de malícia. Ele demorou, mas percebeu que estava agindo erroneamente a ponto de me pedir perdão pelas palavras ofensivas e maliciosas dirigidas a mim. Passou a ver que não valia a pena ficar perdendo o precioso tempo procurando chifre em cabeça de cavalo. Eu sei o quanto é difícil lidar com gente ciumenta. Senti na pele esse tormento. No entanto, é importante enfatizar que nunca paralisei nenhum compromisso para atender

ao ciúme dele, sempre o enfrentei. O cônjuge inteligente se recusa a aceitar o comportamento nocivo do companheiro.

Depois dessa fase, quando ele conseguiu melhorar sua inseurança, passamos a viver bem. Tanto é que, posteriormente, não precisei mais dar satisfações do que faço, apenas conversamos todos os dias e naturalmente ficamos atualizados do cotidiano de cada um. Não consigo entender por que existem pessoas que sentem tanto ciúme do outro como se a pessoa fosse sua propriedade. Viveriam melhores se esforçassem para entender que o cônjuge não é um objeto de sua propriedade; que você comprou no dia que assinou a certidão de casamento. As pessoas têm o livre arbítrio, a liberdade que o papai do céu deu. Às vezes, ao entrar num relacionamento, são forçados a perder sua identidade para submeterem ao controle do outro. Isso é horrível! Acho esta frase engraçada e faz sentido: o que mantém o gado no pasto é a grama e não a cerca – (risos). O ciúme não impede o parceiro de trair. Trair é uma escolha, traição não é justo, mas os dois têm culpa, não há um carrasco e uma vítima. O ciúme é um sentimento inútil; só acarreta sofrimentos a ambos. A pessoa ciumenta cria fantasmas, vê o que de fato não existe. Acredito que existe um mal junto a este sentimento para destruição das vidas, uma vez que emoções negativas interferem, de modo geral, nas relações interpessoais. Tantas pessoas perdem energia fazendo tempestade em copo d'água que deixam de desfrutar o lado belo da vida. Analise suas relações, cuide da sua autoestima, não alimente pensamentos de posse, não fantasie situações, controle seus impulsos.

*Dê a quem você ama asas para voar, raízes para voltar e motivos para ficar - Dalai Lama.*

Um antídoto para as crises de ciúmes é o autocontrole.

*É mais valente quem vence seus desejos do que quem vence seus inimigos; pois a vitória mais difícil é sobre si mesmo - Aristóteles.*

E as palavras bíblicas complementam: Melhor é o que domina o seu espírito, do que o que toma uma cidade - Provérbios 16:32. Percebo as palavras sagradas e a filosofia de mãos dadas, faço referência às instruções sobre o equilíbrio, ou seja, a prática do domínio próprio tão importante e necessário aos bons relacionamentos, porque as pessoas que conseguem conter seus impulsos são vitoriosas. Mas qual é a definição de domínio próprio? Podemos dizer que é a capacidade de ser senhor, de ter autoridade ou de exercer influência sobre si mesmo e não sobre o outro. O apóstolo Paulo disse: Porque o que faço não o aprovo; pois o que quero isso não faço, mas o que aborreço isso faço - Romanos 7:15. Que contradição uma guerra em seu íntimo, e nós quantas vezes nos deparamos em situações semelhantes precisando de temperança para decidir algo, falar, trabalhar, comer, dormir, fazer exercícios. Seria bom se aprendêssemos, desde criança, o controle, pois o indivíduo que não aprendeu ter o domínio próprio quando criança vai sofrer muito. Também podemos definir como sobriedade, o que significa autocontrole, saber refrear os apetites desordenados fazendo com que nossos sentimentos e desejos não redundem sempre em atos indesejados.

*A virtude consiste em saber encontrar o meio termo entre dois extremos - Aristóteles.*

TPM - E nós, mulheres, então o que dizer quanto ao período da Tensão Pré-Menstrual? Onde precisamos vigiar nossas emoções? Momentos tão cruciais dos quais a tensão nos coloca. Já ouvi falar que, nessa fase, todos os problemas ficam juntos e misturados. Concordo! (risos)

Comparo a TPM com a parábola do joio. Um homem semeou boa semente no seu campo; mas, enquanto o homem dormia, veio o inimigo dele, semeou o joio e retirou-se - Mateus 13:24. Deus criou a mulher linda e perfeita, mas veio o diabo e colocou a TPM. Que esta tensão é coisa do mal, não tenho dúvidas! Acho que as cinco virgens loucas citadas em Mateus 25:1 estavam na TPM, por isso esqueceram de comprar o azeite. (risos)

Para compreenderem melhor, a tensão da TPM é comparada a 5 dias de trabalho seguidos sem dormir. Nesse período, a mulher fica distraída, meio que fora do ar. Sofri muito com estes sintomas, ficava quase louca nessa fase, e o pior: não tinha informações suficientes a respeito. Coitados dos meus filhos e do meu marido, sofriam juntos. Na época da TPM ficava insuportável, irreconhecível comigo mesmo e com os outros. Lamento dizer, ficava inconsequente, um nervosismo fora do comum. Para terem ideia, as vezes batia nos meus filhos por bobagem. Sou grata ao meu esposo por ter me suportado nesses momentos. Caso contrário, hoje não estaríamos casados. Não fazia isso por maldade; era por razões emocionais. Atribuo, também, a falta de informações, porque depois que a gente se conhece e aprende a lidar com os contratempos dessa fase e coloca em prática algumas técnicas tudo fica leve. Depois que busquei ajuda nessa área, aprendi a lidar com os problemas da TPM. Passei a conviver melhor com todos. É tanto que meu esposo e os meus filhos me compreenderam e aceitaram o meu pedido de perdão. Em muitas vezes, ia aos médicos, porém eles diziam que eu estava com depressão e me receitava antidepressiva. Tomava por um período, melhorava, mas não resolia. Depois, tudo voltava. Até que um dia, em mais uma consulta, cheguei aflita, contei vários sintomas ao médico pelos quais estava sofrendo.

O ginecologista me perguntou: já ouviu falar em TPM? Essa pergunta me deu um alerta, abriu meus olhos e me despertou. Comecei a pesquisar em busca de informações sobre TPM, então, aprendi a conviver com essa tensão.

Aconselho as mulheres que busquem informações sobre algo natural, e que todas nós deveríamos nos conhecer para vivermos melhor, sem tanto sofrimento. Isso é possível! TPM não é bicho de sete cabeças! Acredito que quem toma conhecimento sobre um assunto tem atitudes mais sábias. O autoconhecimento é muito importante. Assim, não causaremos infortuno a quem está ao nosso lado.

Se precisarem, façam um exame chamado curva hormonal. Se for necessário, tome remédios, faça exercícios, beba bastante água e se cuide. Nunca despreze seu nervosismo nos outros. Eles

não têm culpa dos seus problemas. Afinal, nem adivinham que você está na Tensão Pré-Menstrual.

Aos homens, digo resumidamente que nós, mulheres, somos feitas de fases, assim como a lua, e nem todas as fases são boas. Vocês precisam aprender a lidar com isso e entender que faz parte da natureza feminina; que boa parte disso se deve à oscilação hormonal. Com base em minhas experiências, digo que algumas mulheres ficam irreconhecíveis no período da TPM. Então, para manter um ambiente suportável nesses dias, vocês precisam ter paciência, precisam dar mais atenção, não fiquem chateados se elas ignorarem algo ou alguém. Lembrem-se da frase: perdoe, seja humilde, quem sabe até brincalhão. “Brincalhão não irônico!”



---

## CAPÍTULO SEIS

### COMPARAÇÕES

Vejamos o que o apóstolo Paulo disse: Porque não ousamos classificar-nos ou comparar-nos com alguns que se louvam a si mesmos; mas eles, medindo-se consigo mesmo e comparando-se consigo mesmos, revelam insensatez - 2 Coríntios 10:12.

Na adolescência sentia mágoa da minha mãe quando ela me comparava ao meu pai, que mal conheci. Ela dizia: é a cara de Zé Homes e não nega. Ela dizia que eu parecia com meu pai e além do mais era teimosa igualzinha a ele. Naquela época, as recordações que eu tinha do meu pai eram as piores, como por exemplo, homem ruim, irresponsável, agressivo... Então, sofria muito com essa comparação.

Chegando a São Paulo, quando vi meu pai, admiti: realmente sou a cara dele, porém o que mais me impressionou foi que além da aparência física, **tínhamos mais coisas em comum**. Meu pai, mesmo doente e acamado, tinha senso de humor; **não reclamava** da vida e ainda era brincalhão. O bom humor eu herdei dele; **não sou de lamentar miséria, sou alegre, semelhante a ele**. Lembro-me que mesmo no leito da enfermidade ele dizia: desgraça pouca é bobagem; tristeza não paga conta. Contava piadas e ria bastante.

Sou grata a Deus por ter herdado algumas boas características do meu pai. Hoje entendo que ele também foi vítima das circunstâncias da vida. Ah! Quanto a minha mãe dizer que sou teimosa admito que tenho dificuldades de aceitar um *não*. Prefiro persistir no que me interessa, sou perseverante. Segundo o escritor Renato Cardoso não podemos confundir perseverança com teimosia, uma vez que teimosia é insistir no erro, quase sempre movido por orgulho. Perseverança é insistir no certo, sempre movido por inteligência e determinação.

**É só olharmos onde estamos no que** se refere ao sucesso ou fracasso para descobrirmos se somos teimosos ou perseverantes. A teimosia nos conduz ao fracasso, a perseverança ao sucesso.

Já em outra ocasião, quando minha mãe veio nos visitar em São Paulo, ela disse: você é **semelhante a uma** árvore frondosa. Todos que se achegam a você encontram sombra. Dessa vez, eu me senti lisonjeada. Mas, de qualquer maneira, **não é bom sermos comparados**.

Quando nos comparamos a alguém estamos rejeitando as qualidades da pessoa maravilhosa que somos. Deus nos criou diferentes propositalmente. Eu te louvarei, porque de um modo assombroso, e tão maravilhoso fui feito; maravilhosas são as tuas obras, e a minha alma o sabe muito bem - Salmo 139:14.

Uma das piores coisas que você pode fazer é comparar-se a alguém, seja este real ou imaginário. Lembro-me quando tirei a permissão para dirigir o meu esposo me mostrava outras mulheres habilitadas há mais tempo e dizia: viu como ela dirige bem? Aquilo me deixava irritada!! Ao mesmo tempo, procurava uma oportunidade para mostrar-lhe alguém fazendo algo melhor que ele, e dizia: viu como tal pessoa faz isso tão bem? A guerra estava formada! As comparações despertam ira.

## REFLEXÃO

### O vaso rachado

Uma velha chinesa tinha dois grandes vasos, cada um suspenso na extremidade de uma vara que ela carregava nas costas.

Um dos vasos era rachado e o outro era perfeito. Todos os dias ela ia ao rio buscar água, e ao fim da longa caminhada do rio até a casa o vaso perfeito chegava sempre cheio de **água**, enquanto o vaso rachado chegava meio vazio. Naturalmente o vaso perfeito tinha muito orgulho do seu próprio resultado e o pobre vaso rachado tinha vergonha do seu defeito, de conseguir só fazer a metade daquilo que deveria fazer.

Ao fim de dois anos, refletindo sobre sua própria amarga derrota de ser rachado, durante o caminho para o rio, o vaso rachado disse a velha: Tenho vergonha de mim mesmo, porque esta rachadura que tenho faz-me perder metade da **água** até a sua casa...

A velha sorriu:

- Reparaste que lindas flores há ao teu lado do caminho, somente no teu lado?

Eu sempre soube do teu defeito e, portanto, plantei sementes de flores na beira da estrada do teu lado.

Todos os dias, enquanto voltávamos do rio, tu as regavas.

Foi assim durante dois anos, pude apanhar belas flores para enfeitar a mesa e alegrar o meu jantar. Se tu não fosses como és, não teria tido aquelas maravilhas na minha casa.

Cada um de nós temos seu próprio defeito, mas é o defeito que cada um de nós tem que faz com que a nossa convivência seja interessante e gratificante. É preciso aceitar cada um pelo que é, e descobrir o que há de bom nele!

Bela reflexão. Desconheço o autor.

