

"Transformarei a manhã deles em alegria"

Notas do programa e transcrições

Descrição geral do podcast:

followHIM: Um podcast *"Vem, e Segue-Me"* com Hank Smith e John Bytheway

Você já sentiu que sua preparação para a aula semanal *do "Vem, e Segue-Me"* deixa a desejar? Junte-se aos apresentadores Hank Smith e John Bytheway enquanto eles entrevistam especialistas para tornar seu estudo do curso *"Vem, e Segue-Me"* da Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias não apenas agradável, mas também original e educativo. Se você está procurando recursos para tornar seu estudo renovado, fiel e divertido — independentemente da sua idade —, junte-se a nós todas as quartas-feiras.

Descrição do episódio do podcast

É possível ser profundamente fiel e estar aterrorizado ao mesmo tempo? Alyssa Edwards, que faz a ponte entre o evangelho e a saúde mental, explora como Jeremias e Lamentações mostram que a tristeza e a alegria podem coexistir e compartilha sua própria história de ter sido enviada de volta para casa de sua missão após uma cirurgia de emergência na Guatemala.

Códigos de tempo:

- Início do episódio – Alyssa Edwards
- 00:00:00 Boas-vindas
- 00:01:41 Conheça Alyssa Edwards
- 00:02:56 Histórico e biografia de Alyssa

- 00:06:15 O chamado de Jeremias para arrancar e construir
- 00:10:41 A nova aliança gravada em nossos corações
- 00:13:27 O caráter e a paciência de Deus
- 00:15:47 Jeremias na prisão: como orar em tempos difíceis
- 00:19:20 “Há algo que seja difícil demais para o Senhor?”
- 00:19:49 A história de Alyssa: uma fase difícil aos 17 anos
- 00:26:46 O evangelho não é uma equação
- 00:28:43 Lugares sagrados em tempos difíceis
- 00:35:35 O rolo de Jeremias é queimado
- 00:37:12 Samuel, o Lamanita, e a voz dos profetas
- 00:40:51 Liderança gentil e Jeremias na cova
- 00:44:41 Nossas ações não definem quem somos
- 00:48:11 Vergonha x mudança real para pais e líderes
- 00:53:09 Aconselhamento centrado no evangelho
- 00:55:48 O rúgbi é um treinador que nunca desistiu
- 00:59:43 A bondade leva as pessoas à mudança
- 01:02:51 Presidente Kimball: Jesus, o líder perfeito
- 01:06:01 Limites no amor
- 01:12:10 Confiar em um Deus que está presente
- 01:14:59 A promessa de libertação de Jeremias
- 01:18:14 Fé e medo: a cirurgia de Alyssa durante a missão
- 01:22:08 Lamentações: a dor de Jerusalém
- 01:25:19 A viagem de Alyssa de volta para casa
- 01:29:03 Quando a tristeza persiste: autocuidado e criação
- 01:35:32 Lamentações 3: esperança e espera silenciosa
- 01:40:04 A história de Alyssa no FSY
- 01:48:29 A compaixão de Deus é maior do que podemos ver
- 01:52:40 A sexta-feira mais sombria e o sol vai nascer
- 01:55:59 Transformarei o seu luto em alegria
- 01:56:28 Testemunho de encerramento
- 01:59:29 Fim do episódio

Referências:

Venha, Siga-Me — Para o Lar e a Igreja: Antigo Testamento 2026 (Salt Lake City: A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, 2026), “26 de outubro a 1º de novembro. ‘Transformarei o luto deles em alegria’: Jeremias 31–33; 36–39; Lamentações 1; 3”, “arrancar de raiz e derrubar”, https://www.churchofjesuschrist.org/study/manual/come-follow-me-for-home-and-church-old-testament-2026/44?

Jeffrey R. Holland, “Pureza Pessoal”, conferência geral, outubro de 1998, https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/1998/10/personal-purity?

Andrew D. Olsen, *O Preço que Pagamos: A Extraordinária História dos Pioneiros de Carro de Mão de Willie e Martin* (Salt Lake City: Deseret Book, 2006), https://www.deseretbook.com/product/5119190.html.

Kristin Warner Belcher, *Tempos Difíceis e Lugares Sagrados*, Deseret Book, https://www.deseretbook.com/product/5252452.html.

Jeffrey R. Holland, “Profetas na Terra Novamente”, conferência geral, outubro de 2006, https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2006/10/prophets-in-the-land-again?

Joseph Smith, “Discurso, 9 de junho de 1842”, Livro de Atas da Sociedade de Socorro de Nauvoo, p. 62, Documentos de Joseph Smith, https://www.josephsmithpapers.org/paper-summary/discourse-9-june-1842/2.

Spencer W. Kimball, “Jesus: O Líder Perfeito”, *Ensign*, agosto de 1979, p. 5, https://www.churchofjesuschrist.org/study/ensign/1979/08/jesus-the-perfect-leader.

Joseph Smith, “Carta à Igreja e a Edward Partridge, 20 de março de 1839”, p. 12, Joseph Smith Papers, https://www.josephsmithpapers.org/paper-summary/letter-to-the-church-and-edward-partridge-20-march-1839/12.

Joseph B. Wirthlin, “O Domingo Chegará”, conferência geral, outubro de 2006, https://www.churchofjesuschrist.org/study/general-conference/2006/10/sunday-will-come.

Informações biográficas:



Alyssa Edwards nasceu e foi criada em Las Vegas. Ela se orgulha de suas raízes em Las Vegas. Ela saiu de casa para estudar na USU, onde se formou em distúrbios da comunicação. Durante os estudos, ela tirou uma licença para servir na Missão Cidade da Guatemala Leste. Ao retornar à USU, foi convidada a dar aulas no seminário e adorou a experiência. Ao ser contratada, foi designada para a Lehi High School para iniciar sua carreira na educação religiosa. Enquanto lecionava, concluiu seu mestrado em Ciência e Psicologia das Dependências. Conheceu seu atual marido no Instituto da UVU e eles se casaram em setembro de 2024. Atualmente, ela ministra um curso que criou no Utah Valley Institute, que faz a ponte entre o evangelho de Cristo e a saúde mental. Quando não está estudando, ensinando e preparando sua próxima aula, ela pode ser encontrada curtindo a companhia de seus gatos, Biscoitos e Gravy, passando tempo com a família e os amigos, colocando o marido em situações nas quais ele não se inscreveria de bom grado e procurando eventos para levar piñatas. Ela ama o Salvador e seus Pais Celestiais.

Aviso sobre uso justo:

O *podcast "Follow Him", com Hank Smith e John Bytheway,* pode fazer uso de material protegido por direitos autorais, cuja utilização nem sempre foi especificamente autorizada pelo detentor dos direitos. Isso constitui um "uso justo" de qualquer material protegido por direitos autorais, conforme previsto na seção 107 da Lei de Direitos Autorais dos Estados Unidos. De acordo com o Título 17 do Código dos Estados Unidos (U.S.C.), Seção 107, o material deste podcast é disponibilizado publicamente e sem fins lucrativos, para uso público ou na internet, com o objetivo de comentários e para fins educacionais e informativos sem fins lucrativos. Isenção de responsabilidade sobre direitos autorais: nos termos da Seção 107 da Lei de Direitos Autorais de 1976, é permitido o "uso justo" para fins como crítica, comentário, reportagem jornalística, ensino, estudos acadêmicos e pesquisa. Nesses casos, o uso justo é permitido.

Não são reivindicados direitos autorais.
O conteúdo é transmitido para fins de estudo, pesquisa e educação.
Isso se enquadra nas diretrizes de “uso justo”:www.copyright.gov/fls/fl102.html .

Observação:

O *podcast “Follow Him”, com Hank Smith e John Bytheway,* não é afiliado à Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias nem à Universidade Brigham Young. As opiniões expressas nos episódios representam exclusivamente os pontos de vista do convidado e dos apresentadores do podcast. Embora as ideias apresentadas possam diferir dos entendimentos ou ensinamentos tradicionais, elas de forma alguma refletem críticas aos líderes, às políticas ou às práticas da Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias.



Hank Smith:	00:00:00	A seguir, neste episódio do followHIM.
Alyssa Edwards:	00:00:03	Tive muita dificuldade em me orientar. Eu era muito fiel e uma ótima missionária. E essas são as consequências que tenho de enfrentar por permitir que múltiplas verdades co-existam simultaneamente. Na missão, eu estava tão cheia de fé. Não tinha como não estar, depois de ver e vivenciar tudo o que vi e experimentei. Mas, por outro lado, naquela mesa de operação, eu estava tomada pelo medo.
Hank Smith:	00:00:37	Olá, meus amigos. Bem-vindos a mais um episódio do followHIM. Meu nome é Hank Smith e sou o seu apresentador. Estou aqui com meu co-apresentador transformador, John Bytheway. Agora, John, você pode perguntar: por que sou seu co-apresentador transformador? É por causa disso. Jeremias 31:13. “Transformarei o luto deles em alegria.” John, você fez isso por mim muitas vezes. Tenho ouvido você e, talvez, eu não estivesse de luto, mas você trouxe alegria. E você fez isso por centenas de milhares de pessoas em todo o mundo, em carros antigos por toda parte que têm toca-fitas.
John Bytheway:	00:01:11	Tocadores de fita cassete. Acho que ainda restam 14.
Hank Smith:	00:01:16	Me conte o que você está pensando. Passamos a semana passada estudando Jeremias. Vamos dar outra aula sobre Jeremias. No que você tem pensado durante toda a semana?
John Bytheway:	00:01:24	Estava pensando que Jeremias foi contemporâneo de Leí e em como seus chamados foram diferentes. Leí: “Você irá para uma terra prometida”. Jeremias: “Desculpe, você vai ficar aqui”. Ele passa por algumas dificuldades.
Hank Smith:	00:01:41	É mesmo. Alyssa e eu somos amigos há muitos e muitos anos. Esta é a primeira vez que ela participa do programa, John. Ela é

maravilhosa. Alyssa, já que você se preparou, o que vamos fazer hoje?

Alyssa Edwards: 00:01:52 Como passei algum tempo estudando Jeremias e aqueles dois capítulos de Lamentações, tenho formação em saúde mental e sinto-me muito atraída pelo peso, pela gravidade e pela tristeza que Jeremias está vivenciando, bem como pelos lugares. Na verdade, esse homem estava no fundo do poço, na situação mais sombria possível. Ele vivenciou — você já mencionou essa palavra — essa reviravolta, experimentando simultaneamente momentos muito difíceis e muito pesados, ao mesmo tempo em que reconhecia a alegria. Não era uma coisa ou outra. E isso tem chamado muito a atenção da minha mente e do meu coração enquanto estudo.

Hank Smith: 00:02:28 Ah, Alyssa, isso é maravilhoso. Encontrar relevância na antiguidade em apenas 60 segundos — você disse que isso é relevante, pelo menos para mim e para tantas pessoas que conheço e amo. Estou animado para começar. Agora, John, pode haver alguém por aí que não frequenta o Utah Valley Institute e talvez não saiba quem é a Alyssa. Conte-nos tudo sobre ela. Onde a encontramos? O que ela tem feito a vida toda?

John Bytheway: 00:02:56 Alyssa Edwards nasceu e foi criada em Las Vegas. Ela se orgulha de suas raízes em Las Vegas. Ela saiu de casa para estudar na Universidade Estadual de Utah, onde se formou em distúrbios da comunicação. Ela tirou uma licença durante os estudos para servir em uma missão na Missão Cidade da Guatemala Leste. Ao retornar à Universidade Estadual de Utah, foi convidada a dar aulas no seminário e adorou a experiência. Ao ser contratada, foi designada para a Escola Secundária de Lehi para iniciar a sua carreira na educação religiosa. Enquanto lecionava, concluiu seu mestrado em ciência e psicologia dos vícios. Eu nem sabia que isso existia. Isso vai ser ótimo. Ela conheceu seu atual marido no Instituto da Universidade do Vale de Utah. Eles se casaram em setembro de 2024. Atualmente, ela ministra um curso que criou no Instituto do Vale de Utah, que faz a ponte entre o evangelho de Jesus Cristo e a saúde mental. Quando não está estudando, ensinando e preparando sua próxima aula, ela pode ser encontrada curtindo a companhia de seus gatos, Biscoitos com molho. Você gosta da companhia de biscoitos e molho, a comida... Não, os gatos.

Alyssa Edwards: 00:04:01 Os gatos. Mas também não tenho nada contra a comida de café da manhã.

John Bytheway:	00:04:05	Tudo bem. Isso não soou muito como algo típico da Guatemala. Soou mais como algo da Geórgia. Então, fiquei pensando. Ela gosta de passar tempo com a família, os amigos, forçar o marido a participar de situações nas quais ele não se inscreveria e encontrar eventos para levar piñatas. Ela ama o Salvador e seus pais celestiais. Estamos muito felizes por ter você aqui. Só pela sua biografia, já dá para perceber que isso vai ser divertido.
Alyssa Edwards:	00:04:29	Apertem os cintos. É isso aí. Quando esse podcast for ao ar, meu marido já terá corrido sua primeira meia maratona, graças a mim, que o convenci a correr comigo. É preciso muito amor para correr assim.
Hank Smith:	00:04:44	Obrigá-lo a fazer coisas que ele normalmente não faria. Eu adoro uma meia maratona.
Alyssa Edwards:	00:04:49	É mesmo.
Hank Smith:	00:04:49	Antes de começarmos, John, precisamos agradecer à Marcy Jo por criar filhas tão incríveis. Ela ouve o programa?
Alyssa Edwards:	00:04:59	Sim, ela ouve.
Hank Smith:	00:05:00	Ela sim. Ah, Marcy Jo, obrigado por nos ouvir e por trazer nossa convidada até aqui. Hoje vai ser um ótimo dia. Vou ler um trecho do manual "Vem, e Segue-Me" e, em seguida, Alyssa, John e eu estaremos prontos para aprender. "Transformarei o luto deles em alegria." Quando o Senhor chamou Jeremias pela primeira vez para ser profeta, Ele lhe disse que sua missão seria arrancar e derrubar. E em Jerusalém havia muita iniquidade para arrancar e derrubar, mas isso era apenas parte da missão de Jeremias. Ele também foi chamado para edificar e plantar. O que poderia ser edificado ou plantado nas ruínas desoladas deixadas pela rebelião do povo da aliança? Dito de outra forma: quando o pecado ou a adversidade deixam nossa vida em ruínas, como podemos reconstruir e plantar novamente? A resposta está no ramo da justiça, o Messias prometido.
	00:05:45	Ele traz uma nova aliança, que exige mais do que a aparência externa de devoção. Sua lei deve estar no íntimo de nosso ser, escrita em nossos corações. É isso que significa o Senhor ser nosso Deus e nós sermos o seu povo. É um processo que dura a vida toda, e ainda cometemos erros e temos motivos para lamentar de vez em quando. Mas, quando isso acontece, o Senhor promete: "Transformarei o seu luto em alegria". Isso é maravilhoso. Tudo bem, Alyssa, John e eu estamos prontos para ser seus alunos.

Alyssa Edwards:	00:06:15	Que prazer e que privilégio! Toda semana, quando trabalho com o currículo do programa “Venha e Siga-Me”, você começa pelo início e vai avançando. Talvez seja porque eu sabia que iria interagir com vocês sobre isso. Talvez eu tenha lido a introdução de forma um pouco mais metódica, mas, enquanto lia, a pergunta apresentada bem no meio: “O que poderia ser construído ou plantado nas ruínas desoladas deixadas pela rebelião do povo da aliança?” Essa pergunta tem quase me assombrado. Quantas pessoas ao nosso redor sentem que sua situação atual é desoladora, apesar de tudo o que estão fazendo para que ela não seja assim. Não consigo imaginar o chamado que Jeremias recebe aqui. Quase parecia um chamado em que ele estava fadado a fracassar, e era como se dissessem: “Desculpe, passe um pouco de terra nisso e siga em frente”.
	00:07:09	Como se fosse ser difícil e você soubesse disso. Não consigo imaginar os jogos mentais e os processos de pensamento pelos quais ele teve que passar. Estamos no meio do livro de Jeremias, no capítulo 31, mas antes de entrarmos em algumas das situações difíceis pelas quais ele passará nos capítulos 36 a 39, vemos Deus preparando-o. Eu chamo isso de “palavras de incentivo da mamãe” ou “palavras de incentivo do papai”, dependendo de quem está falando, quando procuro conselhos com meus pais. Mas vemos isso ao começarmos pelos capítulos 30 e 31, onde encontramos essa linguagem da aliança e esse lembrete do amor eterno que Deus tem, independentemente das circunstâncias. O amor eterno não é uma consequência apenas de quando as coisas estão bem, fáceis e tranquilas; o amor eterno é um tipo de amor que perdura para sempre. Então, vamos dar uma olhada em alguns versículos, que tal?
Hank Smith:	00:08:09	Sim, vamos começar. Estou animada.
Alyssa Edwards:	00:08:11	Ok, essa foi a resposta certa. Muito bem. Vamos dar uma olhada nos versículos dois e três, e depois quero começar pelo início do versículo quatro. Então, versículo dois: “Digamos que o Senhor, o povo que escapou da espada, encontrou graça no deserto, sim, Israel, quando fui para fazê-lo descansar”. A linguagem aqui é impressionante. “O povo que escapou da espada encontrou graça no deserto”. Talvez uma questão para refletirmos seja: como estamos vendo a graça em nosso deserto? O que estamos fazendo para perceber ativamente onde a graça de Deus se manifesta? Versículo três: “O Senhor me apareceu há muito tempo, dizendo: ‘Sim, eu vos amei com um amor eterno; por isso, com benignidade, eu vos atraí’. Mais uma vez: ‘Eu vos edificarei, e sereis edificados’”. Essa promessa garantida de reconstrução — afinal, já passamos quase um ano

no Velho Testamento e temos aqui outro tema de destruição contínua.

