

—11—

SUPRINDO AS NECESSIDADES MAIS PROFUNDAS DE SEU MARIDO: *A Partir de um Coração de Esposa*

“Ela lhe faz bem e não mal, todos os dias da sua vida” (Provérbios 31:12).

Nota: *A minha amada esposa, Bonnie, a mãe de nossos preciosos oito filhos, é um modelo exemplar da mulher virtuosa de Provérbios 31. Eu estou pedindo que ela apresente o entendimento que o Senhor lhe deu sobre como suprir as necessidades mais fundas de um marido. Eu acredito que você se deleitará com o que ela tem a dizer tanto quanto eu!*

DEUS CLARAMENTE INSTRUI AS MULHERES MAIS VELHAS a ensinarem as mulheres mais novas a honrarem e obedecerem a Bíblia por amarem aos seus maridos e filhos. Os próximos três capítulos focarão nestas três áreas chave da instrução de Deus para as mulheres: Maridos, Filhos e Mulheres Idosas (Tito 2: 3-5)

Após muitos anos como uma esposa de pastor, eu estou convencida de que apenas quando nós mantemos Deus na fórmula do casamento (**1 homem + 1 mulher = não 2 mas 1**) é que podemos continuar a crescer e a melhorar este relacionamento sagrado entre um homem e uma mulher. Mais do que nunca, os casamentos estão num estado desesperado – e tudo começou com uma mentira no Jardim do Éden. A autora Nancy Leigh DeMoss escreve:

O que aconteceu no Jardim do Éden há milhares de anos atrás não foi apenas um ataque a Deus e a duas pessoas; foi um ataque ao casamento. O casamento foi projetado por Deus para refletir a Sua glória e os Seus propósitos redentores. Ao enfraquecer esta instituição sagrada, Satanás deu um forte golpe no plano eterno de Deus.

Não foi por coincidência que Satanás iniciou seu plano insidioso por abordar uma mulher casada. Ele mentiu para ela sobre Deus, sobre Seu caráter e Sua Palavra, e sobre o pecado e suas conseqüências. Ela acreditou e agiu com base na mentira dele e depois se voltou ao seu marido e levou-o a pecar com ela. As implicações sobre o casamento deles foram profundas.

A vergonha substituiu a liberdade. A pretensão e o acobertamento substituíram a transparência e a comunhão. A união que Eva e seu marido tinham experimentado em seu estado original agora se converteu em inimizade e animosidade – não apenas para com Deus, mas de um para com o outro... O que foi planejado para ser um relacionamento alegre, proveitoso e íntimo entre um homem, uma mulher e seu Deus, agora se tornou um campo de batalha... E assim tem sido em cada casamento desde então²².

As estatísticas nos contam que para cada dois casais nos Estados Unidos que diz "eu aceito", é provável que um casal diga "eu não aceito mais", e termine em divórcio. Infelizmente, os cristãos não estão isentos de casamentos problemáticos – especialmente quando os valores básicos do casal estão em conflito.

Cada um tem um conjunto básico de valores ou crenças. Em essência, há apenas dois sistemas de crença – bíblico e não-bíblico. Aqueles que sustentam a visão não-bíblica têm comprado a mentira de Satanás de que agradar ao *eu* em lugar de agradar a *Deus* traz felicidade para eles. Estas pessoas são guiadas por *sentimentos*, e eles valorizam o *obter*. Em contraste, aqueles que são bíblicamente orientados são guiados pelos *absolutos* na Palavra de Deus, e valorizam o *dar*. Eles crêem na promessa de Deus de que a vida abundante só pode vir por servir a Cristo (João 10:9-10).

Amando Seu Marido: Conheça as Necessidades Dele

O ideal de Deus para o casamento é que ambos, marido e mulher, escolham valorizar o que *Ele* valoriza e, assim, serem abundantemente abençoados com uma união íntima como foi originalmente planejado em

²² Nancy Leigh DeMoss, *LIES WOMEN BELIEVE: AND THE TRUTH THAT SETS THEM FREE* (Chicago, IL: Moody Press, 2001), pp. 136-137.

Gênesis 2:24. John e eu temos experimentado o fruto disto em nossas próprias vidas, pelo qual nós seremos eternamente agradecidos! Embora eu creia que nós temos um casamento *maravilhoso*, e John seja *uma bênção*, eu sei que, por não existirem pessoas perfeitas (apenas perdoadas!), não podem existir casamentos perfeitos. Sempre há espaço para crescimento e melhoria. Visto que este capítulo é endereçado às mulheres, cada uma de nós pode considerar seu conteúdo como um encorajamento para ajudar a nos tornarmos tudo o que nós podemos ser em Cristo – e, então, amorosa, séria e continuamente poderemos buscar suprir as necessidades mais profundas de nossos maridos. Quais poderiam ser essas necessidades? Eu acredito que todos os maridos têm três necessidades vitais no matrimônio:

1. Todos os maridos necessitam ser amados espiritualmente (1 Pedro 3:1-7). Isto requer seguir a liderança e se submeter à direção dele, o que nos identificará com o **plano de Deus** para nossas vidas.

2. Todos os maridos necessitam ser amados fisicamente (1 Coríntios 7:1-7; Provérbios 5:15-19). Isto requer dar o nosso amor para alegrá-los, o que satisfará ao **homem de Deus** em nossas vidas.

3. Todos os maridos necessitam ser amados mental e emocionalmente. (1 Pedro 3:8-9). Isto requer honrá-los e encorajá-los, o que multiplicará a **alegria de Deus** em nossas vidas.

Suprir essas necessidades flui de um amor semelhante ao de Cristo – um amor modelado segundo o amor sacrificial de Deus como visto em João 3:16. Este tipo de amor é incondicional (sem condições ou requerimentos); é ininterrupto (sem parar ou intervalos); é altruísta (sem preocupar-se *primeiro* pelas necessidades ou desejos pessoais); é descarada e livremente dado (sem vergonha ou embaraço).

