



"Ocupar-se zelosamente numa boa causa"

Notas e transcrições do programa

Descrição geral do podcast:

FollowHIM: Um podcast *Vem, e Segue-me* com Hank Smith e John Bytheway

Você já sentiu que a preparação para sua lição semanal do *Vem, e Segue-Me* não foi suficiente? Junte-se aos anfitriões Hank Smith e John Bytheway enquanto eles entrevistam especialistas para tornar seu estudo do curso *Vem, e Segue-Me* de A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias não apenas agradável, mas também original e educativo. Se estiver procurando recursos para tornar seu estudo novo, fiel e divertido - não importa sua idade -, junte-se a nós todas as quartas-feiras.

Descrições de episódios de podcast

Parte 1:

O que é interrupção e como ela afetou os primeiros santos? A irmã Whitney Johnson explora o tema da interrupção no desenvolvimento pessoal e espiritual e examina o que é necessário para estar "ocupar-se zelosamente".

Parte 2:

A irmã Whitney Johnson fala sobre a importância da observância do Dia do Senhor, da gratidão e da manutenção da fé em meio às dificuldades.

Códigos de tempo:

Parte 1 -

- 00:00 - Parte 1 - Irmã Whitney Johnson
- 02:45 Biografia de Whitney Johnson
- 08:01 *Manual do Vem, e Segue-me*
- 09:20 Como fomos parar no Missouri?
- 11:21 Como abordar o texto - a curva S
- 18:32 Outros desafios interessantes são necessários
- 20:05 Esperando Sião
- 24:36 Passado, presente e futuro nas bem-aventuranças
- 27:07 Citando Stevie Wonder e por que a vida é tão difícil
- 32:13 A irmã Johnson compartilha uma história sobre a morte de seu irmão
- 36:38 A importância do propósito
- 40:06 A preguiça só serve como exemplo
- 43:37 Desamparo aprendido
- 45:28 Histórico de Edward e Lydia Partridge
- 49:20 Lições de Clayton Christensen
- 53:32 Pergunte ao Senhor o que ele pensa de você
- 56:54 Reflexões sobre o encontro com Emma Smith
- 1:01:32 - Fim da Parte I - Irmã Whitney Johnson

Parte 2 -

- 00:00 - Parte 2 - Irmã Whitney Johnson
- 00:07 Tecnologia O propósito do Sabbath e das gratidões
- 04:40 Ação de graças e um coração feliz
- 07:07 Colocando fertilizante em um relacionamento
- 10:33 Heroísmo reconhecido em um post-it
- 13:39 Morrer em Sião
- 16:06 Foco! Sim, você!
- 17:17 Dicas e percepções de incentivo
- 21:36 A irmã Whitney Johnson compartilha seu testemunho de Jesus Cristo
- 28:31 Fim da Parte 2 - Irmã Whitney Johnson

Referências:

"Tema do Quórum do Sacerdócio Aarônico". Página inicial - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 1º de janeiro de 2020.

<https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/aaronic-priesthood-quorum-camp-guide/quorum-theme?>

"Seja o melhor acampamento que você já viu": Fundação da Família Barbara Barrington Jones: UT". BBJFamilyFoundation. Acessado em 27 de maio de 2025.

<https://www.barbarabarringtonjones.org/be-the-best-you-camp>

Benfell, Stan. "Ocupar-se zelosamente". Wayfare, 11 de junho de 2024.

<https://www.wayfaremagazine.org/p/anxiously-engaged>

Chase, Allison e Gordon Brown. "O homem que deu cabo do bastardo". Outside Online, 30 de junho de 2021. <https://www.outsideonline.com/adventure-travel/destinations/asia/man-who-knocked-bastard/>

Christensen, Clayton M. "Página inicial dos missionários do cotidiano". O Poder dos Missionários do Cotidiano". Acessado em 27 de maio de 2025. <https://everydaymissionaries.org/>

Denver, John. "Leve-me para casa, estradas rurais" (Versão Original)" YouTube. Acessado em 27 de maio de 2025. <https://youtu.be/Wh2kwpnQu6c?si=YaEvAbZ9eHP3meZD>

"Doutrina e Convênios 58-59". Manual do Vem, e Segue-Me - 2 a 8 de junho: "Ocupar-se Zelosamente em uma boa causa", 1º de janeiro de 2025.

<https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/come-follow-me-for-home-and-church-doctrine-and-covenants-2025/23-doctrine-and-covenants-58-59?>

Élder Dieter F. Uchtdorf, do Quórum dos Doze. "Não duvidar, não temer". Página inicial - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias. Acessado em 27 de maio de 2025.

<https://www.churchofjesuschrist.org/study/video/insights-from-the-apostles/01-doubt-not-fear-not?>

Élder Jack N. Gerard, da Igreja. "Agora é a Hora". Conferência Geral de Outubro de 2018 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 1º de novembro de 2018.

<https://www.churchofjesuschrist.org/study/ensign/2018/11/sunday-afternoon-session/now-is-the-time?>

Élder Jeffrey R. Holland, do Quórum dos Doze Apóstolos. "Não jogue fora, portanto, sua confiança". BYU Speeches - , 1º de março de 2000.

<https://www.churchofjesuschrist.org/study/ensign/2000/03/cast-not-away-therefore-your-confidence?>

Élder Jeffrey R. Holland, do Quórum dos Doze Apóstolos. "Esperando no Senhor". Conferência Geral de Outubro de 2020 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 4 de outubro de 2020. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2020/10/57holland?>

Élder Ronald A. Rasband, do Quórum dos Doze Apóstolos. "Por Desígnio Divino. Conferência Geral de Outubro de 2017 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 30 de setembro de 2017. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2017/10/by-divine-design?>

Farnes, Sherilyn. "Fato, ficção e tradição familiar: The Life of Edward Partridge (1793-1840), A vida de Edward Partridge (1793-1840), o primeiro bispo da Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos

Últimos Dias. BYU ScholarsArchive. Acessado em 27 de maio de 2025.

<https://scholarsarchive.byu.edu/etd/2302/>

Farnes, Sherilyn. "Não podemos ficar sentados em silêncio e ver nossos filhos morrerem de fome." An Economic Portrait of a Nineteenth-Century Polygamous Household in Utah". Acessado em 27 de maio de 2025. <https://rsc.byu.edu/business-religion/we-cannot-sit-down-quietly-see-our-children-starve>

Gladwell, Malcolm. "O ponto de inflexão: como pequenas coisas podem fazer uma grande diferença. Amazon - Malcolm Gladwell - O Ponto de Inflexão: Como Pequenas Coisas Podem Fazer uma Grande Diferença. Acessado em 28 de maio de 2025.

<https://www.amazon.com/Tipping-Point-Little-Things-Difference/dp/0316346624>

"Empresa de desenvolvimento de liderança". Página inicial da Disruption Advisors, 22 de maio de 2025. <https://thedisruptionadvisors.com/>

"Partridge, Edward." Biografia de Edward Partridge - josephsmithpapers.org. Acessado em 27 de maio de 2025. <https://www.josephsmithpapers.org/person/edward-partridge>

"Polly Peck Knight." História dos Santos, 10 de agosto de 2015.

<https://historyofthesaints.org/polly-peck-knight/>

Presidente Dieter F. Uchtdorf Segundo Conselheiro na Primeira Presidência. "Grato em qualquer circunstância". Conferência Geral de Abril de 2014 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de abril de 2014. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2014/04/grateful-in-any-circumstances?>

Presidente Russell M. Nelson Presidente da Igreja. "O nome correto da Igreja". Conferência Geral de Outubro de 2018 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 7 de outubro de 2018. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2018/10/the-correct-name-of-the-church?>

Presidente Russell M. Nelson Presidente do Quórum dos Doze Apóstolos. "Alegria e sobrevivência espiritual". Conferência Geral de Outubro de 2016 - A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2 de outubro de 2016. <https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2016/10/joy-and-spiritual-survival?>

"Podcast de crescimento profissional". Disruption Advisors, 27 de setembro de 2024.

<https://thedisruptionadvisors.com/podcast/>

Rogers, Everett M. "Curva de Adoção de Inovação: Perfis de Segmentos de Adoção". Estratégias de alta tecnologia, 3 de abril de 2025. <https://www.hightechstrategies.com/innovation-adoption-curve/>

Saints, Volume 1, 23 de fevereiro de 2016.

<https://www.churchofjesuschrist.org/study/history/saints-v1?>

Shlain, Tiffany. "Tech Shabbat". TiffanyShlain.com. Acessado em 27 de maio de 2025.
<https://www.tiffanyshlain.com/tech-shabbat>

"Página inicial da Southern Virginia University". Southern Virginia University, 23 de maio de 2025. <https://svu.edu/>

O Coro do Tabernáculo na Praça do Templo. "A comovente história por trás de 'Está tudo bem com minha alma'". Coro do Tabernáculo, 12 de maio de 2025.
<https://www.thetabernaclechoir.org/articles/it-is-well-with-my-soul.html?>

Wattles, Wallace Dellois. "A Ciência de Ficar Rico/Capítulo 7". Wikisource, a biblioteca on-line gratuita. Acessado em 27 de maio de 2025.
https://en.wikisource.org/wiki/The_Science_of_Getting_Rich/Chapter_7

Informações biográficas:



Whitney Johnson é CEO e cofundador da Disruption Advisors, um dos principais pensadores em gestão do mundo, de acordo com a Thinkers50, e apresentador do popular podcast Disrupt Yourself.

--Autoridade líder em mudança organizacional, classificada entre os 10 principais pensadores em gestão pela Thinkers50 em 2021;

--CEO e cofundador da Disruption Advisors e autor do best-seller do WSJ, Smart Growth:

--Fundador do Disruption Innovation Fund com Clayton Christensen e ex-analista premiado de ações de Wall Street

- Apresenta o podcast Disrupt Yourself, cujos convidados incluem Simon Sinek e Brene Brown.
- Formou-se em música na BYU; serviu como missionário no Uruguai
- Vive em Lexington, VA, onde ele é professor na SVU e eles servem na estaca YSA; têm dois filhos em processo de lançamento.
- Como família, eles gostam de assistir a K-Dramas, cultivar framboesas, amoras e morangos e fazer geleia caseira.

Aviso de uso justo:

O *podcast Follow Him com Hank Smith e John Bytheway* pode fazer uso de material protegido por direitos autorais, cujo uso nem sempre foi especificamente autorizado pelo detentor dos direitos autorais. Isso constitui um "uso justo" e qualquer material protegido por direitos autorais, conforme previsto na seção 107 da Lei de Direitos Autorais dos EUA. De acordo com o Título 17 U.S.C. Seção 107, o material deste podcast é oferecido publicamente e sem fins lucrativos, para uso público ou na Internet para comentários e fins educacionais e informativos sem fins lucrativos. Isenção de direitos autorais De acordo com a Seção 107 da Lei de Direitos Autorais de 1976, é permitido o uso justo" para fins como crítica, comentário, reportagem, ensino, bolsa de estudos e pesquisa. Nesses casos, o uso justo é permitido.

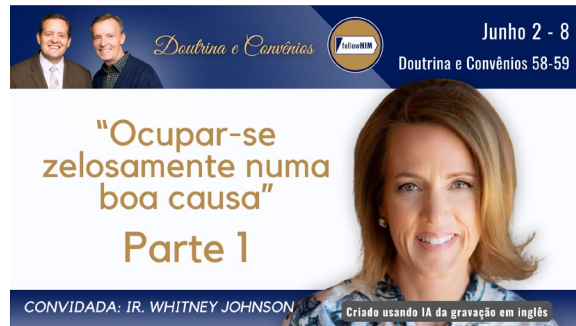
Nenhum direito autoral é reivindicado.

O conteúdo é transmitido para fins de estudo, pesquisa e educação.

A emissora não obtém lucro com o conteúdo transmitido. Isso se enquadra nas diretrizes de "Uso Justo":
[.www.copyright.gov/fls/fl102.html](http://www.copyright.gov/fls/fl102.html)

Observação:

O *podcast Follow Him com Hank Smith e John Bytheway* não é afiliado a A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias nem à Universidade Brigham Young. As opiniões expressas nos episódios representam apenas o ponto de vista do convidado e dos podcasters. Embora as ideias apresentadas possam variar dos entendimentos ou ensinamentos tradicionais, elas não refletem de forma alguma uma crítica aos líderes, políticas ou práticas de A Igreja de Jesus Cristo dos Últimos Dias.



Hank Smith:	00:00	A seguir, neste episódio do followHIM.
Irmã. Whitney Johnson:	00:03	Quando penso em disrupção, sobre a qual falo com frequência, essa ideia de disrupção pessoal, eu a descrevo quando estou no local de trabalho como um processo deliberado de autorrenovação. Portanto, vou repetir. A ruptura é um processo deliberado de inovação pessoal. Você está optando por religar seu cérebro. Você está deixando de ser quem é atualmente para ser quem pode ser, mas se você realmente se esforçar, o que é isso? É o arrependimento.
Hank Smith:	00:35	Olá a todos. Bem-vindos a mais um episódio de followHIM. Meu nome é Hank Smith. Sou seu anfitrião. Estou aqui com meu co-apresentador, John Bytheway, que descreverei assim, tem um bom coração e semblante alegres, não com muito riso, isso é pecado, mas com um coração alegre. Então, John, há uma parte disso que é realmente necessário, um coração e semblante alegres, não com muito riso, pois isso é pecado. Acho que isso significa zombar das pessoas, John, e você não deve fazer isso.
John Bytheway:	01:04	Talvez precisamos falar sobre essa parte. Sim, acho que muitas pessoas podem ter dúvidas sobre essa parte.
Hank Smith:	01:09	Espero que isso não ocorra em meu julgamento. John, hoje temos a companhia de nossa amiga Whitney Johnson. Whitney, obrigado por estar aqui.
Irmã. Whitney Johnson:	01:17	Feliz por estar aqui.
Hank Smith:	01:18	Estamos muito felizes por tê-lo conosco. Estou ansioso por isso há muito tempo. John e eu conhecemos Whitney desde nossos dias de palestras na estrada, há muito tempo, mas agora falamos na estrada, mas ficamos em casa. É uma coisa meio estranha o que fazemos. John, seções 58 e 59. Finalmente estamos em Missouri. Diga-me o que está achando.