00:09:17 Destruição de Israel, vamos reconstruí-lo. Destruição de Israel, vamos reconstruí-lo. Tive a oportunidade de ir a Jerusalém há alguns verões atrás e dá para ver as camadas de destruição. O que vocês aconselham ao se comunicarem com as pessoas que amam, ao se sentarem nesses círculos e nessas esferas? O que podemos fazer para buscar ou perceber ativamente a graça em nossos próprios desertos?

John Bytheway: 00:09:41 Alguém em nosso podcast disse que é preciso atravessar o deserto para chegar à terra prometida. Pensei em quando abordamos os sonhos de Leí; às vezes é fácil esquecer que ele passou muitas horas vagando na escuridão primeiro. Quando ele orou, então as luzes se acenderam. Há esperança no deserto, mas quando você está no meio do deserto, às vezes tudo o que você tem é um pouco de esperança de que algo melhor está por vir.

Hank Smith: 00:10:06 Sou um "Hollandita". Falo a língua de Holland. Lembro-me dele falando sobre o arrependimento. Quando penso nessas pessoas, grande parte do sofrimento vem de suas escolhas. Nesse caso específico, o Élder Holland estava falando sobre o arrependimento quando disse: "O caminho não é fácil de iniciar nem de percorrer sem dor, mas o Salvador do mundo percorrerá essa jornada com você". Para mim, isso é graça no deserto. Foi nisso que pensei: sim, você vai ter que trilhar esse caminho. Sim, é importante, e eu irei com você.

Alyssa Edwards: 00:10:41 Ambas as respostas são lindas. Muito bem, pessoal. nota 10 de 10, recomendo. Continuem assim. Eu realmente aprecio esse sentimento porque, como você disse, Hank, o Israel da aliança sofreu consequências por causa de suas ações. Sei que não é o caso de todos nós neste momento. Alguns de nós estão enfrentando consequências desagradáveis e desoladoras por causa de um mundo caído, de corpos caídos e de um sistema caído. Mas, neste momento, há uma correlação direta com as escolhas que eles estão fazendo; no entanto, vemos Jeremias recebendo todas essas promessas e garantias e, mais uma vez, essa linguagem da nova aliança — se avançarmos um pouquinho, versículo 31, ainda no capítulo 31: "Eis que vêm os dias, diz o Senhor, em que farei uma nova aliança com a casa de Israel e com a casa de Judá." Avançando para o que será essa nova aliança, versículo 33: "Mas esta será a aliança que farei com a casa de Israel.

	00:11:36	Depois daqueles dias, diz o Senhor, colocarei minha lei no íntimo deles e a escreverei em seus corações; serei o Deus deles, e eles serão o meu povo." Mais uma vez, o chamado missionário de Jeremias. Penso no chamado missionário que recebi, como qualquer outro missionário já recebeu, em que você é chamado para servir na Missão da Cidade da Guatemala, Leste da Guatemala, e esse chamado genérico de "você irá para lá por um período estimado, falará esse idioma, irá para este Centro de Treinamento de Missionários boa sorte". Mas eu sabia, ao ir para esse lugar estrangeiro, que teria sucesso. No momento, eu não… Quer dizer, se eu estivesse no lugar de Jeremias, não saberia se teria sucesso com o chamado missionário que ele recebeu, mas, mesmo assim, Deus está lembrando a ele: sim, meu povo da aliança fez escolhas erradas, mas adivinhe o que acontece?
	00:12:21	Podemos ser renovados, e eu serei o Deus deles, e eles serão o meu povo. Essa garantia de que talvez não neste momento — e veremos nos capítulos posteriores, onde Jeremias está lutando tão intensamente com o povo e suas ações e está sendo punido por fazer coisas boas —, mas temos essa garantia definitiva: "Estes serão o meu povo e eu serei o Deus deles." E eu me pergunto como isso se fixou na mente e no coração de Jeremias para sustentá-lo a fazer algo que seria difícil, para ele se apegar tão firmemente às verdades que Deus está lhe dando, para que ele possa navegar pelas esferas pelas quais precisa navegar e continuar a se manifestar. Esses são meus pensamentos iniciais sobre o capítulo 31.
John Bytheway:	00:13:08	Estou simplesmente impressionado com a paciência do Senhor, porque, cara, a gente passa por muitos altos e baixos neste nosso Velho Testamento. Ele simplesmente continua voltando e dizendo: "Ah, vamos tentar de novo. Vou fazer uma nova aliança com vocês agora". É tipo, uau. Ele poderia simplesmente ter... "Cansei de vocês, pessoal", e ter ido embora há muito tempo, mas ele sempre volta.
Hank Smith:	00:13:27	Hmm. Acho que foi o Élder Bednar quem disse: "Para compreender a expiação de Jesus Cristo, é preciso compreender Seu caráter". Acho que este capítulo pode realmente ajudar a entender o Salvador, quem Ele é. Ele é uma pessoa. Ele tem uma personalidade. Ele tem um caráter. Parece que, neste capítulo, está escrito: "Sim, vai ser difícil. Mas não se preocupem, sou capaz de realizar minha obra".
John Bytheway:	00:13:51	Segundo Néfi 27.

Hank Smith:	00:13:52	Vinter e sete, sim. Parece-me que o Senhor está dizendo: sim, por causa das escolhas deles, isso vai ser doloroso. E Jeremias, vai ser doloroso para você também, mas eu farei isso. Quero dizer, dá para ver quantas vezes ele diz: “Eu farei”. “Eu os trarei”. “Eu os conduzirei”. “Transformarei o luto deles em alegria”. Eu saciarei a alma. Há o: “Sim, isso é difícil, mas não se preocupe, isso não me pegou de surpresa”. Pensei automaticamente nos pais. O John aqui está trabalhando atualmente em um livro para pais, famílias daqueles que disseram: “Não quero seguir esse caminho. Vou seguir um caminho diferente”. Recebo a mesma mensagem, John, conforme li — tive uma prévia, pessoal, ao ler o próximo livro do John — de que o Senhor está dizendo: “Sim, isso vai ser doloroso para eles e para você. Mas isso não me pegou de surpresa”.
Alyssa Edwards:	00:14:45	Fomos convidados a ter confiança em nossos convênios. Há um nível de confiança que surge quando somos pessoas que cumprem os convênios. E enquanto vocês dois, John e Hank, falavam, veio-me à mente que Deus tem uma confiança incrível nos convênios que nos ofereceu. Talvez isso seja uma afirmação óbvia, mas sempre encarei a questão da perspectiva de que posso ter confiança em meus convênios porque sei que isso me permite viver de uma maneira mais elevada e santa. Deus ofereceu essa garantia de 100% com essas promessas que fazemos. Ele é 100% o tempo todo, e nós não somos. Ele está estabelecendo essa linguagem de aliança no capítulo 31 e, então, quando olhamos para o capítulo 32, na primeira linha do título do capítulo, Jeremias está preso por Zedequias. Temos algo maravilhoso com esse amor eterno, essa bondade amorosa, e nova aliança. Jeremias, podemos fazer isso e depois dar continuidade.
	00:15:47	Jeremias agora está preso por Zedequias. Ah, quer dizer, vemos isso nas escrituras. Vemos isso com Joseph Smith na Prisão de Liberty. Vemos isso com profeta após profeta após profeta. Esse é um novo padrão em que guardamos nossos convênios e tudo acontece de maneira tão bela. Cumprimos nossos convênios e, mesmo assim, as pessoas continuam fazendo escolhas erradas. Mas Jeremias está entrando nesse lugar realmente terrível com o conhecimento de um Deus que está ciente, um Deus que é capaz, um Deus que é competente, um Deus que deseja, um Deus que está disposto — todas essas coisas para que esse não seja necessariamente um momento decisivo, mas sim uma oportunidade de viver com confiança nos convênios que Jeremias assumiu consigo mesmo e com Deus. No capítulo 32, ao analisarmos alguns dos pensamentos que emanam desse notável profeta, no versículo 17: “Ah, Senhor Deus! Eis que tu

criaste o céu e a terra com o teu grande poder e com o teu braço estendido, e não há nada que seja difícil demais para ti." Confesso com 100% de honestidade que, toda vez que algo ruim ou difícil acontece comigo, não é isso que eu digo.

00:16:52 Minhas orações geralmente são do tipo: "Ei, Pai Celestial, deixa eu te lembrar de todas as coisas boas que já fiz em toda a minha vida." Precisamos corrigir o rumo, mas, em vez disso, estamos prestando testemunho, estamos dando testemunho. Versículo 18: "Tu mostras benignidade a milhares e retribuis a iniquidade dos pais no seio de seus filhos depois deles. O Grande, o Deus Poderoso, o Senhor dos Exércitos é o seu nome. Grande em conselho e poderoso em obra." Que testemunho gigantesco para um homem que está passando por coisas bem desagradáveis. Nas minhas escrituras aqui, marquei "grande em conselho" e, mais uma vez, acho que isso tem a ver com saúde mental. Veja a palavra "conselho": o Salvador, um de seus nomes, é Conselheiro, com C maiúsculo. Quando se trata de saúde mental e ajuda, não estou dizendo para não buscar ajuda dos profissionais que temos aqui na Terra. É claro que devemos buscar ajuda, mas também precisamos aliar isso ao Grande Conselheiro. Grande em conselho e poderoso em obra — esse é o nosso Deus. Esse é o nosso Deus. Acho que há um sentimento realmente poderoso nessa ideia.

John Bytheway: 00:18:14 Isaías 9:6, certo? Maravilhoso, Conselheiro, com C maiúsculo, como se fosse um de seus títulos.

Hank Smith: 00:18:20 Que ideia linda. Tive vários conselheiros ao longo da minha vida. Falei abertamente sobre isso neste programa. Um bom conselheiro com quem conversei e troquei ideias, e de repente eu penso: "Ah, sim". Ah, ah, isso é maravilhoso. Obrigada por dizer isso. E então pensar: "Ah, esse é o Senhor. Posso sentar com Ele como me sentei com uma conselheira, com calma e paciência, e pensar: 'Ah'". Na verdade, a conselheira que tenho agora me lembra o Senhor. Como é que nunca tinha feito essa conexão? Alyssa, obrigada por isso.

Alyssa Edwards: 00:18:56 De nada. Agora é a minha vez de compartilhar com vocês. Vocês me ensinaram tanto desde o início da minha puberdade. É justo que eu também contribua com algo.

Hank Smith: 00:19:08 Finalmente ela está retribuindo. E depois de todo esse tempo.

Alyssa Edwards: 00:19:11 Já estava na hora. Já estava na hora.

Hank Smith:	00:19:14	Adorei isso. Com sua formação em saúde mental, dizer: “Ah, ele é terapeuta”.
Alyssa Edwards:	00:19:20	Versículo 27, ainda no capítulo 32, uma declaração tão poderosa. Eis que eu sou o Senhor, o Deus de toda a carne. Há alguma coisa que seja difícil demais para mim? Sinceramente, essa declaração... como é que isso não é inspirador? Estamos nos lembrando disso todos os dias quando nos aproximamos de nosso Deus de joelhos? Posso compartilhar uma pequena experiência? Isso é apropriado?
Hank Smith:	00:19:46	Sim, por favor, compartilhe.
Alyssa Edwards:	00:19:49	Mãe e pai, obrigada por serem tão incríveis. Cresci em um lar realmente maravilhoso. Meus pais são extraordinários. Um dia, quando eu me tornar mãe, se eu pudesse apenas seguir um pouco o exemplo da Marcy e do Jeff, sei que terei sucesso. Sou a mais velha de quatro irmãs. Amo minhas irmãs. Sou muito grata por estar em uma carreira em que sou chamada de Irmã Edwards. Levo esse título muito a sério. Adoro ser a irmã mais velha de todo mundo. Já virou quase uma questão de ego, em que assumi esse papel, mesmo que elas não estejam procurando por isso. Fico tipo: “Ah, o quê? Você tem duas irmãs? Não, você tem três. Eu também sou sua irmã.” Na verdade, não precisei lidar com muitos sentimentos intensos e desconfortáveis enquanto crescia, pelo menos não até o verão antes do meu último ano do ensino médio, quando senti uma dor profunda pela primeira vez.
	00:20:43	Meu pai servia na organização dos rapazes. Ele levou todos os rapazes para uma grande excursão. Não foi por isso que fiquei triste. Eu lutei muito contra isso. Não sei como os rapazes puderam fazer aventuras radicais e divertidas, enquanto as moças ficaram tipo: “vamos fazer sabonete”. E aí os rapazes estão fazendo tirolesa por toda a América, tá, galera. Então, meu pai estava levando eles para aventuras radicais, e meu pai é um cara que adora aventuras radicais. Ele se sente à vontade nessas aventuras. Eu estava sentada na sala com minha mãe, assistindo a algum programa de TV depois do trabalho, e minha mãe recebeu uma ligação do meu pai; eu não conseguia entender nada do que ele estava dizendo, mas dava para perceber que meu pai estava bem emocionado ao telefone. Minha mãe dizia: “Jeff, Jeff, preciso que você se acalme. Preciso conseguir entender.” Ele contou que um dos jovens estava desaparecido.
	00:21:37	Esse jovem que estava desaparecido era um dos meus amigos mais queridos. Eu o conhecia desde a primeira série. Eu cresci

em Las Vegas. Nossas alas eram muito unidas. Frequentávamos a mesma escola primária, o mesmo ensino fundamental II e o mesmo ensino médio. Nós dividíamos carona. Ele morava no mesmo bairro que eu, era uma das famílias que tinha piscina, então passávamos muitos verões juntos; um amigo que eu realmente amo e aprecio muito. E então meu pai estava chorando ao telefone porque esse jovem estava desaparecido. Não havia nenhum sinal dele. Chamaram a equipe de busca e resgate, e então meu pai ligou para minha mãe. Acabaram mandando todos os rapazes para casa, mas meu pai não ia voltar para casa até saber para onde aquele rapaz tinha ido. No dia seguinte, reorganizamos nossos planos. Eu ia para o EFY na semana seguinte, então simplesmente fomos para Utah um pouco mais cedo.

00:22:26 Minha mãe levou minhas irmãs de carro e eu dirigi atrás. Nos encontramos em St. George para que eu pudesse dar um carro ao meu pai, e meu pai passou direto pela minha mãe, veio até mim e me abraçou com força; eu conseguia, tipo, sentir o peso do meu pai, que é um homem grande, sociável e cheio de vida. O peso era tão grande, e ele sussurrou no meu ouvido que meu amigo, cujo nome é Corey, tinha falecido. Ele simplesmente se afastou da trilha, não muito longe dali, sentou-se debaixo de uma árvore e faleceu antes mesmo de anoitecer. E eu, tipo, não conseguia assimilar aquilo. Era como se, na minha cabeça de 17 anos, se você estivesse fazendo o que era certo, então tudo daria certo. Parecia uma equação simples: A ao quadrado mais B ao quadrado é igual a C ao quadrado. E eu não conseguia entender por que aquele jovem, que era o Corey...

00:23:25 Esse homem não tinha malícia alguma. Era simplesmente um ser humano adorável e sabia tudo sobre história e geografia. Era um gênio. Eu simplesmente não conseguia aceitar, e dirigimos até Logan. Eu estava indo para o EFY na Universidade Estadual de Utah, e fiquei sentada no banco de trás do carro, soluçando por cinco horas e meia seguidas. Minha mãe fez o possível para me consolar, porque, tipo, ela também estava tendo que lidar com isso e processar o que tinha acontecido. Mas, naquela noite, recebi uma bênção do meu avô, e ele me lembrou de, tipo, refletir sobre o quão grande Deus é. E eu gostaria de poder simplesmente abraçar a Alyssa adolescente e lembrá-la disso, porque eu estava tão presa nessa ideia de que “isso está errado. Isso está errado”. E esse tipo de luto é tão... É difícil para um adulto funcionar com isso, quanto mais para um córtex pré-frontal que ainda não está totalmente formado.