Vamos considerar como nós podemos demonstrar mais plenamente tal amor bíblico aos nossos maridos – espiritualmente, fisicamente, mentalmente e emocionalmente.

Esposas Cheias da Palavra Amam Seus Maridos Espiritualmente

1. POR SEGUIR E SUBMETER-SE A ELE.

“Mulheres, sede vós, igualmente, submissas a vosso próprio marido, para que, se ele ainda não obedece à palavra, seja ganho, sem palavra alguma,

por meio do procedimento de sua esposa, ao observar o vosso honesto comportamento cheio de temor” (1 Pedro 3:1-2).

A submissão da esposa não é um conceito popular hoje. O movimento de liberação da mulher considera a idéia ofensiva, antiquada e injusta. Mas a Escritura diz para cada esposa cristã se submeter ao seu marido assim como ela se submete a Cristo. Mas, o que significa ser submissa? Jesus nos pede para oferecermos nossos corpos e emoções aos nossos maridos como nós temos dado nossas vontades e espíritos a Cristo. Portanto, amar aos nossos maridos não é uma opção; segui-los da maneira que eles precisam e desejam não é uma proposta do tipo pegar ou largar – é uma medida de nossa verdadeira espiritualidade. Nós devemos nos perguntar: *O quão íntimo eu sou de Jesus? Eu entrego-me sem reservas a Ele?* Neste caso, nós devemos fazer o mesmo com o nosso próprio marido. Tudo mais é uma espiritualidade falsa e que só serve a si mesma.

O segredo de submissão total é uma atitude de adoração. A atitude de servo é dupla, e a história de Maria e Marta oferece-nos uma ilustração sobre escolha. Em Lucas 10:38-42, Marta está preocupada com o conforto do Senhor. Maria está preocupada com adoração e estar perto Dele. Uma esposa que deseja ter uma atitude apropriada de servo deve notar que ambos os tipos de serviço são necessários, mas Jesus Cristo elogiou Maria por escolher a melhor parte.

Muitas esposas são servas maravilhosas para suas famílias e maridos em providenciar refeições, roupas e um ambiente limpo, mas elas falham em compreender as outras necessidades que merecem a atenção especial de uma esposa dedicada.

2. POR EXPRESSAR UMA ATITUDE DE SERVO PARA COM ELE.

“A fim de instruírem as jovens recém-casadas a amarem ao marido e a seus filhos, a serem sensatas, honestas, boas donas de casa, bondosas, sujeitas ao marido, para que a palavra de Deus não seja difamada” (Tito 2:4-5).

Uma atitude adoradora de servo é uma parte crucial do verdadeiro amor-submissão. Uma mulher tentando *ganhar* seu marido mostra esta atitude continuamente antes do casamento e o homem responde com um amor protetor por ela. Após o casamento, contudo, a mulher freqüentemente se torna sobrecarregada com os cuidados do lar e negligencia a mais importante responsabilidade de cuidar das necessidades de amor e companheirismo de seu marido. Portanto, a Escritura claramente adverte

contra o caminho destruidor de Satanás e lembra às esposas de seguir o caminho de Deus.

A passagem citada acima em Tito lista sete elementos que Deus está procurando em sua vida. Por que não fazer uma pausa e sublinhar ou circular em sua Bíblia e escrever uma nota ao lado desses versículos para si mesma que diga alguma coisa como: **“Deus ME quer cultivando estas qualidades para ELE”**.

3. POR PERMITIR QUE CRISTO SEJA TUDO QUE VOCÊ NECESSITA.

“Portanto, se fostes ressuscitados juntamente com Cristo, buscai as coisas lá do alto, onde Cristo vive, assentado à direita de Deus. Pensai nas coisas lá do alto, não nas que são aqui da terra; porque morrestes, e a vossa vida está oculta juntamente com Cristo, em Deus” (Colossenses 3: 1-3).

“O coração do seu marido confia nela, e não haverá falta de ganho. Ela lhe faz bem e não mal, todos os dias da sua vida” (Provérbios 31: 11-12).

Satanás fará tudo o que ele puder para persuadir-nos diferentemente. Portanto, como mulheres, nós devemos estar especialmente alertas às mentiras dele, pois Eva foi facilmente enganada pela velha serpente; Adão não foi (Gênesis 3, 1 Timóteo 2:14). Assim, nós devemos continuamente pedir ao Senhor para levar-nos a verdade, a qual pode nos manter livres de enganos (João 8:32).

A seguinte comparação pode ajudar-lhe a examinar suas ações à luz das verdades bíblicas. Considere seriamente qual dos dois sistemas de valores (mundano ou bíblico) descreve melhor como você se relaciona com seu marido:

O MODO DE SATANÁS	O MODO DE DEUS
Você está habitualmente seguindo o <i>modo de Satanás</i> por abrigar um espírito contencioso e injurioso (1 Pedro 3:9, Provérbios 19:13b)?	Ou seguindo o <i>modo de Deus</i> – por mostrar um espírito manso e tranquilo (1 Pedro 3:4)?
Você está habitualmente seguindo o <i>modo de Satanás</i> por privar-se das afeições de seu marido e ser fria (1 Coríntios 7:3-5)?	Ou seguindo o <i>modo de Deus</i> — por desejar agradá-lo (Gênesis 3:16, 1 Coríntios 7:34)?
Você está habitualmente seguindo o <i>modo de Satanás</i> por apresentar um ouvido indiferente e insensível (Provérbios 12:25)?	Ou seguindo o <i>modo de Deus</i> — por demonstrar consolação e apoio leal (Gênesis 24:67, Provérbios 31:11)?
Você está habitualmente seguindo o <i>modo de Satanás</i> por mostrar ressentimentos para com o serviço dele ao Senhor (2 Samuel 6:20-23)?	Ou seguindo o <i>modo de Deus</i> — por alegremente ajudá-lo e educar seus filhos para entender o que o pai está fazendo (Gênesis 2:18)?
Você está habitualmente seguindo o <i>modo de Satanás</i> por impedir que as orações sejam atendidas por causa	Ou seguindo o <i>modo de Deus</i> — por mostrar reverência e obediência ao seu marido (Efésios 5:33; 1