## **ENTENDENDO AS DIFERENÇAS NO CASAMENTO**

Quem examina cada questão com cuidado prospera - Provérbios 16:20. Pensem qual é a reação de um cônjuge que não gosta de animais domésticos em casa e o outro gosta! Essa realidade faz parte da vida de muitos casais como também da nossa. Eu gosto muito de animais domésticos e o meu esposo nem tanto. Temos um cachorro, o Brad; e uma gata, a Menina. Porém, Cicero aprendeu a suportar e a cuidar dos bichinhos por meu intermédio. Inclusive nossa gatinha dorme conosco na cama. Assim funciona a vida a dois, um dia um cede e no outro dia é a vez do outro ceder. Costumo dizer que os animais são meus filhos do coração. Afinal, quem tem esses bichinhos em casa vai concordar comigo que eles são uma extensão da família. Quando ganhamos o Brad ele tinha

um aninho. Já era adulto e chegou em nossa casa agitado, desobediente e agressivo. Tivemos muito trabalho para ensiná-lo as regras. Hoje, ele aprendeu a obedecer e é a diversão da família.

Logo que chegou ele me escolheu como autoridade. Quando falo *não* com o dedo indicador levantado para cima, ele para, e não passa da lavanderia onde dorme para a cozinha. E dessa forma ele me obedece em outras diferentes situações. Quando quer algo para comer fica mordendo meu pé, quando quer passear morde o pé do Cícero. Entende perfeitamente de quem conseguir o que quer. Porém, a amizade dele com o meu esposo é por interesse, comigo não! – (risos) Até parece que não saberá mais viver sem nós. Quando preciso sair de casa ele percebe que estou arrumada; então faz uma cara de triste que dá dó! Entra na casinha dele, parece doente, mas é só eu voltar ele faz uma alegria como se fosse a primeira vez que está me encontrando. Ama como se não houvesse amanhã.

O que mais me chama a atenção é que moro quase em frente à igreja a qual frequento os cultos aos sábados. Quando estou pronta para sair ele fica triste dentro da casinha, mas quando ouve o hino - Amigo, não saia sem Cristo no seu coração - o hino de encerramento do culto, ele vai para a porta e fica feliz abanando o rabinho. Minha filha observou isso e me falou. Não é demais?! Os cachorros sabem fazer a melhor recepção aos seus donos, e são verdadeiros amigos. Como não corresponder a um amor ingênuo e verdadeiro? Os animais transmitem muito carinho, e por isso Deus os criou para que cuidássemos deles. A gata Menina, por sua vez, tem seus encantos. Gosta de brincar e é companheira de sono, gosta de dormir na cama. A vida dos gatos é muito curta para não deixarmos que subam na cama – (risos). Ela tem seu lugarzinho e respeita seu espaço. Imaginem quão difícil seria essa situação se não houvesse negociação entre o casal? Aprender a negociar é sinal de inteligência; pois a vida é feita de negociações, e o ato de negociar deve existir em todas as relações. Se aprendermos a resolver os problemas de forma criativa é bem melhor. Já ouvi pessoas dizerem: se meu companheiro adquirir um cachorro, peço para ele escolher o cachorro ou eu! Outra frase que a esposa falou para o marido: se você arrumar um cachorro, vai cuidar, porque eu

não cuido não! Lembro-me de uma reportagem em que uma moça terminou seu relacionamento porque seu companheiro agrediu sua cachorrinha de estimação. E daí por diante.

Não critico quem não quer ter animais em casa, temos o direito de não gostar ou não querer, mas temos o dever de respeitá-los. Cada um tem seu direito de escolha, mas pensando no conselho bíblico: O justo atenta para a vida dos animais, mas o coração dos perversos é cruel - Provérbios 12:10. Creio que Deus criou os animais para enriquecer nossa vida. Concordo plenamente com Artur Schopenhauer: A compaixão pelos animais está intimamente ligada a bondade de caráter. Quem maltrata os animais não pode ser uma boa pessoa. Saber lidar com as diferenças dentro dos relacionamentos é imprescindível. Um dos maiores desafios dos relacionamentos amorosos reside exatamente nas diferenças entre homens e mulheres. Ambos não pensam, não reagem, e nem percebem da mesma maneira as experiências da vida. Se bem que isso é o que faz a vida a dois ser tão interessante ou decepcionante. Vamos aproveitar a individualidade e as diferenças para construir um relacionamento harmonioso. Usem de compaixão com seu companheiro como se vocês fossem uma só pessoa. Geralmente temos dificuldade de aceitar as pessoas que são diferentes de nós. Entendam que somos diferentes para que nos acrescentemos. Peças iguais não completam quebra-cabeça.

Certo dia, vi na TV Globo uma vinheta em homenagem ao Dia Internacional da Mulher. Dizia assim: homens não são todos iguais, nem as mulheres. Quando as mulheres lutam por igualdade elas não querem ser iguais aos homens. Querem, sim, direitos iguais. Deveres iguais. Oportunidades iguais, divisões de tarefas iguais, cargos iguais, salários iguais. E respeito as diferenças. Porque a diferença, sim, é sempre bem-vinda. A desigualdade nunca. Tudo começa pelo respeito. Incrível! Esse comercial diz tudo. Não queremos ser iguais aos homens, queremos direitos iguais! Isso nada mais é do que uma das reivindicações dos conceitos das mulheres que lutam dignamente dentro dos direitos feministas.

## **EVITANDO PROBLEMAS**

Geralmente quando surgem os problemas no casamento queremos encontrar o culpado. Esquecemos de olhar no espelho para identificar uma das fontes primárias porque seria muito mais fácil se fizéssemos um completo exame de consciência. Quando se coloca diante do espelho do casamento, descobrimos falhas que antes desconhecia. Talvez não tenhamos notado porque não teríamos convivido tão de perto. Uma coisa é curiosa: percebo que o índice de divórios entre pessoas cristãs e não cristãs não varia muito. Fico surpresa porque acreditava haver mais habilidades para lidarem com os problemas entre esses grupos de pessoas, uma vez que acreditamos em Deus como autor do casamento. Portanto, isso parece não ser suficiente para evitar que os descontentamentos e as discórdias finalizem em divórcio. Uma coisa é certa: podemos nos policiar mudando a nós mesmos, pois mudando as nossas atitudes, o outro, em resposta ao nosso esforço, tende a mudar também.

Comentando com um dos meus genros sobre escrever este livro, ele perguntou-me qual seria o assunto. Enquanto pensava na resposta, ele disse: não ensine a resolver problemas, isso todo mundo faz, ensine a evitar problemas. Difícil, hein! Não sei nem uma coisa nem outra. (risos) Os problemas sempre vão existir; precisamos aprender a lidar com eles, somos falhos por natureza. Resta-nos buscar conhecimento para lidarmos com o imprevisível que, por vezes, somos surpreendidos, não deixando de admitir as possibilidades de mudanças que só acontecem através da inovação dos nossos pensamentos, como as santas palavras dizem: Transformai-vos pela renovação da vossa mente - Romanos 12:2.

E complementa o dramaturgo George B. Shaw: é impossível progredir sem mudança. E aqueles que não mudam suas mentes, não podem mudar nada.

Sem deixar de citar Kant:

*O sábio pode mudar de opinião. O tolo nunca.*

Lamento quando ouço alguém dizer que não muda porque já tem seu jeito. Sei que o tema da mudança é complexo, não deixa de ser impressionante admitir que carregamos características inatas e biologicamente definidas, mas sugiro que cada um faça a seguinte reflexão: estou preparado para tomar atitudes no caminho da mudança? Digo que a motivação em busca das recompensas valerá a pena o esforço, uma vez que somos movidos pelos nossos anseios. Então, uma maneira de lidarmos com novos problemas é abrindo a mente para novas atitudes.



*Jose Homes e Cida*



*Cão Brad*



*Gata Menina*

## **CAPÍTULO SETE**

### **NÃO SE TORNE ESCRAVO DO TRABALHO**

*Feliz o que desfruta das doçuras do trabalho sem ser seu escravo - Benito P. Galdós.*

Trabalhar até morrer ou morrer de trabalhar? Eis a questão...

Como já comentei, meu esposo trabalha muito e quase não lhes sobra tempo em casa. Isso desde que casamos, inclusive faltou um pouco da sua presença nas atividades educacionais dos filhos. Confesso que em muitas ocasiões senti a necessidade da participação dele nesse quesito. Sei o quanto essa lacuna é prejudicial no desenvolvimento dos filhos e na relação do casal.

Quero dizer aos pais e mães que suas ausências são comprometedoras na formação do caráter de seus filhos e no relacionamento familiar, em geral, o que muitos nem se dão conta devido ao seu instinto provedor e afins...

Lembro-me de um trabalho acadêmico que participei referente a relação “Trabalho e saúde mental” – embasado no livro do Dr. Christophe Dejours, especialista em medicina do trabalho, psiquiatria e psicanalista. Achei importantíssimo descobrir através da ciência algo óbvio que, por sinal, eu já havia refletido no que diz respeito à exploração da mão de obra em algumas profissões que acarretam danos à saúde mental dos indivíduos causando sofrimentos. Os patrões querem lucros sem levar em consideração os limites humanos, gerando assim as patologias psicológicas que não são reconhecidas pela organização do trabalho como doenças, e consequentemente não são tratadas, criando diversos prejuízos ao trabalhador e a sua família - (A loucura do trabalho, p. 119).

A vida moderna impõe sobre todos a tirania da luta e da correria como se fôssemos máquinas sem sentimentos e necessidades físicas, emocionais e espirituais. Todos correm desenfreadamente sem fazerem uma reflexão “será que vale a pena essa luta unicamente pelo material?” E como se não bastasse, até o sono foge, porque a mente não consegue se desligar dos problemas e compromissos do dia seguinte.

Seria razoável se os patrões pensassem um pouco na qualidade de vida de seus funcionários.

Em uma ocasião, conversando com um pastor recém-formado, o Álvaro, que estava fazendo umas conferências na igreja onde frequento que, por sinal, após as conferências, ele foi embora para o Estado do Rio de Janeiro. Disse-lhe que me sentia muito só, pois o meu esposo só se importava em trabalhar. Marquemos um domingo e ele bondosamente veio nos visitar, trouxe um vídeo sobre relacionamento cujo casal estava sempre junto, demonstrando carinho e atenção.

Todos em casa assistiram, mas não surtiu efeito. Posteriormente ele quis saber se alguma coisa havia mudado. Disse que *não*. Então, ele me disse: irmã, essa é a maneira do seu esposo demonstrar amor pela senhora, trabalhando e provendo todas as necessidades da casa! Concordei em partes, porque o que eu discordava do Cícero era o excesso de trabalho e a ausência física junto a mim e aos filhos. Concordo plenamente que o trabalho se faz necessário, é uma dádiva de Deus. Contudo, existem pessoas que se escravizam, fazem da bênção uma maldição!

Atualmente, com o avanço da tecnologia, vejo o pessoal executando serviços em casa. Muitos não conseguem separar tempo para descansar, para dar atenção à família, e acho isso preocupante. Do que adianta o pai ou a mãe ser um profissional excepcional e o filho morrer de overdose, suicídio, depressão? Sem contar que pais que não participam dos cuidados com os filhos deixam o seu cônjuge sobrecarregado. Lembro-me de uma ocasião em que nossos dois filhos, Isaque e Alessandra, na adolescência, saíram numa sexta-feira para irem a um acampamento de final de semana, e o pai só deu por falta deles no domingo quando já estavam voltando para casa.

Eu não o comuniquei propositalmente para ver em qual momento sentiria a falta dos meninos. Nós, adventistas, observamos a guarda de um dia de repouso, mas independente do dia todos precisamos descansar. Isso é fato. Eu queria e precisava da participação do meu esposo nos momentos com nossos filhos. E quase não tínhamos sua presença. Às vezes, esperava atitudes dele em benefício das crianças, mas a dedicação ao trabalho sempre falou mais alto. Nesse tempo, passamos por crise. Hoje entendo o sentido figurado das palavras:

*A maldição que afetou o homem foi diretamente relacionada ao seu trabalho - (Casamento blindado - p. 120).*

Se pudesse dar-lhes um conselho, seria: Deixem o trabalho no trabalho.

Quando li essa ilustração achei sublime.

## **NÃO LEVE OS PROBLEMAS PARA CASA**

Esta é uma história de um carpinteiro que foi contratado para arrumar algumas coisas numa fazenda.