John Bytheway:	01:38	Eu sei, Hank, que um de seus tópicos favoritos são as expectativas que não são atendidas, e eles entram e dizem que isto é Sião! Isto é, isto é Sião? Este é o lugar, é como em Salt Lake. Isso faz parte de todo esse pano de fundo; o que estávamos esperando e o que recebemos?
Hank Smith:	01:56	Você está certo, John. O Senhor sabe, porque logo no início ele diz: "Uau, uau, uau, uau, uau". Vamos falar sobre o que vai acontecer aqui. Sim. Whitney, como você preparou isso, o que você quer fazer hoje? O que vamos aprender?
Irmã. Whitney Johnson:	02:10	Gosto muito da ideia de retomar as expectativas. Quero compartilhar com vocês uma estrutura sobre aprendizado e crescimento que acho que será muito útil para pensar sobre a experiência que tiveram em Independence. Também quero compartilhar com vocês algumas ideias que tenho sobre o arrependimento usando a ruptura pessoal, ou seja, uma estrutura de ruptura e como penso sobre a mudança em um ambiente secular, mas depois compará-la com o que temos em termos de nossa esfera espiritual. Quero falar um pouco sobre a experiência que Edward Partridge teve, seu chamado e o quê, como ele se sentiu profundamente inadequado, e quero falar um pouco sobre essa experiência e como isso se aplica a nós.
Hank Smith:	02:54	Esse é um episódio perfeito, e eu adoro essas duas seções. Agora, você e eu conhecemos a Whitney, pode apresentá-la? Temos uma convidada e tanto esta semana.
John Bytheway:	03:05	Sim, nós conhecemos. Hank, eu achava que conhecia a Whitney, vi a biografia e pensei: "Uau". E então fiquei muito empolgado porque pensei que tinha que perguntar a ela sobre isso. Whitney se formou em música na BYU e serviu como missionária no Uruguai, e tenho que parar porque meu filho Timothy está na Missão Oeste de Montevideu neste momento. Você sabe.
Irmã. Whitney Johnson:	03:25	Que maravilha. É claro que, quando eu estava lá, era uma missão. Era todo o Uruguai.
John Bytheway:	03:31	Sim.
Irmã. Whitney Johnson:	03:32	Que lugar lindo.
John Bytheway:	03:33	Sim. Recentemente, na Conferência Geral, foi anunciado um templo, e ele era de Rivera?
Irmã. Whitney Johnson:	03:38	Sim, em Rivera, no Uruguai.

John Bytheway:	03:40	Muito emocionante. Agora há outra coisa sobre a qual eu gostaria de conversar com você. Whitney é uma das principais pensadoras em gestão do mundo. Ela é CEO e cofundadora da Consultor de Disrupção . Na verdade, ela fundou esse fundo de inovação em disrupção com Clayton Christensen . Esse é o mesmo Clayton Christensen que escreveu O poder dos missionários do dia a dia?
Irmã. Whitney Johnson:	04:02	Um e o mesmo? Tive o privilégio de trabalhar com ele por cerca de 10 anos.
John Bytheway:	04:08	Oh, foi muito legal. A primeira vez que vi Clayton Christensen, pensei, uau. Ele se parece muito com Elliot Christensen, que foi um dos meus líderes de jovens quando eu era criança, e é o irmão dele. Isso é muito divertido. Ela tem um podcast Perturbe-se . Entre seus convidados estão Simon Sinek e Brene Brown. Ela mora em Lexington, Virgínia. Seu marido é professor na Universidade do Sul da Virgínia e eles servem em uma estaca de adultos solteiros. Eles têm dois filhos em processo de lançamento. Adoro essa frase. Eles gostam de assistir a K Dramas. Vi sua biografia e pensei: o que é um K Drama?
Hank Smith:	04:48	John, você não sabe.
John Bytheway:	04:50	Eu não sei.
Irmã. Whitney Johnson:	04:52	Então, durante a pandemia, não havia nada para assistir na televisão. Minha filha disse: "Ei, mãe, vamos assistir a esse drama coreano". Nós o assistimos. Acontece que assistimos a um e depois assistimos a outro, e depois assistimos a outro. Há ótimas histórias, ótimo desenvolvimento de arcos de personagens. É o que fazemos em família. Não é o Hallmark. É melhor do que o Hallmark.
Hank Smith:	05:16	E é. É melhor do que o Hallmark. John, não acredito que você ainda não tenha ouvido isso.
Irmã. Whitney Johnson:	05:19	Vocês estão perdendo!
John Bytheway:	05:20	Não, eu não sabia que eram K Dramas. Eu sabia que havia essa, sim, essa coisa com esses secos coreanos, mas não sabia que eram K Dramas e eu dirijo um Hyundai. Certo, tenho que continuar.
Irmã. Whitney Johnson:	05:30	Aqui está.

John Bytheway:	05:31	Agora, minha parte favorita aqui é que a família dela adora cultivar framboesas, amoras, morangos e fazer geleia caseira. Quando você chegar ao reino celestial, espero estar lá. Eles dirão: bem-vindo. Aqui está uma tigela de framboesas. Porque acho que as framboesas são uma fruta celestial. Elas são tão gostosas, não são?
Irmã. Whitney Johnson:	05:50	Eles têm.
Hank Smith:	05:51	E você também pode jogar um pouco de sorvete sobre eles. Não é mesmo?
John Bytheway:	05:54	Oh, Whitney, obrigado por estar conosco hoje.
Irmã. Whitney Johnson:	05:58	Feliz por estar aqui.
Hank Smith:	06:00	Maravilhoso. Agora só preciso fazer uma observação pessoal rápida, Whitney, por você estar na Universidade do Sul de Virginia . Isso tem um pedaço do meu coração lá. Você pensaria que ela se chama Buena Vista, Virginia. Mas não é. É Buena Vista, Virgínia. É um dos meus lugares favoritos. Só preciso fazer uma menção à família Knight, Glade, Kathleen e Megan, que tem a minha idade. Nós éramos amigas por correspondência quando éramos crianças. Eu adoro a Universidade do Sul de Virginia. Há um espírito de lugar que é inigualável em qualquer outro lugar.
Irmã. Whitney Johnson:	06:33	Realmente é. É um lugar muito especial. Quando você está aqui. Quase todo mundo que está aqui sente que foi chamado para estar aqui. Como se tivessem uma impressão espiritual de que preciso morar nesta cidade. Preciso estar afiliado a esta universidade. E agora temos a presidente Cordon, que foi presidente geral das Moças, como presidente da universidade. É incrível.
Hank Smith:	06:52	Quando penso nisso, costumo citar John Denver , ele é uma autoridade geral. John, não sei se você conhece o Elder, Elder Denver.
John Bytheway:	06:59	Élder Denver.
Hank Smith:	07:00	Sim, Elder Denver.
John Bytheway:	07:02	De onde ele é? Só estou brincando.
Hank Smith:	07:03	Ele disse em uma de suas músicas que estava voltando para casa, para um lugar onde nunca tinha estado antes e,

sinceramente, eu fui para lá e acabei de me formar no ensino médio. É assim que eu o descreveria, voltando para casa, para um lugar onde nunca estive antes.

- John Bytheway: 07:17 Quando Matthew, meu filho Matthew, foi para a missão em Charleston, Virgínia Ocidental. Minha esposa ligou o aparelho de som no Sequoia, dirigindo para o CTM, cantando "Quase Paraíso, Virgínia Ocidental" a plenos pulmões na oitava North, e eu estava ficando um pouco emocionado. Estou ficando velho, então tive dificuldade para cantar junto. Essa é a missão Charleston West Virginia, mas uma de suas áreas era a Universidade do Sul de Virginia. Matthew serviu lá e me mandava uma mensagem no dia P: "Oi Papa". Almoçamos com Robert Millett hoje. Estamos tipo, o quê? Isso seria divertido. Eu gostaria de almoçar com Robert Millett.
- Hank Smith: 07:52 Whitney. Se você vir o Bob por aí, diga a ele oi. Ele já esteve em nosso programa algumas vezes.
- John Bytheway: 07:57 Ele tem.
- Hank Smith: 07:57 Diga a ele que o amamos e sentimos sua falta, por favor.
- Irmã. Whitney Johnson: 07:59 Eu farei isso. Sim, com certeza.
- Hank Smith: 08:01 Vou ler um trecho do [manual Vem, e Segue-me](#). A lição chama-se Ansiosamente engajados em uma boa causa. Quando os élderes da Igreja viram pela primeira vez o local da cidade de Sião, Independence, Missouri, não era o que esperavam. Alguns pensaram que encontrariam uma comunidade próspera e trabalhadora com um forte grupo de santos. Em vez disso, encontraram um posto avançado pouco povoado, sem a civilização a que estavam acostumados e habitado por colonos rudes da fronteira, em vez de santos. Acontece que o Senhor não estava pedindo que eles simplesmente viessem para Sião. Ele queria que eles construíssem Sião. Quando nossas expectativas não correspondem à realidade, podemos nos lembrar do que o Senhor disse aos santos em 1831. Não podeis contemplar com vossos olhos naturais, no tempo presente, o desígnio de vosso Deus e a glória que se seguirá depois de muita tribulação. Sim, a vida é cheia de tribulações e até mesmo de iniquidade, mas ainda podemos realizar muita justiça, pois o poder está em nós. Isso é maravilhoso. Agora, Whitney, tudo bem antes de passarmos a palavra a você se eu questionar John um pouco? John, estamos mais ou menos na metade de Doutrina e Convênios. Perguntamos a quase todos os convidados: como fomos parar no Missouri? John, tenho que

ver se você está ouvindo, nos dê o resumo de John Bytheway de como chegamos ao Missouri e o que leva à seção 58.

- John Bytheway: 09:31 É muito divertido ter uma visão geral. Uma das coisas que você me ajudou a ver, Hank, foi que há um monte de santos de Nova York. Há Colesville, Fayette e Harmony. Então, quatro missionários são chamados para ir até as fronteiras dos lamanitas no caminho. Eles param em um pequeno lugar chamado Kirtland, ou ouvi dizer que se chama Mentor. Parley Pratt disse: "Tenho um amigo aqui. Quero ir visitá-lo, e esse amigo é Sidney Rigdon. Eles se sentam com Sidney Rigdon e ele diz: "Tudo bem, vou pegar seu livro e verei o que ele tem a dizer sobre minha fé", e ele decide ler o Livro de Mórmon. Ele se convenceu de sua veracidade. Lembro-me do número de 127 santos que se filiaram à Igreja. Por causa da perseguição, algumas outras coisas aconteceram em Colesville e em outros lugares. O Senhor disse: "Vão para Ohio". Bem, eles vão para Ohio. Agora, aqui está a parte que sempre me surpreendeu, Hank, quando aprendi a história da igreja. Não demorou muito tempo para que essas pessoas arrancassem tudo, suas vidas e suas coisas e fossem para Ohio e o Senhor dissesse: "Na verdade, Sião fica no Missouri.
- Hank Smith: 10:37 Oh, você está a cerca de um terço do caminho. Nem mesmo isso. Você está a cerca de um quarto do caminho.
- John Bytheway: 10:42 Não há e-mail, não há estradas, rodovias, vias expressas para chegar lá. É uma época difícil, porque a igreja tem duas sedes quando está tentando começar, e acho que vamos falar sobre Edward Partridge hoje para ser bispo em Independence, e quando começamos, eles estão caminhando e indo. Adoro a introdução do manual. Não é uma Sião pré-construída, você tem de construí-la. Como me saí, Hank?
- Hank Smith: 11:07 Excelente. Acho que a Dra. Utt da semana passada. Ela ficaria muito orgulhosa de você, portanto, Emily, se estiver ouvindo, talvez precise mandar uma mensagem para o John e lhe dar os parabéns. Whitney, obrigado por aguentar isso. Acho que são cerca de 13 ou 14 grupos de missionários que chegaram ao Missouri em agosto. Não consigo imaginar que isso é o que o Senhor dá a eles quando chegam lá. Whitney, com isso, como você gostaria de abordar o texto aqui?
- Irmã. Whitney Johnson: 11:35 Para mim, em termos de estudo das escrituras, gosto de lê-las e depois ver que experiência estou tendo com elas. Em particular, vejo o que sei, o que aprendi de uma perspectiva secular que começa a se cruzar com as escrituras para que eu possa compará-las a mim mesma. O que achei que seria útil fazer

como ponto de partida, ao pensarmos nessa experiência que eles estão tendo, a parte de gerenciamento de expectativas, é compartilhar com vocês uma estrutura que normalmente compartilhamos com as empresas que consultamos e aconselhamos quando estão tentando gerenciar mudanças. A estrutura é chamada de curva S do aprendizado. Para aqueles que não estão familiarizados com essa curva S de aprendizado, a curva S em si é conhecida como [curva de adoção](#). Ela foi originalmente popularizada por um homem chamado Everett Rogers na década de 1960, e ele a utilizou para entender a rapidez com que uma inovação seria adotada.

12:28 O que fizemos então, quando eu estava trabalhando com Clayton Christensen no Fundo de Inovação Disruptiva, foi usar a curva S para entender, ok, com que rapidez uma inovação será adotada e faz sentido comprar essa empresa como investimento ou não? Como estávamos aplicando isso em investimentos, tive essa percepção, esse aha, de que poderíamos usar a curva S para entender como é o crescimento e como ele é sentido. O que ela faz é responder a três perguntas. A primeira é: por que é tão difícil começar algo novo? A segunda é por que, uma vez que você começa, torna-se fácil? E a terceira é: por que você pode ser muito bom em alguma coisa e sentir que não consegue mais continuar fazendo isso? Eis o que acontece no seu cérebro quando você está fazendo algo novo, como ir para Independence, Missouri: seu cérebro tem essa hipótese do que será necessário para que eu passe da base da curva para o topo da curva, e ele está executando esse modelo preditivo.

13:26 Quando você está na primeira parte da curva, o que chamamos de ponto de lançamento, você está executando esse modelo preditivo. A maioria de suas previsões é imprecisa sobre como será o resultado, portanto, há uma lacuna nas expectativas, porque essas previsões são imprecisas. A dopamina, que é um mensageiro químico do prazer, cai. Portanto, a experiência que você tem é de se sentir sobrecarregado, desanimado, frustrado e impaciente. Você pode se sentir como um impostor. Você pode se sentir como: "Eu achava que essa era uma ideia muito boa e agora não tenho tanta certeza". Essa é a experiência que eles estavam tendo. O que é fascinante, porém, sobre o ponto de lançamento da curva é que, quando você está lá, o crescimento está realmente acontecendo muito, muito rapidamente. Matematicamente, ele está ocorrendo em seu ritmo mais rápido, mas não é aparente. Não é óbvio, portanto você não consegue vê-lo, e a experiência que você tem é que o crescimento parece lento.