de suas atitudes erradas (1 Pedro 3:7)?	Pedro 3:5-6)?
Você está habitualmente seguindo o <i>modo de Satanás</i> por apresentar uma atitude descuidada para com sua aparência pessoal (1 Coríntios 10:31)?	Ou seguindo o <i>modo de Deus</i> — por ser um exemplo de força corporal, por evidenciar domínio próprio, exercício e descanso (Provérbios 31:17)?
Você está habitualmente seguindo o <i>modo de Satanás</i> por permitir em seu coração a inveja pelas posições ou habilidades de outras mulheres (Santiago 3:14)?	Ou seguindo o <i>modo de Deus</i> — por descansar em Sua força para controlar a sua mente (Filipenses 2:5, 1 Pedro 1:13, 2 Timóteo 1:7)?
Você está habitualmente seguindo o <i>modo de Satanás</i> por exibir uma atitude destrutiva (Provérbios 14:1b)?	Ou seguindo o <i>modo de Deus</i> — por aspirar manter seu lar como um refúgio para onde ele possa vir em busca de conforto e descanso (Tito 2:5, Provérbios 31:27, Provérbios 14:1)?
Você está habitualmente seguindo o <i>modo de Satanás</i> por alimentar um espírito descontente e egoísta (1 Timóteo 6:6-8)?	Ou seguindo o <i>modo de Deus</i> — por evidenciar contentamento e uma atitude hospitaleira para com os amigos dele e outros em necessidade (Filipenses 4:11, Provérbios 31:20, Rom. 12:13)?
Você está habitualmente seguindo o <i>modo de Satanás</i> por ser uma podridão nos ossos de seu marido (Provérbios 12:4b)?	Ou seguindo o <i>modo de Deus</i> — por ser uma coroa para ele (Provérbios 12:4a)?

Esposas Cheias da Palavra Amam a Seus Maridos Fisicamente

1. POR ALEGRÁ-LO COM SEU AMOR.

Deus inventou a intimidade sexual antes da Queda e a declarou como “*muito bom*” (Gênesis 1:27-28, 31). Ele projetou a intimidade sexual para o prazer e também para a procriação:

“Seja bendito o teu manancial, e alegre-te com a mulher da tua mocidade, corça de amores e gazela graciosa. Saciem-te os seus seios em todo o tempo; e embriaga-te sempre com as suas carícias” (Provérbios 5:18-19).

As Escrituras descrevem o belo êxtase de um casal obedecendo ao plano de Deus (Cântico dos Cânticos 2:3-6) e profundamente desfrutando um do outro fisicamente (Cântico dos Cânticos 4:9-11). E esta união Cristo eleva. Ele diz que ela retrata Seu amor espiritualmente por Sua Igreja (Efésios 5:31-32). Contudo, Deus limita esta intimidade sexual apenas ao casamento:

“Quanto ao que me escrevestes, é bom que o homem não toque em mulher; mas, por causa da impureza, cada um tenha a sua própria esposa, e cada uma, o seu próprio marido” (1 Coríntios 7:1-2).

Isto coloca uma responsabilidade sobre nós como mulheres para compreender a necessidade que o homem tem de uma regular e prazerosa intimidade sexual. Porque as naturezas diferem quando se trata de sexo, o lado fisicamente íntimo do casamento pode realmente testar o nosso caráter. As mulheres são muito mais atraídas pela personalidade de um homem, mas os homens são estimulados pela visão. Enquanto um homem

pode necessitar de pouca ou nenhuma preparação para o quarto, uma mulher necessita ser emocionalmente e mentalmente preparada pelo toque e palavras românticas, freqüentemente com horas de antecedência. Jack e Carole Mayhall, em seu livro *"Marriage Takes More than Love"* (*O Casamento Exige Mais Que Amor*), oferece esta comparação: "Um homem é mais como uma luz elétrica – você aperta um interruptor e ele liga. Uma mulher é mais como um ferro elétrico – você aperta um interruptor e leva algum tempo para esquentar. Quando você o desliga, ele também leva um pouco de tempo para esfriar²³".

Apesar de a maioria das mulheres não possuírem uma energia sexual tão forte ou consistente como um homem, nós temos uma energia sexual. O amor marital é o plano ordenado de Deus para esta expressão. Você sabia que os profissionais médicos atestam que o sistema nervoso feminino está intrinsecamente ligado aos órgãos reprodutivos? O ato do matrimônio existe para a propagação da raça e prazer pessoal promovendo fidelidade e realização, mas ele também contribui bastante como um relaxante para o sistema nervoso.

Para a maioria dos homens, o desejo por intimidade sexual é quase contínuo. Deus projetou o homem para ser o iniciador, o provedor e o líder de sua família. De alguma maneira tudo isso está ligado aos desejos sexuais dele. Uma esposa pode comparar a paixão do seu marido com carnalidade, não percebendo que os desejos do seu marido não são incomuns, mas característicos da maioria dos homens normais. Os desejos sexuais dele precisam de uma liberação regular para evitar frustrar o seu bem-estar mental e físico. Tais desejos intensos é presente de Deus para produzir a próxima geração de humanos. Esse presente não só influencia o comportamento sexual de um homem, mas também a sua personalidade, trabalho, motivação e quase toda outra característica de sua vida. Sem isto, ele não seria o homem por quem você se apaixonou. Em outras palavras, Deus planejou que os desejos fortes de seu marido fossem reconhecidos por você como afeto altruísta e não como desejo egoísta. É a mulher sábia e abençoada que coopera com as necessidades sexuais dadas por Deus a seu marido, em lugar de ignorá-las, temê-las ou lutar contra elas.

