

# VESTUÁRIO IMODESTO E NUDEZ

Ministrantes: Yasmin & Pr. Daniel · Data: 09/09 (quarta) · Duração: ≈ 50 min

Base bíblica e teológica: Gênesis, Êxodo, Provérbios, Isaías, Ezequiel, Mateus, João, Romanos, 1 Timóteo, 2 Timóteo, 1 Pedro, Tiago, Apocalipse; Yago Martins, Pecados Aceitáveis (cap. Nudez)

## 1. Abertura

Esta série já caminhou por oito pecados que a sociedade trata como "normais" ou pouco graves: atraso, orgulho, gula, egoísmo, impaciência, fofoca/difamação, inveja/ciúmes e preguiça. Hoje o tema é diferente dos anteriores porque toca diretamente na forma como nos vestimos e nos apresentamos, algo que vivemos todos os dias e sobre o qual a sociedade tem opiniões cada vez mais permissivas.

Raramente há consenso sobre o que é uma roupa curta demais ou apertada demais; cada pessoa tem a sua régua. Mas a Bíblia não nos deixa completamente sem padrão. Deus tem algo a dizer sobre como nos vestimos, e o objetivo de hoje não é criar uma lista de regras, mas entender o princípio bíblico por trás da roupa: por que ela existe, o que ela cobre, e o que significa vestir-se com santidade.

Antes de avançar, vale a pena definir bem a palavra que vamos usar o tempo todo hoje: modéstia. Três definições ajudam a formar um quadro completo. A primeira vem da escritora Candice Watters: modéstia é sabedoria em roupas, ou seja, a capacidade de pensar antes de vestir, avaliando o efeito que uma roupa produz, e não apenas seguir a moda sem refletir. A segunda vem de um pastor contemporâneo: modéstia é humildade em roupas, isto é, vestir-se de um jeito que não procura chamar a atenção para si nem se colocar acima dos outros. A terceira vem de um escritor puritano: modéstia é castidade visível, ou seja, a pureza do coração tornada visível na forma como a pessoa se apresenta. Juntando as três, temos um bom resumo do que vamos desenvolver hoje: modéstia é a sabedoria, a humildade e a pureza do coração, tornadas visíveis na forma como nos vestimos.

## 2. Texto-base

**Leitura: Gênesis 3.7,10-11**

*"Os olhos dos dois se abriram, e perceberam que estavam nus... Ouvi teus passos no jardim e fiquei com medo, porque estava nu; por isso me escondi."*

A roupa não existia antes do pecado. No princípio, Adão e Eva estavam nus e isso não representava vergonha nenhuma (Gn 2.25). A roupa só aparece depois da Queda, como consequência direta do pecado: o pecado trouxe vergonha para a nudez, e essa vergonha exige que algo a cubra. Deus, ao encontrar Adão escondido, não diz que as folhas de figueira já

bastavam; Ele mesmo faz roupas de pele para cobrir o casal (Gn 3.21). Desde o início, cobrir o corpo é obra de Deus, não invenção humana ou exagero religioso. Este primeiro caso já estabelece o fio condutor de tudo o que vem a seguir: o padrão de vestuário não é uma invenção cultural que a igreja impõe por conta própria, mas uma resposta que o próprio Deus deu ao pecado, logo no início da história.

### 3. Corpo: o padrão de Deus para o vestuário

#### ① Deus se importa com o que cobrimos

**Texto:** Êxodo 28.42-43

*"Faça-lhes calções de linho que vão da cintura até a coxa, para cobrirem a sua nudez... para que não incorram em culpa e morram."*

Ao longo de toda a Escritura, desde Gênesis até Apocalipse, Deus mantém um padrão consistente de vestimenta que cobre o corpo. Aos sacerdotes, no Antigo Testamento, Deus não deu apenas uma veste comprida; deu também instrução explícita sobre roupa íntima por baixo dela, para que, mesmo em movimento ou em posição elevada, nada da sua nudez fosse exposto. O texto chega a dizer que, se um sacerdote subisse ao altar por degraus e o povo o visse de baixo para cima, isso já seria considerado exposição da nudez (Êx 20.26), mesmo estando ele vestido com uma túnica longa.

É um padrão que se repete: quando Jesus se vestiu na terra, usou a mesma túnica comum; quando Pedro está apenas com a roupa debaixo da túnica, o texto chama isso de estar nu (Jo 21.7); e quando os santos recebem vestes no Apocalipse, recebem a mesma túnica que cobre até os pés (Ap 6.11). Deus não trata a roupa como um detalhe cultural sem importância; Ele trata como algo que Lhe diz respeito diretamente.