- 14:28 Agora, há duas outras partes da curva. Vou examiná-las rapidamente e depois voltaremos a nos concentrar no ponto de lançamento da experiência que estamos tendo. Você tem aquele ponto de lançamento em que o crescimento parece lento. Então, em algum momento, se você permanecer com ele e disser: "Sim, vou construir a Zion aqui", você chegará a um ponto de inflexão. Ouvimos [Malcolm Gladwell](#) popularizar, anos atrás, o conceito de um ponto de inflexão em que você passa para a parte mais elegante e íngreme da curva. O que acontece aqui é que o crescimento agora não é apenas rápido, ele parece rápido. O que está acontecendo com a dopamina é que, como você está tendo surpresas positivas, surpresas emocionais positivas, a dopamina aumenta porque suas expectativas estão começando a ser superadas, porque seu modelo preditivo está funcionando cada vez mais, você sabe o que esperar. Você sabe como construir a comunidade. Você sabe onde estão as ruas.
- 15:15 Você conhece todo mundo na comunidade. Então, começa a se sentir muito confortável. Ok, este é o nosso lar. Ou seja, você tem o ponto de partida em que o crescimento parece lento. Você tem o ponto ideal em que o crescimento é rápido e parece rápido, e então você chega a esse lugar chamado domínio, que é um lugar muito interessante porque o que está acontecendo aqui é que você descobre as coisas. Seu modelo preditivo agora funciona. É como um programa de computador que você depurou, ele funciona, mas você não está mais aprendendo nesse ponto, a dopamina não está sendo muito utilizada. Agora você tem um dilema, pois, por um lado, você gosta muito de estar no topo da curva S, mestre em tudo o que pesquisa, portanto, gosta muito de estar em sua missão, mas já está lá há 23 meses. Você gosta muito de ser um especialista na universidade, mas agora é um veterano.
- 16:07 Você gosta de ser um especialista, mas como seu cérebro precisa de mais dopamina, ele precisa continuar aprendendo. Você tem um dilema. Você fica aqui e para de aprender ou pula para uma nova curva? Uma metáfora que gosto de usar é pensar em escalar uma montanha. Nunca escalei uma montanha, mas acho que essa metáfora é muito adequada. Um alpinista lhe dirá que qualquer altitude acima de 28.000 pés é conhecida como a zona da morte. Você está tão alto que seu cérebro e seu corpo começam a morrer. Quando se está no topo de uma curva em S, não se está mais aprendendo. Seu cérebro e seu corpo literalmente começam a morrer e, portanto, você precisa pular para a base de uma nova curva em S, e é assim que o ciclo de crescimento se parece. Agora, ao pensar sobre isso, você provavelmente está vendo alguns

paralelos. O que acontece na igreja? Toda vez que você começa a sentir que sou muito bom em ser professor de jovens.

Hank Smith: 17:02

Eu tenho isso.

Irmã. Whitney Johnson: 17:04

Eu tenho isso. Sou uma ótima professora primária. Ah, sou tão boa tocando piano no programa das Moças. Vamos atrapalhar você. Vamos lhe dar um chamado totalmente novo. Para mim, quando penso na curva em S, obviamente não é isso que ensino em um ambiente secular, mas o que me interessa é que essa é uma maneira de pensar sobre a progressão eterna. Crescemos e depois atingimos um patamar, depois crescemos mais um pouco, depois atingimos um patamar e depois crescemos mais um pouco. Essa é uma estrutura que uso para me ajudar a pensar quando estou fazendo algo novo, quando me sinto desconfortável, quando me sinto desconfortável quando estou em uma nova cidade, como Independence, e não sei como será. Estou no ponto de lançamento da curva e isso normaliza a experiência. É muito, muito útil.

17:53

Voltando à sua pergunta sobre expectativas no ponto de partida, há uma lacuna muito grande entre o que é e o que você pensou que seria. Mover-se ao longo de uma curva S é um exercício de gerenciamento de dopamina. No ponto de lançamento, suas expectativas são muito altas, e no ponto ideal, elas estão em uma espécie de equilíbrio e domínio, elas são muito baixas, então, às vezes, Deus lhe dá um novo chamado, diz: vá para uma nova cidade, vá para Independência, porque precisamos que você aprenda algo novo. Deixe-me fazer uma pausa por um segundo e ver se vocês têm alguma observação ou comentário rápido antes de eu continuar.

Hank Smith: 18:32

Whitney, ao ouvi-lo explicar o modelo da curva S, lembrei-me de uma citação que raramente uso, mas que adoro. Trata-se de [Edmund Hiller](#), o primeiro homem a chegar ao topo do Monte Everest, e foi isso que ele disse. Enquanto estava no topo do Everest, olhei para o vale em direção ao Grande Pico Makalu, acho que esse é o nome dele, e elaborei mentalmente uma rota e como ele poderia ser escalado. Isso me mostrou que, embora eu estivesse no topo do mundo, não era o fim de tudo. Eu estava olhando para o futuro, para outros desafios interessantes.

Irmã. Whitney Johnson: 19:09

Bingo.

Hank Smith: 19:09

Isso não é ótimo? Como se eu tivesse chegado lá em cima e estivesse aqui.

Irmã. Whitney Johnson: 19:13	Sim.
Hank Smith: 19:13	Certo. Qual é o próximo passo?
Irmã. Whitney Johnson: 19:14	Sim, e é lindo porque o crescimento é nossa configuração padrão. O Pai Celestial nos programou para crescer. Falamos sobre a mentalidade de crescimento, que todos nós temos até não termos mais, mas se você entender esse modelo, ele o ajudará a fazer o que você sabe que está programado para fazer e a passar por alguns desses lugares que parecem um pouco acidentados.
John Bytheway: 19:35	Ontem mesmo, eu estava conversando com meus filhos sobre esse padrão em minha missão. Assim que me sentia confortável em uma área, eu era transferido e surgia um novo desafio ou um novo chamado. Você disse que isso é o que o Senhor faz de propósito. Hank, mais uma vez, você encontrou exatamente a pessoa certa para falar sobre isso. Essa perturbação é uma expectativa, mas não tão rápido, meu amigo. Você está sendo perturbado, e isso faz parte de um processo de crescimento. Eu adoro isso.
Hank Smith: 20:05	Sim. Whitney, posso lhe fazer uma pergunta sobre a expectativa deles? Quando João nos contou a história, ele acertou em cheio. Eles tinham expectativas muito altas em relação a como isso seria, e o Senhor parece, não acho que esteja tentando desencorajá-los, mas talvez vocês voltem a mim aqui. Se você ler o versículo três, não pode ver com seus olhos naturais, no presente, o desígnio de seu Deus com relação às coisas que virão depois, e a glória que se segue. Sim, coisas boas estão chegando depois de muita tribulação. Será que o Senhor estava tentando estabelecer expectativas para eles?
Irmã. Whitney Johnson: 20:43	Essa é uma ótima pergunta. O prazo deles era diferente, certo? Eles diziam: "Então, Deus, você nos prometeu algo, chegamos aqui e quero isso no próximo minuto. E ele dizia: "Não, você vai conseguir, mas eu lhe darei o brinquedo em uma hora". Havia um grande descompasso. Somos muito jovens. Além de pensar nesse modelo básico, a igreja naquela época era basicamente uma organização iniciante, como uma empresa iniciante, mas eles tinham essa grande ideia audaciosa. Ela está ancorada em visitas celestiais. Vocês tiveram essa invocação perturbadora com Joseph Smith, e eu penso em como isso deve ser para nós, e eu estava tentando pensar em um exemplo moderno de Whitney, e acho que poderia ser algo como: "Eu fui ao Templo de Richmond porque é o nosso templo. Embora realmente queiramos um aqui, Pai Celestial, estou sentindo o Espírito e depois estou a caminho de casa.

	21:33	<p>Sofro um acidente, recebo uma multa por excesso de velocidade e, ainda por cima, quando chego em casa, há louça na pia. É simplesmente difícil. Além disso, acho que eles provavelmente tinham TEPT. Leman Copley tem uma vasta área de terra, ele os convida para entrar em suas terras e depois os expulsa. Agora, vamos colocar isso em termos de qual é a sensação para nós? Imagine que Hank, você convidou John para ir à sua casa. Venha para nossa casa. Vamos alimentá-lo e, no meio da noite, você acorda a família dele e o expulsa de sua casa, provavelmente proferindo algum tipo de palavrão, ou você tem um emprego em que o chefe diz: "Queremos que você trabalhe para mim". Então ele o demite. Eles tinham TEPT, portanto, não só tinham isso, como também não era o que esperavam nem o momento em que esperavam.</p>
	22:24	<p>Eles tiveram muitos erros ou contratempos e tinham TEPT. Por isso, sinto uma enorme compaixão por eles, pela experiência que estavam tendo e pelos questionamentos que faziam. Então, eles chegam lá e dizem: "Espere, espere, espere, espere". O que foi? Você nos disse para estarmos aqui, agora isso é terrível. E eu estava relendo o livro do Élder Packer, Luz de Deus. Aqui está a citação que ele diz. A parte espiritual e a parte emocional de nós estão tão intimamente ligadas que é possível confundir um impulso emocional com algo espiritual. E quero relacionar isso à curva em S. Quando você está no ponto de lançamento de uma curva, você se sentirá desconfortável. Então, pode começar a dizer: isso não está sendo muito bom. Será que Deus realmente me disse para estar aqui? porque isso é, isso está sendo muito desconfortável. Talvez eu não devesse estar em uma missão. Isso é ruim. Mas uma das coisas que acabamos resolvendo é que é aí que entra nossa fé. É aí que entra o Élder Hollands, "Não lances fora, pois, a tua confiança", para poder dizer: "Tudo bem, você me disse para estar aqui. Você disse que seria assim. A sensação é ruim neste momento. Portanto, a curva S o ajuda com isso, mas vou ter fé, como você disse, que eventualmente meus olhos não poderão ver, mas eventualmente será o que eu quero que seja.</p>
Hank Smith:	23:47	<p>Quantas vezes isso já aconteceu na vida? John, vou convidá-lo em breve para ver se você pode experimentar isso.</p>
John Bytheway:	23:54	<p>Vamos tentar isso. Sim, vamos, sim, vamos fazer isso.</p>
Hank Smith:	23:56	<p>Mas com que frequência isso acontece na vida? Isso vai ser ótimo. Depois, encontro uma série de dificuldades. Você quer pensar que eu vou ser fiel. Vou levar isso até o fim. Mas você está certo. Todos esses pensamentos vêm à tona. Talvez isso nunca tenha sido certo, em primeiro lugar.</p>

Irmã. Whitney Johnson: 24:11

Será que eu realmente deveria ter aceitado aquele emprego? Deveria ter me mudado para aquela nova cidade? Deveria ter realmente me casado com aquela pessoa? Tivemos essa confirmação espiritual. Então, as coisas ficam realmente difíceis ou não estão saindo do jeito que queremos e começamos a questionar. Essa estrutura permite que você acesse a parte emocional que está ocorrendo, a parte neurológica, para que você possa separar a parte emocional da parte espiritual.

Hank Smith: 24:35

Isso é ótimo.

John Bytheway: 24:36

Lembro-me de que, há quatro anos, começamos com Doutrina e Convênios. Você pode ler um versículo das escrituras muitas vezes sem que ele o prenda, mas uma vez você o lê e ele o prende, e o versículo três simplesmente me prendeu. Acho que esse é um versículo excelente: você não pode contemplar com seus olhos naturais no momento presente. Deus planejou isso. Adoro o fato de Deus ter um plano para as coisas que virão depois. Quando falamos sobre o Antigo Testamento, o que José diz quando seus irmãos, ele diz: "Deus fez isso para o bem". Deus tinha um plano o tempo todo. Esse é um versículo que diz a mesma coisa. Olho para todas as bem-aventuranças que soam como se Jesus estivesse em uma terra oposta. Aqui estão todas essas pessoas que vêm para ouvir, bem, na verdade não são os abastados, os ricos e os independentes que são abençoados, na verdade, são os pobres de espírito. Eles ficam pensando, o quê? Sim, abençoados são os mansos. Espere, do que ele está falando quando Jesus disse, bem-aventurados são, isso é o tempo presente, pois eles serão. Isso é o futuro. Aqui está uma realidade presente, aqui está uma possibilidade futura. Esse versículo resume essas três coisas. O versículo três tornou-se um dos meus favoritos em Doutrina e Convênios porque, sim, eu também. Você é perturbado, então o que faz?

Irmã. Whitney Johnson: 25:52

Sim, e você sabe. É interessante. Eu estava pensando no que você acabou de descrever sobre o desígnio, o seu Deus em relação às coisas que virão depois disso, e então [o Élder Rasband](#) falou recentemente sobre o desígnio divino. Pensei em compartilhar uma experiência pessoal que aconteceu não faz muito tempo. Foi muito interessante para mim porque, em minha bênção patriarcal, sempre fui ensinado a me proteger contra o desânimo e a decepção. O que eu realmente sempre me concentrei foi no desânimo. Eu estava no Arizona visitando minha mãe. Ela é bastante idosa e frágil, e sua vida está chegando ao fim em um futuro não muito distante. Ao conversar com ela, me vi contemplando minha própria mortalidade, o que acho que acontece, especialmente com seus pais. Eu tinha ido ao templo e, enquanto estava sentado no

templo, tive esse pensamento, pois acho que, às vezes, quando nossa vida está prestes a terminar, podemos pensar no que poderia ter acontecido se isso tivesse acontecido, se eu tivesse vivido aqui. Se, se isso tivesse acontecido, as coisas poderiam ter sido diferentes. Tive esse pensamento, acho que foi obviamente um estímulo do Espírito, de que a decepção é uma tentação tanto quanto o desânimo. Quando pensamos na ideia de designação, somos designados para algo, somos designados para ir a algum lugar, somos designados para fazer algo.

27:07 Quando você se decepçiona ou fala sobre como as coisas deveriam ter sido, está quase dizendo que não está confiando em Deus. Tenho uma citação favorita maravilhosa, Stevie Wonder, porque tenho que citar Stevie Wonder, que disse que você pode apostar sua vida nisso e duas vezes o dobro que Deus sabia exatamente onde queria que você fosse colocado. Ao contemplar esses versículos e essa experiência que eles estavam tendo, me vi disposto a dizer: "Não estou ali, mas onde estou é bem aqui. Estou no ponto de partida da curva em S na Independência, e isso, à sua maneira, para usar um trocadilho ruim, é muito libertador.

Hank Smith: 27:49 Temos uma perspectiva interessante aqui que obviamente os santos não têm. Enquanto lemos isso, sabemos que os próximos oito anos para essas pessoas serão tempos após tempos, tempos de dificuldade, provação, dor, decepção. Ao lermos isso, pensamos: "Pessoal, vocês estão ouvindo? Haverá muita tribulação. Acho interessante o fato de termos quase o ponto de vista do Senhor aqui, conhecendo o futuro.