*O primeiro dia de trabalho do carpinteiro foi bem difícil. A serra elétrica quebrou. Cortou o dedo. E ao final do dia, o seu carro não funcionou. O homem que o contratou ofereceu-lhe uma carona para casa. Durante o caminho, o carpinteiro não falou nada. Sua aparência era de tristeza e frustração. Quando chegaram a sua casa, o carpinteiro convidou o homem para entrar e conhecer a sua família. Quando os dois homens estavam caminhando para a entrada da casa, o carpinteiro parou junto a uma pequena árvore e gentilmente tocou as pontas dos galhos com as duas mãos. Ao abrir a porta da sua casa, o carpinteiro transformou-se completamente. Os traços tensos do seu rosto transformaram-se em um grande sorriso, e ele abraçou os seus filhos e beijou a sua esposa. Após oferecer um café ao seu cliente, o carpinteiro acompanhou o homem até o carro. Assim que eles passaram pela árvore, o homem perguntou: - Por que você tocou na planta antes de entrar em casa? - Ah! Esta é a minha árvore*

*dos problemas. Eu sei que não posso evitar ter problemas no meu trabalho, mas estes problemas não devem chegar até meus filhos e minha esposa. Então, toda noite, eu deixo os meus problemas aqui fora, nesta árvore, quando chego em casa, e os pego no dia seguinte, quando saio. E sabe de uma coisa? – disse o carpinteiro – Claro – respondeu o homem – Toda manhã, quando eu passo aqui para buscar os meus problemas, eles não são nem metade do que eu me lembro de ter deixado na noite anterior - Carlos Hilsdorf.*

---

## **CAPÍTULO OITO**

### **A MULHER DO SÉCULO XXI**

Ao iniciar este capítulo quero relacionar as mulheres da atualidade com a mulher virtuosa descrita no texto bíblico - Provérbios 31.

Mulher virtuosa, quem a achará? O seu valor muito excede o de finas joias - Provérbios 31:10. Sei que esta mulher virtuosa é uma analogia às boas qualidades que as mulheres possuem. Assim sendo, consigo ver a mulher do século XXI não tanto diferente da mulher virtuosa pensando em qualidades femininas. Do meu ponto de vista, nós, mulheres, não precisamos nos encaixar perfeitamente dentro das características dessa mulher virtuosa. Se tivermos algumas qualidades dela está ótimo. Cheguei a essa conclusão porque tenho conhecido muitas mulheres com características semelhantes à mulher de Provérbios. Há alguns anos passei a observar as mulheres e vejo que muitas se encaixam nas descrições da mulher virtuosa. Existem as exceções, porém essas não são meu foco. Não gosto de trabalhar com exceções. No momento atual, contemplamos mulheres trabalhadoras que acordam cedo e vão à luta, são mães, donas de casas, cozinheiras, caminhoneiras, taxistas, piloto de avião, policial, trabalhando nas forças armadas, operárias da construção civil, professoras, auxiliares de limpeza, assistentes sociais, advogadas, contadoras, técnicas em enfermagens, dentistas, estudantes, e tantas outras profissões. Mulheres competentes. Vejamos o passo a passo de Provérbios 31 que retrata a mulher virtuosa como:

Confiantes - transmitem segurança aos demais.

Bondosas - elas fazem bem e não mal.

Trabalhadoras - de bom grado, trabalham com as mãos. É como um navio mercante: de longe, traz o seu pão.

Sabem administrar, é ainda noite, e já se levantam e dão as tarefas as suas servas.

Sabem negociar, examinam uma propriedade antes de adquiri-la. Ou seja, não compra por impulso. Elas valorizam o seu dinheiro; percebem que o seu ganho é bom.

Solidárias - abrem a mão ao afliito; e ainda estende ao necessitado.

Corajosas - não temem a neve.

Elegantes - vestem-se de linho fino e de púrpura.

Cuidam-se – separam tempo para si, sabem seu valor, reconhecem a importância da sua aparência.

Dá honra ao seu esposo. Seu marido é estimado entre os juízes.

Não são ansiosas e, quanto ao dia de amanhã, não tem preocupações. Aqui quero acrescentar as palavras do escritor bíblico Mateus 6:34:

Portanto, não vos inquieteis com o dia de amanhã, pois o amanhã trará os seus cuidados; basta a cada dia o seu mal.

Falam com sabedoria. Sabem fazer bom uso das palavras.

Essas duas passagens bíblicas e um pensamento de Freud esclarecem melhor sobre palavras:

Como maçãs de ouro em salvas de prata, assim é a palavra dita a seu tempo - Provérbios - 25:11.

O que guarda a boca e a língua guarda a sua alma das angústias - Provérbios 21:23.

*Todo o homem tem perfeita consciência de encerrar em seu pensamento coisas que nunca, ou só a contragosto, comunicaria a outros – Freud.*

Não são preguiçosas, atendem ao bom andamento da sua casa, da sua empresa, e não comem o pão da preguiça.

Seus filhos reconhecem suas qualidades. Levantam-se seus filhos e lhe chamam dícosa.

Elas são orgulho para os seus maridos. Seu marido a louva, dizendo: muitas mulheres procedem virtuosamente, mas tu a todas destaca-se.

A sua beleza interior sobressai a beleza exterior; enganosa é a graça, e vã, a formosura, mas a mulher virtuosa, essa será louvada.

As mulheres virtuosas recebem elogios. O público louvará as suas obras.

De modo geral, entendo que mulheres virtuosas são as que têm habilidade de usar sua influência de forma positiva. E enalteço uma dessas mulheres na Bíblia a qual me identifico. Ela é Abigail, mulher de atitude corajosa e pacífica. Diante de um rei enfurecido, ela pediu perdão e apaziguou uma guerra, evitando muitas mortes, inclusive sua própria e de sua família - I Samuel 25:18. Semelhante a ela, tenho um espírito pacífico. Acredito que só através da paz e da educação poderemos mudar o mundo. Recordo-me de uma ilustração que li na adolescência. Dizia assim:

Certa vez, o vento e o sol observaram um homem trabalhando num campo debaixo de uma temperatura escaldante e que aquele homem vestia um casaco de lã. Então o sol e o vento fizeram uma aposta para ver quem primeiro conseguia fazer o homem retirar o casaco. O vento começou: mandou uma grande tempestade. Balançou, balançou, balançou, balançou e nada! Quanto mais a tempestade balançava o casaco, mais o homem se agarrava nele. Porém, quando chegou a vez do sol, ele o aqueceu um tanto mais! O homem, não aguentando o calor, tirou calmamente o casaco.

Moral da história: não adianta querer solucionar problemas com violência.

*A violência é sempre terrível, mesmo quando a causa é justa - Friedrich Schiller, filósofo alemão.*

Por acreditar na paz e na solidariedade, na época da infância dos meus filhos, ocupava o tempo santo do sábado em visitas missionárias, estudos bíblicos, e organizava chá de fraldas para gestantes necessitadas. Pois, bem-aventurado o que acolhe ao necessitado. O Senhor o livra no dia do mal. O Senhor o protege, preserva-lhe a vida e o faz feliz na terra - Salmos 41:11.

Dessa forma, eu me sentia feliz sendo útil ao próximo pelo que fazia na companhia das minhas crianças e acompanhada pelas amigas. Por esse tempo, fui votada pela igreja para exercer o cargo de diretora do Ministério da Mulher, um departamento que existe para encorajar e desafiar as mulheres a buscar satisfação nas áreas espiritual, emocional e social. Exerci o cargo por três anos consecutivos. Admito que ao ajudar outras mulheres me desenvolvi, aprendi, cresci, inclusive através do material fornecido pela igreja para a realização desses trabalhos, e das reuniões de treinamento ascendi.

Recordo-me que chegou o dia no qual havíamos preparado uma programação do Ministério da Mulher. Tudo parecia estar sob controle. Foi então que, faltando poucos minutos para começar, a palestrante convidada para anunciar a palavra ligou avisando que teria ocorrido um imprevisto e ela não poderia comparecer. Foi então que, como diretora do departamento, tive que assumir essa responsabilidade. Até aquele momento eu nunca tinha pregado no púlpito da igreja, só tinha participado da palavra em reuniões e em visitas missionárias feitas em lares. Nossa, que frio na barriga! Não teve outro jeito: o pastor não estava no momento, e todos os presentes esperavam por uma apresentação bonita, de acordo com o que foi anunciado.

Tomei coragem, procurei uma passagem bíblica referente ao tema do dia, li e explanei, fiz de maneira natural, mas disfarçando a timidez. No final, ao ficar na porta da igreja para despedir-me dos convidados, fui elogiada. Algumas pessoas me parabenizaram pela mensagem. Isso foi bom! A partir daí, tomei gosto para apresentar a palavra. Atualmente, faço pregações e palestras até em igrejas fora de São Paulo.

Mais tarde, para ajudar outros casais e também o meu esposo na esfera espiritual, tive a ideia de comprar livros direcionados a relacionamentos e convidei um casal diretor do Ministério Lar e Família, departamento da igreja que participo, de forma que o meu esposo pode participar, convidei outros casais para estarem conosco. Como era associada a esse departamento, falei com o casal diretor e colocamos o plano em prática. Um dia a cada semana nos reuníamos para fazer a leitura de um tema do livro. Estudávamos e refletíamos sobre relacionamentos. Uma bênção para nós e para os casais que participaram conosco, aqueles que como nós entendem que família é um presente sagrado e que precisamos zelar.

Posteriormente, recebi mensagens de algumas amigas agradecendo pelos conselhos aprendidos na classe de reuniões. Sinto-me feliz em ter podido ajudá-las.

*Devemos aprender durante toda a vida, sem imaginar que a sabedoria vem com a velhice - Platão.*

*Arrume a casa todos os dias, mas arrume de um jeito que lhe sobre tempo para viver nela - Carlos Drummond de Andrade.*

Sempre considerei minha casa, minha empresa. Como dona de casa, constantemente portei-me como uma administradora do lar e não como escrava e faço um alerta as minhas colegas donas de casas: sejam rainhas e não súditas dos seus lares! Cuidado: palácio que não tem súdito sobra para rainha se esta não souber se colocar. Não sejam escravas dos serviços domésticos. Lembrem-se: mulher não nasceu só para servir! Concordo que é bom ficar em casa com as nossas coisas, está tudo bem gostar disso, só não podemos esquecer que todas as mulheres precisam ter vida própria, apostar em hobbies, sair com as amigas. Seja uma boa administradora dos afazeres domésticos para que lhe sobre tempo para o lazer.

Sem querer ofender outras opiniões, vejo vantagens em ser dona de casa desde que encontre um bom esposo! Afinal, somos patroas, não precisamos discutir com o companheiro para dividir despesas, não precisamos acordar cedo para enfrentar o trânsito e o transporte público em horário de pico. Quem mora em grandes cidades sabe o que estou dizendo. Não precisamos carregar marmita, não precisamos entregar nossos filhos aos cuidados de outros, podemos ir ao shopping em qualquer dia da semana, temos convênio médico, temos conta conjunta, e somos boas gestoras do salário do nosso marido, pois uma esposa inteligente com jeitinho consegue tudo o que quer do esposo. E para ficar ainda melhor já existe a aposentadoria para dona de casa.

Quanto à rotina? A vida é, de alguma forma, rotina para todos, então faça dessa rotina uma aliada sua, e não uma inimiga. Sejam positivas e levem a vida numa boa!

Muitas mulheres irão discordar de mim. Sem problema! Sou dona de casa por opção e sinto-me realizada nesse ofício!

Claro que a mulher que escolhe ser dona de casa também precisa cuidar da aparência. Desleixo não é bom em nenhuma hipótese. A vaidade é benéfica. Ao contrário do que muitas pessoas pensam, não é porque o que vale é o interior que não precisamos nos preocupar com o exterior. Uma pessoa bem apresentável desperta curiosidade para sua mensagem. Impressionante como a aparência por si mesmo fala.

Além disso, é importante cuidar do intelecto para manter-se informada à altura de qualquer diálogo.

Lamento dizer que, certa vez, em uma reunião entre amigos, uma das mulheres presentes fez um comentário. Na sequência, seu esposo disse: querida, prefiro você de boca fechada. Provavelmente tenha sido uma brincadeira, mas que brincadeira de mau gosto! Porém, fiquei refletindo: talvez se ela fosse mais instruída ele não teria brecha para tal comentário; ou ela saberia se impor diante daquela atitude desonrosa. Mulheres, saibam que não somos bonitas somente pela moldura do nosso corpo, mas sim, pela beleza do conhecimento que adquirimos através da leitura, da busca pela

informação, a grandeza do aprendizado é que ninguém poderá roubá-lo de nós!

