

Permanecer Livres do Vício

Por que esse tema?

Quando as pessoas são dependentes, seja de comportamentos nocivos ou de alguma substância, elas estão no cativeiro, física e espiritualmente. O Senhor quer que evitemos o vício e encontremos alegria e liberdade ao viver o evangelho. Mesmo se nos tornarmos dependentes de algum comportamento ou substância, Ele está pronto para nos curar e nos libertar, à medida que nos arrependemos e nos achegamos a Ele.

Prepare-se para uma aula inspiradora

Quais experiências lhe ensinaram sobre o poder do Senhor para ajudar as pessoas a evitar e sobrepujar o vício?

O que o quórum ou os membros da classe podem fazer para entender melhor como permanecer livres do vício? Como você pode auxiliá-los a encontrar esperança de que o Senhor pode ajudá-los e a seus entes queridos?

Em espírito de oração, estude os recursos abaixo e pense em como pode inspirar os membros a confiar no Senhor e em outras pessoas em seus esforços para permanecer livres do vício.

Ensinar à Maneira do Salvador

O Salvador fazia perguntas que levavam as pessoas à profunda reflexão e ponderação. Interessava-Se sinceramente por suas respostas e alegrava-Se com suas demonstrações de fé. Ele lhes dava oportunidades de fazer perguntas e ouvia suas experiências. Que perguntas você pode fazer que irão ajudar as pessoas a quem ensina a pensar e ter sentimentos profundos a respeito do evangelho?

[2 Néfi 2:27; 28:22; Mosias 7:33; Moisés 4:3–4](#)

Élder M. Russell Ballard, “[Quão Astuto É o Plano do Maligno](#)”, *A Liahona*, novembro de 2010, p. 108

Presidente James E. Faust, “[O Poder de Mudar](#)”, *A Liahona*, novembro de 2007, p. 122

Élder Craig A. Cardon, “[O Salvador Quer Perdoar](#)”, *A Liahona*, maio de 2013, p. 15

Lia McClanahan, “[Como Recuperar-se do Vício: Um Passo por Vez até a Cura](#)”, *A Liahona*, junho de 2009, p.36

“Arrependimento e Recuperação do Vício”, [Pregar Meu Evangelho: Guia para o Serviço Missionário](#) (2004), 203–205

[Guia para Recuperação e Cura da Dependência](#) (livreto, 2004)

[Site Recuperação de Dependências](#), [addictionrecovery.lds.org](#) (inclui relatos de pessoas que estão vencendo a dependência)

“[Proteger-nos da Pornografia](#)” (folheto para preparar um plano de ação para evitar a pornografia)

“[Healing for Spouses](#)” [não disponível em português], em [overcomingpornography.org](#) (inclui conselhos para pessoas que tenham familiares viciados em pornografia)

Vídeo: “[Sereis Libertados](#)” (2:25)

Inicie a aula

Ao iniciar a aula, pense em como ajudar os membros da classe a reconhecer o crescimento espiritual que acontece na vida deles e na de seus familiares. Peça que compartilhem seus pensamentos ou o que fizeram como resultado do que aprenderam na aula da última semana. Ou você pode prepará-los para o debate de hoje perguntando-lhes como ensinariam os princípios do evangelho para ajudar os membros da família, ou outras pessoas, a evitar ou vencer o vício. *Observação:* Ao iniciar esse debate, peça aos membros que não compartilhem informações confidenciais sobre si mesmos ou sobre outras pessoas.

Ideias para aprender juntos

A fim de ajudar aqueles a quem ensina a evitar ou vencer o vício com a ajuda do Salvador, use uma ou mais das ideias a seguir, ou outras de sua própria autoria.

Semanas 1 e 4: Temas Seleccionados Localmente

- Em grupo, leia passagens das escrituras seleccionadas de um dos discursos listados acima. O que você pode fazer para incentivar os membros a compartilhar seus pensamentos e sentimentos sobre essas passagens? Convide os membros a ponderar como essas mensagens podem aplicar-se à vida deles.
- Vocês podem estudar em grupo “Passo 2: Esperança” do [Guia para Recuperação e Cura da Dependência](#) e debater o que aprenderam. Como o evangelho restaurado de Jesus Cristo nos dá esperança para a recuperação do vício?
- Peça aos membros que debatam (sem usar exemplos específicos) como uma pessoa dependente pode afetar sua família. Como a Expição do Salvador nos ampara diante das consequências de termos um membro da família com alguma dependência? Como podemos ter acesso a esse poder?
- Vejam ou [leiam](#) relatos de pessoas que estão sobrepujando o vício e debatam os princípios do evangelho que podem ajudá-las. Pense na possibilidade de convidar membros do quórum ou da classe a compartilhar princípios do evangelho que os ajudaram a sobrepujar suas fraquezas ou tentações.
- Pense em perguntas que pode fazer para ajudar os membros a debater maneiras de evitar a pornografia. Por exemplo: O que podemos fazer para proteger a nós mesmos contra a pornografia? Como podemos proteger nossa família? Quais escrituras ou ensinamentos dos profetas santos dos últimos dias podem ajudar-nos? Peça aos membros que revisem o folheto [“Proteger-nos da Pornografia”](#) para obter ideias adicionais.

Colocar em prática

Auxilie os membros do quórum ou da classe a ponderar sobre como aplicar — individualmente, em família, no quórum, grupo, ou na Sociedade de Socorro — o que aprenderam. O que podem fazer, na prática, para fortalecer a si mesmos e a suas famílias contra a dependência? Por exemplo: peça a eles que ponderem algumas ou todas as seguintes perguntas:

- Como você apoia seus entes queridos que precisam de ajuda para evitar ou vencer um vício?
- Como os membros do quórum ou da classe podem incentivar uns aos outros em seus esforços de permanecer livres do vício?
- Como nosso quórum ou nossa classe pode ajudar outras pessoas da comunidade que estão lutando contra o vício?

Peça aos membros da classe que ponderem sobre outras práticas específicas que se sentirem inspirados a fazer para evitar ou vencer a dependência.

Durante a semana, envie um lembrete (por e-mail, mensagem de texto ou mídia social) para convidar os membros a pôr em prática o que aprenderam e compartilhar recursos adicionais de aprendizado e ensino.

A IGREJA DE
JESUS CRISTO
DOS SANTOS
DOS ÚLTIMOS DIAS