Irmã. Whitney Johnson: 28:21 Hum-hum. O que, de certa forma, é muito arrogante de nossa parte, não é?

John Bytheway: 28:24 Eles estão no meio do caminho. É difícil.

Hank Smith: 28:28 Se você fosse falar com eles naquele momento, eles diriam, bem, não, isso vai ser ótimo. Você quase quer cobrir os olhos. Não, isso vai ser muito difícil. John e Whitney, essa é uma pergunta para toda a vida. Dê-me o que você tem aqui. De vez em quando me perguntam. Tenho certeza de que você também. Por que tem de ser tão difícil? Por que tanto? E o Senhor parece explicar a glória que virá depois de muita tribulação, pois depois da tribulação vêm as bênçãos, e ele faz uma lista de todas as grandes coisas que acontecerão. Alguma coisa lhe vem à mente quando um jovem, especialmente à medida que envelhecemos, fica um pouco mais, sabe de uma coisa? Posso ver as bênçãos que vieram das coisas difíceis. Já falei sobre essa família antes, John, mas conheço um jovem

casal com filhos pequenos, uma filha pequena que tem leucemia, e eles estão se esforçando ao máximo para viver o evangelho e criar uma família, e isso está acontecendo com eles. Sabe, esses dois são muito fiéis, mas percebo que às vezes eles pensam: "Por que isso tem de ser tão difícil?"

Irmã. Whitney Johnson: 29:30

Não tenho uma boa resposta. Penso em algumas pessoas próximas da minha família porque é muito difícil. É muito difícil para elas ter fé porque sentem que Deus não se importa. É nesse ponto que sua fé realmente precisa ancorá-lo e você precisa tomar uma decisão. Costumávamos morar em Belmont, Massachusetts, e havia uma família lá, então estávamos sentados na escola dominical e esse homem disse que seu nome era Greg Sorenson. Ele disse: "Eu escolho acreditar, eu escolho isso". Quando se trata dessas situações, é muito difícil. Acho que a única coisa a que podemos voltar é que chegamos a esse ponto em que vamos escolher porque já tivemos testemunhos suficientes de que Deus está lá, que Ele se importa, que existe um plano. Nós nos agarramos a isso com toda a força que temos, mas ainda assim é muito difícil.

John Bytheway: 30:25

Fico imaginando se havia um garotinho chamado Jacó, que tinha um irmão chamado Néfi, que talvez tenha dito: "Pai, Leí, por que isso tem de ser tão difícil? E surgiu o capítulo dois do Segundo Néfi, um dos maiores capítulos do Livro de Mórmon. Bem, filho, deixe-me explicar a oposição em todas as coisas. Deixe-me explicar como Deus criou as coisas, tanto as que agem quanto as que sofrem a ação, e como podemos agir quando a vida age sobre nós. Deixe-me compartilhar que todas as coisas foram feitas na sabedoria daquele que conhece todas as coisas e que o homem é para que tenha alegria. Você não está 24 horas por dia, 7 dias por semana. Há oposição nisso. A alegria virá, mas, cara, essa é uma das grandes perguntas eternas e acho que Joseph Smith vai fazê-la na Cadeia de Liberty na Seção 121, vinte e dois e vinte e três também.

Hank Smith: 31:17

Um dos meus heróis, e John, sei que ela também é um dos seus, é a nossa produtora Shannon Sorensen. Quando o marido dela, Steve, faleceu, ele foi o nosso fundador. Falamos sobre ele com frequência. Shannon e eu estávamos conversando, e é claro que ela ficou arrasada com isso e chorou muito. Ela me dizia várias vezes: "Confio no plano. Confio no plano. Estou com o coração partido. Estou sofrendo. Não vou me voltar contra meu Deus. O que Néfi diz, John, eu sei em quem confiei.

John Bytheway: 31:53

Sim.

Hank Smith:	31:55	Whitney, temos pessoas ouvindo que, oh, as histórias que recebemos. Uma mulher nos disse: "Eu estava ouvindo o seu programa quando a polícia ligou e me disse que minha filha tinha morrido em um acidente de carro. Eu estava ouvindo o seu programa porque meu pai se suicidou e você está dizendo, como podemos ajudar?"
Irmã. Whitney Johnson:	32:13	Meu irmão mais novo, que tirou a própria vida há 10 anos, uma década atrás, sempre acreditou na ressurreição. Eu sempre acreditei que havia vida após a morte. Lembro-me de conversar com os amigos dele, a maioria dos quais não era de fé, e isso já aconteceu em muitas ocasiões, de conversar com as pessoas e simplesmente olhar para elas e dizer: "Sei que você não acredita que há vida após a morte, mas posso lhe dizer com toda a minha alma que acredito que você as verá novamente. Portanto, se você não acredita nisso agora, apegue-se ao que eu acredito. É isso que eu diria às pessoas que estão ouvindo: se não estão acreditando, se não estão sentindo isso agora, apeguem-se ao nosso sentimento e à nossa crença, porque Deus está lá.
Hank Smith:	32:59	Sempre me inspiro nas palavras de Jó: "Ainda que ele me mate, confiarei nele".
Irmã. Whitney Johnson:	33:07	Sim, ainda não cheguei lá.
Hank Smith:	33:10	Sim.
Irmã. Whitney Johnson:	33:11	Eu aspiro a ser. Bem, a próxima coisa que achei interessante falar é sobre o versículo 27, que diz: "Em verdade digo que os homens devem se empenhar ansiosamente em uma boa causa e fazer muitas coisas por sua própria vontade e realizar muita justiça". Acho que todos nós adoramos esse versículo, mas me peguei refletindo sobre ele e gostaria de compartilhar algumas ideias com vocês. A primeira delas é pensar sobre a palavra "ansioso". Há pouco tempo, encontrei um artigo em uma revista maravilhosa chamada Wayfare Magazine . Você já viu essa revista?
Hank Smith:	33:42	Hum-hum. Sim.
Irmã. Whitney Johnson:	33:43	Oh, é esplêndido. Havia um artigo de um homem chamado Stan Benfell, que é professor da BYU, e ele falou sobre ansiedade, como ela pode ser paralisante quando você está ansioso, e vou parafraseá-lo aqui. Ele disse que, quando estamos lutando contra a ansiedade, é como uma mosca, certo? Ela está sempre lá. Está pairando. É um espinho na carne. Ele disse que, quando

estamos sofrendo de ansiedade, às vezes podemos nos sentir como se fôssemos covardes e narcisistas, porque sempre que pensamos em fazer algo novo, nossa mente começa a pensar em todas as coisas ruins que podem acontecer. Você tem medo e, às vezes, sente que é um narcisista porque tem tanta dificuldade para sair da cabeça que não consegue pensar em mais nada. Mas então ele fez uma observação muito interessante que foi poderosa e reconfortante para mim. Ele disse que a melhor maneira de carregar a cruz da ansiedade é ser membro da igreja, ser um membro engajado da Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias.

34:34 E ele disse que parte disso se deve ao fato de que, na Igreja, temos chamados como o de bispo. Ele foi o bispo logo depois de Matt Holland, que agora é o Élder Holland, e ele disse: "Tenho certeza de que muitas pessoas ficaram desapontadas quando fui chamado, mas eu tinha um chamado e senti que essa ideia de não ser lançado fora, portanto, essa confiança, Deus me chamou para fazer isso. Estou ministrando a esta irmã, ou estou fazendo X, portanto, tenho um trabalho específico para fazer, o que torna mais fácil para mim estar ansiosamente engajado. Agora, sei que devemos fazer muitas coisas por nossa própria justiça, mas acho que isso pode se enquadrar na categoria de mandamentos, não de alguns. Eis o que quero que você faça, mas, dentro dessa faixa de seu chamado, preciso que você saia e se empenhe com ansiedade. Depois, ele também disse que, por causa da ansiedade, muitas vezes ele confia mais plenamente no Senhor.

35:23 Porque ele entra em uma situação e pensa: "Não sei se consigo fazer isso". Certamente sei como já me senti dessa forma, além de lidar com a ansiedade. Confiarei no Senhor mais do que se eu dissesse: "Eu sei fazer isso. Sou muito bom nisso. Vou orar e orar e orar e pedir a Ele que me ajude. Gostaria de falar um pouco sobre essa palavra, ansioso e ansiedade, porque acho que muitas pessoas sentem ansiedade. Queria falar sobre isso nessa parte do engajamento. Depois, na parte do engajamento, você sabe, no contexto da contratação de pessoas em nossa empresa, você quer pessoas que surpreendam e encantem. Isso é um engajamento ansioso. Pessoas que aparecem e você pensa: "Nossa, eu não esperava por isso. Nossa, eu não tinha pensado nisso. Nossa, você fez isso. Acho que esse é um belo exemplo de como é o engajamento ansioso no local de trabalho, e todos nós já estivemos em chamados com pessoas que foram além do esperado. Essas foram algumas das minhas reflexões sobre isso e, depois, voltando ao que você disse anteriormente, John, sobre essa ideia de que fomos feitos para agir e não para sermos agidos. Acredito firmemente nisso, no

poder de nosso arbítrio. Muitas vezes, aprendemos muito sobre a impotência, mas a realidade é que, às vezes, há ansiedade. É mais difícil de fazer do que parece à primeira vista.

John Bytheway: 36:38

Fiquei um pouco empolgado quando você falou sobre ter algo para fazer, Hank, quando você e eu estávamos nos jovens, tínhamos que memorizar um tema bem longo chamado Esteja preparado, e era isso. Lutei contra isso por cerca de um mês e meio. Finalmente consegui. Mas adoro o [tema do quórum](#) do sacerdócio Aarônico de hoje. Sou um filho amado de Deus e Ele tem uma obra para eu fazer. Mesmo que fosse apenas isso. É fantástico. Ele tem um trabalho para eu fazer, porque nele você tem propósito, tem valor, tem afirmação, então eu gosto disso. E o fato de estar ansiosamente engajado me fez pensar também na definição tão simples do Presidente Nelson. A melhor coisa que você poderia fazer para reunir Israel. Sempre que fizerem algo que ajude alguém de ambos os lados do véu a dar um passo para receber as ordenanças essenciais do batismo e do templo, vocês estarão ajudando a coligar Israel e isso nos dará algo para fazer, e adoro a simplicidade com que ele fez isso. As crianças da Primária conseguem entender isso.

Irmã. Whitney Johnson: 37:46

É interessante ouvi-la dizer isso, porque essa ideia de qualquer coisa que ajude alguém a seguir o caminho do convênio, tenho pensado com frequência sobre o trabalho que faço. Sim, eu trabalho e sou pago para fazê-lo, mas quando, muitas vezes, em sua profundidade, em sua essência, sinto, e tenho tido impressões espirituais de que, na verdade, o que estou tentando fazer é pregar o evangelho de uma forma que as pessoas possam ouvi-lo. É como encontrar as pessoas onde elas estão. É como encontrar as pessoas onde elas estão.

John Bytheway: 38:12

De uma forma que eles possam ouvir. Eu gosto disso. Sim.

Irmã. Whitney Johnson: 38:15

Você está mudando. Você pode progredir. Lembro que alguém me disse há alguns anos, quando eu estava montando a estrutura da curva S e pensando nessa ideia, que um colega me disse: Whitney, é interessante como você dá esses grandes saltos intuitivos. Depois, você tenta encontrar a pesquisa que a sustente, e eu pensei: sim, eu dou grandes saltos intuitivos porque o Pai Celestial me dá esses pequenos presentes. Aqui está essa ideia. Aqui está. Eu amo você, e essa é uma das minhas linguagens do amor.

Hank Smith: 38:48

Uma observação, Whitney, quando você diz que fala principalmente para públicos seculares, lembro que a primeira vez que falei para uma empresa, um membro da igreja disse: "Venha falar para a minha empresa". Eu disse: "Ah, eu não faço

esse tipo de coisa". Eles não gostariam de me . Ele disse: "Não, não, não, não. Isso vai funcionar. Mude algumas coisas. Você vai se sair bem. Eu estava tão nervoso. Eu estava tão nervosa. Acho que não dormi na noite anterior. Levantei-me e comecei a ensinar algumas das coisas que aprendi em meu programa de doutorado. Eles pareciam ser mais receptivos do que o público de santos dos últimos dias com quem eu havia falado. Fui até o fundo e conversei com algumas pessoas. Uma mulher estava chorando. Ela disse: "Você me fez chorar, sinto muito. Acho que você está certo. As pessoas anseiam por esses princípios. Você os ensina em diferentes ambientes. São princípios que levam as pessoas a Deus. Em direção à verdade.

Irmã. Whitney Johnson: 39:43

Hum-hum. Porque é um pouco aquela coisa de o peixe não reconhecer a água porque nadamos nesses princípios eternos.

Hank Smith: 39:51

Acho que é isso.

Irmã. Whitney Johnson: 39:53

É uma pérola de grande valor. Não vemos todas as coisas que sabemos e não sentimos a orientação que sentimos por causa do evangelho. Nem sempre o valorizamos. Não da mesma forma que alguém que nunca o ouviu antes.

Hank Smith: 40:06

Agora, quando alguém diz: "Ei, venha falar para o meu negócio. Claro, eles estão mais sedentos por coisas como essa. John, não sei de onde tirei isso. Pode ter sido [o Alex Baugh](#), mas ele apontou para o versículo 26 e falou sobre a palavra preguiçoso. Você se lembra do que ele disse? Ele disse que só pode haver uma boa razão para Deus ter criado a preguiça. Para servir de exemplo. Para ser um exemplo para nós. Porque se você já segurou uma preguiça ou observou uma preguiça, talvez se perguntarmos ao Senhor, o que isso significa? Ele diria: "Ah, eu realmente fiz um desses para que você saiba o que não deve ser". Agora, haverá alguém que nos enviará um e-mail e dirá: "Na verdade, as preguiças são o máximo", portanto, desculpe se estou ofendendo um amante de preguiças por aí.

Irmã. Whitney Johnson: 40:52

Tenho certeza de que sim. Acho que em um determinado momento minha filha comprou um bicho-preguiça de pelúcia, portanto, esteja preparada.

Hank Smith: 40:57

Sim, e eles são adoráveis. Eles são adoráveis.

Irmã. Whitney Johnson: 40:59

Elas são adoráveis. Só podem ser.

John Bytheway: 41:00

Eles abraçam você. Eles se agarram a você.