Da mesma forma, precisamos cuidar da saúde indo ao médico regularmente, fazendo exames rotineiramente para prevenção de doenças, indo ao dentista para ter a saúde bucal saudável. Então, amigas, cuidem dos detalhes bebendo água o suficiente para o bom funcionamento do organismo, preparem refeições saudáveis para você e a sua família. Façam exercícios, e coloquem um sorriso no rosto. Pessoas generosas consigo mesmas são felizes. Dessa maneira, arrisco dizer que feliz é o homem que encontra uma mulher companheira, amiga e amante. Tudo na mesma mulher! E para os homens que estão lendo, recito um provérbio hebraico que diz:

Cuida-te quando fazes chorar uma mulher, pois Deus conta as suas lágrimas.

A mulher foi feita da costela do homem, não dos pés para ser pisada, nem da cabeça para ser superior, mas sim do lado para ser igual.

Debaixo do braço para ser protegida e ao lado do coração para ser amada.

## **RELAÇÃO NORA/SOGRA**

Nesse quesito, tenho boas experiências, pois há 30 anos sou nora, e há quatro sou sogra.

Por que falo nora e sogra? Porque geralmente os sogros costumam não se envolver com os problemas dos filhos.

Atentamos para a passagem bíblica:

Não me instes para que te deixe e me obrigue a não te seguir, porque, aonde quer que fores irei eu e, aonde quer que pousares ali pousarei eu; o teu povo é o meu povo, o teu Deus é o meu Deus. Onde quer que morreres, morrerei eu e aí serei sepultada... - Rute 1:16.

Esta foi a declaração de Rute a sua sogra Noemi. Ela estabeleceu um vínculo com a sua sogra, mesmo depois que o seu esposo tinha morrido, e não quis voltar aos seus familiares; preferiu ficar ao lado da sogra. Incrível, não é? Assim conquistou uma excelente reputação por cuidar bem de sua sogra, ela a respeitava e a amava.

No ano de 1991, com dois anos de casados, eu e Cícero fomos ao Nordeste pela primeira vez, juntos, conhecer nossos familiares. E principalmente a minha sogra, uma vez que a minha mãe já tinha vindo a São Paulo conhecer o genro. Fiquei um pouco apreensiva quanto à recepção, mas a primeira impressão foi boa. Lembro-me que a minha sogra disse: eu ganhei uma filha! Essa declaração me deixou feliz. Eu também a considero como minha segunda mãe, fui bem aceita na família e hoje gozamos de perfeita harmonia familiar.

Vamos entender que a sogra precisa fazer a sua parte, relação sogra e nora nem sempre é negativa! Às vezes é tensa porque são pessoas de famílias diferentes, culturas diferentes, exige uma dose de maturidade muito grande. Tem muita sogra boa como tem noras boas. A nora nunca pode perder de vista que a sogra é uma pessoa de destaque; é a mãe do seu esposo e avó dos seus filhos. É inadequado não querer incluir a sogra no convívio familiar. Noras que têm ciúmes das sogras são inseguras, precisam entender que a esposa é prioridade do marido, mas não é única. Da mesma forma, a sogra deve amar sua nora, ou no mínimo respeitar a escolha do seu filho.

Sogra, não queira concorrer com a sua nora pela atenção do seu filho. Entenda que ela ocupa agora o primeiro lugar no coração dele. Desenvolva sua própria vida, sem se tornar um fardo para os seus filhos. Procure fortalecer suas amizades e fazer passeios que não dependam deles.

Brigas entre sogra e nora: quando há a intenção de irritar a outra, gera insegurança generalizada, guerra entre sogra e nora é guerra fria; indiretas, piadinhas...

Uma sogra problemática pode acabar um casamento quando o vínculo dessa mãe é patológico. Isso acontece, infelizmente!

Quero relatar algo interessante. Entre as preparações para o casamento do Isaque, meu primogênito, conforme normas religiosas, eu e Cícero necessitamos de participar de um curso direcionado a sogros e sogras. Achei elogável; inclusive recebemos um manual com o objetivo de ajudar a entender nosso papel e tudo mais. Segundo esse manual, um dos motivos de contendas entre marido e mulher, geralmente nos primeiros anos de casamento, são as intromissões da família dos cônjuges. Ainda que exista a boa vontade de ajudar, os sogros acabam atrapalhando.

A decisão de tornar-se uma nova família é um processo que requer tempo. O marido e a esposa levam para o casamento os vínculos culturais de sua família de origem. São costumes, gostos e maneiras de viver que necessitam ser realinhados no novo ambiente familiar. Isso só acontecerá durante a convivência. Ambos terão que aprender a se adaptar um ao outro. Quanto mais tempo o marido ou a esposa ficarem ligados à família de origem, mais tempo levarão para formarem as características peculiares de sua nova família - (Manual para sogros/sogras, p. 5).

“Aos pais cabe ajudar seus filhos, permitindo que sejam eles mesmos. É necessário que cresçam e amadureçam, que se afastem dos pais. Por isso, cortem o cordão umbilical, deixando que vivam a vida que escolheram” - (Manual para sogros/sogras, p. 6).

Segundo o manual, algumas sogras enxergam a nora como uma rival. Por mais que a nora cuide de seu filho, a sogra sempre acha que faria melhor. Entretanto, achei hilário se não fosse trágico descobrir algumas características de sogras que não devo ser:

- Sogra negativa, se acha melhor do que a nora. Sabe tudo sobre o filho, sobre arrumação da casa e sobre como educar os netos. Só vê defeitos na nora.
- Sogra folgada, chega na casa do filho e age como se estivesse na própria casa. Toma conta da cozinha e quer cuidar da casa como se fosse sua.
- Sogra invasiva, quando está na casa da nora, abre os armários e não perde tempo em dar sugestões sobre produtos, marcas, o que a nora deve ou não fazer. Inclusive quer

saber sobre a vida particular do casal. Faz isso com a maior cara de pau.

- Sogra vaidosa, está sempre arrumadíssima e perfumada. Disputa espaço com a nora. Frequentemente faz comentários sobre o cabelo ressecado, a pele oleosa, as rugas ou as roupas da nora. Faz isso na frente dela e em sua ausência.
- Sogra vítima, vive doente e solitária. Exige atenção, faz chantagem emocional. Vive achando que a nora lhe roubou o filho.
- Sogra venenosa, envenena o filho contra a nora e em outras situações a nora contra o filho. Vive fazendo intrigas.
- Sogra traiçoeira, fala pelas costas. Tem prazer em denegrir a imagem da nora para familiares ou amigos. Na frente é uma coisa, por trás é outra bem diferente! Esses tipos de sogras têm alguns elementos em comum. São dominadoras, controladoras e manipuladoras. Faltam-lhes noções de respeito a individualidade dos outros. São carentes. Não vivem bem consigo mesmas e acabam interferindo na vida de seus filhos casados. Mas como nem tudo está perdido, fiquei contente em conhecer características positivas de alguns tipos de sogras que, por sinal, eu me identifico:
  - Sogra resolvida, está em plena atividade profissional. Não deixou de se movimentar, mesmo que seja só em casa. É antenada, plugada, tem amigos e um hobby para ocupar seu tempo.
  - Sogra divertida, está sempre bem-humorada, de bem com a vida. É uma avó querida pelos netos. Não se envolve com questões que dizem respeito ao casal.
  - Sogra discreta, é recolhida. Não se envolve, mas está sempre pronta a atender quando solicitada. Entra em contato demonstrando interesse pelo bem-estar do casal, sem invadir a privacidade deles.

- Sogra disponível, está sempre disposta a ajudar quando lhe solicitam ajuda. Cuida dos netos. Serve a nora com alegria, sem esperar retribuição.
- Sogra amiga, recebe a nora como uma filha. São confi- dentes. Trocam experiências. Não fazem fofoca a respeito do marido. São, de fato, amigas - (Manual dos sogros/ sogras, págs. 27, 28, 29).

Estes cinco últimos tipos de sogras abençoam a vida dos filhos.

Sem deixar de considerar que tem mães que colocam os filhos(as) num lugar afetivo, porque não tem afeto do marido, ou é uma sogra viúva, separada, que não tem outra atividade na vida. Muitas vezes essas mães nem se dão conta do intrometimento que fazem.

No casamento de todo homem, há duas mulheres: a mãe e a esposa. Temos que reconhecer que uma das relações mais fortes que um homem experimenta é com sua mãe. Ela foi a primeira que o amou, alimentou-o, confortou-o, a sua influência moldou o seu caráter, refletir-se nas suas decisões até a idade adulta e serviu de referência para a sua relação com o sexo feminino. Não é de estranhar que um vínculo tão forte exerça influência em seu casamento, podendo trazer divergências entre mãe e esposa. Seguindo essas dicas, certamente será possível criar um núcleo familiar saudável e equilibrado que será transmitido às próximas gerações - (Palavras do coração - p. 85).

## **DA COZINHA PARA A UNIVERSIDADE!**

Lembram que o meu último emprego foi no restaurante da empresa Superbom, em 1988? Então, quando percebi que chegara o tempo de colocar o meu sonho de escrever um livro em prática quis começar enriquecendo o conhecimento. Busquei, no ensino superior, o curso de psicologia, ciência que estuda o comportamento humano. Pretendia escolher a temática do livro “Famílias”. Inscrevi-me na prova do Exame Nacional do Ensino Médio – ENEM. Nessa

época, comentei com algumas pessoas sobre o desejo de voltar a estudar. Fui desmotivada, mas não dei ouvidos às vozes contrárias. Fiz o exame. Através dele, consegui descontos e ingressei em uma das melhores universidades de São Paulo que fica no bairro da Liberdade, centro de São Paulo.

Meu primeiro dia de aula foi 23 de fevereiro de 2017. Acordei cedo, às 4h50, por morar num bairro distante do centro. Saí de casa às 6h, toda contente, pensando que chegaria a tempo para o início da aula, às 8h. Mesmo morando há muito tempo em São Paulo, nunca tinha usado o trem em horário de pico. Gente, que pesadelo! É um sufoco, principalmente na Zona Leste. Pensem em embarcar no trem do Itaim Paulista, nesse horário! Nessa situação, chegava trem, saía trem e eu não conseguia entrar, pois o trem já vinha lotado das estações anteriores.

Até que certa ocasião tomei coragem e pensei, *agora ou nunca!* Nesse momento, fui arremessada para dentro do trem que acabara de chegar. O pessoal me empurrou com tanta força que uma banana que levava na bolsa virou uma bananada! Uma pasta de banana – (risos). Dentro do trem, não tínhamos espaço nem para respirar. Ficamos inerte, sem contar que tem cada figura nesses transportes...

Quero salientar que a pior parte de tudo são os encoxadores. As mulheres precisam fazer malabarismo com o corpo para se livrar deles. Homens que atacam sexualmente mulheres em transportes públicos. Deixo aqui meu protesto em nome das mulheres que necessitam desses transportes.

Lembro-me, também, de um moço que estava muito junto a mim, ouvindo músicas em seu fone de ouvido e acompanhando as músicas em voz alta. Para piorar a situação, ele tinha uma halitose brava – (risos). Outro moço apoiou o braço na parte superior da parede do trem, acima da minha cabeça. Em certo momento, acho que o braço cansou e despencou. TOK! Levei uma pancada na cabeça! A sorte é que comecei a prestar atenção na conversa de um moço homossexual que falava alto, fazendo questão que todos os presentes ouvissem suas engraçadas histórias. Passei a rir em pensamento e aquilo aliviou o estresse.

No final desse embarque, tomei mais dois embarques de trens do metrô e, enfim, cheguei na faculdade. Não conhecia as dependências do local, só sabia que ia estudar no 4º andar e sala tal. Não percebi que existiam dois elevadores. Aí, fiquei na fila do primeiro, mas a minha sala era no segundo. Subi até o 4º andar e fiquei procurando a sala. Não a encontrava. Até que descia até o térreo e fui procurar o segundo elevador. Em frente a uma fila, perguntei: alguém sabe onde fica a sala de Psicologia? Um senhor disse: deve ser no outro bloco.

Então, percebi que mais à frente havia o outro bloco. Encontrei o segundo elevador. Como estava sem óculos, apertei o botão errado e o elevador me deixou no porão do prédio. E agora? Olhei para frente e só vi um moço lavando o piso. Não conseguia ver a recepção nem movimentos de gente. Aquele plano de chegar cedo em sala de aula teria ido por água abaixo. Encontrava-me perdida dentro do prédio. Perdi tempo, nessa procura, até que cheguei na sala desejada. Ufa! (risos) Tudo novo, para mim.