"O marido deve cumprir os seus deveres conjugais para com a sua mulher, e da mesma forma a mulher para com o seu marido. 4 A mulher não tem autoridade sobre o seu próprio corpo, mas sim o marido. Da mesma forma, o marido não tem autoridade sobre o seu próprio corpo, mas sim a mulher" (1 Coríntios 7:3-4, NVI).

²³ Jack and Carole Mayhall, *Marriage Takes More Than Love* (Colorado Springs, CO: NavPress, 1978), p.22.

2. POR SURPREENDÊ-LO COM SEU AMOR.

Deus ordena a qualquer um que deseja ser verdadeiramente espiritual a não interromper a intimidade sexual regular exceto para um tempo de dedicação à oração.

“Não se recusem um ao outro, exceto por mútuo consentimento e durante certo tempo, para se dedicarem à oração. Depois, unam-se de novo, para que Satanás não os tente por não terem domínio próprio” (1 Coríntios 7:4, NVI).

Freqüentemente, satisfazer a intimidade compartilhada entre um marido e a esposa é uma forma de guerra espiritual contra um dos objetivos favoritos de Satanás – um marido sexualmente frustrado. Privar um marido do seu direito legítimo e bíblico à intimidade pode causar grande privação e sofrimento, e assim aumenta o risco de que ele possa eventualmente se render a deslealdade. Se Davi, um homem segundo o próprio coração de Deus, sucumbiu à tentação sexual (2 Samuel 11:1-4), assim pode acontecer com a maioria dos homens. Escute uma história verdadeira de um marido sexualmente frustrado e uma esposa egoísta:

Tim confidenciou ao seu amigo, enquanto os seus olhos seguiram a forma feminina de uma estranha cruzando em frente ao seu carro na faixa de pedestres, “eu amo a minha esposa, Pauline, com todo o meu coração, mas eu sinto como se eu estivesse sendo enganado” – a esposa dele estava sendo infiel com outro homem? Não! Ele confidenciou mais adiante, com palavras abatidas, que ele e a sua bela esposa haviam compartilhado a intimidade física apenas quatro vezes em seus muitos anos de matrimônio. Este homem, com todo o seu ser, quis ser um marido bom e fiel; mas a esposa dele estava faltando tanto em seu amor por ele que esta necessidade básica do seu marido não tinha sido suprida durante anos... Ela não só estava ferindo o seu próprio eu e fazendo seu marido sofrer grandemente - vivendo em perigo constante de cair em tentação a todo instante, mas ela estava sendo desobediente a Deus, que nos ensina a viver em amor, suprindo as necessidades ao nosso parceiro por toda a vida.

Um marido sexualmente satisfeito é um homem que rapidamente desenvolverá autoconfiança em outras áreas de sua vida. Muitos homens não reconhecem que algumas de suas irritações freqüentemente se devem aos seus desejos sexuais não satisfeitos, mas uma esposa sábia permanecerá alerta a esta possibilidade. Quando a harmonia sexual prevalece, de alguma maneira o mundo parece melhor e as dificuldades parecem menos atemorizantes para um homem. É como se o trabalho duro dele e as pressões de vida valessem tudo quando ele e a sua esposa consomam seu amor apropriadamente. O aspecto mais bonito de tudo isso é

que Deus criou a experiência para o homem compartilhar apenas com a sua esposa.

Qualquer coisa menos do que uma visão bíblica da intimidade sexual é um obstáculo à nossa vida espiritual, nossa vida familiar e é insubmissão ao Senhor. Deus ordena que os casais casados amem um ao outro, e Ele nunca ordena que nós façamos qualquer coisa para a qual Ele não providencie a força. *Prestar atenção às Suas instruções fará com que nossos casamentos sejam à prova de casos e protegerá nossas famílias de grandes perigos!*

Esposas Cheias da Palavra Amam Seus Maridos Emocionalmente

POR HONRÁ-LO E ENCORAJÁ-LO.

UMA DAS MELHORES MANEIRAS para honrar e encorajar ao seu marido é admirá-lo. Note o que Pedro diz:

“Pois foi assim também que a si mesmas se ataviaram, outrora, as santas mulheres que esperavam em Deus, estando submissas a seu próprio marido, como fazia Sara, que obedeceu a Abraão, chamando-lhe senhor...” (1 Pedro 3:5-6).

Você alguma vez já pensou como um jato carregado pode subir aparentemente sem esforço? Assim como há princípios físicos, tal como a lei da gravidade, assim também há princípios vitais de relacionamento. Um destes é o princípio da admiração: as pessoas são atraídas àquelas que as admiram e evitam aquelas que as desprezam. Como uma esposa de pastor por mais de 20 anos, eu tenho tido um grande número de mulheres buscando a minha ajuda porque seus maridos não gastam mais nenhum tempo com elas. Este é um momento para todos nós fazemos uma avaliação de nossos relacionamentos em crescimento. Admiração, uma das necessidades mais profundas e importantes do homem, é a base de todos os relacionamentos. É provável que seja por isso que as Escrituras dizem para as esposas respeitarem ou admirarem aos seus maridos (Efésios 5:33). Pedro declara que a admiração pode até mesmo motivar um marido espiritualmente (1 Pedro 3:1-2).

A palavra *admirar* (respeitar, honrar) nas Escrituras basicamente significa “atribuir um alto valor ao outro”. Quando a Palavra fala de “temer a Deus”, ela simplesmente quer dizer que Deus deve ser o mais importante – o

número um em nossas vidas – e este é o princípio da sabedoria (Provérbios 9:10). “Admirar, respeitar, temer e honrar” são similares em significado, e todas falam-nos de preferir em honra aos outros (Romanos 12:10). Admirar alguém é uma escolha, uma decisão, um compromisso, um ato de nossa vontade. É dizer a nós mesmos: *Deus ama e valoriza cada pessoa, e eu também posso amar e valorizar*. Seu marido pode irritar-lhe, depreciar-lhe, ofender-lhe ou ignorar-lhe; mas a admiração vê além do que ele faz para quem ele é. A admiração é *incondicional*.