00:24:20 Mas essa ideia, no versículo 27: “Eu sou o Senhor. Há alguma coisa difícil demais para mim?” Isso parecia bem pesado para

uma garota de 17 anos, mas aquela garota de 17 anos não estava enfrentando tudo sozinha. Eu estava cercada por uma família que me amava. A irmã mais velha do Corey, Michelle, quando voltei para Las Vegas, me mandou uma mensagem dizendo: “Vou te buscar para tomar sorvete”. A irmã dele, a própria família dele, entrou em contato comigo para se certificar de que eu estava bem. Quero dizer, nesse momento com Jeremias, tipo, Jeremias não tem um amigo que possa, tipo, mandar uma mensagem para ele na prisão. Nos capítulos seguintes, ele vai ter um amigo que vai aparecer. No momento, ele está isolado. Esse homem precisa compreender a imensidão de Deus. Ele precisa mesmo. Lembro-me de que, na conferência geral há alguns anos, o presidente Nelson era membro do Quórum dos Doze na época. Ele compartilhou algo sobre ter recebido um novo conjunto de escrituras e estudado todos os nomes e títulos do Salvador no guia temático.

00:25:30 Ele disse que aquele estudo o transformou mais do que qualquer outro estudo que já tivesse feito. Acho que eu estava na faculdade na época, ou talvez tivesse acabado de me formar, mas ao ouvir esse homem que fala com tanta eloquência, esse homem que é incrivelmente inteligente, esse homem que, tipo, basta abrir a boca e, tipo, eu fico emocionado todas as vezes — se aquele estudo conseguiu transformá-lo, o que esse estudo poderia fazer por mim? Então comprei o mini conjunto de escrituras, decorei uma caixinha para guardá-las, porque, se vamos fazer isso, vamos fazer com estilo. Passei meses estudando cada versículo que mencionava o Salvador Jesus Cristo. E isso remete ao que você estava dizendo, Hank. Tipo, se conhecemos o caráter do nosso Salvador, a única consequência natural é nos voltarmos para Ele mais rapidamente em qualquer circunstância em que estejamos, não apenas nas fáceis, não apenas nas difíceis, mas em todas as outras que ficam no meio.

00:26:28 E acho que Jeremias sabia dessas coisas. Quer dizer, obviamente, eu não sei. Não conheço Jeremias pessoalmente, mas um dia vou conhecer. Mas, a partir desses versículos, acho que ele conhecia o Salvador de uma forma bastante íntima para ser capaz de expressar e testemunhar as coisas que fez em suas circunstâncias.

John Bytheway: 00:26:46 Adorei o que você disse sobre pensar no evangelho como uma equação. Se você fizer isso e aquilo, é suposto que isso aconteça. É, às vezes. E às vezes não acontece. Isso é algo difícil de lidar. Acho que já conversamos sobre isso antes, Hank. A lei da retribuição parece bem clara: se você fizer isso, vai acontecer isso, vai acontecer aquilo, vai acontecer… E aí isso me lembra daquela história da máquina de venda automática. O Élder

		Christofferson disse: “Eu faço isso, faço aquilo, e isso sai.” É, às vezes. Quão irritadas as pessoas ficam com a máquina de venda automática quando o produto não sai? Elas chutam a lateral, tentam derrubá-la, mas, cara, quando a vida te atinge dessa forma, isso pode ser realmente chocante para uma garota de 17 anos pensar: “Ah, espera aí. Ah, cara.” Obrigada por compartilhar isso.
Alyssa Edwards:	00:27:36	É, com certeza.
Hank Smith:	00:27:38	Estou profundamente impressionado com Jeremias aqui. O título diz: “Jeremias está preso”. E então você lê o capítulo e vê que ele está prestando testemunho a Deus sobre quem Deus é. Acho que há uma profundidade de alma nisso. Quando a tragédia acontece, você se volta para Deus, que poderia ter feito algo a respeito. Há algo que seja difícil demais para o Senhor? Já vimos isso três vezes aqui nesses capítulos. No entanto, para o Deus que poderia ter mudado minhas circunstâncias, eu me volto para esse Ser e me maravilho e me encanto com a Sua grandeza, e me lembro da Sua grandeza. Não sei. Há algo de belo em Jeremias 32 que eu quero imitar.
John Bytheway:	00:28:20	Isso me lembra Jó também, aquela frase dele: “Ainda que ele me mate”. E a gente fica tipo: uau.
Hank Smith:	00:28:26	Eu confiarei nele.
John Bytheway:	00:28:27	Já citei minha bênção patriarcal para o Senhor antes. Veja, está escrito bem aqui —
Alyssa Edwards:	00:28:33	Lembra que você disse...
John Bytheway:	00:28:35	Parágrafo 13, acho que isso está bem claro.
Hank Smith:	00:28:37	Tínhamos um contrato.
John Bytheway:	00:28:39	É, tínhamos um acordo.
Alyssa Edwards:	00:28:43	Imagino que todos nós possamos concordar que alguns desses momentos mais sombrios e difíceis talvez tenham sido alguns dos nossos momentos sagrados, o que acho tão maravilhoso, de modo que, talvez, ao refletirmos sobre as dificuldades, esses momentos de amor, humildade, bondade, graça e quaisquer outras palavras que possamos usar para descrevê-los também estejam presentes nesses lugares sombrios. Portanto, as coisas feias, as escuras e as difíceis não são apenas uma experiência

isolada, mas sim algo terrivelmente trágico, terrivelmente difícil, e eu vi Deus. Isso é fenomenal, e é aí que somos santificados.

John Bytheway: 00:29:34 Li há alguns anos um livro chamado *O preço que pagamos*, de Andrew Olsen, no qual ele falava sobre as companhias de carrinhos de mão de Martin e Willie . O título *O preço que pagamos* remete a uma história bem conhecida: em uma aula da escola dominical em algum lugar de Utah, no século XIX, discutia-se como tinha sido um erro enviar os pioneiros no final do ano, e um homem se levantou — o presidente Hinckley adorava repetir essas histórias, pelo que me lembro. Mas você não sabe do que está falando. Eu estava lá. Eu estava com a irmã Nelly, sem receber nenhum agradecimento." E ele disse: "Sofremos mais do que você pode imaginar", ou estou parafraseando, mas ele disse: "Mas nenhum de nós jamais reclamou. O preço que pagamos foi um privilégio, pois nos familiarizamos com Deus em nossas adversidades." Essa história lhe diz alguma coisa?

Alyssa Edwards: 00:30:24 Sim. Com certeza.

John Bytheway: 00:30:26 É tipo, eu não peço por momentos difíceis, mas quando você está vulnerável e quando eu simplesmente... você aprende mais com os momentos difíceis, mas não quer pedir por eles, mas acho que sempre aprendemos mais com eles.

Alyssa Edwards: 00:30:44 É mesmo.

John Bytheway: 00:30:45 Ele conheceu Deus nos momentos mais difíceis, disse esse pioneiro do carrinho de mão.

Alyssa Edwards: 00:30:51 É mesmo.

Hank Smith: 00:30:52 Alyssa, não sei se você já conheceu o Chris Belcher. O Chris foi palestrante ao lado do John e de mim por anos. Nós a víamos em diversos eventos. Ela teve câncer nos olhos quando era apenas um recém-nascido, e o tratamento a deixou com todo tipo de problema. Ela conseguiu enxergar com apenas um olho — e apenas uma parte desse olho — por 40 anos. Então, os médicos lhe disseram que o câncer havia voltado naquele olho e que precisariam removê-lo, o que significava que ela ficaria cega. Lembro-me de pensar comigo mesma: "Como seria saber que você teria apenas mais uma semana para enxergar?" E a Chris era florista e tinha esses meninos maravilhosos e esse marido maravilhoso. Ela sentiria falta de vê-los. Ela disse: "Sou muito abençoada, muito abençoada. Terei esse tratamento que

		vai salvar minha vida, mas vou sentir falta de vê-los." E o que você disse me fez lembrar do que ela disse.
	00:31:52	Então, ela escreveu um livro chamado *Tempos Difíceis e Lugares Sagrados*. Parece muito com o que você acabou de dizer: *Tempos Difíceis e Lugares Sagrados*. Ela disse: "Não permita que seu coração se endureça por causa dos tempos difíceis. Faça a escolha de se voltar para Cristo." Isso está em Jeremias 32. Em seguida, ela diz o seguinte: "Há um propósito no seu sofrimento. Você e eu estamos sendo transformados, remodelados, desafiados, aperfeiçoados para a glória eterna . Se confiarmos em Cristo e O escolhermos em nossas dificuldades, nossos momentos difíceis se tornarão sagrados." O que você acabou de dizer me fez lembrar da declaração da minha amiga Chris. Ela disse: "Posso ter perdido a visão, mas minha visão nunca esteve tão clara."
Alyssa Edwards:	00:32:39	Lindo. Que exemplo maravilhoso. De verdade. Talvez isso me permita entender um pouco melhor a experiência de Jeremias, por ter alguém que está um pouco mais próximo. Eu a observei, acompanhei-a. Talvez seja isso que Jeremias utiliza mais: o que a Chris mencionou como "visão". Ele tinha a visão. Ele tinha a capacidade de saber, porque, quer dizer, acho natural nos colocarmos nessas histórias das Escrituras. E eu realmente acho que, se eu fosse jogado na prisão e então tivéssemos o capítulo 33, onde Deus diz: "Agora vamos falar sobre a reunião de Israel". E no versículo 11, Jeremias diz: "O Senhor é bom". A situação atual dele não é boa. Não é. Não é nada boa. Mas acho que é porque ele pagou o preço para ter essa visão. Gosto muito desse princípio. Obrigado.
Hank Smith:	00:33:38	Isso é lindo. Estou na prisão. Louvado seja o Senhor dos Exércitos, pois o Senhor é bom.
Alyssa Edwards:	00:33:44	Aprovado!
Hank Smith:	00:33:46	É por isso que você é o Jeremiah.
Alyssa Edwards:	00:33:48	E eu sou a Alyssa.
Hank Smith:	00:33:50	É. Nunca vai ter um livro sobre o Hank nas escrituras.
John Bytheway:	00:33:53	É, você lê isso e pensa: "Estou tão longe disso", e "por favor, não me teste para que eu saiba exatamente o quão longe estou disso".
Hank Smith:	00:34:02	Eu não quero saber.

John Bytheway:	00:34:05	Hank, voltando a falar da Chris Belcher por um minuto. Ela disse a coisa mais linda pouco antes de serem induzidos ao sono, sabendo que, quando acordasse, não teria mais a visão. Qual foi a última coisa que ela quis ver?
Hank Smith:	00:34:18	É. Se bem me lembro, ela me contou que deixaram o marido dela, James, entrar com ela na sala de cirurgia. Eles, sabe, prepararam tudo e então o cirurgião disse: “Chris, estamos prontos quando você estiver.” E para quem está aí pensando: “Quem é essa Chris Belcher?”, ela é talvez a pessoa mais engraçada que existe. E o John Bytheway chega a rivalizar com ela, mas...
John Bytheway:	00:34:45	O senso de humor dela, considerando tudo o que ela tinha passado, era inacreditável. Tão engraçada.
Hank Smith:	00:34:52	Já vi plateias de milhares de pessoas rindo e chorando com o dom dela. Ela já faleceu. Ela faleceu em 2020, mas o James veio até ela e acho que disse algo como: “Seja boa”. Certo? Seja boa. Ela disse: “James, vamos ter que trabalhar nas suas despedidas”. E ele sorriu, e foi então que ela fechou os olhos e disse: “Tudo bem, estou pronta”. Fé e visão absolutas. Gostei do que você disse, Alyssa.
Alyssa Edwards:	00:35:21	Hum, você disse isso primeiro. Você disse isso primeiro.
Hank Smith:	00:35:24	Eu disse, sim, Chris.
Alyssa Edwards:	00:35:24	Foi ela quem disse.
Hank Smith:	00:35:25	Foi o Chris quem escreveu primeiro.
Alyssa Edwards:	00:35:25	O Chris disse isso e a ideia foi se espalhando.
Hank Smith:	00:35:29	É.
Alyssa Edwards:	00:35:31	Obrigada por mencionar ela.
Hank Smith:	00:35:32	Vamos continuar. O que você quer fazer a seguir?
Alyssa Edwards:	00:35:35	Quero me aprofundar mais nas histórias de Jeremias. Vamos pular adiante, o que acham, pessoal? Vamos para o capítulo 36. Talvez seja o meu lado brincalhão ou o meu lado atrevido, aquela parte de mim que, quando alguém me diz para não fazer algo, eu penso: “Que fofo”. Vou tentar mesmo assim. Mas Jeremias tem esse pergaminho mencionado no capítulo 36,

onde ele está escrevendo as Escrituras, basicamente. O rei não aprova nem um pouco.

Hank Smith: 00:36:04 Ele fica tipo…

Alyssa Edwards: 00:36:05 Então ele rasga tudo, queima em pedaços, e Jeremias fica tipo: "Ah, isso é realmente muito, muito charmoso. Vamos repetir isso e eu vou escrever, mas desta vez vou escrever de forma mais detalhada. Você achou que tinha me pegado, mas não é assim que vai ser." Estamos começando a criar um pequeno abismo de controvérsia aqui, em que Jeremias está fazendo o que um profeta faz. Às vezes, o que um profeta faz é dizer coisas que incomodam, e elas incomodam porque são coisas que nos chamam a atenção. E nós, como seres humanos, por natureza não queremos estar errados. As pessoas não acordam todo dia pensando: " , hoje é o dia em que vou estar errado". Queremos estar certos. Ele escreve essa passagem. O rei não fica nada contente. Na verdade, o rei está tão descontente — ou seja lá o que for o oposto disso — que vai jogar Jeremias nessa cisterna, nessa masmorra, nesse lugar lamacento, e é lá que Jeremias vai ficar.

John Bytheway: 00:37:12 Tudo isso me lembra Samuel, o lamanita. Adoro o fato de termos um sermão lamanita. Isso por si só já é muito legal. Quando chego a Helamã 13, ele diz: "E agora, quando falam, dizem: Se nossos dias tivessem sido nos dias de nossos antepassados, não teríamos matado os profetas. Não os teríamos apedrejado nem expulsado. Eis que vocês são piores do que eles. Pois, como vive o Senhor, se um profeta vier entre vocês e lhes declarar a palavra do Senhor, que testifica de seus pecados e iniquidades, vocês ficam irados com ele. Vocês o expulsam e buscam todos os meios possíveis para destruí-lo. Sim, vocês dirão que ele é um falso profeta e que é um pecador e do diabo, porque ele testifica que suas obras são más. Mas eis que, se um homem vier entre vocês e disser: 'Façam isto, não há iniquidade'".