Irmã. Whitney Johnson: 41:02	Eles não sobreviveriam evolutivamente se não fossem adoráveis.
John Bytheway: 41:04	Eu sei.
Hank Smith: 41:05	Certo? Sim. Alguém vai ficar com eles e mantê-los seguros. Preguiçoso, lento. Tão lento. Não consigo fazer com que você faça nada. Parece que desde cedo o Senhor os está ajudando. Ajudando-os. Ajudando-os, mas Ele quer que eles mesmos comecem a ganhar impulso. Adorei o que você disse antes: fique na sua faixa, fique na sua mordomia, mas mova-se, mova-se. A outra palavra aqui é engajado, e a única razão pela qual eu me referi a ela é porque trabalho na BYU, e essa é uma palavra sobre a qual falamos bastante. Eu me engajei. Eu fiquei noivo, certo? Fiquei noivo no último fim de semana. Fiquei noivo. Uma coisa que notei, talvez seja assim em todos os lugares, mas especialmente na BYU, é que as pessoas noivas são obcecadas por seu noivado. Só pensam nisso. É só disso que falam. Não conseguem se concentrar em mais nada.
Irmã. Whitney Johnson: 42:00	E nenhum de nós fez isso, é claro. Nenhum de nós fez isso.
Hank Smith: 42:03	Eu nunca, nunca fiz isso. Gosto dessas duas comparações.
Irmã. Whitney Johnson: 42:06	Sim, isso é bom.
Hank Smith: 42:06	Não seja um preguiçoso. Lembre-se de como você era quando estava noivo. É isso que queremos. Esse tipo de paixão. Whitney, antes de continuarmos, você falou em desamparo aprendido. Não sei se todo mundo em casa sabe o que é isso, mas acho que é um ponto importante. Podemos parar por um segundo para que você nos ensine sobre o desamparo aprendido?
Irmã. Whitney Johnson: 42:27	Acho que a impotência aprendida acontece quando você se encontra em uma situação. Acho que muitas vezes isso acontece quando estamos crescendo ou no local de trabalho, quando tentamos fazer alguma coisa e somos esmagados. Não, você não pode fazer isso. Isso não faz sentido. Você é grande demais para suas calças, etc. Você chega a um ponto em que pensa: "Ah, acho que não consigo fazer isso". Você meio que para de tentar. Você desiste. Você pensa, oh, não é possível para mim fazer isso. Você aprendeu a ficar desamparado. Vemos muito isso e é por isso que a surpresa e o prazer no local de trabalho são tão surpreendentes, porque as pessoas dizem: "Bem, não estou feliz no trabalho. Então, faça algo a respeito. Não sei se posso, porque meu chefe pode não querer que eu

faça. Ou não há tempo, e há todo esse desamparo em que as pessoas semearam completamente seu arbítrio, o que vai contra tudo o que sabemos, mas isso acontece muito. Muitas vezes isso acontece, ou a raiz disso está no fato de que, quando éramos muito jovens, tivemos muitas situações em que tentamos fazer algo e, de alguma forma, fomos repreendidos ou desencorajados a fazê-lo, e então começamos a desistir.

Hank Smith:	43:34	Sinto que realmente não posso fazer nada a respeito dessa situação, quando na verdade você pode fazer muito.
Irmã. Whitney Johnson:	43:41	Hum-hum.
Hank Smith:	43:42	Mas eu me convenci, aprendi que não tenho poder.
John Bytheway:	43:48	Minha impotência surgiu naturalmente. Foi um presente que acabei de receber.
Hank Smith:	43:55	Você não precisou aprender isso.
John Bytheway:	43:56	Não, eu não precisei aprender. Agora eu ensino isso para outras pessoas.
Irmã. Whitney Johnson:	44:02	Você tem um doutorado em desamparo aprendido.
John Bytheway:	44:04	É isso mesmo. Eu ensino isso a outras pessoas. Peço a eles que se inscrevam e eles simplesmente não o fazem. Dizem que não sabem como fazer. O Hank já me ouviu falar sobre isso antes, mas um dia antes de eu ir para o CTM, meu pai pegou a caminhonete, foi até o Kmart, comprou tantos sacos de esterco, colocou no carrinho de mão, transportou para o quintal e eu estava lá fazendo isso durante boa parte do dia antes de eu dizer: "Não, não deveríamos ir ao Burger King ou algo assim? Comemorando ou você não deveria estar comprando gravatas para mim ou algo assim? Não. Vá para lá e comece a trabalhar. Não sei se esse era o projeto do meu pai. Eu aprecio muito essa ética de trabalho. Realmente aprecio, e isso também me fez pensar que eu poderia ir para o CTM para descansar um pouco.
Hank Smith:	44:57	Isso é muito engraçado. Às vezes, sinto como se meu pai dissesse: "Ei, tire esse dormente da ferrovia. Por quê? Eu o quero ali.
John Bytheway:	45:04	Apenas faça isso.
Hank Smith:	45:05	Sim. Agora acho que ele estava me deixando muito cansado para pecar. Acho que era isso.

John Bytheway:	45:10	É isso aí. Desgastar você.
Irmã. Whitney Johnson:	45:11	É uma boa estratégia. É uma boa estratégia.
Hank Smith:	45:12	Obrigado, Whitney. Obrigado por nos explicar isso. Acho que é uma coisa importante que podemos até ver em nossos próprios filhos em nossos esforços para protegê-los. Podemos ensiná-los que eles não podem agir. Eles não têm o poder de agir.
Irmã. Whitney Johnson:	45:28	O que eu gostaria de fazer a seguir é falar sobre Edward Partridge . Você poderia falar um pouco sobre quem ele era, como ele se uniu à igreja, o que ele foi chamado para fazer, como ele estava lutando em seu chamado, incluindo talvez até mesmo um trecho de sua carta para sua esposa Lydia.
John Bytheway:	45:45	Sei, por experiência própria, que Hank adora Edward Partridge.
Hank Smith:	45:52	Há pessoas que estão no Mundo Espiritual das quais sou o melhor amigo, mas elas ainda não sabem disso.
John Bytheway:	45:57	Eles ainda não sabem disso.
Hank Smith:	45:59	Edward Partridge é um desses. Quando eu o vir, vou abraçá-lo e ele vai dizer: "Quem é você? O que está fazendo? Para mim, Edward Partridge não é apenas incrível por causa da pessoa que ele é para mim. Ele representa um membro da Igreja nesse período inicial que não é tão conhecido. Ele não é Brigham Young, não é Joseph Smith. Ele não é Emma Smith. Ele está abaixo desse nível, acho que se pode dizer, mas ele trabalha e trabalha e trabalha e se sacrifica e doa. Assim como sua esposa, Lydia, se Sherilyn Farnes estivesse aqui, se ela estiver ouvindo, Sherilyn, ela realmente fez o trabalho de pesquisar os Partridges. Ela escreveu uma excelente tese sobre a família. Chama-se Fato, Ficção e Tradição Familiar, a Vida de Edward Partridge, o primeiro bispo da Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, Edward Partridge.
	46:57	Já falamos sobre isso em outros episódios, portanto não vou me aprofundar tanto quanto gostaria. Ele é um dos primeiros conversos da região de Kirtland. Quando os quatro missionários chegam a caminho do oeste, ele é basicamente eleito por sua comunidade. Ele é digno de confiança para ir ao encontro de Joseph Smith. Eles disseram: "Edward, confiamos em você. Vá se encontrar com ele. Volte e nos diga o que achou. Ele foi batizado. Ele se saiu muito bem na vida por meio de seu próprio trabalho árduo como chapeleiro. Acho que ele é membro há quatro meses e é chamado de primeiro bispo da igreja. Todos

os bispos que estão lá fora deram um suspiro de "oh, nada de manual". John, você serviu como bispo. Ele não é apenas bispo como o bispo da ala, ele também é o bispo presidente. Ele é responsável por todos os assuntos temporais da igreja. Ele faz parte desses grupos de missionários que vão para Independence.

47:51

O que vocês acham disso? Todos os outros podem ir para casa, exceto alguns de vocês. Vocês podem ficar no Missouri. Acho que foi Maclane Heward, Dr. Heward, quem nos contou que Edward e Joseph tiveram uma discussão bastante acalorada por causa de Sião, e vocês podem imaginar Edward dizendo: "Não posso fazer isso. Não posso fazer isso. E Joseph dizia: "Acho que você pensa que eu escolhi isso". E eles vão e voltam. No final, tudo fica bem. Eles acabam se desculpando, perdendo um ao outro e se tornando melhores amigos. Whitney, a carta a que você se referiu está em Saints. Há um link para ela no [Manual do Vem, e Segue-me](#). É um pequeno trecho. Ah, mas fico emocionado ao olhar para ela. Ele escreve para sua esposa Lydia, que achava que ele voltaria do Missouri, mas na verdade ela está indo para lá morar com ele. Ele escreve: "Temo que minha posição esteja acima do que posso realizar para a aceitação de meu Pai Celestial. Ore por mim para que eu não caia. Oh, ele é tão bom. Observo que o Senhor lhe diz para se arrepender de seus pecados. Se o Senhor está dizendo a Edward Partridge para se arrepender de seus pecados.

John Bytheway: 49:09

O que ele diria para mim?

Hank Smith: 49:11

Ah, cara. Cara, se eu dissesse, devo me arrepender de meus pecados? Ele diria, não, não parece bom, irmão. Obrigado por perguntar isso, Whitney.

Irmã. Whitney Johnson: 49:20

Sim, e era isso que eu queria abordar, porque eu realmente queria dar minha reação a essa experiência que ele teve. E é interessante porque, ao longo dos anos, ouvi muitas pessoas falarem sobre receber novos chamados na igreja e dizerem que sentem que não estão à altura desse chamado. Não sei se me senti assim, exceto quando estava em minha missão. Provavelmente senti que não estava à altura do chamado. Definitivamente, tive chamados em que me lembro de ter sido chamada para a presidência da Sociedade de Socorro da estaca e pensei: "Posso fazer isso, mas não quero fazer". Então, tive essa experiência. Além disso, acho que a reflexão para mim sobre isso e ouvi-lo falar sobre isso é que, se voltarmos à seção 29 de Doutrina e Convênios, versículo 34, onde o Senhor diz que todas as coisas são espirituais para Deus ou para mim.

- 50:01 E pensando nisso, uma das coisas que mais aprendi com Clayton Christensen, as pessoas perguntam: o que você aprendeu com ele? E eu aprendi muitas coisas, obviamente, mas uma que realmente ficou comigo é que ele não separava o secular do espiritual. Ele levava sua vida secular para a igreja em termos de sua proeza acadêmica, mas também não tinha medo de levar sua vida espiritual para o local de trabalho. E isso foi muito significativo para mim. Acho que estou reagindo a isso neste momento, em especial a essa carta, porque atualmente estou escrevendo outro livro. Senti-me muito motivado a escrever esse livro, mas quando olho para o crescimento espiritual e pessoal que teve de ocorrer para que eu chegasse ao ponto em que tenho o ponto de vista de que preciso escrever esse livro para escrevê-lo da maneira que quero, sinto que estou passando por tribulação, tribulação no sentido de dúvida.
- 50:54 Posso realmente fazer isso? Estou realmente disposto a isso? Por isso, me vi realmente conectado e relacionado ao que ele disse. Além disso, a ideia é que talvez Deus não nos dê oportunidades de desenvolvimento por meio de nossos chamados na igreja. Talvez seja por meio do nosso trabalho, mas se todas as coisas são espirituais para Deus, isso não importa. Simplesmente importa. Ele vai lhe dar essa oportunidade de desenvolvimento. Todas as coisas são iguais para ele. Talvez seja na igreja, talvez seja em casa, talvez seja no trabalho, mas Ele vai nos pressionar e nos estimular. Acho que se não tivermos essas experiências do tipo "não sei se posso fazer isso", não seremos humildes o suficiente. Lembro-me de que alguém me disse, anos atrás, que uma das razões pelas quais a vida precisa ser difícil, o que remete à pergunta que você estava fazendo ou colocando anteriormente, é que Deus nos ama o suficiente para querer que o procuremos.
- 51:47 E se não for difícil, não o faremos. Algumas pessoas são humildes assim, mas a maioria de nós não é. Então, isso foi algo que realmente me marcou. E também gostaria de falar sobre o arrependimento, onde, como você disse, você disse a ele, não se arrependa de seus pecados, que são a incredulidade e a cegueira de coração. Que ele tome cuidado para não cair. Gostaria de me concentrar na ideia de arrependimento por um minuto. Novamente, voltando à questão secular versus espiritual, é quando penso em ruptura, sobre a qual falo com frequência, essa ideia de ruptura pessoal. Eu a descrevo quando estou no local de trabalho como um processo deliberado de inovação pessoal. Portanto, vou repetir. A ruptura é um processo deliberado de inovação pessoal. Você está optando por religar seu cérebro, mas se afastando de quem você é atualmente para quem você pode ser. Mas, se você realmente

se esforçar, o que é isso? Isso é arrependimento. O Presidente Nelson chama isso de Metanoeo. Será que estou pronunciando corretamente?

Hank Smith: 52:45

Você está, sim.

Irmã. Whitney Johnson: 52:45

Certo. E onde ele diz que, quando Jesus pede que você e eu nos arrependamos, ele está nos convidando a mudar nossa mente, nosso conhecimento, nosso espírito, até mesmo a maneira como respiramos. Portanto, digo isso de forma reverente, mas realmente acredito que Deus é um fã da perturbação, porque o que ele realmente está nos pedindo para fazer quando estamos desabafando é perturbar a nós mesmos para que possamos nos aproximar dele. Acho que uma outra ideia rápida sobre isso, que é um pouco diferente, mas ainda assim acho que é poderosa para mim, é que eu estava pensando no profeta Joseph como um líder. Uma das coisas que descobrimos em nossa pesquisa é que as pessoas querem mudar, mas também anseiam por estabilidade. Elas anseiam por estabilidade em uma proporção de dez para um. Portanto, queremos mais disso por causa de nossa tendência à negatividade.

53:32

Temos a tendência de nos concentrar no que não está funcionando. Mas uma das melhores maneiras de estabilizar as pessoas é trazê-las para junto de nós, comunicando a elas que estamos aqui agora. É aqui que estamos na curva S. Eis por que estamos fazendo isso. Portanto, há todo esse propósito. Mas uma das coisas que o profeta Joseph fez de forma tão bela e generosa foi estar sempre disposto a dizer: "Oh, Edward, você quer saber o que o Senhor pensa? Vou perguntar a Ele. Sidney, você quer saber o que o Senhor pensa? Eu lhe perguntarei. Ele estava dizendo a eles: "Venham comigo nessa jornada. Veja como Deus se sente em relação a você. Eis o que Ele quer que vocês saibam. Assim, eles se sentiram comunicados de tal forma que se sentiram estáveis e ancorados o suficiente para que pudessem entrar nessa grande e audaciosa curva em S, que era aterrorizante e emocionante ao mesmo tempo. Farei uma pausa e verei o que vocês estão pensando.