Os homens tendem a gravitar para aquelas que os admiram. Se seu marido não está gastando tempo de qualidade com você, talvez as seguintes questões possam revelar uma ou mais razões do por que disso. Seja honesta consigo mesma enquanto você considera estas advertências.

1. Você expressa menos admiração ou agradecimentos ao seu marido do que você faz com outros homens? Seu marido pode estar abrigando feridas por sua estima por outros homens. Questões como, “você viu o brinco da Jill na festa?” e “Você acredita que o marido dela comprou um presente tão caro?”, podem estar enviando uma mensagem ao seu marido que você pensa que ele é menos bem-sucedido e menos generoso do que o marido da Jill.

Comparar seu marido com outro homem pode dizer ao seu marido que você admira outra pessoa mais do que ele. Alguns homens realmente evitam a igreja porque eles pensam que nunca poderiam estar à altura dos homens sobre os quais as suas esposas se gabam a cada domingo. Comentários tais como “O pastor lidera a família *dele* em suas devoções às 7 horas de cada manhã”, certamente não são palavras que edificam. Seja cuidadosa para não derrubar seu parceiro através de palavras impensadas. Um homem é especialmente sensível acerca de seu trabalho, seus amigos e suas habilidades. Seja cuidadosa para não elogiar outros homens na presença a menos que você mostre uma admiração ainda maior por seu marido.

2. Você faz observações críticas sobre seu caráter ou suas atividades? Isto é mortal se expresso na frente de amigos ou de seus filhos. Os profissionais reconhecem quer um princípio chave da liderança é que é totalmente inaceitável depreciar o caráter ou a habilidade de uma pessoa na frente de outros. Eu não posso pensar em nada que desmoralize um marido mais rapidamente do que a crítica na frente de seus colegas ou filhos.

4. Você escuta a si mesma censurando seu marido? Censurar é outra palavra para a pressão de uma esposa que faz o seu marido sentir-se

incompetente e irresponsável. Provérbios diz, *“O gotejar contínuo [numa cada com goteiras] no dia de grande chuva e a mulher rixosa são semelhantes”* (Provérbios 27:15). Em lugar de motivá-lo a cumprir a responsabilidade dele, o faz querer ignorá-la. Enquanto você continua censurando, ele buscará outras pessoas que não o façam lembrar constantemente de suas insuficiências. As expressões faciais e o tom da voz têm o poder de derrubar seu marido ou edificá-lo.

4. Você já se encontrou automaticamente questionando as escolhas ou decisões dele? Por exemplo, se ele decide ir a uma grande loja de departamentos no dia e horário mais cheio, você pergunta para ele “Você realmente tem que ir nesse dia?” Com essa simples pergunta, você insinua você realmente não concorda com o julgamento dele. Tudo o que ele ouve é o seu desafio da decisão dele. Ninguém gosta de passar tempo com uma pessoa contestadora.

5. Você interrompe seu marido nas conversas? Você já escutou uma mulher que terminava cada uma das sentenças de seu marido? Este é um hábito que algumas mulheres nem sequer reconhecem que elas têm. Decida que você deixará seu marido terminar as próprias sentenças dele e que você não o corrigirá ou discutirá com ele em público. Eu tenho de fato observado homens se retirarem de ambientes sociais porque as esposas deles são muito dominadoras ou rudes em seus hábitos de conversação. Deus pode dar-lhe sabedoria para vigiar a sua língua e encher a sua boca com bondade.

6. Você pode se lembrar de qualquer coisa da qual você tem reclamado dele nesta última semana – horário de trabalho, escolhas para a hora de lazer, tempo com as crianças ou da lista “meu bem faça”. Reclamar tem o mesmo efeito que censurar; pode afugentá-lo para buscar outras pessoas ou outros lugares. Entregue estas preocupações ao Senhor em oração. Ele se preocupa com cada necessidade. Se elas precisam ser discutidas com seu marido, o Senhor proverá o tempo e o lugar. Reclamar é realmente contagioso. Você se lembra das crianças de Israel no deserto? (Salmos 106:24). Cada vez que você for tentada a reclamar, tente pensar em uma coisa pela qual você possa louvar ao Senhor. Salmos 71:6 nos encoraja a deixarmos nossas bocas serem tão cheias de louvor que não na espaço para reclamar.

Agora que nós conhecemos as armadilhas a serem evitadas, que tal alguns hábitos positivos que as esposas possam trabalhar para encorajar seus maridos? Vamos procurar fazer com que nossos maridos pensam no lar como um refúgio – um abrigo para descanso, encorajamento e apoio.

As Esposas Cheias da Palavra Amam aos Seus Maridos de Maneira Prática

Em Gênesis 2:18 o SENHOR diz, *“Disse mais o SENHOR Deus: Não é bom que o homem esteja só; far-lhe-ei uma auxiliadora que lhe seja idônea”*. O versículo 20 continua, *“... para o homem, todavia, não se achava uma auxiliadora que lhe fosse idônea”*. Você se lembra o que o nosso Todo Sábio Deus fez quando Ele viu a necessidade do homem? Versículo 22: *“E a costela que o SENHOR Deus tomara ao homem, transformou-a numa mulher e lha trouxe”*. Quando você foi unida em matrimônio ao seu marido, você se tornou aquela que Deus proveu para ser a auxiliadora idônea dele. Nós não temos um chamado maravilhoso da parte de Deus como esposas? Você é aquela que tem o alto chamado para conhecer as necessidades de seu marido e ajudá-lo. Ao amar e respeitar ao seu esposo, você está amando e honrando ao nosso grande Deus. Como você pode ajudar ao seu companheiro e o seu matrimônio? Ame ao seu marido de maneiras práticas. Muitos estudos foram feitos baseados em respostas dadas pelos homens. Dê uma olhada ao seu redor nas maneiras práticas como as colegas, secretárias, empregadoras e amigas fazem um homem se sentir importante. Abaixo estão as maneiras mais sugeridas para fortalecer seu relacionamento matrimonial. Lembre-se: conhecer todos os versículos sobre amar seu marido não é suficiente. Tiago 1:22 nos adverte: *“Tornai-vos, pois, praticantes da palavra e não somente ouvintes, enganando-vos a vós mesmos”*. Ponha em prática os seus planos e comece a amar o seu marido de *maneiras práticas*.