00:37:56 Façam isso, e vocês não sofrerão. Sim, ele dirá: 'Andem segundo a soberba de seus próprios corações'. Sim, andem segundo a soberba de seus olhos e façam tudo o que seu coração desejar. Se um homem vier entre vocês e disser isso, vocês o receberão e dirão que ele é um profeta; vocês o exaltarão, darão a ele de seus bens, dar-lhe-ão seu ouro, pendurarão retratos dele em suas paredes — o que não está escrito ali —, e de sua prata, e o vestirão com roupas caras, porque ele lhes diz palavras lisonjeiras e lhes afirma que tudo está bem; vocês não encontrarão falhas nele. Parece que: "Não gosto muito do que

		você profetizou, Jeremias, então vamos jogá-lo aqui em um poço de desespero".
Alyssa Edwards:	00:38:36	Ciao.
Hank Smith:	00:38:37	Vamos garantir que você não possa mais profetizar, porque ele não quer ouvir que a Babilônia está chegando, não é mesmo? O rei fica tipo...
Alyssa Edwards:	00:38:46	Você está prestes a ser dominado. Se eu não puder ver você, não poderei ouvi-lo.
Hank Smith:	00:38:50	Preciso ler para você. Élder Holland, desculpe, aqui está o meu...
Alyssa Edwards:	00:38:54	Está voltando.
Hank Smith:	00:38:55	É o meu Élder Holland. É mesmo. Fico pensando em quantas vezes eu o cito, John. Vou compartilhar com vocês dois uma citação do Élder Holland, mas, John, você foi direto para o Livro de Mórmon. Eu ia dizer que vamos chamar isso de "John faz referência ao Livro de Mórmon — vamos jogar o jogo", porque em todo episódio você fica tipo: "Sabe o que isso me lembra?" E eu respondo: "Sim, o Livro de Mórmon?" O Élder Holland estava falando sobre as pessoas que dizem: "Ah, os apóstolos, o profeta, eles estão fora de sintonia". Ele diz que "há quem diga que eles não conhecem as questões, que algumas de suas políticas e práticas estão ultrapassadas, que não são mais relevantes para os nossos tempos. Afirmo com todo o fervor da minha alma que, em toda a minha vida pessoal e profissional, nunca me relacionei com nenhum grupo que estivesse tão a par da realidade, que conhecesse tão profundamente os desafios que enfrentamos, que analisasse tão profundamente o passado, permanecesse tão aberto ao novo e ponderasse com tanto cuidado, reflexão e oração tudo o que está entre um e outro."
	00:39:53	Testifico que a compreensão que esse grupo de homens e mulheres tem das questões morais e sociais supera a de qualquer centro de estudos ou grupo de especialistas de iniciativa comparável que eu conheça em qualquer lugar do mundo. Presto testemunho pessoal de quão profundamente bons eles são, de quão arduamente trabalham e de quão humildemente vivem. Não é uma questão trivial para esta igreja declarar ao mundo profecia, clarividência e revelação, mas nós as declaramos. É a verdadeira luz que brilha em um mundo sombrio e ela brilha a partir destes procedimentos." Ele estava falando sobre a Conferência Geral. Isso foi há 20 anos, em outubro de 2006. Acho que o Élder Holland adoraria trocar

		algumas palavras com o rei — seria Jeoiaquim? Consigo entender por que o rei não gosta disso. O Senhor diz: “Diga ao rei que não haverá ninguém para ocupar o trono. Seu cadáver será lançado ao sol durante o dia e à geada durante a noite.” Consigo entender por que ele não gosta abertamente disso.
Alyssa Edwards:	00:40:51	Eu sou definitivamente uma pessoa gentil. Ontem, em uma das minhas aulas, um dos meus alunos estava fazendo um paralelo com alguma coisa e contava como praticava luta livre e lutava em jaulas no ensino médio. O que faz um bom treinador é que ele conhece seu time. Ele disse: “Para mim, preciso que meu treinador grite na minha cara para me motivar a me sair bem”. E eu respondi: “Eu não teria um bom desempenho. Eu desistiria. Preciso de pessoas que...
Hank Smith:	00:41:22	Parem de gritar comigo!
Alyssa Edwards:	00:41:22	Aborde com delicadeza, como se fosse me embalar, talvez me colocar no bolso e me dar um mix de castanhas. Tipo, só me diga que estou fazendo um bom trabalho. Talvez a forma como Jeremias se expressou tenha sido um pouco dura, mas essas pessoas eram realmente difíceis. Mas a intenção de Jeremias é: “Ei, os babilônios estão chegando e eles, na verdade, não são nada bons. Vocês têm a oportunidade de não serem conquistados. Têm uma chance de mudar de rumo, proteger seu povo e proteger a si mesmos. E esse rei diz: “Ah, não, obrigado”. E então o joga nessa cova. Adoro o fato de que a intenção por trás da cova era que ele fosse esquecido. E provavelmente seria muito fácil ser esquecido, mas esse rei, se tivesse lido os pensamentos de Jeremias na prisão, talvez tivesse usado uma técnica mais infalível, porque Jeremias não tem medo de lugares escuros. Jeremias não se intimida com covas, pois já o ouvimos testemunhar inúmeras vezes que ele sabe o quanto Deus é bom.
	00:42:27	E não acho que Jeremias perceba que está prestes a ser resgatado por Ebed-Meleque, o etíope; enquanto estudava isso, fiz algumas pesquisas muito boas no Google para entender quem é esse personagem Ebed-Meleque. O nome é traduzido como “servo do rei”, seja esse realmente seu nome, um título ou algo do tipo. Mas, essencialmente, temos aqui o que seria equivalente a um escravo resgatando Jeremias. Agora, obviamente, quando estudo as escrituras, procuro focar em coisas que sejam relevantes para mim, relevantes para minha vida, relevantes para meu trabalho. E meu trabalho no momento é esta aula sobre saúde mental. Enquanto estudo as palavras do nosso Deus, isso está sempre em primeiro plano na minha mente. Onde estou vendo aspectos de saúde mental

aqui? O que estou vendo aqui que seja aplicável aos meus alunos e à minha sala de aula? E eu me senti muito, muito atraída por essa ideia dessa cisterna ou poço.

00:43:31 Teria sido tão fácil para Jeremias se sentir abandonado e esquecido, se encolher em seu pequeno monte de lama e pensar: “Bem, Deus, eu realmente tentei” e simplesmente se acomodar na lama. Mas não foi isso que Jeremias fez. Algo que percebi ser realmente relevante nos últimos anos foi o que me levou a estudar o que estudei, conforme você leu na minha breve biografia. Fiz meu mestrado na Purdue em ciência e psicologia das dependências. Todos nós tivemos que escolher uma área de concentração e busquei ajuda divina, porque era possível abordar qualquer assunto e qualquer um deles teria sido relevante. Mas me senti realmente atraída pelo tema da pornografia — não há nada como dizer aos seus pais que você vai fazer um mestrado em pornografia, entre todos os temas possíveis. Eu tinha tantas conversas com meus alunos, nas quais você conquista a confiança deles e se torna, mais uma vez, essa irmã mais velha para eles, que querem conversar comigo depois da aula porque se sentem como se estivessem em um poço sem saída.

00:44:41 E eu, especificamente com o tema dos vícios, compulsões, pornografia, hábitos, maus hábitos, uso habitual, seja o que for, não estamos sendo jogados em masmorras ou cisternas. Nós mesmos as construímos quando permitimos que a vergonha, as inseguranças ou a falta de confiança em um Deus que é grandioso tomem conta de nós. Construímos nossas próprias masmorras e criamos nossos próprios leitos lamacentos nesses espaços. E acho que Jeremias, mais uma vez, apenas da perspectiva da saúde mental aqui, Jeremias não ficou em silêncio naquela masmorra. Jeremias não ficou nem um pouco em silêncio. Jeremias continuava louvando a Deus. Jeremias continuava buscando ajuda, e a ajuda chegou enquanto ele ainda era diligente nas coisas que conhecia. Apesar das circunstâncias, apesar da escuridão, apesar da lama, apesar do rei querer ativamente que ele fracassasse, Jeremias não interpretou nada disso como sinais vergonhosos de: “Ah, eu provavelmente deveria estar em uma cisterna. Não mereço viver onde todos os outros vivem por causa de X, Y e Z”. E acho que o mesmo se aplica a vícios, pornografia, compulsões ou saúde mental.

00:45:59 Vivemos neste mundo caído e, talvez, estejamos nessa cisterna por causa de nossas próprias ações, mas nossas ações não nos definem. Somos filhos de Deus. Somos filhos de um grande Deus com bondade eterna, como Jeremias testemunhou

repetidas e repetidas vezes. A cisterna não é um ponto determinante e não é lá que nenhum de nós pertence. Então, vamos simplesmente nos deitar na lama e desistir? Ou temos uma capacidade cada vez maior de confiar em um Deus que sabe quem somos, que sabe quem é Jeremias, que sabe quem você é, seja o que for necessário para nos permitir sair disso? Mais uma vez, a maneira como Jeremias sai é tão improvável, mas isso não é apenas mais um testemunho de quem é o nosso Deus? Garanto que Jeremias não pensou: "Por favor, abençoe, que um etíope venha hoje". E então isso acontece; mas, em vez disso, será que podemos nos voltar continuamente para Deus, seja qual for a nossa provação na masmorra lamacenta, e ter a confiança de que Deus nos livra enquanto ainda estamos fazendo as coisas que sabemos que precisamos fazer?

John Bytheway: 00:47:15 Estou apenas lendo as palavras exatas. Eles baixaram Jeremias com cordas e, na masmorra, não havia água, mas sim lama. Então, Jeremias afundou na lama. Quando a gente pensa em um poço, parece que seria seco. Mas este não era seco. E não era água, era lama. Não dava para sentar, não dava para deitar. É difícil até mesmo falar sobre isso. Gosto da metáfora que a Alyssa está fazendo: podemos nos condenar a um lamaçal.

Alyssa Edwards: 00:47:49 É. E não precisamos fazer isso. A ideia é que Jeremias foi colocado nessa cova, mas continuou buscando a Deus. Às vezes, as covas em que nos encontramos são consequência de nossas próprias escolhas, mas, seja qual for a cova, continue buscando a Deus e aguarde essa garantia de libertação. Deus garante a libertação todas as vezes.

Hank Smith: 00:48:11 Alyssa, podemos falar um pouco mais sobre isso? Quero aproveitar sua experiência. Às vezes, como líderes e pais, pensamos: "Bem, se eu conseguir fazer alguém se sentir mal o suficiente, essa pessoa vai parar com esse comportamento", como se a vergonha fosse algum tipo de combustível. Na minha experiência com a vergonha não funciona assim. Acho que, na verdade, você vai conseguir o oposto do que espera.

John Bytheway: 00:48:37 Já estou perdido demais.

Hank Smith: 00:48:38 Certo. Você vai levar alguém a uma espiral de vergonha e, de alguma forma, empilhar todo esse peso, na esperança de que essa pessoa consiga carregá-lo. Pela sua experiência — e sei que você não pode falar sobre todas as situações —, sei que esse é um problema muito íntimo e comovente para aqueles que estão tentando apoiar e amar alguém que foi consumido por essa praga, como o Élder Holland a chamou. Então, compartilhe

conosco sua visão informada e inspirada, sabendo que você não pode falar sobre todas as situações.

Alyssa Edwards: 00:49:11 Sim. Obrigada por essa pergunta. É realmente algo pelo qual sou incrivelmente apaixonada: garantir que estejamos abordando — já que esse é um assunto difícil. Sinceramente, é um assunto difícil e é difícil para as crianças, é difícil para meus alunos, meus alunos jovens adultos que já conversaram comigo. Alguns deles nem conseguem colocar isso em palavras. Eles digitam no celular e depois me mostram o celular. Claramente, o que Jeremias está expressando com esse lamaçal, essa situação nojenta em que ele se encontra, essa experiência física repugnante — eles estão vivenciando isso de maneira emocional. E o tema da vergonha: a vergonha pode trazer um resultado rápido, mas não é algo que o Salvador jamais utilizou. Portanto, se estamos buscando um resultado rápido que nos leve à ação que queremos hoje, claro, a vergonha é um caminho a seguir. Mas se queremos que uma pessoa mude e utilize as partes mais desagradáveis de nossa experiência mortal para nos impulsionar rumo à santificação por meio de Deus, a vergonha não é o caminho a seguir.

00:50:20 Se quisermos mudar nosso comportamento, quer dizer, isso nos leva de volta ao que falamos anteriormente, sobre conhecer o caráter de Jesus Cristo; conhecer o caráter de Jesus Cristo vai nos transformar mais do que um simples “bem, você deveria se sentir assim” ou “você deveria fazer isso por causa disso”. Não sou uma pessoa muito organizada e tenho um guarda-roupa e uma coleção de sapatos enormes, e sempre tive isso, sempre me senti atraída por isso. O livro “Fancy Nancy”, quando eu era pequena, era tudo o que eu queria ser: a Fancy Nancy. Minha mãe, quantas vezes ela tinha que entrar no meu quarto quando eu era criança e dizia: “Isso é um chiqueiro”. E eu respondia: “Não, mãe. Eu vivo no meio das minhas roupas. Preciso ver tudo o que tenho.” E ela dizia: “Olha, se você quiser ir à festa de aniversário da Heidi, precisa arrumar seu quarto.” É, isso me fazia me mexer, mas não me ensinava a ser realmente uma pessoa organizada.

00:51:14 E eu fui à festa de aniversário da Heidi todas as vezes. Meu quarto estava arrumado, mas provavelmente grande parte das coisas estava apenas enfiada no armário e debaixo da cama. E minha mãe dizia: “Vamos aceitar. O que der e vier.” Mande-a para a festa de aniversário, mas precisamos analisar o comportamento, descobrir se isso é um sintoma de outro comportamento que estamos enfrentando, entender o que está motivando e orientando as decisões que estamos tomando. E, sempre, a cura acontece a partir do amor. Sinto-me muito

atraída pelas interações que o Salvador teve com as mulheres no Novo Testamento, como a mulher que foi flagrada em adultério. Nem sequer sabemos o nome dessa mulher, mas você consegue imaginar se o Salvador tivesse usado uma técnica humilhante para tentar ensiná-la? Em vez disso, o Salvador removeu completamente a vergonha. Deixe-me afastar todas as pessoas que estão fazendo você se sentir envergonhada neste momento; depois, vamos conversar. Conversas e cura podem acontecer quando a vergonha é removida.

John Bytheway: 00:52:14 Acho que há muitos bispos que adorariam receber ajuda com isso. Posso dizer que tive experiências — e isso é apenas a minha opinião — em que o sinal que senti que estava recebendo do Senhor era, bem, na verdade, bastante claro. "Quero que essa pessoa esteja no templo", o que às vezes não era o que eu esperava, mas pensei: "Claro que Ele quer". Esse é um lugar para se buscar cura. Essa pessoa está se sentindo muito mal e envergonhada. Será que mantê-la de fora é a melhor coisa a se fazer? Ela está aqui. Está falando sobre isso. Não sei. Guardei isso comigo porque isso aconteceu mais de uma vez. Quero que essa pessoa esteja no templo.

Alyssa Edwards: 00:53:09 Tive a sorte de, quando estava terminando meu mestrado, termos que fazer um estágio. Enviei e-mails para todos os tipos de centros de aconselhamento no Condado de Utah que se dedicavam à pornografia, e nenhum deles me respondeu, o que é compreensível. Acho que é um risco alto receber um estudante. E, obviamente, eu era estagiária, então estava sendo orientada por um diretor, mas isso é mais uma tarefa para o diretor assumir. O diretor de um centro precisa assumir essa responsabilidade, tipo, cuidar de uma novata e garantir que ela esteja fazendo o que sabe. E é um assunto intimidador. É incrivelmente intimidador. Mas a única pessoa que me respondeu, esse homem adorável, adorável, adorável, disse: "Com certeza. Vou te aceitar. Vou te treinar." Toda a prática dele era baseada especificamente em pornografia.

00:54:06 Ele foi tão gentil. Ele foi incrivelmente gentil. O trabalho que ele fazia estava especificamente ligado ao evangelho. Então, tínhamos muitos membros da igreja que vinham até nós. Eu me dedicava especificamente aos clientes adolescentes e jovens adultos. Além disso, tínhamos muitos cristãos não confessionais que frequentavam o consultório dele. E eu realmente adorava aquele ambiente de trabalho porque, enquanto falo das técnicas terapêuticas convencionais — que são absolutamente necessárias, com as mentes mais brilhantes descobrindo como nosso cérebro funciona e como ele está ligado aos vícios —,

essas coisas são combinadas com o evangelho de Jesus Cristo. O evangelho de Jesus Cristo cura. O evangelho de Jesus Cristo cura, sem dúvida. Tenho um testemunho muito profundo de como o Salvador é bom no que faz. Então, acho que esse pensamento, John, que você compartilhou, de que, não, de todos os lugares onde essas pessoas precisam estar, é no templo.

00:55:18 O lugar onde elas precisam estar é no banco da igreja, participando do sacramento. As pessoas com quem elas precisam estar rodeadas são aquelas que reconhecem que todos nós estamos passando por essa experiência humana incrivelmente difícil e, mesmo assim, continuam aparecendo. Quando eu estudava na Universidade Estadual de Utah, queria tentar algo novo. Como calouro na faculdade, fiz o teste para o time de rúgbi da Universidade Estadual de Utah.

Hank Smith: 00:55:45 Uau.

Alyssa Edwards: 00:55:48 Sei que você provavelmente está aí pensando: "Eu sabia. Ela é esportiva. É claramente atlética." Eu fazia teatro no ensino médio. Adoro um bom musical. Deixa eu me apresentar. É tudo o que quero fazer. Mas, por alguma razão, me senti atraída pelo time de rúgbi, e talvez tenha sido porque "Forever Strong" era um filme que assistíamos todos os domingos em casa. Tipo, não sei, mas fiz o teste para o time de rúgbi. Fui para as seletivas com essa roupa de treino combinadinha. Meu cabelo estava preso com um laçinho, e o treinador veio até mim e disse: "Essas são as seletivas de rúgbi". E eu respondi: "Eu sei. Comprei chuteiras com detalhes em rosa." E ele disse: "Tudo bem." Então, fiz o teste para o time de rúgbi e passei com tudo. Mas era reserva. Treinei com o time de rúgbi.

00:56:41 Tínhamos treinos de manhã cedo três vezes por semana, e chegou a hora do meu primeiro jogo de rúgbi. A jogadora de quem eu era reserva estava em campo, jogando, e era ótima — tipo uma garota forte que dava conta de qualquer um. E, nos primeiros 15 minutos da partida, ela sofreu uma falta muito feia. Ela estava, tipo, se levantando devagar, e tinha umas coisas saindo do rosto dela que não deveriam estar saindo de lá. Ela quebrou a maçã do rosto. Eu nem sabia que aquilo podia quebrar. Eu nem sabia disso. Ela foi retirada do campo, e meu técnico olhou para mim e disse: "Edwards, é a sua vez". E eu respondi: "Não consigo. Na verdade, eu tinha esquecido". Pois é. "Não vou conseguir fazer isso". E ele soltou alguns palavrões, me deu um empurrãozinho e lá fui eu jogar.