Na saída, após a aula, perguntei a uma jovem: você vai até o metrô? Ela respondeu: - Não. Vou primeiro passar na sala de EAD. Aí, fiquei pensando: será que também preciso ir nessa sala? Não sabia o que significava a sigla de Ensino a Distância - (risos).

O primeiro semestre foi um tanto engraçado até me adaptar àquela nova linguagem. Quando as colegas me perguntavam: você olhou tal coisa da sua grade? Ficava pensativa, pois a única grade que conhecia era a de proteção da janela de casa – CAA?! Centro de Apoio ao Aluno - Blackboard, para mim, era coisa do outro mundo, que significa quadro-negro. AS? O único AS que conhecia era o AS infantil, um remédio para febre de crianças. Mas nesse caso AS seriam as Atividades Sistematizadas – (risos) Brincadeiras à parte, foquei nos estudos e já se foram dois anos concluídos com ótima aprovação nas disciplinas. Isso prova que quando queremos, tudo é possível! Nunca desista dos seus sonhos.

## **MULHERES PARA AS QUAIS TIRO O CHAPÉU!**

Nesse momento, quero reverenciar a memória de mulheres incríveis que, do meu ponto de vista, jamais poderão ser esquecidas, a começar pela minha mãe:

1- Maria Joana: mulher íntegra, batalhadora, criou com maestria seis filhos sozinha numa região do Nordeste onde tudo é bem difícil!! Ah, mãe! Em uma ocasião, falei que devo tudo o que sou a ela. Hoje, quero que todos saibam que a senhora partiu, mas nos deixou um testamento repleto de riquezas: suas palavras, seus ensinamentos e lições, seu exemplo de vida. Pessoa como a senhora não tem peça de reposição, é insubstituível! Sou grata a Deus pelo privilégio de ser sua filha. Descanse em paz, nossa heroína. Saudades eterna! Guardarei com muito carinho o desenho que a senhora fez para mim!

2- Madre Teresa de Calcutá: exemplo de solidariedade e compaixão aos necessitados!

3- Princesa de Gales Lady Diana: pela ousadia e bravura. Quantas vezes ela quebrou protocolos para atender algo que a interessava. Sou do ponto de vista que as mulheres devem ser ousadas, no bom sentido da palavra.

4- Cora Coralina: pela arte da poesia, um belo dom! As suas poesias me apeguei em momentos difíceis. E nesse instante não poderei deixar de citar uma: Se a gente cresce com os golpes duros da vida, também podemos crescer com os toques suaves na alma.

5- Hebe Camargo: uma apresentadora de televisão, humorista e atriz brasileira dona de um largo sorriso e com enorme alegria de viver!

Minha admiração a duas mulheres que, ao meu ver, representam tão bem a Mulher do século XXI. Refiro-me a ex-presidente do Brasil.

6- Dilma Rousseff: primeira mulher a presidir um país numa sociedade machista. Nesse instante, abro um parêntese para esclarecer que respeito quem tenha opiniões contrárias, que prevaleça a liberdade de expressão.

Afinal, para que se preserve a amizade precisamos respeitar a posição do outro. (quando cito a senhora Dilma Rousseff não estou fazendo alusão a partidos políticos, nem a forma de governo por ela desempenhada). Eu a admiro como mulher corajosa e determinada.

7- Malala Yousafzai: a paquistanesa que ganhou notoriedade após ser baleada na cabeça ao sair da escola. Seu crime foi lutar pela educação das meninas e adolescentes no Paquistão – um país dominado pelos talibãs, que são contrários à educação das mulheres. Moça destemida e perseverante. Penso que as mulheres, em geral, serão bem-sucedidas quando valorizarem o crescimento intelectual. Pois, os homens já sabem: há séculos que as mulheres são inteligentes. Nós, mulheres, é que precisamos acreditar nisso.



*Desenho de mãe para filha*



*Maria Joana*



*Cida, Maria Quiteria e Cicero*



*Palestra em Alagoas*

---

## CAPÍTULO NOVE

### QUEM AMA, VAI BEM NA CAMA

#### Romantismo

O livro Cântico dos Cânticos, conhecido também como Cantares, ou Cânticos de Salomão é um livro poético da Bíblia que, por sinal, gosto muito das suas declarações. Ilustra o romance entre Salomão e sua esposa. Vejam algumas citações:

Esposo: “Qual o lírio entre os espinhos,

Tal é a minha querida entre as donzelas” - Cântico – cap. 2: v. 2

Esposa: “Beija-me com os beijos da tua boca;

Porque melhor é o teu amor

Do que o vinho” - cap. 1:2

Esposo: “Arrebataste-me o coração

Com um só dos teus olhares,

Com uma só pérola do teu colar” - cap. 4:9

Esposa: “Já despi a minha túnica,

Hei de vesti-la outra vez?” - Cap. 5:3

Esposo: Quem é esta que aparece

Como a alva do dia,

Formosa como a lua, pura como o sol,

Formidável como um exército

Com bandeira?” - Cap. 6:10

Esposa: “O meu amado pôs a sua mão pela fresta da porta, e as minhas entranhas estremeceram por amor dele” - cap. 5:4

Uau, arrepiantes declarações de amor. Assim a vida sexual pode ser incrementada com romantismo, uma vez que não é a convivência que acaba com prazer, mas a falta de criatividade.

Como havia comentado antes, no início do nosso relacionamento esperava romantismo da parte do meu esposo, mas ele nem sabia o que era isso. Demorei muito para entender que aquela declaração de amor perfeita ia demorar para acontecer, o que não significava que ele não me amava e não expressasse de outras maneiras. Às vezes, não é necessário ouvir um *eu te amo*. Um buquê de flores dá para compreender que a pessoa te ama. Em muitos casos, a forma da pessoa demonstrar o seu amor está em diferentes atitudes.

Ah! Falando-se sobre atitudes, meu esposo é esforçado. Com o passar do tempo, aprendi que quando Cícero, além de trabalhar muito no emprego nunca deixou de se preocupar com a minha saúde, sempre priorizou meu bem-estar. Às vezes, no domingo, quando acordo, o café está pronto, o lixo está recolhido e posto para fora. Quando não temos uma pessoa para me auxiliar nas tarefas domésticas, ele compartilha comigo os afazeres, na medida do possível; inclusive aqueles que não gosto de executar, tendo como exemplo: lavar o quintal, lavar o filtro de água, limpar a gordura do forno do fogão, ir à feira, ao açougue, à padaria. Percebo que dessa maneira ele demonstra seu amor por mim. Atualmente passei a valorizar mais essas atitudes do que o romantismo propriamente dito. No entanto, o essencial é simples e depende de cada casal. O importante é que cada cônjuge se esforce para que a vida a dois seja emocionante e cheia de amor. Se o casal optar pelo romantismo, desenvolvam-no, pois o romance transforma a poeira diária da vida em calmaria. Momentos românticos nunca são demais. Qualquer que seja a surpresa, inclua muito amor. Um cônjuge carinhoso faz com que seu companheiro se sinta seguro. Já que romantismo é para fazer o parceiro feliz, o mais importante é focarem um no outro. Desliguem-se dos problemas diários e lembrem-se dos motivos que os levam a ficar juntos.

Enfatizo, também, que a intimidade do casal é muito mais do que um momento. Ela começa nos pequenos gestos de afeição e cuidados do dia a dia. Essas pequenas coisas fazem a intimidade fluir de forma natural. Amar é se apaixonar pela mesma pessoa todos os dias. O amor não se reduz ao físico, ao romântico; o amor verdadeiro é a aceitação de tudo o que o outro é. De tudo o que o outro foi. De tudo o que o outro será. Muitas pessoas falham no casamento porque não amam a si mesmas, e assim não tem nada a dar no relacionamento.

Nem se precisa de mulheres maravilhas e homens super-heróis. Sabe aquele gás? Aquela química? Não pode acabar. É um dos itens que faz o relacionamento ser duradouro. O sexo faz parte da vida saudável do ser humano; é imprescindível, desde que haja concordância. Entendo que precisamos manter a atração física um pelo outro. Sei que para isso são necessários alguns cuidados, como por exemplo: preservar a privacidade individual. É sempre bom manter um pouco da expectativa em segredo, numa relação. Os homens gostam disso e as mulheres também. É importante cuidar da saúde, higiene pessoal e bucal.

Aproveito o momento para registrar algo que muito me impressionou em uma reunião direcionada para reavivamento de laços matrimoniais em que dois dirigentes conduziram uma dinâmica. Colocaram em salas separadas homens e mulheres. Cada dirigente cuidou de uma sala com palavras motivacionais, brincadeiras e pausa para ouvir das pessoas sobre o que mais as incomodava no relacionamento. No final da dinâmica os dirigentes juntaram os casais e, de modo geral e útil, sem citar nomes ou algo que pudesse ser constrangedor, informaram aos casais as queixas apresentadas. O que me surpreendeu foi que entre as reclamações sobressaiu o problema do mau hálito. Em geral, a pessoa que tem mau hálito não se dá conta do problema. Quem convive com ela evita abordar o assunto para não criar constrangimentos o que, de fato, só complica a situação. Na minha opinião, esse assunto deveria ser discutido entre o casal de maneira natural para que encontrem uma solução. Ninguém merece permanecer nessa circunstância. E ainda arrisco dizer que isso dá divórcio!

*Gente rima com pente. Sexo rima com anexo. Pra fazer gente precisa fazer o sexo. Pra fazer sexo a coisa tem que tá quente. Fonte: [www.citador.pt/rimas/sexo](http://www.citador.pt/rimas/sexo).*

A satisfação sexual sadia é o resultado da harmonia sobre-rana em outras áreas do casamento. Quando escuto de algumas mulheres casadas que não fazem questão pelo sexo fico preocupada. Além disso, já ouvi mulher dizer: vou me casar só para ter um companheiro. Posteriormente, este casamento não deu certo. Não que o companheirismo não seja importante, nem que o sexo seja tudo num relacionamento, não é isso que quero dizer, mas companheirismo não pode ser o único critério para se escolher entrar num relacionamento. É preciso levar em conta a opinião do outro, pois, para muitos, a relação sexual é primordial no casamento, sem esquecer que o ato sexual diz o quanto os cônjuges estão próximos uns dos outros. Como diz a música *Insegurança*, do Grupo Pixote: *Porque tudo que um homem precisa eu tenho em casa...*

Bom será que tudo que um cônjuge precisa encontre em sua casa.

O sexo não só fala, como também cura muitos males no relacionamento. É cientificamente provado que a atividade sexual age como uma limpeza, uma desintoxicação mental e física no casal. Por isso, quanto menos vocês o fazem, mais distantes se sentem, e mais oportunidades dão para que haja problemas entre vocês. Em um casamento sem sexo, qualquer probleminha se multiplica por mil.

Por outro lado, é raro um casal ter uma manhã conturbada depois de uma ótima noite na cama... Coisas pequenas são relevadas, pois os dois têm crédito suficiente nas contas emocionais – onde o sexo é a moeda mais forte - (Casamento blindado - p. 209), uma vez que a relação sexual traz benefícios à saúde.

O meu desejo é que todos tenham saúde – (risos). Destacando que, segundo a ONU - Organização das Nações Unidas - para se ter

uma vida saudável é preciso equilíbrio em quatro pontos: família, lazer, trabalho e sexo.

Pessoas com problemas na libido, ou seja, desejo sexual, precisam da ajuda de especialistas para descobrirem o que está faltando. Às vezes, o problema está no violino; às vezes, está em quem o toca.

Já ouvi de mulheres que após o nascimento do filho esfriaram sexualmente. Porém, um parto saudável não deixa sequela. É verdade que os filhos reduzem o tempo a sós do casal, modificando a rotina sexual. Entretanto, o casal precisa se organizar e formar uma nova rotina.

“Marido e mulher deveriam fazer o propósito de serem amantes imaginativos, criativos e solícitos. Deus planejou que o sexo – não distorcido pelo egoísmo – fosse algo excitante, prazeroso e que satisfaça. O bom sexo, então, vem como resultado final de um relacionamento satisfatório. Se você tem problemas sexuais, não busque as repostas na vida sexual em si mesma, mas na qualidade de seu relacionamento como um todo”. (Felizes no amor - p. 112).

## **OS CÔNJUGES E A INTERNET**

Sou suspeita para falar desse assunto. Sou adepta à tecnologia, porém vejo alguns comportamentos nocivos ao bem-estar do casal e da família.