Hank Smith: 54:29

Percebi que Whitney, em minhas experiências com o Senhor, gosta muito do arrependimento. Parece que sempre que ele está nas escrituras, esse é seu primeiro tópico, fé e arrependimento. E então, quando faço perguntas, gostaria de saber essa grande resposta. Geralmente, recebo algo como isso de volta. Adoro essa pergunta. Podemos nos concentrar no arrependimento só um pouquinho? Se a perturbação for o arrependimento, estou com você. O Senhor é um fã. Qual era mesmo a definição?

Irmã. Whitney Johnson:	55:02	É um processo deliberado de autoinovação.
Hank Smith:	55:06	Certo? Estou em um lugar confortável. Vou me sentar aqui por um tempo e depois não, deixe-me refletir. Deixe-me olhar para dentro. O que é possível em mim.
Irmã. Whitney Johnson:	55:16	Hum-hum.
Hank Smith:	55:17	O que posso fazer de diferente?
Irmã. Whitney Johnson:	55:18	E Deus lhe dirá muito gentilmente, super gentilmente.
Hank Smith:	55:21	Sim. Uau. E é assustador e maravilhoso ao mesmo tempo.
John Bytheway:	55:26	E, às vezes, quando o Senhor está me dizendo que preciso me arrepender, não, ele quer dizer arrepender-se. Em um sentido mais amplo, pare de fazer isso. Pare de pensar dessa forma. Mas ainda não consigo me livrar da ideia de por que a vida tem de ser tão difícil? E se você não se importa, posso citar o Élder Holland aqui?
Hank Smith:	55:46	É permitido em nosso programa. É permitido em nosso programa.
John Bytheway:	55:49	Ele ampliou algo que o Élder Maxwell havia dito. Ele disse, com desculpas ao Élder Neal Maxwell por ousar modificar e ampliar algo que ele disse uma vez, que eu também sugiro que a vida de alguém não pode ser ao mesmo tempo cheia de fé e livre de estresse. Simplesmente não funcionará deslizar ingenuamente pela vida dizendo, enquanto tomamos outro copo de limonada: "Senhor, dá-me todas as tuas escolhas, virtudes, mas certifica-te de não me dar tristeza, nem dor, nem oposição. Por favor, não permita que ninguém goste de mim ou me traia e, acima de tudo, não permita que eu me sinta abandonado por Ti ou por aqueles que amo. De fato, Senhor, tenha o cuidado de me manter longe de todas as experiências que o tornaram divino. E então, quando as dificuldades enfrentadas por todos os outros terminarem, por favor, deixe-me ir morar com você, onde poderei me gabar de como nossos pontos fortes e caráter são semelhantes, enquanto flutuo em minha nuvem de cristianismo confortável.
Irmã. Whitney Johnson:	56:47	Muito bom.
John Bytheway:	56:48	Então, isso é de um discurso chamado, Esperando no Senhor. Isso foi em 2021, Hank? Acho que foi durante a COVID.

Irmã. Whitney Johnson: 56:54	Adoro isso, porque me lembro de tê-lo ouvido dizer isso e achei útil, porque penso, vamos voltar a Emma Smith por um segundo. Como eu me sentiria se estivesse no reino celestial, que é o que eu quero ser, e ela estivesse lá e eu não tivesse tido experiências que me testassem o máximo possível. Acho que ficaríamos envergonhados.
Hank Smith: 57:19	Hum-hum.
Irmã. Whitney Johnson: 57:20	Como se não devêssemos estar aqui.
Hank Smith: 57:22	Sim. Uau. Whitney, posso lhe fazer uma pergunta de interrupção?
Irmã. Whitney Johnson: 57:25	Com certeza.
Hank Smith: 57:27	Mais tarde, quando o Senhor fala de arrependimento nos versículos 42 e 43, pergunto-me se estou vendo alguns paralelos com o que você está dizendo. Eis que aquele que se arrependeu de seus pecados é perdoado e eu, o Senhor, não me lembro mais deles. Gosto dessa ideia de ruptura. Seguir em frente. Não precisamos nos apegar ao passado. Vamos seguir em frente. Depois, este aqui, com isso vocês podem saber que, se um homem ou uma mulher se arrependerem de seus pecados, eles os confessarão e os abandonarão. Na ruptura, é a ideia de que finalmente confesso, finalmente vejo e reconheço que posso fazer melhor. Posso ser diferente. E então a coragem, acho que para deixar o lugar confortável e abandoná-lo.
Irmã. Whitney Johnson: 58:06	É uma coragem total. Se quisermos voltar à ideia de uma curva em S, quando você está se desestabilizando, você está basicamente no topo de uma curva em S. Porque quando falamos de uma curva em S, eu estava falando no contexto de crescimento, mas você pode estar em uma curva em S em que está super confortável. Pode não ser uma boa curva S, mas você está confortável. Portanto, quando você se interrompe, está pulando para o fundo de uma nova curva S em queda livre. Sim. Isso é muito desconfortável, com certeza. Outra coisa que costumo dizer com frequência é que o preço de um eu novo e melhor é o seu eu antigo. Lembrando que esse antigo eu serviu a você, serviu a você e é quem você é. Abrir mão desse antigo eu, pular para uma nova curva S, é assustador. E é doloroso abrir mão desse antigo eu para ser uma pessoa diferente.
Hank Smith: 59:00	O preço de um novo eu.
Irmã. Whitney Johnson: 59:03	É seu antigo eu.

Hank Smith:	59:03	É seu antigo eu.
Irmã. Whitney Johnson:	59:06	Também gostei do que você disse sobre confessar. Quando li "confessar", pensei: "Vou contar a todo mundo o que fiz". E às vezes isso é apropriado, mas às vezes não. Gosto de como você descreve isso, pois confessar pode ser apenas o que eu vejo.
John Bytheway:	59:19	Eu também tenho dificuldades.
Irmã. Whitney Johnson:	59:20	Eu reconheço isso. Estou ciente e aceito o fato de estar nesse lugar. Hmm. Muito bom.
Hank Smith:	59:27	A seguir, a segunda parte deste episódio.
Irmã. Whitney Johnson:	59:30	Farei uma palestra. São 45 ou 50 minutos. E quando eu terminar a palestra ou durante o curso da palestra, falarei sobre o uso de declarações do tipo "Eu sou" para ajudar as pessoas a mudar. Vou dizer isso de improviso, sabe, é notável para mim que Cristo, cujo nome era Eu sou, disse que essas palavras têm um tremendo poder criativo. Portanto, quando você diz "eu sou", está invocando esse poder criativo.



John Bytheway:	00:00	Continue ouvindo a segunda parte com a irmã Whitney Johnson, Doutrina e Convênio, Seções 58 e 59.
Irmã. Whitney Johnson:	00:07	Algumas outras coisas sobre as quais eu gostaria de pensar e refletir são os dias de sábado, seção 59, versículo 10. Porque em verdade esse é um dia designado para descansares de teus labores e prestares tua devoção ao Altíssimo; Ele estava falando sobre santificar o Dia do Senhor. Há alguns anos, deparei-me com uma citação que realmente adorei. É de Tiffany Shlain , que escreveu um livro chamado Vinte e Quatro e Seis. Ela disse: "E se pensássemos no descanso, pensando no Dia do Senhor, então ela pratica um Shabat tecnológico uma vez por semana? E se pensássemos no descanso como tecnologia? A promessa da tecnologia é que ela torna as coisas eficientes, economiza tempo e nos permite fazer as coisas. É incrivelmente simples. Ela literalmente exige que você não faça nada. O descanso é uma das tecnologias mais eficazes que existe. Ao lhe dar um dia inteiro de folga por semana das telas, das responsabilidades, de estar disponível, o que não é verdade na igreja, estamos muito disponíveis.
	01:05	Mas, ao permitir que você reflita e se conecte, o texto do Shabat se torna a tecnologia definitiva. É como uma atualização do sistema para mantê-lo funcionando em nosso mundo sempre ativo, o Dia do Senhor na verdade nos dá estabilidade. Participamos do sacramento toda semana. Vamos ao templo com a maior frequência possível. Lemos nossas escrituras. Oramos todos os dias. Todas essas são coisas que nos proporcionam descanso. Pensem no Dia do Senhor como uma tecnologia e pensem nele como uma forma de nos dar estabilidade para que possamos lidar com as perturbações e as coisas que estão acontecendo ao nosso redor. Quero falar sobre gratidão. Então, se você for ao versículo 15, ele diz: "E se fizerdes estas coisas com ação de graças, com o coração e o semblante alegres, sem muito riso porque isso é pecado, mas com o coração feliz e o semblante alegre".

01:53 Eu queria voltar a essa ideia de gratidão e voltar um pouco ao ponto de partida, quando os santos chegaram a Independence. Pensei muito sobre a palavra e a gratidão, porque acho que durante grande parte da minha vida eu ouvia que você recebe o que recebe e não se revolta. E há um versículo aqui em que o Senhor diz que, se você não for grato, invocará a minha ira. Eu pensei: "Sério? Será que ele realmente pensa assim? Mas então pensei sobre isso e pensei, ok, eu tive em 2012, então falei anteriormente sobre meu irmão ter tirado a própria vida. Em 2012, meu marido teve um pequeno susto com câncer. Tive um ano realmente desafiador profissionalmente. Naquele ano, tive essa epifania, essa compreensão de que Deus não estava me dizendo para ser grata porque precisava que eu fosse grata.

02:42 Ele estava me dizendo para ser grato porque eu precisava ser grato, porque se eu não fosse grato, eu me tornaria amargo. E se eu ficasse amargo, a amargura me consumiria. Se eu observar todas as pesquisas sobre gratidão, o que produz neurotransmissores, diminui os sintomas de depressão e ansiedade. Todas essas coisas neurofisiológicas maravilhosas que acontecem quando somos gratos. Há uma citação maravilhosa que adoro, de [Wallace Wattles](#), que diz que a lei da gratidão é a ação e a reação. Portanto, a oposição em todas as coisas é sempre igual e em direções opostas, como na física. Se sua gratidão for forte e constante, a reação será forte e contínua. O movimento das coisas que você deseja será sempre em sua direção. Você não pode exercer muito poder sem gratidão porque é a gratidão que o mantém conectado ao poder. Isso é secular, mas, ainda assim, acho que é poderoso. Mas o valor não consiste apenas em ser mais abençoado com o que você deseja no futuro. Sem gratidão, você não pode deixar de ficar insatisfeito com as coisas como elas são em relação à independência. Porque quando você se concentra no que não gosta, no que não é grato, mais disso vem para você também. Isso é realmente belo e poderoso sobre a importância da gratidão. E voltando aos nossos companheiros santos em Independence, Missouri, isso foi muito difícil. O Senhor estava apenas dizendo: concentre-se no que é bom. Tudo vai melhorar. A gratidão, para nós, muitas vezes se torna uma tábua de salvação. Esses foram meus pensamentos sobre essas duas seções.

Hank Smith: 04:19 Sim. E eles podem se unir, não podem? O Dia do Senhor e a gratidão. Você quase pode dizer a si mesmo: "Vou tirar o dia de sábado para me concentrar em minha gratidão". E posso imaginar as bênçãos. O Senhor diria que sim. O Senhor diria que sim, certo? É isso mesmo.

John Bytheway:	04:40	Ainda estou olhando para o versículo 15. Ação de graças, semblante de coração alegre. Não há muito riso. Acho que já conversamos antes sobre o que é alegria e o que é leviandade, e não são a mesma coisa. Coração alegre, semblante alegre em todas as suas idas e vindas, Hank e Whitney. Aposto que todos nós poderíamos dizer que algumas das pessoas mais felizes que conhecemos eram pessoas espirituais.
Hank Smith:	05:05	Ah, sim.
John Bytheway:	05:06	Também poderíamos dizer que suas vidas não foram fáceis. Para mim, é sempre uma lição incrível conhecer alguém e ver que a alegria que essa pessoa escolhe não parece estar ligada às circunstâncias de sua vida.
Irmã. Whitney Johnson:	05:25	Qual é a citação do Presidente Nelson sobre a alegria que sentimos que não tem nada a ver com o fato de que a vida é uma coisa boa?
John Bytheway:	05:30	A gratidão tem menos a ver com as circunstâncias de nossa vida e mais a ver com o foco de nossa vida. A gratidão é quase uma cura para tudo. Há tantas. Falamos sobre isso Hank, a gratidão é uma espécie de irmã gêmea da humildade.
Irmã. Whitney Johnson:	05:46	Mm.
John Bytheway:	05:47	Se você é grato, saiba que eu não ganhei isso. Fui simplesmente abençoado com isso. Isso é gratidão. Você se sente humilde por suas bênçãos e acho que elas andam juntas. Que belo versículo. E então o Senhor nos diz pelo que devemos ser gratos também. Quando lemos do versículo 16 ao 19, temos a sensação de que o Senhor é tão generoso. Falamos sobre framboesas antes, e sei que elas estão aqui em algum lugar. Se você fizer isso, a plenitude da terra será sua. Os animais do campo, os animais do ar, o que sobe nas árvores e anda sobre a terra. Sim, na erva e nas coisas boas que vêm da terra, quer para alimento, quer para vestuário, quer para casas, quer para celeiros, quer para pomares, quer para jardins, quer para vinhas. Sim, todas as coisas que vêm da terra em sua estação são feitas para o benefício e uso do homem. Ouçam isso, para agradar aos olhos e alegrar o coração. Sim, para o alimento e para o vestuário, para o paladar. Oh, framboesas. Obrigado. E para o olfato, para fortalecer o corpo e animar a alma. E Deus se agrada pelo fato de ter dado todas essas coisas ao homem, pois para isso foram feitas, para serem usadas. É como se Ele adorasse nos abençoar e nos dar essas coisas. Esses versículos mudaram um pouco meu foco, só de ler isso, certo?