	00:57:29	E o rúgbi é aterrorizante. Na verdade é... Quer dizer, o lacrosse talvez seja mais assustador, e talvez o pólo aquático, porque é como o rúgbi, mas em água , mas é um esporte aterrorizante em que todo mundo quer derrubar você o tempo todo. E tem uma bola, e você nem consegue jogá-la para frente. Ela só pode ir para trás, mas você tem que estar se movendo ativamente para frente. E eu levava tackles o tempo todo, o tempo todo. Estou sempre na lama. Naquele primeiro jogo, eu ficava olhando pro meu técnico e estava com muita sede. Torci o tornozelo. Tira-me da partida. Meu técnico... Bem, ele não podia me tirar porque não tinha uma terceira reserva. Eu era a única. Então ele teve que me manter nessa partida, nesse jogo. Depois que o jogo acabou, ele disse: “Edwards, estou muito orgulhoso de você.” E eu respondi: “Eu sei que sou a garota mais corajosa dos Estados Unidos”. E ele disse: “Tudo bem, te vejo no treino”. E eu respondi: “Não sei”. Tipo, eu continuava aparecendo e não era lá essas coisas no começo, mas meu time acabou ficando em segundo lugar no campeonato nacional naquele ano, e por isso sou uma atleta universitária.
Hank Smith:	00:58:34	É. Coloca isso na biografia, John.
John Bytheway:	00:58:37	É.
Alyssa Edwards:	00:58:38	Com certeza. Eu sou a pior em campo. Eu era a pior. Mas meu treinador não desistiu de mim. Ele nunca desistiu de mim. Minhas capitãs nunca desistiram de mim. Elas faziam treinos comigo nas coisas em que eu não era boa. O mesmo se aplica quando falamos de vício, comportamentos viciantes, compulsões e maus comportamentos. Precisamos continuar aparecendo e apoiando uns aos outros. Como eu era ruim, meu treinador não disse: “É, você não pode entrar no gramado. É melhor ficar de fora. Você é uma ótima líder de torcida. Uma animadora de torcida ao extremo.” Não, meu treinador continuou me colocando em situações nas quais eu pudesse melhorar. Acho que é mais prejudicial do que benéfico tirar de nós as capacidades de nos conectarmos com Deus quando estamos tentando nos curar. Precisamos desses espaços. Mesmo que não estejamos 100%, mesmo que estejamos inseguros, mesmo que ainda estejamos aprendendo e nos orientando, precisamos desses espaços para nos conectarmos.
Hank Smith:	00:59:43	Alyssa, você pensa muito como o profeta Joseph Smith. Ouça o que ele disse: “Nada é tão eficaz para levar as pessoas a abandonarem o pecado.” Eis a receita dele. Você quer que alguém abandone o pecado. “Nada é tão eficaz para levar as pessoas a abandonarem o pecado quanto pegá-las pela mão e cuidar delas com ternura. Quando as pessoas demonstram a

menor gentileza e amor por mim, ah, que poder isso exerce sobre minha mente. Mas o caminho oposto tende a despertar sentimentos amargos e a deprimir a mente humana." Alyssa, isso é difícil de fazer. É difícil para um líder da igreja. É difícil para, digamos, um cônjuge dizer: "Você quer que eu seja gentil, certo? Essa pessoa me magoou e você quer que eu seja gentil com ela?" O que você diria nessas situações?

Alyssa Edwards: 01:00:35 Sou a pessoa que mais guarda rancor. É um dos meus maiores e piores traços de caráter. Guardo rancor de todo mundo ao meu redor.

Hank Smith: 01:00:43 Coloque isso na biografia.

Alyssa Edwards: 01:00:47 Esse é um princípio que, de verdade, faz parte ativa do meu pensamento todos os dias. Todos os dias mesmo. E isso remete ao meu relacionamento com o Salvador. Fui um jogador de rúgbi ruim por um tempo, mas eu aparecia e ainda assim era utilizado. Não quero dizer que sou um discípulo péssimo, mas às vezes faço escolhas realmente ruins para alguém que afirma ser discípulo de Jesus Cristo. E meu Salvador não usa isso contra mim, mas, ao contrário, continua a enxergar meu potencial. Isso é algo que fica realmente bem na frente da minha mente: seja quem for o ser humano, seja quem for a pessoa, eu realmente acredito que, como filhos do Divino, nossa natureza é divina. Eu acredito nisso. Nas Moças, quando aprendíamos sobre os valores, a natureza divina era o que mais chamava minha atenção, porque é realmente assim. Fomos criados pelo Divino a partir do Divino.

01:01:59 Às vezes nos esquecemos, e com isso vêm escolhas erradas ou a falta de consciência do que somos capazes de nos tornar. E me parece tão hipócrita usar isso contra outra pessoa quando eu mesma esqueço minha identidade divina. Para mim, é um esforço consciente que pode estender esse convite a todos nós que estamos vivendo essa experiência humana: sermos muito gentis na maneira como nos relacionamos uns com os outros, pois não somos todos mortais nessa experiência? Não permitamos que essas coisas sejam uma parte determinante de nosso caráter. Como parte de nosso caráter, sejamos gentis em nossos próprios julgamentos, ao mesmo tempo em que não permitimos que essas inseguranças sejam uma parte determinante do caráter de outro ser humano.

Hank Smith: 01:02:51 Obrigado por isso. Aqui está o presidente Kimball, na revista *Ensign* de agosto de 1979, em "Jesus, o Líder Perfeito". Esse é um daqueles discursos que leio todos os anos. Aqui está um trecho dela. Ele diz: "Por amar seus seguidores, Jesus era capaz

de ser franco com eles, de ser sincero e direto. Ele repreendia Pedro às vezes porque o amava. E Pedro, sendo um grande homem, foi capaz de crescer com essa repreensão. Pedro conseguia fazer isso porque sabia que Jesus o amava e, assim, Jesus pôde prepará-lo para um cargo ou responsabilidade de grande importância no reino. Jesus via o pecado como algo errado, mas também era capaz de enxergá-lo como algo que brotava de necessidades profundas e não atendidas por parte do pecador. Isso permitiu que ele condenasse o pecado sem condenar o indivíduo. Podemos demonstrar nosso amor pelos outros mesmo quando somos chamados a corrigi-los."

01:03:53 E eu gostaria de fazer uma pergunta complementar sobre limites, Alyssa. Precisamos ser capazes de olhar profundamente o suficiente na vida dos outros para enxergar as causas básicas de seus fracassos e falhas. É claro que não sei se vocês ficariam surpresos se eu citasse o Élder Jeffrey R. Holland. Ele disse: "Quando um nadador exausto e maltratado tenta valentemente voltar à costa depois de ter lutado contra ventos fortes e ondas violentas — que ele nunca deveria ter desafiado para começar —, aqueles de nós que talvez tivessem tido melhor discernimento ou talvez apenas mais sorte não deveriam remar até o lado dele, bater nele com nossos remos e empurrar sua cabeça de volta para debaixo d'água. Não é para isso que os barcos foram feitos, mas alguns de nós fazem isso uns com os outros."

John Bytheway: 01:04:38 Sim, só quero responder a isso. Como Jesus amava Pedro, Ele podia ser franco com ele. E sinto que essa é a responsabilidade que Jeremias tem. Ele está profetizando por amor. Deus está dizendo a ele o que dizer por amor e dando a eles outra oportunidade. Mas isso também me lembra do Élder Uchtdorf falando naquele discurso sobre "não me julgue porque eu peco de maneira diferente de você", ao ver aquele adesivo de para-choque. A ideia de que isso pode não ser o seu problema, mas todos nós temos questões com as quais estamos lidando. Podemos ter misericórdia por aqueles que estão enfrentando um problema diferente, que talvez não seja uma tentação para nós, para que não remamos com nosso barco e batemos nele. Bem, isso não é um problema para mim. Por que isso é um problema para você?

Hank Smith: 01:05:23 É. John, se você estiver nadando algum dia, talvez eu tenha que fazer isso para ilustrar, certo? Pedir para alguém filmar só para dizer: "Olha o que não devemos fazer". Sim, é isso que não devemos fazer. Alyssa, deixe-me fazer uma pergunta complementar, porque vemos a misericórdia de Deus e a bondade de Deus, mas, ao mesmo tempo, temos Jeremias

chamando o reino ao arrependimento por suas escolhas. Digamos que eu seja cônjuge de alguém que está envolvido com pornografia e que está tentando desesperadamente mudar. Você está me pedindo para continuar sofrendo por causa dessa pessoa?

Alyssa Edwards: 01:06:01 Sim, acho que esse é um momento para refletir. Estamos sendo participantes passivos em relação ao nosso cônjuge e aos nossos amigos, a nós mesmos, aos membros da nossa família — preencha o espaço em branco com quem quer que seja a pessoa. Estamos sendo participantes passivos e simplesmente permitindo isso? E vou usar uma palavra forte, que pode soar ofensiva, mas às vezes as consequências de certos comportamentos são abusivas para os membros da família, amigos, nós mesmos, seja o que for. E isso não é intencional, é apenas uma consequência de um comportamento. Precisamos refletir. O que estamos contribuindo para isso? Por exemplo, há encontros que a igreja organiza para cônjuges, parceiros, amigos, familiares — assim como a pessoa que está lidando com o comportamento pode participar de um programa de 12 passos. Também existe um programa de 12 passos para aqueles que estão apoiando e ajudando. Se o comportamento não estiver mudando, isso pode exigir uma ação mais firme, e há ajuda, há muita esperança e há muita cura.

01:06:59 Mas se temos vivido em um ciclo de comportamentos repetitivos, não é nossa função sermos mártires em um relacionamento, jamais. Essa é uma decisão realmente difícil. É uma escolha realmente difícil. E acho que, se chegarmos a esse ponto de ter que fazer essa escolha, precisamos buscar orientação de líderes em quem confiamos. Precisamos buscar orientação de profissionais que conheçam a ciência, que conheçam a área, que conheçam os sistemas de apoio e a ajuda disponível, mas não é nossa função. Nunca é nossa função resolver qualquer problema. Nós, como discípulos, estamos nos apoiando uns aos outros. Não estamos entrando em um barco para simplesmente bater com um remo na cabeça de um nadador. Somos um sistema de apoio; é por isso que fomos todos enviados para cá juntos. Mas se um comportamento não pode mudar, não é nossa função corrigi-lo. O Salvador é quem corrige. Podemos buscar ajuda. Podemos nos afastar. Podemos oferecer espaço e tempo para que uma pessoa se recupere, mas cabe a ela buscar revelação ativa, buscar ajuda de profissionais, buscar ajuda de líderes.

Hank Smith: 01:08:02 Alyssa, me corrija se eu estiver totalmente errado, mas às vezes acho que isso pode ser a atitude mais amorosa.

Alyssa Edwards:	01:08:07	Pode ser. Sim, concordo. Assim como tudo na vida, o crescimento acontece nas situações mais desconfortáveis. Sinceramente, não consigo me lembrar de nenhuma ocasião em que eu tenha crescido exponencialmente e tenha sido confortável. Lembro que, antes de eu partir para a missão, a gente ouvia todas essas histórias de pessoas que voltavam e diziam: “Foram os dois melhores anos da minha vida”, blá, blá, blá. Fui para a missão e pensei: “Vocês são todos mentirosos”.
Hank Smith:	01:08:35	Isso é difícil. É mesmo.
Alyssa Edwards:	01:08:36	Literalmente, se esse é o melhor momento da sua vida, você já, tipo, saiu com a minha mãe? Você já foi à Disneylândia? Consigo pensar em tantas coisas. E foi o melhor crescimento que aconteceu comigo até aquele momento. Esse crescimento aconteceu nas selvas da Guatemala, sob chuvas torrenciais, com doenças realmente horríveis que são simplesmente hediondas. Partir é desconfortável. É desconfortável. Conseguir espaço é desconfortável, mas se estamos buscando crescimento, que ousadia a nossa em pensar que o crescimento será desconfortável quando estamos tentando espelhar e moldar nossas vidas segundo o exemplo de Jesus Cristo, cuja vida não foi nada além de desconfortável, eu diria.
Hank Smith:	01:09:18	Adoro que você esteja sendo tão sensível ao reconhecer que isso é tão difícil e tão pessoal.
Alyssa Edwards:	01:09:22	Sim, de verdade.
John Bytheway:	01:09:24	Concordo com o que você disse. Adoro o ditado que diz que Deus está mais interessado em nosso crescimento do que em nosso conforto, por mais que gostássemos que fosse o contrário; no entanto, é justamente nas situações desconfortáveis que crescemos.
Hank Smith:	01:09:37	É mesmo. E, John, Ele pode enviar alguém para confortar aqueles que precisam de conforto. As pessoas não mudam quando você, de alguma forma, as convence de que são inúteis.
John Bytheway:	01:09:50	É. O que isso adiantaria?
Hank Smith:	01:09:52	Você está certa, Alyssa. Isso realmente parece poderoso. A vergonha dá a sensação de que, ah, estamos fazendo algo aqui. Uma das minhas personalidades favoritas do YouTube — nem sei como chamá-las —, chama-se Emma McAdam. Ela é membro da Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias e tem milhões de seguidores no YouTube por causa de seus

vídeos sobre saúde mental. Eu sempre indico esses vídeos aos meus alunos. Descobri que ela era membro da Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias porque, um dia, estava assistindo a um vídeo dela e ela disse — quando passei 18 meses na Argentina — uma coisa que ficou gravada na minha memória: “A compaixão é a chave para a mudança a longo prazo”. Foi algo simples e profundo. Sim, isso é verdade. E até mesmo a autocompaixão, certo, Alyssa?

Alyssa Edwards: 01:10:34 Sim. Voltando à linguagem dos capítulos anteriores de Jeremias que analisamos hoje, “bondade eterna” é como Jeremias descreve Deus. Bondade eterna. Não era apenas uma bondade moderada, contida, morna, quando convém. Bondade eterna é como nosso Deus age. Por que as expectativas seriam diferentes para nós?

John Bytheway: 01:11:02 Hank, você leu aquela declaração incrível de Joseph Smith. E acho que, se você continuasse lendo, veria que, quanto mais nos aproximamos de nosso Pai Celestial, mais estamos dispostos a olhar com compaixão para as almas que estão perecendo. Bem, o que isso lhe diz? Que o Pai Celestial olha com compaixão para as almas que estão perecendo. Isso me faz lembrar de um livro que li há anos, do Dr. John Lund; acho que se chamava *A Arte de Dar e Receber Críticas* ou algo assim, mas havia uma frase nele em que ele dizia algo como: “A crítica não muda as pessoas.” Assim como estamos falando agora: “As pessoas ou mudam por conta própria ou são transformadas pelo Espírito Santo.” E pensei: ah, sim, o agente da mudança — como Ele diz em todas as escrituras — é o Espírito Santo, que transforma as pessoas e mente, que transforma os corações. Estar em lugares onde o Espírito Santo está é um ótimo conselho. É por isso que senti que queria que essa pessoa estivesse no templo, porque é lá que o Espírito Santo está. É lá que a mudança pode acontecer. Sou testemunha de que as pessoas podem mudar e se tornar melhores.

Hank Smith: 01:12:10 Essa é a base da nossa igreja, certo? Fé, arrependimento, mudança. Alyssa, vou te dar uma chance aqui. Sei que precisamos seguir em frente, mas as pessoas precisam de esperança. Então, se há alguém aí ouvindo, digamos que alguém esteja dirigindo o carro e ouvindo o programa ou esteja ouvindo durante uma caminhada e esteja dizendo: “Esse sou eu e não sei como sair dessa.” Eu quero sair dessa... Uma das coisas que mais gosto de fazer no programa é conectar nossos ouvintes a mentes brilhantes e fiéis, e temos uma bem aqui. Então, você vai esquecer que o John e eu estamos aqui e falar sobre isso?

Alyssa Edwards:	01:12:46	Sim, adoraria. Meu primeiro pensamento é refletir sobre um momento em que você viu Deus agir em seu favor. E talvez, neste exato momento, seja realmente difícil pensar em uma ocasião em que você tenha sido libertado. Talvez estejamos presos nessa situação há anos e anos e anos, mas talvez Deus agir em seu favor seja o lembrete gentil do amor Dele. Talvez seja um amigo estendendo a mão para você. Talvez seja ligar o carro e, por acaso, sua música favorita estar tocando. Talvez seja um pôr do sol realmente deslumbrante. Mesmo os menores dos momentos em que houve evidência de um Deus que está presente para você. Talvez liste alguns desses momentos. Somos filhos de um Deus que está continuamente presente. Meu convite para você é buscar onde Deus está se manifestando e começar a desenvolver confiança em um Deus que se manifesta — talvez não da maneira que queremos, mas de uma maneira que Ele sabe que precisa se manifestar para nós — para que possamos começar a desenvolver essa confiança e essa coragem de fazer o que precisamos fazer, pois também somos filhos de um Deus que fala.
	01:14:05	Os céus estão incrivelmente abertos para cada um de nós, e se conseguirmos desenvolver confiança em um Deus que se manifesta, podemos começar a desenvolver confiança em nós mesmos para sermos corajosos o suficiente a seguir os convites, os impulsos e as revelações que esse Deus está nos dando, porque eu sei, eu sei, eu sei, eu senti, eu experimentei um Deus com amor abundante, mesmo quando o plano Dele é tão, tão difícil. Vamos nos aprofundar na confiança, no amor e no caráter de um Salvador que salva, um Salvador que salva cada um de nós quantas vezes forem necessárias.
Hank Smith:	01:14:50	Eu sabia que isso ia ser bom. Estou ainda mais impressionado com você do que quando te convidei para o programa. Temos mais coisas para abordar. O que a gente quer fazer?
Alyssa Edwards:	01:14:59	É, temos alguns assuntos importantes que eu realmente quero abordar. Passamos um tempo nessa situação desagradável com Jeremias e, como todos já testemunhamos, ele será resgatado. Ebed-Meleque, o etíope, como é carinhosamente chamado, vem e resgata Jeremias daquela masmorra, daquela cisterna, daquela prisão em que ele se encontrava. Ambos são poupados, enquanto o resto de Jerusalém é tomado e cai, exatamente como Jeremias havia previsto. Olhando para o final desta pequena seção de Jeremias, temos o capítulo 39, versículo 15: “Então veio a palavra do Senhor a Jeremias, enquanto ele estava confinado no pátio da prisão, dizendo: ‘Vá e fale a Ebed-Meleque, o etíope, dizendo: Assim diz o Senhor dos Exércitos, o

Deus de Israel: Eis que trarei as minhas palavras sobre a cidade para o mal e não para o bem.

