



## O valor da mulher cristã

“Mulher virtuosa; quem a achará? O seu valor excede ao de rubis.” Provérbios 31:10

O que é exceder? **É que vai além.**

O rubi é uma pedra preciosa de cor vermelho vivo e que lembra a sangue, sendo considerada uma das pedras mais valiosas e duras do mundo e o seu valor se assemelha ao do diamante.

A Bíblia relata que o valor da mulher virtuosa *excede* (vai além) ao de rubis. Vale ressaltar que neste trecho, o rubi está no plural, enaltecendo que o valor da mulher é muito mais alto que vários rubis!

Atualmente, a sociedade têm alienado as mulheres com uma visão distorcida sobre “ter valor”, sendo necessário ser bonita, magra, ter cabelos longos e bem tratados, estar sempre na moda, ser alta, pertencer a uma família influente, ter talentos, ter um emprego bem remunerado etc.

Mas Deus não leva nada disso em consideração quando ele nos olha. Ele nos ama e valoriza a cada uma de nós independentemente da minha aparência física e status. Ele me valoriza e me ama apesar dos meus temores e inseguranças. Mas ele nos ama principalmente pelo fato de termos o aceitado como único Deus e a seu filho Jesus como meu Salvador, pois isso me torna parte de sua família celestial. **Deus verdadeiramente nos considera mulheres de valor!**

A mulher cristã tem auto estima, que nada mais é do que a sua opinião sobre si mesma, sendo capaz de respeitar, confiar e gostar de si própria.

**O primeiro ingrediente para uma boa auto estima é saber que “eu tenho valor”.**

A mulher cristã precisa estar consciente de que ela é preciosa e que tem valor pois Jesus está em sua vida. Ela é templo do Espírito Santo e nunca está sozinha. Como vemos na Palavra de Deus em Mateus 06:26: “Observem as aves do céu: não semeiam nem colhem nem armazenam em celeiros; contudo, o Pai celestial as alimenta. Não têm vocês muito mais valor do que elas?”. Ele cuida de nós!

Depois, podemos acrescentar muitos outros ingredientes:

- Auto conhecimento de si, de suas características, emoções, qualidades, limitações etc;
- Boa forma física, para buscar se sentir confortável com a imagem refletida no espelho;
- Identificar suas qualidades e não somente os defeitos;
- Aprender com as experiências passadas, sendo elas positivas ou negativas, pois todas têm algo a nos ensinar;
- Manter um diálogo interno (consigo mesma) e tratando-se com amor e carinho;
- Acreditar que merece ser amada e que é especial;
- Definir um hobby diário, onde você realize algo que nos deixe bem e feliz, como por exemplo, fazer uma caminhada, pintar, ler um livro, assistir um filme, bordar, cantar louvores a Deus, cuidar do jardim etc.

Todas essas ações, por mais simples que sejam, trarão resultados positivos para sua auto estima como por exemplo:

- Nos sentimos mais a vontade

em oferecer e receber elogios, podendo demonstrar mais afeto às pessoas que nos cercam;

- Diminuem os sentimentos de ansiedade e insegurança;
- Os sentimentos são harmônicos e expressados mais frequentemente através das palavras;
- A necessidade de aprovação diminui e a auto confiança se eleva, fazendo com que nos sintamos mais confiantes no que fazemos;
- Desenvolvimento do amor próprio e da satisfação pessoal;
- Melhora no desempenho profissional, familiar através de relacionamentos mais saudáveis;
- Aumento da paz interior.

Nos tempos bíblicos, a mulher não tinha muito valor, sendo muitas vezes questionada pelos homens por não possuírem respeito e privilégio na política, no casamento, na educação, na religião etc. Com Jesus era diferente, pois ele as valorizava e valoriza até os dias de hoje.

As mulheres não tinham direito de instrução da Palavra de Deus, direito apenas dos homens. Jesus ensinava a todos sobre o Reino de Deus, tanto homens quanto mulheres.

A mulher durante o período menstrual era considerada impura. Os comerciantes nunca davam o troco de uma compra diretamente na mão da mulher por causa do medo de ser contaminado, caso ela estivesse no período menstrual. Jesus tocou diversas mulheres ministrando amor e cura sobre cada uma delas.

**Você tem um valor inestimável para Deus!**

Valorize a beleza de seu

coração, valorize seu interior e inevitavelmente o seu exterior irá refletir a luz que existe dentro de você!

**Oração: Querido Deus, obrigado por teu grande amor ao ter enviado Jesus para morrer em meu lugar. E aos teus olhos me dá a certeza de que sou uma mulher de valor. Que minha vida seja sempre de acordo com as suas prioridades e que eu possa sempre honrar o meu marido, instruir meus filhos e netos nos teus caminhos. Me capacite para transformar a minha casa em um lar acolhedor e de paz. Que eu seja uma mulher de honra, segundo o Teu coração, uma mulher virtuosa segundo a tua Palavra. Obrigada por tocar em meu coração e por abrir meus olhos para o fato de eu ser uma mulher de valor! Em nome de Jesus eu oro, amém.**



**Pra. Silvana Raymundo**  
Pastora da Igreja Casa do Oleiro  
de Mogi Mirim/SP