Hank Smith:	07:07	Em minha aula de Novo Testamento deste ano, quero ouvir o que vocês pensam sobre isso. Estávamos lendo a história dos 10 leprosos e como Jesus os curou. E em um dos retornos, acho que é em Lucas 19, Jesus diz aos 10: "Vocês estão limpos". Ele diz para aquele que será curado. Aquele que volta. Então, eu pergunto aos meus alunos, meio que para prepará-los. Qual é a diferença? Eles dizem: gratidão. E eu pergunto: vocês não acham que os outros nove se sentiram gratos? Não acho que, se você perguntar a eles, eles são gratos por Jesus. Na verdade, não. Eu gostava de ser leproso. Todos eles são gratos. A diferença para mim não parece ser a gratidão. Parece ser a expressão da gratidão. De fato, dizer as palavras.
John Bytheway:	07:53	Ele se virou.
Hank Smith:	07:54	Isso parece ser o que torna alguém completo. Então, o que fizemos em nossa aula, e talvez qualquer pessoa possa fazer isso, foi dizer: "Quero que você pegue seu celular e mande uma mensagem para alguém dizendo o quanto você é grato. Não fiquem apenas sentindo. Não digam: "Ah, estou muito grato". Quero que pegue seu celular e mande uma mensagem com as coisas que recebi de volta. Diga-me o que você recebeu de volta. Ah, minha mãe disse que estava tendo um dia muito difícil e isso a animou. Ah, minha companheira de missão disse: "Não acredito que você me mandou uma mensagem hoje. Eu estava com muita dificuldade e eles acabaram indo almoçar. O que percebi é que sim, talvez eu tenha sido curado, mas ao expressar gratidão, os relacionamentos podem ser curados. Isso realmente aconteceu. E eles ficaram entusiasmados. Os alunos ficaram entusiasmados: "Quero fazer isso de novo". Certo? Então pegaram o celular e fizeram de novo. Parece-me que se eu quiser ajudar um relacionamento a crescer, expressar gratidão, gratidão genuína, gratidão sincera é uma maneira de colocar fertilizante em um relacionamento.
Irmã. Whitney Johnson:	08:57	Tenho duas ideias a respeito disso. Uma é quando pensamos em sentimentos, quando alguém fala sobre algo que não funcionou em particular, mas acho que isso também se aplica ao que funciona, pois é muito importante dar um nome a isso, dizer: "É assim que estou me sentindo. Estou experimentando isso. Porque quando começamos a dar nome a isso, sentimos um senso de controle ou poder sobre isso. Então, voltando ao senso de agência, ao nomeá-lo e ser preciso, seu corpo o torna consciente ou todos vocês o tornam consciente e, então, acionável. Essa é uma parte científica. Mas depois vou voltar à vela do Senhor do Élder Packer novamente e ele disse que uma coisa é receber um testemunho do que você leu ou do que outra pessoa disse. Esse é um começo necessário. Outra bem

diferente é ter o Espírito confirmando em seu peito que o que você testemunhou é verdadeiro. Você não consegue ver que isso será suprido à medida que você compartilhar, à medida que você der o que tem, haverá uma substituição com aumento. E isso se baseia muito bem no que você acabou de descrever, Hank.

- Hank Smith: 10:02 Fiquei agradavelmente surpreso com a reação dos alunos ao ver que realmente funcionava. Isso realmente funcionou. Foi muito legal vê-los dizer: "Fiquei mais próximo da minha mãe. Fiquei mais próximo do meu pai, do meu irmão.
- John Bytheway: 10:21 Sim, é muito simples. Pegue um post-it. Não é caro. Obrigado por ser minha mãe.
- Hank Smith: 10:29 John, você não recebeu um post-it uma vez e acho que o colocou na capa do seu livro?
- John Bytheway: 10:33 Eu falei. Minha esposa, alguém ligou e disse: "Ei, você poderia vir até aqui e falar? E eu tinha um daqueles voos da Southwest Airlines que saem às seis horas. Então, tive de me levantar às 4h30. Havia um bilhete na porta do chuveiro que minha esposa deixou dizendo: "Só quero que saiba o quanto aprecio os esforços heróicos que você faz para nos sustentar". E eu ri. Pensei que ela achava que eu estava sendo pago. E isso mudou completamente o humor que eu estava sentindo em relação a ir até esse lugar para falar. Na verdade, guardei o bilhete, e é por isso que você o viu, Hank. Eu o escaneei porque era como, oh, aqui está um bloco em espiral. Rasgue-o aqui, anote-o bem rápido. Não foi caro, não consumiu muito tempo, mas mudou todo o meu dia.
- 11:32 Agora, aqui estamos falando sobre isso 20 anos depois, mas, na verdade, isso me faz lembrar Hank e Whitney de uma irmã, [Barbara Barrington Jones](#). Antes de ser membro da igreja, ela costumava fazer um acampamento de educação continuada chamado Seja o melhor você. Era isso mesmo. Ela treinava moças que iam participar de concursos de beleza. Achei isso muito fascinante. Antes de ela ser membro da igreja, algumas dessas moças vinham e passavam semanas com ela. Um mês. Ela pedia que elas escrevessem cinco bilhetes de agradecimento por dia. Como isso ajuda você a competir? A opinião de Barbara era a seguinte: isso muda a sua aparência quando você é gentil. Isso muda sua personalidade e, por fim, muda seu semblante. Se você for uma pessoa gentil. Ela os fez escrever cinco notas de agradecimento por dia. Isso é fascinante?
- Irmã. Whitney Johnson: 12:27 Fascinante.

Hank Smith:	12:28	<p>Adorei. E é isso aí mesmo. Muito obrigado, corações e semblantes alegres. Whitney, gostei do que você disse. O Senhor disse: "Não preciso de gratidão. Você precisa de gratidão. Whitney, antes de começarmos a gravar, você me pediu para compartilhar brevemente a história de Polly Knight. Se nossos ouvintes estiverem prestando muita atenção, os Knights são uma das primeiras famílias a acreditar em Joseph Smith, além de sua própria família. Mesmo antes dos Whitmer, os Knights moravam perto de Emma Hale. Foi assim que ele os conheceu. Na mesma época em que conheceu Emma. Eles fazem parte desses santos de Colesville. Como Whitney nos ensinou, eles foram para a fazenda de Leman Copley e ficaram lá por uma semana, duas semanas, e ele os levou para fora e eles acabaram em Independence. E no caminho, aqui está o manual Vem, e Segue-me. Enquanto viajavam, a saúde de Polly começou a piorar, mas ela estava determinada a ver Sião antes de morrer. Ela estava em Missouri há apenas alguns dias quando faleceu. Doutrina e Convênios 59 foi recebida no dia de seu falecimento e pode se referir especificamente a ela. Primeira pessoa a ser sepultada em Sião como a conhecemos.</p>
John Bytheway:	13:40	<p>Vou ler o livro Santos. Ele está começando na página 132 para aqueles de nós que têm um dispositivo antigo chamado livros que têm números de página na parte inferior. Certo. Em um terreno a oeste do tribunal em Independence, Joseph colocou cuidadosamente uma única pedra para marcar o canto do futuro templo. Alguém então abriu a Bíblia e leu o Salmo 87. O Senhor ama as portas de Sião mais do que todas as moradas de Jacó. Coisas gloriosas se dizem de ti, ó cidade de Deus. Poucos dias depois, Polly morreu louvando ao Senhor por tê-la apoiado em seu sofrimento. O profeta pregou o sermão fúnebre e seu marido enterrou seu corpo em um bosque não muito longe do local do templo. Ela foi a primeira santa a ser sepultada em Sião. Como você disse, Hank, no mesmo dia, Joseph recebeu outra revelação aqui, seção 59, versículo um e dois. Bem-aventurados, diz o Senhor, os que subiram a esta terra com os olhos fixos na minha glória, de acordo com os meus mandamentos. Pois os que viverem herdarão a terra e os que morrerem descansarão de todos os seus labores.</p>
Irmã. Whitney Johnson:	14:45	<p>Está perfeito. Acho que o motivo pelo qual eu queria terminar com isso é que mencionei anteriormente sobre minha mãe, que está perto do fim de sua vida, e como o Élder Uchtdorf, naquele vídeo da biblioteca do Evangelho, fala sobre não duvidar, não temer, ela era obstinada. Ela sabia exatamente o que queria. Ela queria morrer em Sião, todos nós vamos morrer. E se pudéssemos ser mais determinados a morrer em Sião, mesmo sem saber quando vamos morrer? Havia algo nisso que era</p>

muito terno e doce para mim: como podemos nos ajudar a nos concentrar em morrer em Sião, mesmo que não seja iminente, para que, quando faltarem cinco anos, dez anos, quinze, vinte e cinco ou cinquenta anos, ainda estejamos naquele lugar. Eu estava ouvindo [o Élder Gerard](#) citar Joseph F Smith, que disse: "A maior conquista que podemos fazer neste mundo é familiarizar-nos com a verdade divina de forma tão completa". De volta ao lema dos jovens, tão perfeitamente que o exemplo ou a conduta de nenhuma criatura que vive no mundo pode desviá-los do conhecimento de que obtiveram seu conhecimento, de que são filhos de Deus e de que Deus tem uma obra para nós fazermos, foi lindo e poderoso para mim.

Hank Smith: 16:06

Você passou muito tempo no mundo secular. Já viu isso acontecer? Essa mentalidade única é para as pessoas? O que você diria? Qual é a importância disso?

Irmã. Whitney Johnson: 16:15

Isso é muito importante. Quero dizer, acho que é uma das razões pelas quais falamos tanto sobre foco. Acho que um dos desafios da mídia social é que as pessoas se distraem muito. Não conseguimos nos concentrar. Quero dizer, acho que esse é provavelmente um dos motivos pelos quais as palestras em conferências são mais curtas, porque as pessoas não conseguem prestar atenção por muito tempo. Falando sobre a parte da ansiedade. Quando ficamos meio agitados, não estamos concentrados em uma coisa só, e acho que a vida pode nos agitar. A capacidade de nos disciplinarmos o suficiente para nos concentrarmos em Deus, em Jesus Cristo, em nosso propósito aqui na Terra. É tremendamente difícil. Saber que você vai morrer, eu acho que concentra as pessoas. O desafio é manter o foco, mesmo quando não sabemos que vamos morrer.

Hank Smith: 17:02

Certo? Quando não há uma pressão.

Irmã. Whitney Johnson: 17:04

Hum-hum. Não há uma data de vencimento. Não há uma data de validade.

Hank Smith: 17:07

Sim, e pode ser que você aprenda a se concentrar usando o dia de sábado. Pode ser um momento para praticar a concentração.

Irmã. Whitney Johnson: 17:16

Com certeza.

Hank Smith: 17:17

Whitney, sabemos que teremos que dispensá-la em breve. Então, antes que isso aconteça, gostaríamos de lhe fazer algumas perguntas. Uma delas é para nossos ouvintes que estão desanimados. Falamos sobre isso antes, temos ouvintes que estão em todo o mundo. Temos até ouvintes, John, em sistemas

prisões. Nosso podcast é um dos que são permitidos em algumas prisões. Quando alguém está deprimido, Whitney, talvez não com um julgamento específico, ele simplesmente está deprimido. Para aqueles que não conhecem a Whitney, ela é uma pessoa que se esforça. Quando conversamos com ela, de repente sentimos nosso ritmo cardíaco aumentar, como se pudéssemos fazer isso. Então, Whitney, o que você diz para as pessoas quando elas estão deprimidas? Ou mesmo, o que você diz a si mesma quando fica um pouco desanimada?

Irmã. Whitney Johnson: 18:09

Eu, quando fico desanimada, tento me lembrar, porque quando realmente fico desanimada, é porque de alguma forma consegui um filme ou algo que está me impedindo de sentir que Deus me ama. Farei algumas coisas e, às vezes, tentarei ler minhas escrituras e ir à igreja. Às vezes, isso nem sempre é suficiente, mas acho que duas coisas que descobri que realmente me ajudam a afastar o desânimo são: ir ao templo. Mas a outra coisa que sempre fez uma enorme, enorme, enorme diferença para mim são as bênçãos do sacerdócio. Quando posso receber uma bênção do sacerdócio, e na verdade me sinto triste por muitos homens de nossa igreja, porque sinto que vocês não pedem bênçãos o suficiente. É nesse momento em que peço uma bênção, e quase sempre é do meu marido, que sinto que Deus me ama. Deus sabe quem eu sou. Eu posso fazer isso. Vou ficar bem. Vai dar tudo certo. Eu encorajaria qualquer pessoa que esteja ouvindo isso, não é preciso ser membro de nossa religião. Portanto, se você não for membro de nossa religião, estiver ouvindo e quiser receber uma bênção do sacerdócio, eu faria isso porque é uma oportunidade de sentir de uma forma realmente íntima e bela. O poder do sacerdócio e o poder do que Deus sente por você. Essa é provavelmente a minha opção quando estou me sentindo mais desanimado.

Hank Smith: 19:41

Isso é lindo. Não falamos muito sobre isso, não é John, e acho que ela está absolutamente certa. Como alguém que dá bênçãos do sacerdócio, não peço muitas.

John Bytheway: 19:51

Sim. Também acho que, falando sobre expectativas, o profeta Isaías abençoou a todos nós quando descreveu Jesus como um homem de dores que estava familiarizado com o sofrimento. Podemos ter tristezas e sofrimentos também. Então, adoro o fato de que, quando ele ouviu publicamente o Pai, o que o Pai disse? Este é o meu filho amado. Estou muito satisfeito. E depois voltou a ser um homem de dores, familiarizado com o sofrimento. Talvez, se pensarmos que todos os dias serão ótimos, bem, serão, seremos perturbados.

Irmã. Whitney Johnson: 20:28

Você acabou de me lembrar de algo que eu gostaria de compartilhar porque acho que pode ser útil para alguém. Lembro-me de quando fui desobrigada do chamado na Sociedade de Socorro da Estaca, o chamado que eu não queria. Eu realmente tentei servir bem. Lembro-me de que, quando fui desobrigada, nosso presidente de estaca fez um esforço para entrar em contato comigo e conversar comigo. Foi uma conversa muito espiritual em que ele disse: "Deus está satisfeito com o que você fez. Ele está feliz com seu trabalho e seu sacrifício. Quero fazer um apelo a todos que estão ouvindo isso, que estão liberando pessoas de chamados. Que usem isso como uma oportunidade para realmente perguntar ao Espírito e a Deus: o que essa pessoa precisa ouvir do Senhor por meu intermédio? Para saber que seu sacrifício é aceito.

Hank Smith: 21:18

Isso é lindo. Você pode oferecer a alguém.

Irmã. Whitney Johnson: 21:21

Muito.

Hank Smith: 21:22

Algo que talvez os impulse em direção à próxima curva S.

Hank Smith: 21:26

Onde eles pensam, eu gosto de minha vocação. Estou bem onde estou. Whitney, uma última pergunta. Onde moro e em minha carreira, estou cercado de santos dos últimos dias que acreditam. Trabalho na BYU com os que considero os melhores jovens adultos do mundo. Você, por outro lado, trabalha com muitas pessoas incríveis que não são santos dos últimos dias e, como John nos disse em sua biografia, alguns dos líderes de pensamento mais influentes do mundo. Nossos ouvintes gostariam de saber, com toda essa experiência que você tem, e também como membro da igreja, esposa e mãe, por que você acredita?