01:15:49 A cidade será destruída naquele dia diante de ti, mas eu te livrarei naquele dia, diz o Senhor, e não serás entregue nas mãos dos homens de quem tens medo." Apenas essa pequena observação aqui. Ebed-Meleque não está completamente livre do medo. Ele está sentindo medo e confiança ao mesmo tempo. Não é uma coisa ou outra. Você pode confiar no plano de Deus e ainda assim sentir medo por causa das coisas que estão acontecendo ao seu redor. No versículo 18: "Pois certamente te livrarei, e não cairás à espada; mas a tua vida será para ti como um despojo, porque confiaste em mim, diz o Senhor." Você confiou em mim e eu reconheço que você estava com medo. Tudo bem. Por mais que todos nós adorássemos ter essa confiança 100% perfeita o tempo todo, sei que não estou nesse estado, e a igreja é o meu trabalho.

01:16:48 Frequento a igreja seis dias por semana e, às vezes, sete, dependendo do que meu sábado me reserva. Estou na igreja todos os dias e ainda não tenho essa confiança perfeita que eu gostaria, mas sabemos que Jerusalém foi destruída e Jeremias permanece de pé, mas permanece com sentimentos realmente pesados por causa do que viveu.

John Bytheway: 01:17:12 Você está dizendo que Leí estava certo?

Alyssa Edwards: 01:17:17 Pelo menos uma vez.

John Bytheway: 01:17:18 Espero que, ao lerem isso, as pessoas pensem: "Ei, o rei Zedequias, não é aquele cara mencionado nos primeiros versículos do Livro de Mórmon?" Sim, é dele que estamos falando. Leí teve que partir. Não foi fácil para ele também, mas foi Jeremias quem ficou. Sempre me perguntei isso, e espero que algum dia possamos descobrir se eles se conheciam ou sabiam da existência um do outro. Se Leí conhecesse Jeremias, seria interessante.

Alyssa Edwards: 01:17:43 Espero mesmo que sim.

Hank Smith: 01:17:44 Daniel e Néfi. Se isso não for verdade, deveria ser. Deveria ser assim: eles estavam nas festas de aniversário um do outro. Alyssa, adoro isso e entendo que o medo e a fé não podem coexistir no mesmo espaço ao mesmo tempo. Acho que entendo isso, que é importante realmente confiar na sua fé. Também acho que duas coisas podem ser verdadeiras ao

mesmo tempo. Sou muito fiel e estou com muito medo. Acho que isso pode ser verdade porque já vivi isso, certo?

Alyssa Edwards: 01:18:14 Bem, gostei da maneira como você disse isso, Hank. Confie na sua fé, confie no seu Deus, confie no Salvador. Sei que tudo vai ficar bem. Anos atrás, depois da missão, eu estava em casa e estava... Minha mãe, que audácia essa mulher tem, ela queria que eu tirasse minhas coisas da casa dela, tipo, vá embora. Mãe, o que você quer de mim? Eu sei. Mãe, você gira em torno de mim. Não gira, mãe, não gira. Então, eu estava revirando minhas coisas com minha mãe, minha missão, minha caixa de missão. Eu não tinha tocado nos diários da minha missão desde que os escrevi durante a missão. Tive alguns ressentimentos para superar depois da missão e, finalmente, cheguei a um ponto em que me sentia bem. Então, eu estava folheando meu diário e o abri. Claro, a primeira página que abri foi esse pequeno e terno testemunho da Hermana Edwards, de 19 anos.

01:19:10 Passei por algumas cirurgias durante a missão, e na primeira delas, escrevi sobre minha experiência ao ler aquele pequeno e terno testemunho que dizia: “Esta é a provação da minha fé”. Ela achava que tinha chegado ao auge das provações. Ela realmente pensava: “Esta é a coisa mais difícil que já vai acontecer comigo”. Eu pensava: “Tudo vai ficar bem. Vou incendiar a Guatemala”, como se diz em espanhol quando você está fazendo as coisas darem certo e avançarem. Instantaneamente, lágrimas começaram a brotar dos meus olhos e dos meus braços: “Podemos parar. Podemos fazer uma pausa”. Porque, dessa perspectiva, aquela irmãzinha fiel acabaria naquele mesmo hospital, com os mesmos cirurgiões. E então, por fim, depois daquela segunda cirurgia, fui enviada de volta para casa da minha missão. Meus cirurgiões me disseram que eu ia morrer, e eu respondi: “Tá bom, dramáticos. Isso não parece nada milagroso”, mas tive muita dificuldade em lidar com a situação.

01:20:04 Eu era muito fiel e uma missionária muito boa, e essas são as consequências que tenho de enfrentar, permitindo que múltiplas verdades coexistam simultaneamente. Na missão, eu estava transbordando de fé. Não havia como não estar, depois de ver as coisas que vi e vivenciar o que vivenciei. Mas, por outro lado, naquela mesa de cirurgia, eu estava tomada pelo medo. Eu nunca tinha feito uma cirurgia. Tirei os dentes do siso, mas minha mãe estava lá quando acordei. Desta vez não foi assim. Estou na Guatemala. Todo mundo fala espanhol. Conheço o espanhol da igreja, não o espanhol do hospital. Meu anestesiologista, ele estudou dois anos para se tornar anestesiologista lá, e então ele me perguntou quanto eu

pesava, blá, blá, blá, não em libras, e eu fiquei... Não sei, e não sei dizer quanto pesam os vermes dentro do meu estômago.

01:21:01 Estamos vivendo uma nova vida aqui. Não faço ideia. E ele disse algo como: “Tudo bem, provavelmente consigo adivinhar”. E eu fiquei... “Você está prestes a adivinhar e injetar anestésicos no meu corpo”. Que medo. E então, nesse momento, tipo, de verdade, havia uma fé imensa e um medo imenso, mas não era fé no anestesiologista com dois anos de experiência. Era fé em um plano infinitamente maior do que eu, ao mesmo tempo em que havia espaço suficiente para o medo, já que eu estava naquela mesinha de cirurgia minúscula. É como torcer pelo melhor e, então, acordar e conversar com minha mãe no dia seguinte.

John Bytheway: 01:21:36 Isso me faz lembrar do homem no Novo Testamento. “Creio; ajuda a minha incredulidade.” Adoro a honestidade daquele homem ao dizer: “Ah, estou realmente tentando acreditar, mas ainda tenho um pouco de incredulidade. Você pode me ajudar com essa parte?” É assim que muitos de nós nos sentimos na maior parte do tempo.

Hank Smith: 01:21:52 Alyssa, sei que já disse isso, mas você é maravilhosa. Você é brilhante, fiel e divertida. O que queremos fazer a seguir?

Alyssa Edwards: 01:22:02 Acho que é hora de a gente abordar um tema um pouco mais sério e passar para o livro de Lamentações, o que você acha?

Hank Smith: 01:22:07 Tudo bem.

Alyssa Edwards: 01:22:08 Então, ele simplesmente testemunhou a destruição de Jerusalém e isso o abalou profundamente. Quero dizer, no capítulo um, no título, Jeremias lamenta a condição miserável de Jerusalém. A própria Jerusalém se queixa de sua profunda tristeza; a escrita poética aqui é imaculada. Versículo dois: “Ela chora amargamente à noite, e suas lágrimas escorrem pelas bochechas. Entre todos os seus amantes, não há ninguém para consolá-la. Todos os seus amigos agiram traiçoeiramente com ela. Tornaram-se seus inimigos.” Essa imagem... talvez vocês não sejam do tipo que choram facilmente, ou talvez sejam. Vocês não precisam confessar nada aqui e agora. Mas eu sei como é adormecer à noite com, digamos, um travesseiro encharcado de lágrimas, e acordar na manhã seguinte com os olhos toda inchados, a garganta um pouco irritada, o nariz um pouco entupido, e ainda lidando com o que quer que seja que esteja sendo difícil.

01:23:09 Ele simplesmente pinta um quadro lindo, e Jerusalém está aqui porque Jerusalém, o povo de Jerusalém, o povo da aliança, não quis se arrepender. Essa é uma consequência de suas próprias ações, e agora eles têm sentimentos bem intensos a respeito disso. Por mais que eu realmente queira ser uma pessoa cheia de misericórdia, receio que a justiça domine muitos dos meus pensamentos. Se eu fosse Jeremias, diria algo como: "Desculpe, Jerusalém, essa é a cama que vocês escolheram." Isso pesa sobre Jeremias; embora essas pessoas tenham escolhido viver dessa maneira, ele as amava, claramente. Claramente, ele as amava como elas eram e, talvez, nutrisse um amor profundo porque sabia no que elas poderiam se tornar em parceria com Deus. Pulando alguns versículos adiante, no versículo 16: "Por essas coisas eu choro; meus olhos, meus olhos derramam lágrimas, porque o consolador que deveria aliviar minha alma está longe de mim."

01:24:08 Meus filhos estão desolados porque o inimigo prevaleceu." Versículo 17: "Sião estende as mãos, e não há quem a console. O Senhor ordenou a respeito de Jacó que seu adversário estivesse ao seu redor. Jerusalém é como uma mulher em menstruação entre eles." Mas então, no versículo 18: "O Senhor é justo, pois eu me rebelei contra o seu mandamento. Aqui, peço a todos vocês que contemplem minha dor. Minhas virgens e meus jovens foram levados para o cativeiro. Chamei por meus amados, mas eles me enganaram. Meu sacerdote e meus anciãos perderam a vida no mar enquanto buscavam alimento para saciar sua alma. 20 Contempla, ó Senhor, pois estou em angústia." Tão poético, mas tão amargo e tão doloroso. E as imagens aqui, mais uma vez, são consequências de suas escolhas; eis onde estamos. Mas acredito que todos nós podemos nos identificar com essa amarga tristeza, seja pelas consequências de nossas próprias escolhas, seja pelas consequências das escolhas de outras pessoas, ou simplesmente pelo fato de que este é um mundo caído.

01:25:19 É tão comovente essa busca contínua por consolo, mas nenhum consolo pode ser encontrado. Isso parte meu coração. Compartilhei anteriormente sobre algumas das minhas dificuldades na missão; meu presidente de missão teve que encerrá-la. Tive uma entrevista com ele. Tive que, após minha segunda cirurgia, em 24 horas, fazer as malas e deixar este país que eu tanto amava. Minha entrevista de despedida com meu presidente de missão foi bem breve e curta. Claro, a luz caiu, então estava tudo escuro. E meu presidente de missão ficou um pouco emocionado e disse: "Esta é a minha despedida mais difícil." E eu disse: "Bem, eu não preciso ir embora. Minha mala está bem ali. Eu tenho que voltar." Era como se nós dois

estivéssemos chorando juntos. Entrei no avião e estava completamente, completamente abalada, não conseguia parar de chorar. Uma comissária de bordo se aproximou e disse: “Venha comigo.” Havia uma fileira inteira vazia lá atrás.

01:26:17 Ela me deixou bem confortável e eu só chorava olhando pela janela; tive uma escala e acho que estava no Texas. Uma vovó fofa estava na escada rolante na minha frente. Ela olhou para trás e disse: “Você é missionária.” E eu respondi: “Ah, bem, eu era, mas não sou mais um a”. Ela me deixou ligar para minha mãe pelo celular dela. Cheguei em Las Vegas. Claro, era o dia da formatura da minha irmã no ensino médio. Tão fofo que ela pudesse receber toda a atenção. Mas não mais. É. Estou voltando pra casa, maninha. Vamos dividir os holofotes. Foi um momento bem íntimo, só com minha família. Uma tia e um tio estavam lá, além da minha vovó, e eu não queria que ninguém nem soubesse que eu existia. Eu só queria ser esquecida. Era disso que eu precisava: do abraço da minha mãe. E minha mãe está soluçando. Não parei de chorar desde a minha cirurgia.

01:27:05 Minha mãe dizia: “Vamos fazer você ficar boa”. Aí fomos comer no In-N-Out, o que não caiu bem no meu estômago guatemalteco. Depois, fomos para a Strip para uma formatura do ensino médio. Eu precisava da minha mãe, daquela confiança de que eu estava segura, mesmo que tudo parecesse tão incerto; esse era o abraço de que eu precisava: minha mãe me dizendo que eu ia ficar bem. A gente tem essa repetição de pensamentos aqui, em que Zion está com os braços estendidos e não há ninguém por perto. Zion quer ser consolado, mas, desculpe, nada vai acontecer. É só esse vazio contínuo, e isso deixa um vazio na minha alma por causa dessas... mais uma vez, das consequências das ações deles, mas, mesmo assim, por como isso é devastador — algo com que todos nós provavelmente podemos nos identificar, de alguma forma.

Hank Smith: 01:27:58 Só de imaginar você, meu coração doeu, mas você teve uma comissária de bordo angelical, o que é ótimo.

Alyssa Edwards: 01:28:04 Ah, um anjo.

John Bytheway: 01:28:06 Sabe, se algum dia eu encontrar aqueles tradutores da Bíblia King James, quero levá-los ao In-N-Out ou algo assim, já que você acabou de mencionar isso. Quando eu era criança, costumava pensar: “Ah, é só pegar essa palavra e aquela palavra e traduzir esse idioma assim e aquele assim”. Mas eles tinham que captar o significado e o sentimento, e isso é lindo. O inglês da Bíblia King James é lindo. Enquanto você lia isso, eu pensei: uau.

Alyssa Edwards:	01:28:31	É impressionante. É mesmo impressionante.
Hank Smith:	01:28:33	Não sei se algum de vocês percebe isso, mas eu ouço Jesus lamentando por Jerusalém. É quase como se ele tivesse lido Lamentações e se inspirado nisso. “Ó Jerusalém, Jerusalém, que apedrejas os profetas.” Parece que ele estava canalizando um pouco de Lamentações. Não sei se isso daria um best-seller, né? Você escreve um livro chamado “Tristeza”. Embora o John tenha escrito um livro chamado “Como Ser Totalmente Infeliz”, ele tem feito bastante sucesso.
John Bytheway:	01:28:59	Foi basicamente uma brincadeira, com um tom irônico.
Hank Smith:	01:29:03	Certo. Posso te perguntar uma coisa, Alyssa? Como pesquisadora de saúde mental, sei que a tristeza pode ir e vir na vida. Costumava dizer aos meus alunos: “Olhem, três dias de tristeza não são depressão, isso se chama vida”. Mas há momentos, especialmente entre os jovens, em que se torna cada vez mais comum essa tristeza que simplesmente não acaba, esse vazio. Já ouvi alunos dizerem: “Não é tanto tristeza, irmão Smith, mas sim o vazio. Não sinto nada. Sinto-me vazio.” Sei que estou colocando você em uma lição realmente difícil aqui, mas o título da lição é “Transformando o Luto em Alegria”; então, como você tem visto isso acontecer com as pessoas? Não é inteiramente um problema espiritual, mas, às vezes, pensamos: “Ah, é uma falha de caráter. Ah, tenha mais fé. Vá mais ao templo.” Eu não tenho visto isso.
John Bytheway:	01:29:53	Pode ser biologia.
Hank Smith:	01:29:54	Pode haver muito mais do que isso. Você poderia falar um pouco sobre isso?
Alyssa Edwards:	01:29:58	Eu adoraria. Tenho várias ideias. John, você acabou de dizer isso. Pode ser biologia. Pode ser um desequilíbrio químico para o qual precisamos buscar ajuda. Mas também pode ser uma questão de momento e lugar. Quero dizer, eu reconheço isso em mim mesma quando começo a me sentir um pouco mais entorpecida e um pouco mais vazia por dentro, sendo que sou uma pessoa bastante emotiva. Vejo uma borboleta e fico com os olhos marejados porque adoro borboletas. Quando começo a reagir assim, é hora de fazer uma autoavaliação e ver como estou aproveitando minha vida. Quanto tempo passo nas redes sociais? Quanto tempo passo consumindo mídia em geral? Tenho um mantra pessoal — e ensino isso aos meus alunos no meu curso de saúde mental — que é “criação versus consumo”. Nós, como filhos de Deus, fomos criados pelo melhor criador.