Por esses dias, tenho visto noticiários em que alguns cônjuges dispensam relação sexual para ficarem ao celular. Tal comportamento é muito arriscado e essas atitudes prejudicam demais o contato físico, a comunicação e o bem-estar, de maneira geral. Não podemos permitir que o mundo virtual ocupe o lugar do mundo real, distanciando-nos de Deus e das pessoas que estão ao nosso lado. Como disse um grande gênio:

*Eu temo o dia em que a tecnologia ultrapasse nossa interação humana, e o mundo terá uma geração de idiotas - Albert Einstein.*

Que a internet veio para ficar e que trouxe benefícios, disso sabemos. Hoje, graças as tecnologias, é possível realizar tarefas que há poucos anos eram impensáveis, senão impossíveis. Que a internet veio para facilitar nossas vidas em todos os aspectos, não tenho dúvida. Mas se por um lado a tecnologia traz benefícios, por outro ela pode provocar sérios riscos quando não a usamos de maneira equilibrada. Não sejamos servos daquilo que nos serve! Nem cativos da informação. Será bom usarmos as tecnologias com sabedoria.

Quero mencionar algumas reportagens que me chamou a atenção:

- Pesquisa americana diz: Mulheres casadas dispensam uma relação sexual para ficar no celular... Programa “Hoje em Dia” - 06-08-2015 - TV Record.

- Em uma entrevista, uma profissional do sexo que se intitula “Dama de companhia” disse a entrevistadora: “Saio, na maioria dos casos, com homens casados, idade entre 30 e 55 anos”. O que eles falam para justificar a atitude é: falta de atenção, afeto, compaheirismo no casamento. “Muitos deles só querem companhia” - Programa Mulheres - Cátia Fonseca - TV Gazeta.

E o que dizer dessa postagem que li em rede social, perfil de um adolescente?

“Eu perdi a minha mãe para o Facebook, WhatsApp e Instagram. Desde essa ilusão o meu coração palpita a parte poupan-do-me de um pouco de sonhos, depois desse desengano. Mulher parada me substituiu por um celular”.

Não é de ignorar que hoje as crianças disputam a atenção dos pais com o celular. Circunstâncias para analisarmos, diante dessas e outras situações, chego a concluir que muitos dos conflitos familiares são gerados por falta de empenho e boa vontade dos

membros da família em colaborar para o bom funcionamento das relações pessoais. Falta afeto, falta atenção.

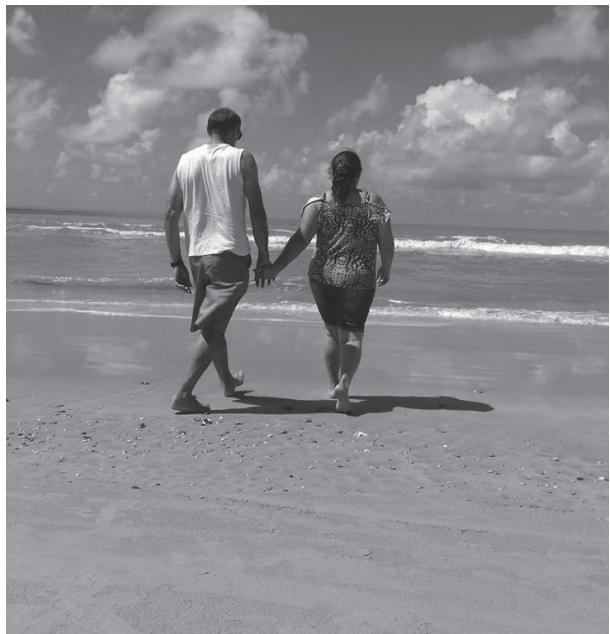
Finalizo com uma frase da música *Nosso Estranho Amor* - Caetano Veloso

*Nós dois fomos feitos muito pra nós dois.*

Que estas palavras se tornem real em nossos relacionamentos.



*Cida e Cicero*



*Cida e Cicero 2*



*Cida e Cicero 3*

---

## **CAPÍTULO DEZ**

---

### **SOLTEIROS**

É melhor estar acompanhado!

Atenção, solteiros! Atentem para as palavras do rei Salomão, um dos homens mais sábios dos tempos bíblicos:

É melhor ter companhia do que estar sozinho, e, se dois dormirem juntos, vão manter-se aquecidos. Um cordão de três dobras não se rompe com facilidade - Eclesiastes. 4:9-12.

Outro parecer conforme Sócrates: “Meu conselho é que se case.

Se você arrumar uma boa esposa, será feliz; se arrumar Uma esposa ruim, se tornará um filósofo”.

E segundo o apóstolo Paulo, um dos maiores pregadores bíblicos: Mas, se não podem conter-se, casem-se. Porque é melhor casar do que abrasar-se. 1Coríntios 7:9.

Como a própria palavra diz, que é melhor estarmos casados que abrasados, concordo plenamente e ainda penso que a felicidade do solteiro tem prazo de validade. Não fomos criados para viver sozinhos. As aventuras só são bem-sucedidas enquanto somos jovens.

### **SOLIDÃO**

No sítio Bom Sucesso, Estado da Paraíba, morava meu tio Francisco, irmão caçula da minha mãe. Nessa época, conversávamos por cartas. Aqui faço questão de apresentar à nova geração virtual como eram os meios de comunicações: cartas, Sedex e telegramas – (risos).

O tio, além de trabalhar na agricultura, dedicou-se aos cuidados dos seus pais, os meus avós. Em sua juventude, por motivos que desconheço, ele não contraiu matrimônio. No decorrer do tempo meu avô faleceu. Então, o tio Francisco intensificou os cuidados com a minha avó que, por sinal, teve uma longevidade, ou seja, viveu muito. Faleceu em 2008 com idade de 107 anos. Depois disso, meu tio ficou praticamente sozinho. Pelo que tudo indica, sua vida ficou vazia, sem graça. Foi então que ele decidiu querer casar-se. Afirmo isso porque, nessa época, em uma das conversas, ele me dizia que queria encontrar uma pessoa que desse certo para casarem. Até me perguntou se eu conhecia uma mulher que topasse casar com alguém que morava distante, ele me propôs enviar uma foto. Quem sabe por minha influência ele conheceria alguém e resultava em casamento. Ainda tentei fazer isso, mas não deu certo.

O tempo passou e ficamos um período sem contato. Para minha triste surpresa, dia 25 de agosto de 2016, às 13h, recebi a dolorosa notícia: encontraram o tio Francisco enforcado dentro de sua casa. Ele não tinha problemas mentais. Por sinal, cuidava muito bem dos seus afazeres e cuidou dos meus avós até o fim da existência deles. Acredito que a solidão o levou a tomar essa trágica atitude. Penso que se ele tivesse formado uma família poderia ter evitado esse fim. Alguém pode dizer: mas quem tem família também se suicida. Claro que sim, sei disso! Porém, cada caso é um caso.

Pelo que conhecia o meu tio, ele não gostava de ficar sozinho. Em algumas vezes em que fui a Paraíba visitá-los, pude presenciar que ele convidava os vizinhos e organizava uma cantoria à noite, em sua casa, com o seu violão. Tocava músicas para se divertir junto daquelas pessoas. E uma das músicas tocadas por ele era *eu quero apenas*, do rei Roberto Carlos. Aprendi a gostar dessa música por conta dele. Acho lindo o refrão, que diz: *Eu quero ter um milhão de amigos e bem mais forte poder cantar*. Por ironia do destino, aquele que gostava de ter um milhão de amigos morreu de solidão! Ele valorizava a amizade, mas um dia sentiu-se tão só que deu cabo a sua vida.

Tio Francisco, saudade eterna.

Por essas e outras experiências, aconselho que as pessoas não fiquem sozinhas, que ninguém se isole em seu mundo. Procurem desenvolver uma vida social ativa, que seja através de relacionamentos amorosos, ou de outras maneiras façam amizades, compartilhem suas angústias com aqueles de sua confiança; não deixem o desespero dominar vocês. Acredite! Você chegou até aqui não foi por acaso. “A vida é bela, e a morte é certa. Aproveitem o intervalo”.

Lembro-me de uma reportagem do Jornal Hoje, na TV Globo, em 28-10-2015. Achei interessante:

Foi encontrada uma mulher afgã refugiada num lugar onde a família a conduziu. Ela tinha 105 anos de idade e disse: tenho esperança de viver uma vida melhor. Impressionante a vontade de viver desta senhora! Enquanto vemos pessoas jovens, sem esperança, sem motivação, atentando contra a própria vida.

A morte não é a maior perda da vida. A maior perda da vida é o que morre dentro de nós enquanto vivemos - Picasso.

*Por mais difícil que sua vida esteja, procure uma luz, e um dia, quando olhares para trás, verás que os dias mais belos foram aqueles em que lutastes -  
Sigmund Freud.*

Em se tratando de casamento, vejo umas frases na internet que acho legais, por exemplo:

- “A gente sonha sozinho para depois realizar com alguém”;
- “Não exija demais, pense nisso: enquanto você decide se gosta ou não... outra pessoa vai aparecer e dar valor ao que você não enxergou!”;
- “Entenda os sinais: enquanto você fica aí dando 50 chances pra mesma pessoa, tem alguém esperando só a primeira chance pra te fazer feliz”;

- “Não sofra por quem não soube te valorizar. No futuro, ao olhar para trás, virá o arrependimento pelo tempo desperdiçado”;

*“Plantou amor e não floresceu?  
É porque a terra não era fértil.  
Não desperdice  
Mais sementes,  
Plante em novos campos” - Clarice Lispector.*

Quando estamos solteiros, sonhamos com a pessoa perfeita, mas o melhor é entendermos que não existe ninguém perfeito, homem e mulher foram feitos para que pudessem aperfeiçoar um ao outro.

Você está fugindo de algo que não quer? Ou de algo que tem medo de querer? Frase do filme *Encontro de Amor*.

Interessante: a investigação revela ainda que a melhor forma de saber se há mesmo um interesse entre duas pessoas é avaliar o quanto o casal se diverte durante a conversa. Isso porque tanto os homens como as mulheres costumam rir mais quando escondem um interesse um pelo outro. Se bem que precisamos ser cautelosos nessa busca, como diz o dito popular: solteiros, enquanto estiverem namorando, abram bem os olhos. E quando casarem, mantêm um olho aberto e outro fechado.

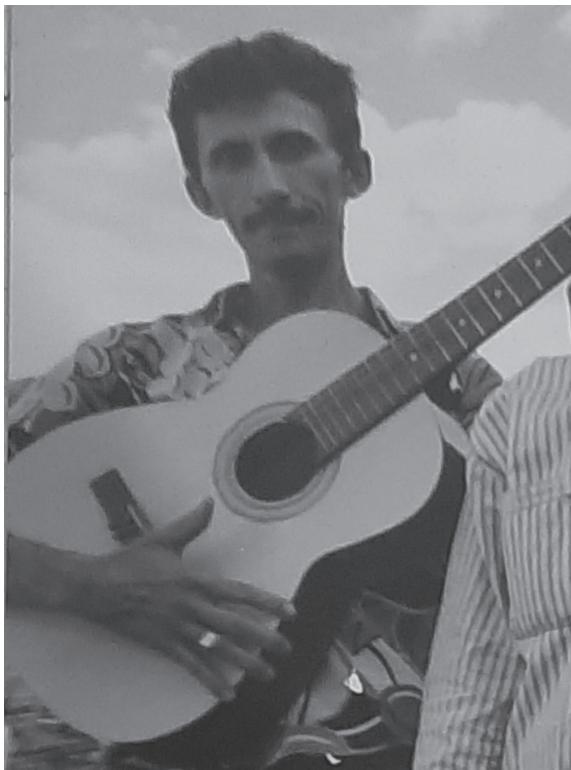
Olho aberto: quando escolhemos alguém para casar devemos observar as atitudes da pessoa, os hábitos, as coisas que ela diz e não somente a beleza. E quando casamos, o olho aberto é para poder ver o que está errado e corrigir; para elogiar e apoiar. Olho fechado: é para relevar o que a pessoa não pode mudar e aprender a ceder.

Aqui deixo uma oração para os solteiros: os meus olhos se elevam continuamente ao Senhor, pois Ele me tirará os pés do laço - Salmos 25:15. Peçam a Deus que os livrem do laço do passarinho, das armadilhas do mal e os conduzam ao laço de amor, e sejam felizes!

Os que pensam em se casar devem pensar no caráter e na influência do lar que vão estabelecer.

Devem ter grande cuidado na escolha do companheiro(a). É preciso cuidado para que isso que agora parece ouro puro não se revele metal sem valor. “Se homens e mulheres têm o hábito de orar duas vezes ao dia antes de pensar no casamento, devem fazê-lo quatro vezes quando pensam em dar esse passo” - (Mensagens aos jovens, p. 460).