1. Pratique perguntar ao seu marido o que ele pensa sobre os assuntos de cada dia tais como os compromissos dos membros da família. Cuidadosamente avalie a contribuição dele e o deixe saber que você valoriza o conselho dele. Mantenha um equilíbrio procurando oportunidades para buscar a opinião dele. Conforme você recebe as idéias dele, ele verá que você o considera valioso.

2. Recorde-se dos desejos especiais de seu marido e procure maneiras de realizá-los. Eu tenho aprendido muito com o exemplo do meu marido. Quando nós estávamos namorando, o John começou a escrever pequenas anotações na parte de trás do calendário dele. Depois de vinte anos de matrimônio, ele ainda está fazendo anotações. O que ele escreve? Ele *escuta* as minhas palavras e escreve as minhas coisas favoritas – minhas comidas favoritas, cores, lugares, etc. Ontem mesmo ele levou nossa família inteira a uma partida de futebol americano da escola secundária. Isto era

muito incomum para nós! Durante o jogo se inclinou ele e sussurrou em minha orelha, “Dois anos atrás você me falou que amava as quedas nas partidas de futebol americano e eu quis levá-la a uma desde então”. Claro que isso derreteu meu coração! O desejo sincero dele em conhecer-me e agradar-me foi o meu exemplo constante. O que me surpreendeu foi que ele se lembrou de meu comentário e tinha procurado a oportunidade para fazer algo sobre isto.

Peça para o Senhor ajudar-lhe a se lembrar dos pedidos que seu próprio marido feito ou insinuado. Talvez tenha a ver com um encontro romântico com você – procure uma oportunidade para agradá-lo. Poderia ser um evento especial que ele quer ver, ou uma atividade que ele tem procurado fazer; talvez uma refeição especial que já faz tempo que você não faz, ou um das sobremesas favoritas dele. Trabalhe em atender a quaisquer que sejam os pedidos dentro de suas capacidades. Quanto mais você faz isto, tanto mais realizador se tornará para você e seu marido.

3. Afirme sua crença nas qualidades do caráter piedoso de seu marido. Respeite-o e o elogie com palavras faladas diante de seus filhos. Confirme sua admiração por ele quando você estiver com outras pessoas por ouvir as idéias dele e não o interromper ou corrigir. Ore pela disciplina de sua língua. Peça pela ajuda de Deus para afirmar a liderança de seu parceiro e seu respeito por ele.

4. Cultive uma admiração pela ocupação de seu marido. Ore por seu marido enquanto ele diariamente realiza as suas responsabilidades do trabalho. Nunca deprecie o trabalho ou a importância das atividades dele no trabalho. Depreciar os esforços de seu marido para sustentar você conduzirá ao perigo de destruir a autoconfiança de seu marido. Simplesmente ser ignorante dos esforços de seu marido pode comunicar algo negativo a ele. Se você não pode explicar a outra pessoa, com precisão, as responsabilidades de seu marido num dia normal de trabalho, você não sabe o suficiente sobre o trabalho dele. Quando um homem se sente sem importância por causa do trabalho dele, isso o despedaça na exata essência de seu ser. Ajude-o a descobrir o valor do que ele faz aos seus olhos e aos do Senhor.

5. Ensine a si mesma a segurar respostas negativas. Se você tem uma tendência para reagir imediatamente quando você ouve uma idéia, discipline-se para cuidadosamente considerar as palavras dele. Pratique o responder positivamente e peça ao Senhor que a mova em paciência e bondade. Um de meus versículos favoritos da Bíblia é Provérbios 31:26, “[Ela] Fala com sabedoria, e a instrução da bondade está na sua língua”.

Você evitará uma tensão desnecessária em sua relação e ele gostará ainda mais de estar com você.

6. Instile um plano para regularmente dar uma apreciação verbal de seu marido. Tem sido dito que “o agradecimento é uma apreciação sincera dos benefícios que você tem recebido de outros”. As corporações têm descoberto que o fator mais motivacional não é o salário ou os benefícios. A maioria dos trabalhadores declara que a única coisa que os encoraja a trabalhar mais duro é uma expressão de apreciação por seus esforços individuais.

Se isso funciona numa corporação, vai funcionar no lar! O agradecimento expresso através do elogio é um das maiores motivações para qualquer um. Se você quiser que o seu relacionamento com seu marido torne-se mais satisfatório, é essencial que você desenvolva uma atitude de gratidão.

O elogio expresso a partir de um coração grato é essencial ao nosso andar com Deus. Nós, na verdade, entramos na presença Dele pelo louvor (Salmos 100:4), e a nossa fé Nele é provada por nossa vontade de agradecer a Ele em todas as circunstâncias – não importa o quão destrutivo nós possamos pensar que elas possam ser (1 Tessalonicenses 5:18, Rom. 8:28). Nós não aprendemos a andar com Cristo até que nós aprendamos a dizer, “Obrigado, Senhor, por ‘isso’! Eu não entendo isto, mas eu confio que Tu podes trabalhar isto para o meu bem porque eu Te amo”.