	01:30:53	Fomos criados com a intenção de criar. É como se fosse uma parte inata de nós. Sinto que, se não estivermos criando, estamos quase privando essa parte divina de nós mesmos de fazer o que foi criada para fazer. E, às vezes, substituímos a criação pelo consumo porque é muito fácil. É muito fácil abrir o Instagram e rolar a tela. Às vezes, isso proporciona um entretenimento realmente ótimo. Tem um vídeo de um ewok que eu realmente adoro. Portanto, há coisas boas, mas não fomos feitos para consumir no ritmo acelerado em que nos foi permitido consumir. E por isso pergunto aos meus alunos: "O que vocês têm criado?" E quando criamos, nem precisa ser algo bom. Não precisamos ser bons em algo para aproveitar. Cuide de si mesmo, cuide do seu cérebro. O que você está fazendo para cuidar do seu cérebro?
	01:31:44	O que você está fazendo para cuidar de si mesmo? Se ainda estivermos presos nessas rotinas, preste atenção ao que você está vivenciando. Peço aos meus alunos que acompanhem suas emoções, porque às vezes ficamos presos nessas rotinas em que parece que não estamos sentindo nada, mas então temos aqueles momentos marcantes em que pensamos: "Consegui passar um tempo legal com meus amigos e isso foi realmente ótimo." Então, isso serve como um lembrete de que não estamos simplesmente presos nessas cavernas, mas sim que coisas boas estão acontecendo enquanto ainda lidamos com esses outros sentimentos. É multifacetado: preste atenção em si mesmo, quais são suas ações? Porque essas consequências são normais nesse contexto. Então, se ainda estivermos fazendo coisas que nos traziam alegria, tentando coisas novas e ainda assim nos sentindo estranhos, vamos buscar apoio extra para a saúde mental, porque pode ser apenas nossa biologia. E muitas doenças mentais se manifestam no início dos 20 anos. Seus alunos jovens adultos, meus alunos jovens adultos: é nessa fase que coisas estão acontecendo em seus cérebros, e esse é um momento normal para que mudanças ocorram.
Hank Smith:	01:32:46	Dois episódios me vêm à mente, John. Um deles, com Steven Sharp Nelson, há apenas algumas semanas. Você se lembra do que ele disse sobre a criação? Ele disse: "A mente se alimenta da criação que não vai ser avaliada, publicada ou vendida."
John Bytheway:	01:32:59	Certo.
Hank Smith:	01:33:00	É a criação pela criação em si. E eu nunca tinha pensado nisso, mas isso não vai ser avaliado, publicado ou vendido porque estamos tão preocupados com a nota que vou tirar nisso ou com quantas curtidas isso vai receber? Então, voltando ao Éter, acabamos de estudar o livro de Éter, e uma de nossas aulas foi

		com o Dr. Doug Benson. Ele falou que emoções não são fatos. Às vezes pensamos que, se estamos sentindo algo, deve ser verdade que nossa vida é triste, quando, na verdade, não: emoções não são fatos. Se alguém quiser, esses dois episódios podem complementar o que a Alyssa disse. Sou grata. Alyssa, você fala com tanta compaixão. Acho que é por isso que seus alunos se sentem atraídos por você.
Alyssa Edwards:	01:33:41	Tenho muito amor. Muito amor. Só para constar, eu queria seguir Direito quando comecei a faculdade. Dallin H. Oaks, eu estava conversando com ele e ele segurou minha mão e disse: "Alguns corações não foram feitos para isso". E fiquei muito chateada, porque quem é esse homem para me dizer que não fui feita para a faculdade de Direito e para ser secretária de Estado? Muito obrigada. Eu não segui a carreira de Direito. Reviravolta na história. Aqui estamos nós.
Hank Smith:	01:34:14	Alyssa, isso me parece cíclico, porque, quando não estou me sentindo muito bem, geralmente não tenho vontade de criar. Quero apenas consumir.
Alyssa Edwards:	01:34:20	É. Porque é fácil. É fácil. E ainda há uma descarga de dopamina, então nosso cérebro pensa: "Tudo bem, acho que posso estar satisfeito". Mas não está. Nossos cérebros não foram feitos para isso. Eles não foram feitos para isso. É preciso um pouco mais de esforço, mas com um pouco mais de esforço é aí que ocorre o crescimento.
Hank Smith:	01:34:39	Quando ensino sobre as tentações de Jesus no Novo Testamento, costumo propor aos meus alunos o que chamamos de desafio "carne versus espírito". Transforme essas pedras em pão. Faça o que seu corpo quer, não o que seu espírito quer. Nós mesmos criamos nossos próprios desafios. Vou ficar uma semana sem essa coisa que adoro e que é tão tentadora para mim. E eles sempre dizem: "Irmão Smith, fique uma semana sem Coca-Cola Zero". Eu respondo: "Já fiz isso. Consigo fazer. Posso parar a qualquer momento." Mas, com frequência, ouço alunos dizerem: "Vou ficar uma semana longe das redes sociais. Vou só dar um tempo por uma semana." Muitos deles nunca mais voltam. Já ouvi tantos dizerem: "Me sinto muito melhor. Não achei que fosse acontecer. Achei que seria difícil e foi difícil no começo, mas, eu simplesmente..." E eles abandonam. Não que isso seja ruim. Eu uso o Instagram. Adoro compartilhar o evangelho, mas você está certa. O cérebro deles diz: "Ah, obrigado. Eu precisava de uma pausa disso."
Alyssa Edwards:	01:35:32	Vamos voltar às Lamentações. Tenho alguns versículos que gostei muito no capítulo três. Vemos Jeremias lamentando a

partir do versículo 18. “E eu disse: ‘Minha força e minha esperança pereceram diante do Senhor; lembrando-me da minha aflição e da minha miséria, do absinto, dessa profunda dor na fé, minha alma ainda as tem em memória. Minha alma ainda se lembra disso. Ainda me lembro dessas coisas e me sinto humilde, com isso se instalando em mim. Isso trago à minha mente; por isso tenho esperança.” Essa conexão da esperança com o que ele está dizendo é uma profunda dor, uma das mais difíceis de suportar. Versículo 22: “É pelas misericórdias do Senhor que não somos consumidos, pois suas compaixões não falham. Elas se renovam a cada manhã. Grande é a tua fidelidade. O Senhor é a minha porção, diz a minha alma. Por isso, esperarei nele. O Senhor é bom para com aqueles que esperam por ele, para com a alma que o busca.

01:36:39 É bom que o homem espere e aguarde em silêncio pela salvação do Senhor. É bom para o homem que ele carregue o jugo na sua juventude. Ele se senta sozinho e guarda silêncio, porque o carregou sobre si.” Pulando apenas alguns versículos adiante: “Pois o Senhor não rejeitou para sempre, mas, embora tenha causado dor, ainda assim terá compaixão”, a escrita mais poética ao lidar com pensamentos pesados, mas ainda assim conectando continuamente a esperança. Esperança na tribulação, esperança na provação, redenção, aquele versículo 23: “As misericórdias do Senhor se renovam a cada manhã”. Não há limite para a misericórdia de Deus, para a graça de Deus, para a compaixão de Deus. É infinito. E esse é um sentimento bastante poderoso para começarmos a compreender.

John Bytheway: 01:37:35 Sim. Quando começamos hoje, no parágrafo inicial que o Hank leu, eram opostos. Arrancar e derrubar. Depois, ele foi chamado para construir e plantar. Agora, bem no meio dessa lamentação, ele está voltando a, como você disse, abordar a esperança. É claro que ele não desistiu de Deus e está nos falando sobre a bondade Dele bem aqui. E, como você disse, é poético. É até mesmo messiânico. Ele oferece a outra face àquele que o fere. Isso... Isaías não disse isso no versículo 30?

Alyssa Edwards: 01:38:12 É. Temos um vislumbre das experiências de Jeremias com Deus, mas, mais uma vez, chegar a esse ponto em que ele consegue prestar um testemunho como esse em meio a provações e aflições é bastante intrigante. Talvez seja porque sou uma pessoa emotiva e choro muito. Todas as suas referências ao choro realmente me tocaram. Versículo 48: “Meus olhos derramam rios de água. Meus olhos escorrem e não cessam, sem qualquer interrupção, até que o Senhor olhe para baixo e contempla o céu.” Esse homem conhece a dor. Penso no versículo das escrituras: o Salvador estava familiarizado com a

		dor. Jeremias estava familiarizado com a dor. Nós estamos familiarizados com a dor. O que a dor nos ensina sobre Deus e nossa conexão com Ele?
John Bytheway:	01:39:12	Se o Salvador era um homem de dores e familiarizado com a aflição, há alguém que sabe o que estamos passando. Jerusalém acabará de ser destruída. Jeremias aparentemente está a salvo e consegue escrever tudo isso. Será que o texto nos diz onde ele estava para poder continuar escrevendo?
Alyssa Edwards:	01:39:35	Essa é uma boa pergunta. O Hank tem a resposta.
John Bytheway:	01:39:37	Estou procurando.
Hank Smith:	01:39:39	O rei da Babilônia o deixa em paz. Na verdade, ele até lhe oferece um presente, e Jeremias diz: “Não, obrigado”. Felizmente para Jeremias, ele tinha amigos poderosos que o protegiam. Eles permitiram que Jeremias ficasse, garantindo até mesmo que ele fosse bem tratado. Os babilônios ficam pensando: “Devíamos ter dado ouvidos a vocês, pessoal”.
John Bytheway:	01:39:57	E, por isso, oferecemos a você um prêmio.
Hank Smith:	01:39:59	É. E ele fica tipo: “Não quero... Tira esse milho da minha cara.”
Alyssa Edwards:	01:40:04	Tudo bem. Trabalhando para seminários e institutos, a gente ajuda a apoiar todos os FSYs que acontecem durante o verão. Adoro essa parte do meu trabalho. Fico ansiosa por isso. Gosto muito mesmo. Então deste verão, coordenei nossas sessões de orientação duas vezes, na Universidade Brigham Young. Participei das sessões na primeira e na última semana. Na primeira semana em que dei orientação, fiz alguns amigos na minha equipe de liderança e descobri que iria trabalhar com um deles. Na última semana, ele seria um dos meus coordenadores, e fiquei muito animada. Eu adoro esse cara. O Brandon é incrível, simplesmente incrível. No domingo, eu estava super animado para começar. Fiz minha devocional com meus conselheiros. Correu tudo bem. Tinha um grupo bem grande. Eram cerca de 125 pessoas. Tínhamos quase mil jovens.
Hank Smith:	01:40:58	Uau. É uma sessão enorme do FSY.
Alyssa Edwards:	01:41:01	É mesmo. Teve uma infestação de morcegos em outro campus, então eles tiveram que trazer 200 jovens de ônibus para a minha sessão, e a minha foi a que conseguiu acomodar todo mundo. Foi uma sessão bem cheia. Fiquei super empolgada e muito grata, e trabalhei com um monte de amigos naquela

noite, depois que tudo acabou. Fui para o meu hotel. Resumindo, acabei no pronto-socorro no final da noite de domingo. Meu marido, que, repito, é realmente uma das pessoas mais gentis que conheço — é muito difícil para mim dizer: “Ah, sim, acho que preciso ir ao médico”. Esse homem fica tão assustado. Ele aparece no pronto-socorro. Ele estava em casa. Eu estava no hotel, e ele trouxe três moletons porque queria ter certeza de que escolheria o mais confortável para atender às minhas necessidades. Três moletons diferentes para eu escolher, e ele estava em pânico.

01:41:50 E eu falei: “Meu amor, estou tomando soro agora. Temos analgésicos. Estamos totalmente bem.” Mas, enquanto estávamos no pronto-socorro, eles fizeram exames, descobriram uma infecção, estamos tratando a infecção, mas queriam ter certeza de que não havia mais nada. Eles planejavam fazer uma tomografia computadorizada. São cerca de três da manhã. O médico do pronto-socorro entra e está um pouco irritadiço, e eu quis lembrá-lo de que ele escolheu esse trabalho. Ele poderia ter dado aulas no seminário. Você escolheu esse caminho.

Hank Smith: 01:42:20 Não é minha culpa.

Alyssa Edwards: 01:42:22 É. Agência. Ele foi muito rápido e meio rude, na minha opinião, mas eu também sou bem sensível. Ele estava... Bem, a gente ia fazer uma tomografia computadorizada, mas alguém esqueceu de nos dizer que ela estava grávida. Eu olhei imediatamente pro meu marido e falei: “Eu não sabia que você estava grávida, querido. Isso é loucura.” E meu marido se levantou e disse: “Como assim?”. O médico olhou para nós como se fôssemos idiotas, e eu disse: “Ei, na verdade fizemos um teste de gravidez há quatro dias e deu negativo. É a primeira vez que ouvimos isso, e você disse isso de um jeito bem rude”. Ele disse: “Bem, não podemos fazer uma tomografia computadorizada agora”. E eu respondi: “Tudo bem, obrigada.” Então ele pediu outros exames , ou algo assim. Descobri que estava grávida às 3h da manhã no Utah Valley Hospital, na madrugada de segunda-feira, quando eu precisava estar no FSY cinco horas depois.

01:43:17 Então, eu estava assimilando tudo isso. Finalmente recebemos alta do hospital às 5h. Nós dois fomos para o hotel, tiramos um cochilo. Meu marido acordou e foi trabalhar. Eu acordei, fui para o FSY com uma oração no coração, esperando por um milagre. Tipo, acabávamos de receber uma notícia bem importante, então estava assimilando tudo isso, e o dia correu bem. Damos as boas-vindas a milhares de jovens no Marriott Center da Universidade Brigham Young, e há uma energia

positiva; meus conselheiros são alguns dos melhores jovens adultos que já conheci, minha equipe de liderança é ótima e tudo está indo bem. Fazemos todos os jogos da Noite em Família e sobrevivemos a tudo isso. Volto para o hotel tarde da noite. Uau, que dia de altos e baixos! Que emoção! Bem, na manhã seguinte, terça-feira , na Universidade Brigham Young, no Centro de Treinamento de Missionários, os jovens têm a oportunidade de conhecer o presidente do Centro de Treinamento de Missionários.

01:44:10 É tão incrível. É tão incrível. Sim, o presidente do Centro de Treinamento de Missionários e sua esposa falam. Eles fazem um painel com missionários que estão atualmente na CTM. É uma experiência muito legal. Mas, assim que a manhã de terça-feira começou, comecei a ter um aborto espontâneo no Centro de Treinameto de Missionarios, com milhares de jovens, que eu conhecia há apenas 24 horas. Era bem no início da gravidez. Estou sentada no palco. O presidente do Centro de Treinamento de Missionários está falando, e meu coração estava simplesmente se partindo. Ninguém na sala sabe. Estou completamente cercada, completamente cercada por pessoas realmente maravilhosas, e ninguém sabe o quanto eu me sentia absolutamente sozinha. Esses versículos aqui, olhando para um versículo que não havíamos visto, como o capítulo três, versículo 11: “Ele desviou meus caminhos e me despedaçou. Ele me deixou desolada.” Começamos Jeremias com essa ideia de lugares desolados, mas agora tenho essa sensação de que não estou em um lugar desolado. Eu sou desolada. Estou vazia. Nada pode acontecer aqui. Nada vai prosperar.

01:45:31 E, tipo, obviamente, olhando o quadro geral, eu sei que tudo vai ficar bem. No grande plano, tudo vai ficar bem. Naquele momento, meu corpo está sofrendo, meu coração está sofrendo. Meu marido precisou ir trabalhar e está processando o que nossa pequena família acabou de passar. Eu realmente me sinto desolada. Essa é a palavra que ficou no meu peito, porque era exatamente isso que eu estava sentindo. Minha irmã, Carly, aquela que mencionei antes, é médica, e imediatamente eu já estava ao telefone com ela. Ela é tão gentil e tão boa. O conselho dela, enquanto ela dizia: “Desculpa, desculpa”. Eu fico tipo: “Sinto muito. Gostaria de poder estar aí. Mas, Alyssa, só para garantir que não seja um aborto espontâneo, você precisa manter a cabeça no lugar. Mantenha a cabeça no lugar.”

Hank Smith: 01:46:25 Você quer... você quer o quê?

