

**Jessica Larsen**  
(Inspirado em uma história verídica)

*Esta história aconteceu nos EUA.*

Tudo começou com o jogo quatro quadrados. Quatro quadrados é um jogo que costumávamos brincar no intervalo da escola. Quatro jogadores ficam em pé, cada um em um quadrado, e jogam uma bola uns para os outros. Quem não conseguir pegar a bola sai do jogo.

Fiquei nervosa a primeira vez que joguei. Mas eu jogava muito bem. Foi muito divertido!

Até que uma das outras meninas deixou a bola escapar. Ela disse o nome do Pai Celestial e deu risada. “Boa jogada, Gwen”, disse ela. “Acho que estou fora!”

Segurei a bola com força. Ela havia acabado de falar o nome do Senhor em vão! Era como se ela tivesse falado um palavrão.

Mas ninguém mais parecia se importar. Todos riram, como se fosse engraçado ou legal.

Continuamos jogando. Então, aconteceu de novo. Alguém deixou a bola escapar e disse o nome do Pai Celestial, como se fosse um palavrão.

Alguns minutos depois, eu também deixei a bola escapar. E, assim como os outros, falei o nome do Senhor em vão. As crianças riram e me cumprimentaram quando voltei para a fila para brincar de novo.

Depois disso, passei a jogar quatro quadrados todos os dias... e a falar o nome do Senhor em vão cada vez mais.

Certo dia, minha amiga Abby quis jogar também. Ela jogou a bola para mim. Eu deixei escapar e falei o nome do Pai Celestial em vão.

Abby ficou surpresa. “Você nunca falou o nome do Senhor em vão.”

Ela estava certa. Em casa e na Primária, aprendi que o nome do Senhor era especial e que não deveríamos usá-lo como se fosse um palavrão ou para fazer piadas. Mas era isso que eu tinha feito — por semanas! Eu me senti mal.

Depois da escola, procurei minha mãe no escritório dela.

“Oi, filha!”, disse ela.

Comecei a chorar. Contei a ela sobre o jogo e como estava usando o nome do Senhor em vão. “Não sei se consigo parar”, falei em meio às lágrimas.

Ela me abraçou com força. “Talvez você se sinta assim agora. Mas sei que o Pai Celestial pode ajudar você.”

“Como?”, perguntei.

“Arrepende-se significa se voltar para o Pai Celestial e se esforçar ao máximo para melhorar”, disse a mãe. “Não vai ser fácil, mas você pode orar e pedir ajuda. Ao usar outras palavras, esse antigo hábito vai desaparecer.”

Minha mãe me ajudou a fazer uma lista de outras palavras que eu poderia dizer em vez de usar o nome do Senhor em vão. Depois, nós oramos juntas. Eu disse ao Pai Celestial o quanto me sentia arrependida e pedi ajuda para dizer outras palavras.

No dia seguinte, respirei fundo antes de jogar quatro quadrados. Quando deixei a bola escapar, quase disse o nome do Pai Celestial novamente, mas parei. Em vez disso, falei uma palavra da minha lista.

“Eita!”, disse eu, e me senti muito bem!

Eu me esforcei a cada dia para usar um linguajar melhor. Algumas vezes, ainda errei. Mas continuei orando e tentando. Não demorou muito, passei um jogo inteiro sem dizer o nome do Senhor. Depois, uma semana inteira. Então, um mês inteiro!

Eu sabia que o Pai Celestial e Jesus Cristo tinham me ajudado a me arrepender e mudar meu hábito — e assim me senti melhor do que se tivesse ganhado o jogo! ●

## O QUE SIGNIFICA USAR O NOME DO SENHOR EM VÃO?

Um dos Dez Mandamentos diz: “Não tomarás o nome do Senhor teu Deus em vão” (Êxodo 20:7). Isso significa que devemos sempre falar sobre o Pai Celestial e Jesus Cristo com reverência e amor. Não devemos fazer piadas sobre Eles nem usar Seu nome sem respeito. Esse mandamento também significa que devemos representar bem o Salvador. Quando nos identificamos como seguidores de Jesus Cristo, devemos fazer o que Ele faria.\*

\*Ver Dale G. Renlund, “Acessar o poder de Deus por meio dos convênios”, *Liahona*, maio de 2023, p. 35.

ILUSTRAÇÕES: KIERSTEN EAGAN

# Um hábito melhor

Na Primária, aprendi que o nome do Senhor é especial.