Não deixe passar um dia sem expressar gratidão pelo menos por uma coisa que seu marido disse ou fez durante essas horas. Lembra-se de como é mais agradável estar com pessoas que lhe fazem sentir-se especial do que com aquelas que não fazem isso? O Salmo 71 nos ensina que nós devemos louvar ao Senhor mais e mais. Por que não tentar um “Propósito para Elogiá-lo”. Se proponha a oferecer diariamente pelo menos cinco expressões de apreciação pelo seu marido durante 31 dias, e veja o que o Senhor pode fazer através deste serviço amoroso a seu marido!

7. Considere a sua compreensão das metas pessoais de seu marido. Deixe-o saber que você ora por estas metas e as apóia. As metas pessoais dele podem envolver aspirações de um avanço na companhia, uma educação mais elevada, disciplinas espirituais, ou um ministério especial. Encoraje docemente o seu marido durante períodos quando ele pode ter vontade de desistir e o elogie cada vez que ele atingir qualquer uma das metas.

8. Admire seu marido com maneiras não-verbais. Estudos sobre a comunicação entre maridos e esposas provaram que as palavras são

responsáveis apenas por 7 por cento da comunicação total deles. Trinta e oito por cento da comunicação marital são expressos pelo tom da voz, e 55 por cento por expressões faciais e linguagem corporal. Em outras palavras, quando você diz algo a seu marido, as palavras em si mesmas respondem apenas por apenas uma pequena porção do significado. Considere a frase "Eu amo você". Ela pode ser dita de uma maneira que comunica "é claro que eu amo você; eu pago as contas, não?" Ela poderia ser comunicada como, "Eu preciso desesperadamente que você supra as minhas necessidades agora mesmo". Ou, ela poderia ser expressa de uma maneira que diz, "Eu amo você e não posso viver a minha vida sem você!".

Aqui estão umas poucas maneiras não-verbais de mostrar ao seu marido que você o admira e que ele é importante para você:

- **Esteja atento às preocupações dele quando ele vier para casa depois do trabalho.** Não descarregue sobre ele o trabalho que as crianças deram ou o quanto você está exausta. Receba-o com um beijo e um sorriso.
- **Pareça tão atrativa quanto possível quando ele vier para casa.** Minha colega de quarto na faculdade compartilhou uma vez que todas as tardes a mãe dela se banhava e colocava um vestido novo, maquiagem e perfume para receber o marido depois do trabalho. Se isto não parece possível, pelo menos mantenha uma escova de cabelo, batom e perfume por perto, assim você pode fazer um pequeno "retoque" antes mesmo de você esperá-lo chegar.
- **Prepare refeições apetitosas.** Invista algum esforço extra para fazer do momento da refeição um momento familiar especial. Coloque alguns guardanapos de papel ou invista em guardanapos de pano. Use velas de vez em quando; coloque uma toalha de mesa, ou faça cartões que marcam o lugar. Coloque para tocar um pouco de música agradável de adoração. Dê graças a Deus que você está prestes a receber seus convidados para o jantar – as suas pessoas mais favoritas em todo o mundo – sua família.
- **Mostre interesse no mundo dele fora de sua casa.** Pergunte pelo trabalho, atividades, problemas e realizações dele. Evite dar uma resposta rápida para todas as dificuldades dele, ou uma correção para todos os seus enganos, ou criticar as decisões dele.
- **Escute atentamente focando os seus olhos nele.** Não continue escrevendo a lista do supermercado, falando ao telefone ou ainda pior – assistindo TV. Deixe tudo de lado quando ele quer falar. Quando ele

não tem que competir com a TV, pratos, ou até mesmo as crianças, ele saberá que você valoriza a comunicação dele com você.

- **Aprenda a ser sensível acerca de suas expectativas para com seu marido.** Isto é de vital importância. As expectativas podem ser um das forças mais destrutivas em seu matrimônio. Elas podem trazer uma decepção desnecessária e desânimo para você e seu marido. Não espere que ele seja outra pessoa. Não espere que ele seja um Super-homem ou o Apóstolo Paulo. Ame-o por ser um provedor, por ser fiel, e por ser seu.

9. Não deixe que nenhuma cunha seja formada entre vocês – humildemente busque o perdão de seu marido sempre que você ofendê-lo. Todos nós tendemos a evitar aqueles que nos ofendem. Quando nós éramos recém-casados, o John usou esta ilustração. Cada ferida ou ofensa que nós não perdoarmos ou não tratarmos poderia ser uma pequena cunha²⁴ de diferença entre nós. Se não a removermos, muitas pequenas cunhas se tornarão uma grande cunha resultando em separação e falta de comunicação.

Quando nós somos feridos, nós normalmente não queremos ouvir um simples “eu sinto muito”. Nós queremos saber se a pessoa reconhece que ela estava errada e que nos feriu. Talvez você tenha oferecido este tipo de desculpa: *“Eu sinto muito pelo que eu fiz; eu realmente não pretendi machucar você”*. Ou *“Eu sinto muito por dizer o que eu disse, mas você também estava errado”*.

Comunicações condicionais como estas deixam cunhas entre nós em nosso casamento. Ao invés, vão até o outro; olhem nos olhos um do outro dizendo: “Eu estava errado. Eu sinto muito. Por favor, me perdoe”. Meu marido chama essas de as dez palavras mais necessárias em um casamento. Você está comunicando, então, que vocês se importam um com o outro o suficiente para não deixarem um ao outro com os sentimentos machucados. Se o seu marido não a conduzir em oração, pergunte-lhe suavemente se vocês podem orar juntos - unindo assim os seus corações diante do Senhor. As Escrituras nos dizem para não deixarmos *“o sol se por sobre a nossa ira”* (Efésios 4:26).

10. Aprenda a ser o maior encorajador dele por deixar Deus enchê-la com louvor. Deus quer que o seu mais íntimo relacionamento terreno seja com seu marido. Louve a Deus pelo parceiro que Ele proveu. Memorize e medite em diversos versículos da Bíblia de louvor tais como

²⁴ Nota do Tradutor: Uma “cunha” é uma peça usada para servir de calço, e para firmar ou ajustar certas coisas.

aqueles em Salmos 98, 100 ou 103. Se comprometa a memorizar Provérbios 31:12: *“Ela lhe faz bem e não mal, todos os dias da sua vida”*.