Alyssa Edwards: 01:46:28 Ok, deixa eu começar a contar minhas piadas favoritas pra mim mesma. É simplesmente maravilhoso. No lugar onde eu estava, eu estava saindo do Centro de Treinamento de Missionários, e esses jovens que... Quer dizer, vocês sabem, sabem como funciona o EFY. Esses jovens que eu conheci no dia anterior, gritando para mim no Marriott Center, tipo: “Irmã Edwards”, e vindo me dar um abracinho: “Nós te amamos muito”. Eles não me conhecem. Não fazem a menor ideia. E estão apenas oferecendo amor. Aí minha equipe de liderança, eles não têm a menor ideia do que está acontecendo. Esses jovens adultos, que decidiram, entre os semestres da faculdade, que iriam trabalhar na igreja e conviver com adolescentes durante todo o verão — o que nem sempre é uma tarefa fácil. Eles não têm ideia do que estou passando e, mesmo assim, entro numa sala e ouço: “Irmã Edwards, vamos almoçar. Quer vir com a gente, Irmã Edwards? Ei, estou indo correndo para Swig. Quer uma bebida?”

01:47:29 Enchendo-me com todo o amor e apoio que podiam oferecer. Então volto a esses versículos, o 22. É pela misericórdia do Senhor que não somos consumidos. Consumo, aqui nesses versículos, significa destruição. Meu consumo era uma amarga tristeza, um peso e uma dor. Sentia como se meu corpo estivesse me traindo. Esse era o meu consumo, mas não fui consumida porque a compaixão Dele não falha. E observo como meus pais terrenos agem, a maneira como minha mãe queria estar comigo naquele instante, mas não foi possível; minha mãe moveria céus e terra para chegar até seus filhos. Imagino que isso talvez seja um pouco de projeção, mas se é assim que meus pais terrenos agem, eles seguem o modelo dos meus pais celestiais.

01:48:29 E se meus pais terrenos estão dispostos a mover tudo e qualquer coisa para chegar até seus filhos, só posso imaginar o que os pais celestiais perfeitos sentem quando nos sentimos em lugares desolados. Sua compaixão não falha. Ela se renova a cada manhã. Grande é a tua fidelidade. Essa fé, conhecimento e confiança abrangentes em um Deus que está incrivelmente ciente desses lugares realmente intensos e dolorosos em que nos encontramos. Sua compaixão pode não se manifestar como uma intervenção divina, mas talvez se revele em 950 jovens de 14 a 18 anos que só querem me dizer que me amam. Talvez a compaixão deles se manifeste em alguém que traz para você, Hank, uma Coca-Cola Zero. Talvez a compaixão deles se manifeste em uma mãe que diz: “Deixa eu te dar um presentinho hoje”, ou em um marido que vem ao hospital com três moletons porque sabe que você está com frio, mas quer ter certeza de que vai escolher o moletom certo.

	01:49:39	Talvez a compaixão de Deus seja muito maior do que aquilo que nossos olhos, limitados pela nossa visão, conseguem enxergar, mas nossa visão pode, sem dúvida, reconhecer essa compaixão — onde podemos vivenciar a magnitude da compaixão de Deus ao mesmo tempo em que carregamos o peso de nossa experiência mortal. Elas podem coexistir e, de fato, coexistem o tempo todo, e Jeremias presta testemunho disso repetidamente.
Hank Smith:	01:50:14	Alyssa, vou repetir. Eu já disse isso antes: você pensa como o profeta Joseph Smith. Ele diz: “As coisas de Deus” — que é o que você tem nos ensinado — “são de profunda importância, e somente o tempo, a experiência e pensamentos cuidadosos, ponderados e solenes podem descobri-las. “Tua mente, ó homem”, vamos acrescentar “mulher”. “Se isso conduzirá uma alma à salvação”, que é o que você está fazendo, Alyssa, “se isso conduzirá uma alma à salvação, deve se elevar tão alto quanto os céus mais altos. Tua mente deve entrar nesse belo céu e sondar e contemplar o abismo mais escuro, a ampla extensão da eternidade.” Então ele conclui: “Você deve comungar com Deus.” Não sei por que, mas nos nossos momentos de maior felicidade, quando estamos fazendo tudo certo e nossos entes queridos estão ao nosso redor, sinto-me em comunhão com Deus; e, nos momentos mais sombrios e difíceis, sinto que também estou em comunhão com Deus. E ambas as coisas são verdadeiras, como você disse, ambas são verdadeiras ao mesmo tempo.
John Bytheway:	01:51:24	Obrigado por compartilhar isso, Alyssa. Esse tipo de coisa, sei por experiência própria, pode trazer uma profundidade de tristeza com a qual você talvez não estivesse familiarizada antes. Isso te encosta contra a parede da fé, não é mesmo? Mas adoro que você esteja tão cercada por pessoas queridas, e espero que as pessoas que conheço que passaram por isso também saibam que estão cercadas por pessoas queridas. Eu deveria ter levado três moletons para elas, mas elas estavam cercadas.
Alyssa Edwards:	01:51:53	No mínimo, no mínimo.
John Bytheway:	01:51:55	No mínimo.
Hank Smith:	01:51:56	Todos nós precisamos aprender com o marido da Alyssa, com todos os maridos do mundo. Alyssa, você nos conduziu por alguns capítulos e temas muito difíceis de uma maneira tão inspiradora. Você tem um dom. Antes de encerrarmos, deixe-me perguntar: você passou por situações difíceis, estudou e pesquisou assuntos complexos, mas aqui está você, otimista e

cheia de luz. Você poderia falar sobre isso, já que nossos ouvintes dizem: “Não quero passar por coisas sombrias e difíceis. Nem quero falar sobre algumas dessas coisas de que você falou. São assuntos assustadores. São assuntos difíceis. Eles trazem à tona sentimentos difíceis.” Como você conseguiu lidar com isso? Como o Senhor a ajudou? Como você manteve sua fé?

Alyssa Edwards: 01:52:40 Tem um discurso que… sabe, nas casas de missão em que a gente mora, tem um monte de edições antigas da Ensign, da Liahona e outras coisas do tipo. Enquanto folheava uma delas certo dia, encontrei um discurso chamado “O Domingo Chegará”, do Élder Wirthlin. Acho que isso ajudou a mudar um pouco minha perspectiva, permitindo-me permanecer nesses espaços difíceis, ambíguos, cinzentos — seja lá como forem — e ainda assim reconhecer a bondade. Ele diz: “Falando da crucificação do Salvador, naquela sexta-feira, os apóstolos estavam devastados. Jesus, seu Salvador, o homem que havia andado sobre as águas e ressuscitado os mortos, estava ele próprio à mercê de homens ímpios. Eles assistiram impotentes enquanto ele era dominado por seus inimigos. Naquela sexta-feira, o Salvador da humanidade foi humilhado e ferido, maltratado e injuriado. Foi uma sexta-feira repleta de uma dor devastadora e consumidora que corroía a alma daqueles que amavam e honravam o Filho de Deus.

01:53:37 Acho que, de todos os dias desde o início da história deste mundo, aquela sexta-feira foi a mais sombria, mas a desgraça daquele dia não perdurou. O desespero não perdurou porque, no domingo, o Senhor ressuscitado rompeu as amarras da morte. Ele ascendeu do túmulo e apareceu gloriosamente triunfante como o Salvador de toda a humanidade. Avançando um pouquinho no tempo, cada um de nós terá suas próprias sextas-feiras. Naqueles dias em que o próprio universo parece despedaçado e os fragmentos de todo o nosso mundo jazem espalhados ao nosso redor, todos nós passaremos por esses momentos de desolação em que parece que nunca mais poderemos nos recompor. Todos nós teremos nossas sextas-feiras. Mas testifico a vocês, em nome daquele que venceu a morte, que o domingo chegará. Na escuridão de nossa tristeza, o domingo chegará.” Esse discurso acendeu algo dentro de mim, onde as dificuldades acontecem — e minhas dificuldades nem sequer são as mais difíceis que já existiram —, mas Jesus tornou possível que o domingo sempre chegue.

01:54:45 A escuridão vai acabar. O sol sempre vai nascer. Ele sempre vai nascer. A bondade está presente mesmo nas dificuldades. Deus é tão bom. A bondade de Deus é tão vasta. E o fato de que, para

		todos nós, coisas boas ainda acontecem em um mundo que pode ser cruel e sombrio — mesmo nos meus piores dias, a bondade existia. Mesmo nos meus piores dias, minha mãe me ligava, contava qualquer história sobre qualquer pessoa. Mesmo nos meus piores dias, tenho um gato perfeito chamado Gravy. Dá pra acreditar? Minha vida é tão boa. Mesmo nos nossos piores dias, o domingo ainda vai chegar. O domingo ainda vai chegar, e é a bondade de Deus que continuamente me sustenta para que eu veja a bondade de Deus. Se pudermos confiar continuamente na magnitude e na vastidão, vamos ver o quão bom nosso Deus realmente pode ser, mesmo com esses olhos mortais, e espero que esses olhos mortais permitam um pouco dessa visão mais ampla que acho que todos nós estamos buscando.
Hank Smith:	01:55:59	O próprio Jeremias adoraria essa lição. “Eu farei”, diz o Senhor. Não “talvez eu faça”, nem “espero fazer”. Eu transformarei o seu luto em alegria. Eu o consolarei. Eu farei com que você se alegre em meio à sua tristeza. Alyssa, muito obrigado pelo seu tempo hoje, pela sua preparação, pela sua atitude e pelas suas histórias. John e eu tivemos um dia perfeito com você.
John Bytheway:	01:56:24	Obrigado pelo seu testemunho.
Alyssa Edwards:	01:56:25	Obrigada, pessoal. Muito obrigada. Que prazer!
Hank Smith:	01:56:28	Por favor, acessem o YouTube, deixem seus comentários ou visitem nosso site, followhim.co, e digam à Alyssa o quanto ela é maravilhosa. Adoramos enviar essas mensagens aos nossos convidados. Com isso, queremos agradecer à irmã Alyssa Edwards 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 vocês se juntem a nós na próxima semana. Em breve, teremos o Livro de Ezequiel no followHIM. Como forma de agradecimento aos nossos maravilhosos ouvintes, adoraríamos presentear vocês com a versão digital do nosso livro, “Encontrando Jesus Cristo no Velho Testamento”. Ele traz reflexões curtas e significativas extraídas de nossos episódios anteriores sobre o Velho Testamento. Acessem followhim.co — isso mesmo, followhim.co — para baixar sua cópia gratuita hoje mesmo; lá vocês também encontrarão o link para adquirir a edição impressa. Obrigado por fazer parte da nossa família followHIM.
	01:57:22	É claro que nada disso seria possível sem nossa incrível equipe de produção: David Perry, Lisa Spice, Will Stoughton, Krystal

Roberts, Ariel Cuadra, Heather Barlow, Amelia Kabwika, Sydney Smith e Annabelle Sorensen.



00:03	Hank Smith	Este é o “followHIM Favorites”. John e eu compartilhamos uma única história para acompanhar a lição semanal do “Vem, e Segue-Me”. John, estamos no final do livro de Jeremias e do livro que ele escreveu, Lamentações. É meio triste. Ele escreveu um livro chamado “Depressão”.
00:16	John Bytheway	É mesmo.
00:17	Hank Smith	Qual é a sua história?
00:19	John Bytheway	Bem, no capítulo três de Lamentações, ele diz: “Lembrando-me da minha aflição e da minha miséria, do absinto e do fel, minha alma ainda os tem em memória e se humilha em mim. Isso trago à minha mente; por isso tenho esperança. É pelas misericórdias do Senhor que não somos consumidos, pois suas compaixões não falham.” A situação é assim tão ruim, mas é boa porque as misericórdias do Senhor não falham. E isso me lembrou de uma pequena parábola que Max Lucado contou sobre um velho que morava em uma pequena vila. Ele era pobre, mas tinha um cavalo incrível e lindo, um cavalo branco. As pessoas lhe ofereciam dinheiro por ele. Ele dizia: “Não, para mim, este não é apenas um cavalo. Como eu poderia vendê-lo? É meu bem mais precioso.” E então, certa manhã, ele descobriu que o cavalo não estava no estábulo. Todos os vizinhos disseram: “Seu tolo. Nós avisamos que alguém roubaria seu cavalo e agora ele se foi, e você foi amaldiçoado com esse infortúnio.” E ele disse: “Esperem, não falem tão depressa.
01:17	John Bytheway	Digam apenas que o cavalo não está no estábulo. É tudo o que sabemos. O resto é julgamento da parte de vocês. Não sabemos se é uma bênção ou uma maldição. Não podemos dizer.” A vila inteira riu. Eles sabiam: não, isso é uma maldição. E, após 15 dias, o cavalo voltou e não tinha sido roubado. Ele tinha fugido para a floresta e trouxe uma dúzia de cavalos selvagens com ele. Então, eles disseram: “Ah, velho, você está certo. Nós estávamos errados. Achamos que era uma maldição, mas era uma bênção. Por favor, perdoe-nos.” E ele disse: “Não, não, não. Não exagerem. Digam apenas que o cavalo está de volta. Ainda não sabemos se é uma bênção ou uma maldição. A vida é tão vasta. Vocês julgam toda a vida com uma única palavra. Tudo o que temos é um fragmento. Ninguém sabe.” “Bem, talvez o velho esteja certo”, disseram eles.

02:01	John Bytheway	Então eles disseram uns aos outros: “Não, ele está errado.” Eles sabiam que era uma bênção. Os 12 cavalos selvagens haviam voltado com um cavalo. O velho tinha um filho, e o filho foi domar os cavalos selvagens, mas caiu de um deles e quebrou as duas pernas. Então todos disseram: “Tudo bem, agora sabemos que isso é uma maldição. Agora você está mais pobre do que nunca porque não só tinha esses cavalos, mas agora seu filho quebrou as duas pernas.” E ele disse: “Mais uma vez, vocês estão obcecados em julgar. Não exagerem. Não sabemos.” Algumas semanas depois, aquele país entrou em guerra com o país vizinho e todos os jovens da vila foram convocados para o exército, exceto o filho daquele homem, pois ele havia quebrado as duas pernas. “Tudo bem, você estava certo. Deus sabe que você estava certo.
02:50	John Bytheway	Isso prova tudo. O acidente do seu filho é uma bênção.” Ele disse: “É impossível conversar com você. Você sempre tira conclusões precipitadas. Ninguém sabe. Diga apenas isto: seus filhos tiveram que ir para a guerra e os meus não. Ninguém sabe se isso é uma bênção ou uma maldição. Ninguém é sábio o suficiente para saber. Só Deus sabe.” O velho estava certo. Temos apenas um fragmento. Os contratempos e horrores da vida são apenas uma página de um grande livro. Devemos ser cautelosos ao tirar conclusões, reservar nosso julgamento sobre as tempestades da vida até conhecermos a história completa. Isso é de Max Lucado, chama-se “A Sabedoria do Lenhador e Outras Histórias Favoritas”, e está no site dele. Está online. Adoro a ideia de que a gente não sabe. Mesmo Jeremias dizia: “As coisas estão tão ruins, mas eu não esqueci. Deus é tão misericordioso.” Vimos isso repetidas vezes no Antigo Testamento.
03:37	John Bytheway	As coisas estão ruins, mas Deus é um restaurador. Ele é um reparador. Ele vai trazer Israel de volta.
03:44	Hank Smith	Gosto muito disso. Espere aí, não sabemos se isso é bom ou ruim. Não vamos julgar. John, foi você quem me disse que os ganhadores da loteria costumam dizer: “Essa é a pior coisa que já me aconteceu.”
03:55	John Bytheway	É mesmo. Um cara disse: “Ganhei um milhão de dólares e agora passo todos os dias com advogados em processos judiciais. Todo mundo está tentando ficar com o dinheiro. É a pior coisa que já me aconteceu”. Tem gente por aí pensando: “Queria que isso acontecesse comigo”. E você fica pensando: “Calma lá”.
04:09	Hank Smith	É, não tão rápido assim. Dá pra imaginar alguém dizendo: “Ganhei na loteria”, e você responder: “Ei, ei”. Vamos ver. Vamos ver se isso é uma bênção ou uma maldição.
04:18	John Bytheway	Hank, você me contou a história do Élder Dieter F. Uchtdorf e do problema pulmonar que ele teve quando era criança, mas nem sabia disso. Aquela bicicleta pesada que ele tinha que pedalar por aí e que provavelmente curou seus pulmões — ele descobriu isso quando se tornou piloto.

04:33	Hank Smith	Mas ele não fazia a menor ideia, nem imaginava que aquela bicicleta que ele odiava estava salvando sua vida.
04:37	John Bytheway	Foi uma bênção.
04:39	Hank Smith	Se você imaginar ele dizendo: “Eu odeio isso”, e aí o velho aparece. Não, não.
04:43	John Bytheway	Não, não tão rápido, meu amigo.
04:44	Hank Smith	É. Você não sabe se isso é uma bênção ou uma maldição. Bem, ei, esperamos que você se junte a nós no nosso podcast completo. Chama-se followHIM. Você pode acessar ou baixá-lo onde quer que você ouça seus podcasts. Estamos com a irmã Alyssa Edwards esta semana. Ela é especialista em saúde mental. Ela vai falar sobre Jeremias, Lamentações, tristeza, dificuldades e dor. Então, você vai querer se juntar a nós lá e depois voltar aqui na próxima semana. Faremos mais um “followHIM Favorites”.