Irmã. Whitney Johnson: 22:05

Uma das coisas que tem sido muito bonita, falarei sobre por que acredito daqui a pouco, mas tem sido muito bonita, especialmente desde que [o Presidente Nelson](#) pediu que chamássemos a igreja por seu nome verdadeiro, a Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, porque estou disposta a fazer isso, e me identifico mais como cristã. Ao contrário de antes, que era como se eu fosse um mórmon. Descobri que, como consequência disso, consegui encontrar mais pessoas que têm fé. O que é bonito é que há muitas pessoas neste mundo que são pessoas de fé e simplesmente se esconderam. Vou lhe dar um exemplo. De vez em quando, eu faço uma palestra. São 45 ou 50 minutos e, quando termino a palestra ou durante o curso da palestra, falo sobre o uso de declarações do tipo "eu sou" para ajudar as pessoas a mudar.

- 22:53 Vou dizer isso de improviso, sabe, é notável para mim que Cristo, cujo nome era Eu sou, que essas palavras têm um tremendo poder criativo. Portanto, quando você diz Eu sou, está invocando esse poder criativo. Sempre que me dirijo a alguém, várias pessoas vêm até mim e dizem: "Obrigado por dizer que você é cristão, que você é uma pessoa de fé". Acho que essa é a primeira coisa que quero dizer: há tantas pessoas neste mundo que acreditam que, se estivermos dispostos a dizer que somos crentes, isso é lindo. Isso é algo que considero importante. Eu diria que é definitivamente um desafio. Lembro-me de que, na infância, quando conversava com meus amigos, nunca era do tipo: você acredita em Deus? Era do tipo: qual é a igreja que você frequenta? Você é metodista? Você é presbiteriano? Você é católico? Não era: você acredita em Deus ou não?
- 23:43 Agora realmente é, e eu ensinei mulheres por um tempo, tipo, elas acreditam em Deus ou não? Eu diria que alguns dos desafios são que, dentro da arquitetura da igreja e dos preconceitos da sociedade, às vezes, como mulher em uma igreja, na igreja, parece um pouco difícil. Eu tive que realmente lutar com essa questão de, por exemplo, será que Deus realmente me ama tanto quanto ama seus filhos, e cheguei à conclusão de que sim, ele ama, e certamente tive experiências em que às vezes penso: "Tudo bem, isso é realmente verdade? Será que isso é mesmo verdade? E então é muito útil poder confiar, mas confio no Élder Holland, no Élder Cook e no Presidente Nelson. Quando os ouço falar, isso me ajuda. Mas também há outras experiências mais pessoais, como, por exemplo, lembro-me de estar em minha missão e fazer essa mesma pergunta e caminhar por esse campo e ter essa experiência de lembrar-me de estar no templo, e acho que essa é uma das razões pelas quais o templo é tão importante e por que o profeta quer que vamos lá é porque ele nos permite ser como, isso é real.
- 24:46 Ela nos dá esse lembrete físico e tangível de que é real. Acredito que, por causa das bênçãos do sacerdócio que compartilhei com vocês, tenho estudado Reiki, que é um trabalho de energia e ajuda a entender a energia ao redor do corpo. Isso me ajudou a acreditar ainda mais no poder de cura de nosso corpo e em quem somos. Acredito quando leio as escrituras ou quando vou à igreja e ouço a Conferência Geral e ouço o Coro do Tabernáculo cantar [Está tudo bem com minha alma](#), que foi simplesmente lindo. Na maioria das vezes, acredito, porque quando penso se não acredito ou não, lembro-me do que Oliver Cowdery e o Senhor disseram a Oliver Cowdery: "Não falei de paz para sua alma? Sinto paz e penso, você sabe o que Pedro

disse, para onde mais eu iria? São todas essas experiências, algumas delas são tangíveis, outras intangíveis. É por isso que eu acredito.

Hank Smith:	25:39	Isso é maravilhoso. John, você não adora isso? Há Whitney Johnson's por aí. Eles são quase como o João Batista para os missionários daqui. Eles estão ensinando logo atrás deles. Um dia virão os missionários e essa semente já foi plantada no coração de alguém. Essa é a esperança. Agora eles sentiram algo.
John Bytheway:	25:57	O pensamento que me veio à mente foi: se você quiser mudar sua vida, converse com os anciãos e as irmãs que estão por aí. Sim.
Irmã. Whitney Johnson:	26:04	Muito bem dito. Isso é perturbação. Com certeza.
Hank Smith:	26:08	Isso é interrupção. Sim. Whitney, foi maravilhoso ter você aqui. Para todos que estão ouvindo, entrar na agenda da Whitney é um pouco difícil, mas eu consegui. Eu acredito em milagres. Foi maravilhoso. Muito obrigada.
Irmã. Whitney Johnson:	26:23	Ah, obrigada. Não consigo pensar em uma maneira melhor de passar uma tarde do que essa, falando sobre as coisas que mais importam para nós.
Hank Smith:	26:30	Sim. Ah, tem sido maravilhoso. Na verdade, a seção 59, versículo sete, diz: "Em tudo darás graças ao Senhor teu Deus", e sou grato por você, Whitney, e pela visão que nos ofereceu. Nunca vou me esquecer de que o preço de um novo eu é o velho eu. Uau. Com isso, queremos agradecer a Whitney Johnson por estar conosco hoje. Queremos agradecer à nossa produtora executiva Shannon Sorensen, aos nossos patrocinadores David e Verla Sorensen e, a cada episódio, lembramos do nosso fundador Steve Sorensen. Esperamos que se junte a nós na próxima semana. Precisamos falar um pouco mais sobre o Missouri no followHIM. Obrigado por se juntar a nós no episódio de hoje. Você ou alguém que você conhece fala espanhol, português ou francês? Agora você pode assistir e ouvir nosso podcast nesses idiomas. Os links estão na descrição abaixo. As notas e a transcrição do programa de hoje estão em nosso site. Siga-o.co. Isso mesmo, siga-o.co. É claro que nada disso poderia acontecer sem a nossa incrível equipe de produção. David Perry, Lisa Spice, Will Stoughton, Krystal Roberts, Ariel Cuadra, Heather Barlow, Amelia Kabwika, Irides Gonzalez e Annabelle Sorensen.

GOD HAS THE EARTH ON TIVO



- Hank Smith: 00:03 Olá, bem-vindo ao followHIM Favorites. É aqui que John e eu compartilhamos uma única história para acompanhar a lição de cada semana. John, estamos na seção 58 e 59. Os santos chegam ao Missouri, e o Senhor diz algo a eles que quero ler para você. Quero lhe contar uma história sobre como aprendi a lição que está neste versículo. É a seção 58, versículo três. O Senhor está dizendo: "Por agora não podeis, com vossos olhos naturais, ver o desígnio de vosso Deus com respeito às coisas que virão mais tarde nem a glória que se seguirá depois de muitas tribulações". Basicamente, o Senhor está dizendo: "Veja, você não pode ver o que eu vejo.
- John Bytheway: 00:45 Eu tenho o panorama geral.
- Hank Smith: 00:47 Quando as coisas ficam difíceis, não tem problema. Aprendi essa lição, John, com uma nova tecnologia. Talvez você se lembre dela. Ela se chamava TiVo. Você se lembra do TiVo?
- John Bytheway: 00:56 Sim. Era como um videocassete, mas digital.
- Hank Smith: 01:00 Você podia gravar a televisão ao vivo e rebobiná-la ali mesmo. Antes, era possível colocar uma fita cassete e gravar um programa e depois assisti-lo. Mas isso era, a gravação estava acontecendo e, no meio do programa, claro, eu podia pausar. Mas isso era, estava gravando enquanto acontecia e, no meio do programa, claro, eu podia pausar o programa e continuar depois. Isso foi muito importante, John. Acho que os jovens não entendem as provações pelas quais passamos antes.
- John Bytheway: 01:23 Sim, passamos pelos anos do VHS.
- Hank Smith: 01:27 Sofremos com os comerciais. Você se lembra dos comerciais?
- John Bytheway: 01:31 Ah, as crianças veem isso agora no YouTube e ficam tipo, pai, o que aconteceu? A TV quebrou, não, isso se chama comercial.

Hank Smith:	01:38	Se você se lembra do John, os comerciais sempre apareciam no momento errado do programa. A parte em que é apenas um suspense. O cara está com a faca. Ele está indo atrás do outro cara. Então, todos nós sabíamos que tínhamos dois minutos e meio para fazer pipoca e ir ao banheiro. Todos nós sabíamos disso. John, você já percebeu que, quando estava assistindo a um programa, quando chegava a esse momento, você dizia: comercial, comercial. Eu garanto. Comercial, e ele ia. Ia para o comercial.
John Bytheway:	02:03	Eu assisto a programas muito antigos. Se você estiver assistindo, às vezes verá um círculo branco que vai, boop, virar no filme. É uma marca para o filme colocar um comercial. Então, se você assiste a Andy, Barney e Mayberry, sabe que, boop, é quando um comercial está chegando.
Hank Smith:	02:19	Acho que os jovens de hoje nem sequer entendem como era difícil assistir a um episódio por semana.
John Bytheway:	02:24	Você tem que esperar.
Hank Smith:	02:25	Sim, você teve que esperar até a próxima semana. Meus alunos assistem à temporada inteira. Em um dia,
John Bytheway:	02:31	Eles assistem a uma série.
Hank Smith:	02:32	O que teríamos dado? O TiVo é lançado. Não tenho dinheiro para comprar o TiVo quando for lançado, mas meu amigo Lynn Bowler tinha dinheiro para comprar o TiVo. Ele disse: "Quer vir assistir ao basquete do Utah Jazz comigo? A propósito, isso também tem sido muito atribulado. Eu disse que sim. Ele disse: "Vamos fazer o seguinte: vou colocar no TiVo. Podemos começar o jogo tarde. Podemos passar rapidamente por todos os comerciais. Incrível. Estávamos assistindo ao jogo do Jazz, John. Era um jogo de playoff. Se o Jazz perdesse, estaria acabado para a temporada. Estávamos avançando rapidamente pelos comerciais e assistindo ao avanço rápido pelos comerciais. O segundo tempo começou e não estava parecendo bom, John. O Jazz estava perdendo. Eles estavam perdendo por dois dígitos. Eles estavam perdendo por 15 ou 16 pontos. A torcida do outro time estava muito feliz. Eles estavam se cumprimentando.
	03:24	Estou começando a chorar. Simplesmente não posso fazer isso. Não posso deixar que o Jazz parta meu coração. De novo. Chegamos a um ponto em que vai para um comercial. Lynn pausa o jogo e sai correndo da sala. Ele está indo fazer alguma

coisa. Não sei o que era. Ele tinha uma tarefa rápida. Ele precisava correr. Eu não sei. Sua esposa, Hailey, disse: "Ah, podemos avançar rapidamente pelos comerciais, deixar tudo pronto. Quando ele voltar, podemos começar de novo. Mas em vez de apertar o botão de avanço rápido durante os comerciais, ela apertou o botão de TV ao vivo. Você pôde ver o jogo como ele realmente estava. Bem, no momento em que ela apertou o botão de TV ao vivo, o jogo havia terminado. Nem dois segundos antes. Lá estava o Jazz. Eles estavam pulando para cima e para baixo porque havia o placar final. O Jazz havia vencido por três pontos. Ela diz Não.

04:11 Ela se apressou e voltou para onde estava. Ela disse: você não viu isso? Sim, eu vi. Ela disse: bem, não conte à Lynn. Ela e minha esposa foram embora. Elas sabem o final. Eu estava sentado lá. Lynn voltou e disse: Ei, para onde foram Hailey e Sara? Eu disse: Ah, acho que elas estão indo fazer outra coisa. Ele disse: Ah, elas acham que acabou. Mais ou menos, algo assim. Ele recomeçou o jogo, e lá estava o Jazz perdendo por 16. O outro time estava, os torcedores estavam torcendo muito alto. O outro time estava muito animado por estar ganhando tanto. Ele olhou para mim, Lynn, e disse: "Então, quem você acha que vai ganhar? E eu me lembro de ter pensado algo como: "Sim, tenho um bom pressentimento. Tenho um pressentimento muito bom. E ele perguntou: Você realmente acha isso? Eu disse, sim. Não sei. Não sei. Algumas pessoas me disseram, John, que você deveria ter apostado nele. Não posso fazer isso. Ele era meu amigo, além de ser meu bispo. Você pode imaginar quando ele perguntar se você é honesto em suas relações com seus amigos?

05:14 Mas John, quando o jogo começou, eu me lembro de estar tão calmo. Acho que o Jazz caiu ainda mais. Eu estava calmo como um dia de verão. Ele olhava para mim e dizia: "Você parece estar bem". Antes eu estava gritando com a TV e chorando. Eu disse: "Estou me sentindo bem com isso. Estou me sentindo bem com isso. E John, aconteceu exatamente como eu havia profetizado. O Jazz voltou lentamente, acertou um monte de arremessos de três pontos seguidos. Em pouco tempo, o jogo acabou. Como eu havia previsto, eles venceram por três pontos. Lembro-me de ver os torcedores da equipe adversária torcendo no final do jogo. Quase me senti mal por eles. Oh, tudo isso vai se voltar contra você. Vocês não vão se sentir bem aqui dentro de alguns minutos. Acabei contando para a Lynn e rimos da situação. Fui para casa, conversei com Sara e disse: "Acho que o Senhor acabou de me ensinar usando o TiVo como Ele nos vê. Porque não há muito pânico da parte dele. Ele não grita conosco em nossas vidas dizendo: "O que você está fazendo? O

que está pensando? Talvez John, porque ele sabe o fim. Você não pode ver o que eu vejo. Você não pode contemplar, no momento, o desígnio de seu Deus. Quando nos dirigimos ao Senhor e dizemos: Senhor, acho que isso não vai dar certo. Ele nos responde. Aquietai-vos, sabeis que eu sou Deus. Podemos confiar. Ele já viu o fim.

John Bytheway:	06:35	Ótima analogia quando pensamos no meio da tribulação antes da segunda vinda, mas sabemos como tudo isso vai acabar. Podemos observar o desenrolar das coisas com mais calma.
Hank Smith:	06:47	Confie que ele vê o fim. O Senhor tem a Terra no TiVo.
John Bytheway:	06:51	Talvez possamos até olhar para cima e dizer: você está vendo isso?
Hank Smith:	06:54	Você está avançando rapidamente nessa parte? Eu gostaria de estar. Esperamos que você se junte a nós em nosso podcast completo. Ele se chama followHIM. Você pode obtê-lo onde quer que tenha seu podcast. Esta semana, estamos com a irmã Whitney Johnson. Ela é fenomenal. Ela traz alguns conhecimentos que John e eu não temos. Você vai adorar o que ela faz com essas seções. Então, volte na próxima semana, faremos outro followHIM Favorites.