“Os que se casam ingressam numa escola onde nunca, nesta vida, receberão diploma” - (Testemunhos Seletos - v. 3 p. 95). Casar não é viver felizes para sempre, isso é conto de fadas. Casar é saber como enfrentar a vida juntos. Finalizo com o seguinte pensamento: “Casamento perfeito é simplesmente duas pessoas imperfeitas que decidem caminhar juntas”.



*Tio Francisco*

Residente Francisco José do Nascimento  
Endereço Sítio Bom Sucesso A Guar  
58778-000 P.B

Meio de comunicação

---

## CAPÍTULO ONZE

### A DESPEDIDA

*A vida acontece num equilíbrio entre a alegria e a dor - Carl Jung.*

Amigos leitores, este capítulo foi o mais difícil de elaborar. Com certeza, o que não gostaria de escrever! Porém, acredito ser de igual modo importante. Qual família nunca passou ou está passando por período de luto? Geralmente quem passa pela mesma circunstância entenderá melhor o que vou escrever. Minha intenção é esclarecer como o enlutado sente-se e como fiz para suportar a dor.

Lembram daquela mulher incrível a quem devo a minha inspiração? Refiro-me a nossa mãe, que também fez papel de pai, e sempre foi nossa melhor amiga! A senhora Maria Joana da Conceição. Ela não terá a chance de ouvir a leitura deste livro enquanto eu o escrevia. Ela faleceu. Após anos recorrendo ao cigarro como alívio para suas angústias, ela contraiu enfisema pulmonar. Segundo exame de raio x, pulmões hiper insuflados. Uma doença caracterizada pela destruição progressiva dos alvéolos pulmonares, com formação de grandes bolhas de ar no lugar do tecido pulmonar normal. É como se a pessoa estivesse o tempo todo inserindo ar nos pulmões sem poder expirar, soltar o ar, por isso a doença caracteriza-se por severa dificuldade respiratória. No exame Prova de função pulmonar respiratória da nossa mãe, indicava Disfunção ventilatória obstrutiva severa. Ausência de resposta broncodilatadora.

Ou seja, na escala de 0 a 12 ela só conseguia soprar o aparelho até chegar ao número 2, infelizmente. E a principal causa do enfisema pulmonar é o tabagismo.

À medida que a doença avança, as dificuldades respiratórias aparecem ao menor esforço. Como por exemplo: andar pequeno percurso. Nossa mãe passou literalmente mais de cinco anos sentada. Não conseguia ficar em pé nem o tempo mínimo de um banho. Precisava tomar banho sentada e a própria pressão da água do chuveiro a sufocava. Precisava de alguém para ajudá-la a vestir-se. O simples movimento desse ato a cansava e o fato de mover-se para levar a colher até a boca para se alimentar a deixava cansada. Nesse caso, o doente tem sua rotina comprometida e só lhe resta aceitar sua sentença de morte. Nesse tempo, mãe fazia reflexões sobre como tinha sido sua vida, uma mulher ativa, independente. E à medida que a doença avançava, a impedia de fazer quase tudo! Chegando ao ponto de faltar-lhe o fôlego até para sugar o remédio indicado para o tratamento do pulmão. Posso lhes dizer que um enfisema é a doença mais grave do aparelho respiratório, até porque repercute ao coração. É uma enfermidade que não tem cura, só tratamentos paliativos. O doente sofre muito, e a família sofre junto. Como é triste ver alguém que amamos tentando respirar e não podermos fazer nada!

Aqui gostaria de deixar uma Nota ao Corpo técnico de enfermagem do hospital público Unidade Mista e Emergência U.M.E. Dr. Antenor Serpa, na cidade de Delmiro Gouveia - Alagoas, onde permaneci por 8 dias acompanhando a minha mãe idosa, internada em tratamentos paliativos. “Saibam que por mais que os acompanhantes dos idosos tenham boas intenções e afeto, não estão capacitados a cumprir responsabilidades que são obrigações de vocês. E o pior é nem poder questionar isso com vocês. Dessa forma, quem mais sofre é o ser humano que se encontra no seu momento final de vida fragilizado pela enfermidade. Um paciente não é só um paciente. Ele é o amor da vida de alguém. Por isso, peço a vocês mais amor, por favor. Só assim poderão amenizar a dor daqueles que desta unidade precisam”. Reflitam sobre a Lei: 10.741/2003, Estatuto do Idoso.

## ÚLTIMO TELEFONEMA - EU E MÃE

No dia 24 de março de 2018, enquanto minha mãe estava internada no tal hospital, ela pediu para falar comigo e logo a minha irmã Joana entrou em contato comigo e pediu que eu fizesse uma ligação, pois mãe queria falar comigo. Atendi prontamente. Após cumprimentos e saudações, mamãe disse: Cida, quando você vem aqui? Respondi: Em junho. Por razão de estar estudando e junho ser mês de férias. Ela pergunta: - É amanhã? Eu respondi com outra pergunta: a senhora quer que eu vá amanhã? - Ela respondeu: sim. Nesse momento, não pensei duas vezes, fui imediatamente! Chegando lá, no dia 28 de março, tivemos momentos de alegrias. Minha mãe até apresentou melhoras. Cheguei a pensar que ficaria por mais tempo conosco, o que não aconteceu.

No dia 07 de abril de 2018, minha mãe faleceu. Sofreu uma parada cardiorrespiratória. 14 dias após este telefonema e 8 dias nós juntas no hospital. Assim foi nossa última semana, tempo necessário para nos despedir. Parece que ela só estava esperando esse instante, uma vez que vivíamos numa sintonia. O Criador sabe de todas as coisas. A nossa mãe enfrentou a morte com fé, ficou com um semblante sereno, morreu em paz, mas deixou muitas saudades a mim e aos meus irmãos, familiares e amigos. Seguiu o caminho de todos os mortais. Nesse quesito, não há privilegiados nem exceções. O apóstolo Paulo afirma: contudo, já em nós mesmos, tivemos a sentença de morte para que não confiemos em nós mesmos, mas no Deus que ressuscita os mortos - 2Coríntios 1:9.

O seu velório foi bem organizado pela família e pela irmandade da igreja evangélica de onde a mãe era membro. Segundo seu desejo, o carro fúnebre tocou seu louvor preferido do local do velório até o cemitério, *A minha vida é do Mestre*, música do cantor e compositor evangélico irmão Lázaro. E esta passagem bíblica resume sua história: Combati o bom combate, completei a carreira, guardei a fé. Já agora a coroa da justiça me está guardada, a qual o Senhor, reto juiz, me dará naquele dia; e não somente a mim, mas também a todos quantos amam a sua vinda - 2 Timóteo 4:7. Escrito em sua lápide. Após sua morte, meus dias ficaram pobres. É como se faltasse um pedaço de mim. Essa sensação até é descrita na psico-

logia. Vejam: a morte do outro permite a vivência do fenômeno da morte, como se uma parte do indivíduo também morresse - (KOVÁCS, 1992).

Ruptura de vínculo que não é possível reverter. Pode proporcionar grande desorganização, paralização e sentimento de impotência diante do ocorrido, além das dificuldades em tarefas cotidianas - (KOVÁCS, 1992).

“(...) Amor é a fonte de prazer mais profunda da vida, ao passo que a perda daquele que amamos é a mais profunda fonte de dor. (...) Amor e perda são duas faces da mesma moeda” - (Colin Parkes, 2009).

Antes eu tinha uma pessoa especial para quem ligar; conversávamos as tardes de quase todos os dias; interagimos numa só sintonia. A distância geográfica nunca foi problema para nós. Lembram? Quase todos os anos eu e o meu esposo pegávamos nosso carro e partíamos para o Nordeste visitar nossas mães. De repente, já não a temos mais. Tudo mudou. E agora, como se adaptar a outra realidade? O fato de aceitarmos a morte não nos isenta da saudade que sentimos por aqueles que partiram. Agora é uma nova fase; momentos de estresses porque mesmo nos momentos mais felizes sentimos a tristeza da ausência.

Depois da morte de mãe eu sonhava com ela e acordava chorando. Muitas vezes me peguei orando por ela, o que, segundo a Bíblia, não se faz mais necessário, uma vez que: Os vivos sabem que morrerão, mas os mortos nada sabem. Para eles, o amor, o ódio e a inveja há muito desapareceram; nunca mais terão parte em nada do que acontece debaixo do sol - Eclesiastes 9:5-6.

E como era meu costume, ainda cheguei a pensar: vou fazer uma ligação para mãe. Logo caía a ficha. Ela não está mais aqui. Ficava muito triste, o que é natural, e chorava! Acreditem, o choro diminui a profundidade da dor. Um ato incoerente de pessoas que sabem que alguém perdeu seu ente querido recentemente, e ao encontrá-lo faz a seguinte pergunta: Está tudo bem? Ah, se pudesse dizer: Não! Você nem deveria me perguntar se está tudo bem. Como pode estar tudo bem para alguém que se encontra de coração partido?

Nesse momento, nem a gente mesmo sabe como estar. Outra frase incoerente é: foi o melhor. Pergunto: foi o melhor para quem? O enlutado sente-se desamparado; sentimos um vazio na alma, aquele que poucos entendem, e até os mais próximos desconhecem, aquele vazio que em certos momentos tentamos disfarçar. Pessoas como eu que passaram ou estão passando por um processo de luto, entenderão o que estou dizendo. Quando perdemos um ente querido ficamos sem chão; a morte nos tira algo precioso. A angústia invade o coração, que parece querer pular para fora do tórax, as mãos gelam a cabeça. Dói, às vezes. Pensamos que nunca mais seremos os mesmos. Passamos por momentos que precisamos lutar contra a correnteza de sentimentos para não nos afogar na tristeza. A dor de um luto não tem prazo de validade. Estima-se que entre seis meses a dois anos a pessoa se recompõe, o que seria razoável, pois viver muito tempo no sofrimento não trará a pessoa que partiu de volta nem o ente querido falecido desejará isso para quem fica. Voltar à rotina não é fácil, mas é imprescindível! Foi, então, que fiz uma análise: quando Deus pensou em recolher a avó dos meus filhos, tornou-me avó da Alice, uma menina muito esperta que veio alegrar os meus dias, acalentar o meu coração, e amenizar a minha dor. Assim me dei conta de que precisava resgatar a mulher que fui outrora. Como fazer isso?

## **VENCENDO A DOR**

Procurei uma terapia, comecei a fazer coisas diferentes, ir almoçar em casa de amigos, fazer exercícios. A prática de atividades físicas faz a gente se sentir melhor e assim fui me reestruturando emocionalmente. Hoje, a alegria do Senhor é a minha força. O Senhor mudou o meu pranto e restituiu-me a alegria de viver. Quando a saudade vem, pego um caderno e escrevo. Isso traz alívio. A caneta e o papel me aguentam. Outra maneira de suportar a dor é fazendo poesias. Seguem algumas:

- Qual é a cor da saudade? Saudade não tem cor, não tem sabor, não tem valor. Saudade... É tudo que fica de alguém que não ficou.

- Saudade de alguém que me deu à luz  
Alguém que velou por mim  
Alguém que se privou do sono para eu dormir  
Alguém que passou susto para me socorrer  
Alguém que passou frio para me aquecer  
Alguém que passou fome para me alimentar  
Alguém que passou medo para me amparar  
Alguém que lutou para me defender  
Alguém que fez de tudo para me proteger  
Alguém que não mediou esforços para eu viver!

- Mãe, vejo sua foto e pergunto:  
Onde a senhora está? Não cансo de te procurar  
Perguntei a muitos, mas ninguém soube me informar  
Aí lembrei-me que estás no meu DNA!  
“Um dia partiremos e só ficarão nossos feitos”.

Tudo o que é bom dura o tempo necessário para ser  
inesquecível!

“Somos instantes e num instante não somos nada”.

“Não seremos eternos aqui, mas seremos lembrados pela  
nossa história”.

Eterno é tudo aquilo que dura uma fração de segundo, mas  
com tamanha intensidade, que se petrifica, e nenhuma força jamais  
consegue destruir... - Carlos Drummond de Andrade.

Em um dos meus tristes dias folheando a Bíblia encontrei esta  
passagem: Aqueles que andam retamente entrarão na paz; acharão  
descanso na morte - Isaías 57:2. Isto muito me consolou, afinal a  
nossa cidadania está nos céus, de onde esperamos ansiosamente o  
Salvador... Ele transformará os nossos corpos humilhados, tornan-  
do-os semelhantes ao seu corpo glorioso - Filipenses 3:20-21.