Se você quer que seu marido anseie por um tempo de qualidade com você, então você deve aprender a consistentemente expressar uma atitude positiva. Pense em quando vocês estavam namorando e ele veio apanhar-lhe uma noite. Você o cumprimentou com reclamações e continuou a noite com críticas? Claro que não! Honestamente pergunte a si mesma: *Como eu ajo quando perto de convidados e estou com dor de cabeça? Ou, como eu ajo quando eu estou com pressa e eu me encontro com um amigo que tem problemas?* Nós normalmente achamos fácil, ou pelo menos necessário, ter uma atitude positiva ao redor de nossos amigos. Você não concordaria que nossos companheiros merecem a mesma consideração?

Quando eu fiz 40, meu esposo deu-me um presente muito apreciado. Ele perguntou-me o que eu queria para aquela ocasião especial e eu disse, “Por favor, escreva-me uma carta de amor como você fazia quando nós estávamos namorando e separadas pela grande distância”. O John escreveu uma carta e nele ele listou as “40 Razões Por Que Eu Amo Você”. Esse foi um presente muito memorável. Ela tem estado fixa no meu espelho durante anos agora, e todos os anos meu marido a atualiza com uma mais razão por que ele se casou comigo e ainda me ama.

Deixe Deus encher o seu coração e mente com louvor a Ele. Eu garanto que ele fluirá para o seu relacionamento com seu marido!

11. Você decide que tipo de amor você mostrará. O foco deste capítulo é sobre aprender a como amar e valorizar biblicamente os nossos maridos. Mas e se você não ama ao meu marido? Peça a Deus para encher seu coração e mente com Seu grande e incondicional amor. Para aprender mais sobre o verdadeiro amor estude 1 Coríntios 13. Um dos mais excitantes aspectos do verdadeiro amor é que Deus pode instilá-lo em nossos corações sem a presença de sentimentos afetuosos (Gálatas 5:22; Romanos 5:5).

O amor verdadeiro é totalmente diferente de afeto e paixão. Afeto e paixão nos alertam sobre as nossas próprias necessidades e nos fazem buscar a outros para suprir essas necessidades (João 15:11-13). O amor genuíno, como mostrado por Cristo, se torna consciente das necessidades dos outros e busca oportunidades para suprir essas necessidades. Um orador resumiu o verdadeiro amor desta maneira: “Eu vejo sua necessidade; por favor, permita-me supri-la”. Ou para parafrasear o Apóstolo Paulo, “ofereço-me para suprir as suas necessidades – as suas necessidades são o meu mestre” (Gálatas 5:13-14). O foco do amor genuíno não está em conseguir (o modo de Satanás); está em dar (o modo de Deus).

O verdadeiro amor nem sempre surge de sentimentos. Embora os sentimentos de afeto normalmente venham a seguir, o amor genuíno é primariamente uma escolha para suprir as necessidades de outra pessoa. Deus lhe amou tanto que Ele deu o Seu próprio Filho. Jesus Cristo Se entregou por você. Desenvolver um amor verdadeiro por seu marido é começar a vê-lo e valorizá-lo como Deus faz (João 3:16). É escolher cuidar porque ele é merecedor, e porque Deus verdadeiramente o ama. Você decide. Escolha o seu próprio caminho ou escolha o plano de Deus. Conforme você obedece a Palavra de Deus em João 15:11-13, você será recompensado com alegria e paz. Você suprirá as necessidades mais profundas de seu marido e sua vida será inundada com a paz e a alegria dada por Deus.

QUESTÕES PARA GUIAR O ESTUDO:

1. A escolha de fazer o que seja que for necessário para suprir as necessidades mais profundas de seu marido é uma escolha para valorizar o que Deus valoriza. A habilidade para fazer isto deve fluir de um amor à semelhança de Cristo. Leia Colossenses 3:12-18. Como esta passagem se aplica à suprir amorosamente as necessidades de seu marido?

2. As esposas amam seus maridos espiritualmente. Isto requer seguir a liderança e submeter-se à direção dele, o qual nos identificará com o plano de Deus para nossas vidas.

Leia 1 Pedro 3:1-6. Como a sua própria conduta como uma esposa está à altura desta passagem? Nas áreas onde você é fraca, peça ao Senhor por capacitação para cumprir o papel que Ele lhe deu como uma esposa (1 João 5:14-15).

Leia Tito 2:4-5. Liste os sete elementos que Deus está procurando em sua vida de forma que a Palavra de Deus seja honrada em seu matrimônio.

3. Esposas cheias da Palavra amam seus maridos fisicamente. Isto requer dar do nosso amor para alegrá-lo, o que satisfará ao homem de deus em nossa vida.

Leia Cântico dos Cânticos 4:9-11. Nesta passagem, você pode sentir como estava alegre o Rei Salomão com a intimidade física de sua

amada esposa? Esta é uma alegria em sua própria vida? Se não, peça ao Senhor por tal bênção de forma que você possa suprir melhor as necessidades mais profundas de seu marido.

Leia 1 Coríntios 7:3-5. O que esta passagem diz sobre a sua responsabilidade como uma esposa para satisfazer as necessidades físicas de seu marido em uma base regular?

4. Esposas cheias da Palavra amam seus maridos praticamente (mentalmente e emocionalmente). Isto requer honrá-los e encorajá-los, o que multiplicará a alegria de Deus em nossas vidas.

Leia Romanos 12:9-21. Esta passagem claramente identifica as características de uma vida cheia da Palavra. Uma esposa com este espírito amorosamente e graciosamente estará honrando e encorajando ao seu marido. Medite nesta passagem e, depois, faça uma lista de maneiras práticas que Deus revelou para você melhor servir às necessidades mais profundas de seu próprio marido.