A mamãe nasceu, cresceu, floresceu e deu frutos. Passou por todas as estações. Cumpriu sua missão e está descansando em paz. Como diz a doutrina cristã: E o pó volte a terra, como o era, e o espírito volte a Deus, que o deu - Eclesiastes 12:7. Sigo aguardando a seguinte promessa: E Deus limpará de seus olhos toda a lágrima; e não haverá mais morte, nem pranto, nem clamor, nem dor; porque já as primeiras coisas são passadas - Apocalipse 21:4.

Se puder dar um conselho a todos os que fazem uso de substâncias prejudiciais à saúde, direi: ame sua vida, afaste-se disso o quanto antes. Tabagismo, alcoolismo, dependências químicas. Essa prática apressará sua morte, comprometerá a harmonia da família, e o pior, poderá limitar sua vida acarretando sofrimentos e deixando-o na angustiante sentença de morte por muitos anos.

Lembro-me de uma entrevista do dia 09.07.2007 com um humorista brasileiro, que também morreu de enfisema pulmonar, provocado pelo uso do cigarro. Na ocasião, ele disse: tudo meu é bom, o problema é o pulmão. Minha cabeça vai bem.

De tudo o que eu fiz na vida, das bobagens todas que cometí, só me arrependo de ter fumado. Foi realmente uma grande bobagem. Chico Anysio. Falecido em 2012. Semelhante ao que aconteceu a nossa mãe, os exames dela, feitos próximo a sua morte, indicavam que ela não tinha diabetes, nem alteração no colesterol, não tinha pressão alta. O único problema era o pulmão. E quantas vezes ela se fazia a seguinte pergunta: quem era eu? Uma mulher que corria por cima de pau e pedra. E agora, me encontro nessa situação inválida. Era de cortar o coração ouvir essas palavras. Ela parou de fumar alguns anos antes de morrer, até se arrependeu do tempo que passou sendo fumante, mas foi tarde demais...

Por isso, pensando em uma maneira de advertir aos que fazem uso de substâncias químicas, fiz uma paródia, claro! Sem intenção de ofender. Baseada nessa cantiga popular, hoje é Domingo.

Hoje é domingo

Pede cachimbo

O cachimbo é de ouro

Bate no touro  
O touro é valente  
Bate na gente  
A gente é fraco  
Cai no buraco  
O buraco é fundo  
Acabou-se o mundo.

Ficou assim:

Hoje o indivíduo (pessoas)  
Usa o cachimbo (drogas)  
O cachimbo é de ouro  
Bate no calouro  
O calouro é inocente (fantasias)  
Fica contente (falsa felicidade)  
A mente é omitente (funções cognitivas embotadas)  
Cai no batente (os problemas...)  
O batente é duro  
Acabou-se o mundo (a morte)

Os indivíduos buscam as drogas como uma válvula de escape para suas angústias, querem preencher suas fantasias ou carências através de meios e aventuras perigosas que embotam as funções cognitivas, não conseguem ver o mal consequente, levando-os, assim, a caírem em problemas desde os mais simples aos mais sérios, como a abreviação de uma vida que poderia ser longa e proveitosa.

*Não tenho receio de fazer essas advertências, afinal,  
quem salva uma vida, salva o mundo inteiro - A  
lista de Schindler.*

Gostaria que fizéssemos essa reflexão: o que é a nossa vida?

Uma flor? Um vapor? Uma neblina?

Ou é a luz de um vaga-lume na noite; é o sopro de um búfalo no inverno; é a pequena sombra que corre pela grama e se perde com o pôr do sol - Blackfoot - pensamento indígena.

Para mim, a vida é um curto espaço de tempo entre o nascer e o morrer. Portanto, não desperdicemos esse curto espaço de tempo com coisas banais.



*Mãe, Maria Joana*



*Irmãos em luto - dia em que sepultamos nossa mãe*



*Neta Alice*

---

## CAPÍTULO DOZE

### **REALIZAÇÃO PESSOAL**

Todos os envolvidos no mundo da psicologia certamente já ouviram falar da Pirâmide de Maslow, também chamada de hierarquia das necessidades de Maslow. É um conceito criado na década de 50 pelo psicólogo norte-americano Abraham H. Maslow. Seu objetivo é determinar o conjunto de condições necessárias para que um indivíduo alcance a satisfação, seja ela pessoal ou profissional. De acordo com essa teoria, o psicólogo demonstra, através da pirâmide, quais são as necessidades que geram a força motivadora nos indivíduos. Na base da pirâmide, estão as mais básicas, que são as necessidades fisiológicas: água, comida, sexo...

Maslow acreditava que sem essas necessidades saciadas o indivíduo sequer pode preocupar-se com os níveis seguintes da pirâmide.

Segundo passo estão as necessidades de segurança: segurança do corpo, do emprego, da moralidade, da família, da saúde, da propriedade.

Terceiro passo estão as necessidades sociais: amizade, família...

Quarto passo as necessidades de estima: autoestima, confiança, conquista, respeito dos outros, respeito aos outros.

No topo estão as mais elaboradas, realização pessoal: moralidade, criatividade, espontaneidade...

Quero relacionar esta pirâmide a um pensamento popular, que diz três coisas que um indivíduo deve fazer na vida:

Ter um filho, plantar uma árvore e escrever um livro.

Pois bem, tive e criei três filhos.

Arecio belos frutos de uma árvore que plantei no meu quintal.

Recordam do primeiro capítulo quando citei sobre a minha infância em que disse que houve ocasião em que a escassez de coisas indispensáveis para suprir as necessidades básicas do ser humano nos faltava? Em tal situação não estávamos nem na base da pirâmide que, segundo Maslow, sem essas necessidades saciadas o indivíduo sequer pode preocupar-se com os níveis seguintes.

Contudo, ao sair de Alagoas com destino a São Paulo tinha sonhos chegando. Aqui me empenhei em concretizá-los. Fui em busca e encontrei um emprego que supriu as minhas necessidades fisiológicas. Na sequência, conquistei o casamento para prover as necessidades de segurança e estima. Na igreja, satisfaço as necessidades sociais. Se você está lendo aqui alcancei o topo da pirâmide. Este livro representa uma realização pessoal. Passo a passo fui me estabilizando na vida e nessa data posso dizer que estou plenamente realizada. É evidente que nunca podemos deixar de sonhar. Quero continuar escrevendo novos capítulos.

Sabe aquele desejo de encontrar um homem ideal que, em meu modo de pensar, vim para encontrá-lo em São Paulo? Era como se estivesse vindo para uma joalheria porque buscava encontrar um diamante reluzente. Mas, na verdade, estava vindo para um garimpo, pois, há 30 anos, em São Miguel Paulista, achei a joia em seu estado primitivo, uma pedra valiosa por nome Cícero. Coube ao ourives lá de cima lapidá-la. Uma vez que o diamante na natureza é apenas uma pedra bruta, o que muitas pessoas nem acreditam que realmente seja tão preciosa. É fundamental colocá-lo num processo doloroso de lapidação. Assim, a peça vai sendo preparada para realmente mostrar ao mundo que veio para brilhar. Assim são os diamantes, assim são as pessoas, assim sucedeu conosco.

O Senhor Deus preparou nosso casamento, deu-nos filhos e riquezas as quais o dinheiro não pode comprar. Examinando como Deus abençoou a casa de Potifar, general do exército egípcio, por amor a José, um servo fiel, entendo que as bênçãos do Senhor acompanham todas as pessoas do bem. Compreendo que não

precisa realizar muito. E sim sentir-se realizado com o fruto do trabalho, feito com amor.

Quando consentirmos que Jesus entre em nossa vida e seja o nosso guia Ele nos capacita a usarmos as oportunidades e também as adversidades para construirmos os degraus, rumo ao sucesso e a felicidade. Atualmente não só tenho um diamante reluzente, mas uma joalheria completa! Nem todo o ouro do mundo se compara ao prazer de estar ao lado de quem amamos, concretizando assim a maior conquista. Uma família unida e feliz!

Portanto, essa família bem-sucedida dá trabalho para edificar. Casamento sólido exige dedicação para manter-se. Requer sacrifícios, não é por acaso, não é sorte, envolve duas pessoas na busca de solução para grandes ou pequenos problemas. Muitos querem encontrar os diamantes, as joias preciosas, mas não querem garimpar. Tenho certeza de que ter aprendido sobre Deus desde a infância fez a diferença em minha vida, uma vez que o ser humano sem Ele possui um grande vazio dentro de si. Os que dão ouvidos aos mandamentos do Senhor terão paz como um rio. Ah! Se tivesses dado ouvidos aos meus mandamentos, então seria a tua paz como o rio, e a tua justiça como as ondas do mar! - Isaías 48:18.

Alguns acontecimentos na minha infância poderiam ter me conduzido para uma catástrofe, mas transpus os obstáculos e hoje apresentei-lhes esta história de superação porque o Senhor é a minha fortaleza e a minha força, e Ele perfeitamente desembaraça o meu caminho - 2 Samuel 22:33.



---

## **HOMENAGENS**

Eu, Isaque

“Certifico e declaro nesta data todo o meu amor e carinho para a mulher mais importante da minha vida. Sem mais dúvidas sobre os meus sentimentos por você, mamãe!”

---

“Mamãe linda, aproveito esta data para dizer o quanto eu te amo e te admiro, você que sempre me dedicou um grande amor, sem nada pedir.”

Mamãe, te amo demais.

Sua filha Alessandra.

---

“Duas palavras resumem o meu sentimento, orgulho e gratidão. Orgulho, da sua garra e determinação. Gratidão a Deus por ser sua filha. Te amo!”

Sua filha Cintia.

---

**AMAR**

É mesmo algo muito especial! Tudo que eu buscava, encontrei quando nossos olhos se cruzaram pela primeira vez. Hoje, estamos juntos, reforçando a certeza de que o nosso amor é único e verdadeiro. Você é o amor da minha vida! Muito obrigado por sua dedicação nestes 30 anos de casados. Te amo, minha rainha!

Seu Cícero.

---

## **PARA FINALIZAR**

*Neste momento,  
Posso dizer às pessoas que nada  
Foi em vão...  
Que o amor existe,  
Que vale a pena se doar  
Às amizades e as pessoas,  
Que a vida é bela sim,  
E que eu sempre dei o melhor de mim...  
E que valeu a pena! - Mário Quintana*

A todos, quero oferecer estes trechos do livro *O Arroz de Palma*, do escritor Francisco Azevedo, que ilustra tão bem o significado de família. Porque todas as famílias têm suas divergências.

*Família é prato difícil de preparar.  
São muitos ingredientes.  
Reunir todos é um problema...  
Não é para qualquer um.  
Os truques, os segredos, o imprevisível.  
Às vezes, dá até vontade de desistir...  
Família é prato que emociona.  
E a gente chora mesmo.  
De alegria, de raiva ou de tristeza.  
O pior é que ainda tem gente que acredita na receita da família perfeita.  
Bobagem!  
Tudo ilusão!  
Família é afinidade, é à moda da casa.*

*E cada casa gosta de preparar*

*A família a seu jeito.*

*Há famílias doces.*

*Outras, meio amargas.*

*Outras apimentadíssimas.*

*Há também as que não têm gosto de nada, seria assim um tipo de família dieta, que você suporta só para manter a linha.*

*Seja como for, família é prato que deve ser servido sempre quente, quentíssimo.*

*Uma família fria é insuportável,*

*Impossível de se engolir.*

*Enfim, receita de família não se copia, se inventa.*

*A gente vai aprendendo aos poucos,*

*Improvvisando e transmitindo o que sabe no dia a dia.*

*Muita coisa se perde na lembrança.*

*Aproveite ao máximo.*

*Família é prato que, quando se acaba, nunca mais se repete!*

*Família:*

*Feliz quem tem e sabe curtir,*

*Aproveitar e valorizar...*

Meu propósito por meio deste livro é que tenha inspirado e motivado você. Que o Criador abençoe ricamente todas as famílias, e cada um indivíduo!!

Deixo a poesia abaixo que fala por mim.

*Gostaria de te desejar tantas coisas.*

*Mas nada seria suficiente.*

*Então, desejo apenas que você tenha*

*Muitos desejos. Desejos grandes.*

*E que eles possam te mover a cada minuto, ao rumo da sua felicidade!*

*Carlos Drummond de Andrade*