#### Como isto aparece no nosso dia a dia:

- Perguntar, antes de vestir algo, não apenas "isto está na moda?", mas "isto está de acordo com o padrão de Deus?"
- Lembrar que estar num lugar de destaque (liderar louvor, pregar, servir à frente) pede ainda mais cuidado com o que se veste, tal como acontecia com os sacerdotes
- Não tratar o assunto da roupa como "coisa de gente antiga" ou como algo irrelevante para a fé

#### ② O corpo tem zonas que Deus trata como sexuais

**Texto:** Provérbios 5.18-19 · Ezequiel 23.2-3

*"Como corça amorosa, e gazela graciosa, os seus seios te saciem todo o tempo; e pelo seu amor sejas atraído perpetuamente."*

A Bíblia não trata o corpo todo da mesma forma. Há partes que Deus reserva especificamente para o contexto do casamento. Em Provérbios, a região do busto da mulher é descrita como algo preparado para o prazer do marido dentro da aliança conjugal. Em Ezequiel, quando Deus fala da prostituição de duas mulheres, o detalhe que Ele destaca é justamente a exposição dessa mesma região a outros homens, fora do contexto do casamento.

O mesmo cuidado aparece com as pernas: os sacerdotes recebiam instrução explícita para que as coxas nunca ficassem à mostra durante o serviço (Êx 28.42). Isto não significa que o corpo é algo sujo ou vergonhoso em si mesmo; significa que Deus reservou certas partes do corpo para serem vistas apenas dentro do casamento, e pede que fora dele elas permaneçam cobertas.

### Como isto aparece no nosso dia a dia:

- Reconhecer que decote acentuado e roupa muito justa na zona do busto expõem algo que a Bíblia trata como reservado ao casamento
- Reconhecer que saias muito curtas ou calções muito curtos expõem uma área que Deus, ao longo da Escritura, também trata com o mesmo cuidado
- Este princípio vale tanto para mulheres como para homens: também há roupas masculinas (calças muito justas, camisas muito abertas) que expõem mais do que deveriam

## ③ A praia e a piscina não são "zona neutra"

Texto: Isaías 47.1-3

*"Levante a saia, desnude as suas pernas e atravesse os riachos. Sua nudez será exposta e sua vergonha será revelada."*

Isaías descreve o julgamento sobre uma cidade usando a imagem de uma mulher que precisa erguer a saia só o suficiente para atravessar um riacho, e mesmo assim o texto chama isso de exposição de nudez e de vergonha. É uma imagem forte: nem a necessidade prática de atravessar água justifica, aos olhos de Deus, expor o que deveria estar coberto.

Hoje, muitos assumem que perto da água tudo se torna permitido: a mesma pessoa que jamais sairia de casa com pouca roupa sente-se completamente à vontade para usar, na praia ou na piscina, o equivalente ao mínimo de tecido possível. A proximidade da água não muda o padrão de Deus para o corpo; ela apenas cria a ilusão de que, ali, as regras normais não se aplicam.

Vale falar especificamente do biquíni, porque se tornou como que o símbolo desta "zona neutra". A peça, tal como a conhecemos, não tem uma origem inocente: quando foi criada, em 1946, nenhuma modelo profissional aceitou usá-la num desfile; foi preciso contratar uma dançarina de casino habituada a posar para revistas de adultos. Hoje, a mesma peça é tratada como roupa comum para qualquer mulher ir à praia. Vale perguntar: mudou a peça, ou mudou aquilo que a nossa cultura já não se importa de mostrar em público?

Vale ainda fazer uma pergunta honesta: existe alguma nuance real possível entre o biquíni e a nudez? É difícil imaginar uma peça de roupa ainda menor sem deixar de ser roupa. Isto não

significa que não haja situações sensatas e diferentes de desfilar em público: a mulher sozinha em casa ou apenas com o marido, dentro de água, envolta numa capa ou toalha ao sair da água, numa piscina de condomínio pouco frequentada, ou numa sauna feminina, são contextos bem diferentes de exhibir o corpo livremente diante de qualquer pessoa, presencialmente ou nas redes sociais.

#### Como isto aparece no nosso dia a dia:

- Perguntar se o roupão de banho que se usaria em casa, sozinho ou com o cônjuge, é diferente do que se usa publicamente na praia ou na piscina do condomínio
- Lembrar que fotos de biquíni ou sunga partilhadas nas redes sociais continuam a expor o corpo a pessoas fora do casamento, mesmo à distância
- Escolher roupas de banho com o mesmo cuidado que se teria ao escolher qualquer outra roupa para sair à rua
- Na prática, preferir um maiô com short incorporado, ou um short de banho mais solto, a peças muito cavadas que pouco diferem de não usar nada
- Reconhecer que há diferença entre um contexto reservado (a sós, em casa, dentro de água) e desfilar diante de qualquer pessoa, presencialmente ou online

#### ④ A responsabilidade não é só de quem olha, é também de quem se veste

Texto: 1 Timóteo 2.9-10

*"Da mesma sorte, que as mulheres, em traje decente, se ataviem com modéstia e bom senso, não com cabeleira frisada e com ouro, ou pérolas, ou vestuário dispendioso, porém com boas obras."*

Um pastor certa vez contou uma ilustração que vale a pena repetir aqui. Ao longo dos anos, ele foi vendo o comprimento das saias usadas na igreja diminuir de década em década: primeiro a maxi, depois a midi, depois a mini, depois a micro, até chegar ao que ele chamou de "pra-que-saia", tão curta que já quase não cumpria a função de cobrir. Um dia, uma jovem chegou ao culto vestida assim, e o pastor aproximou-se dela com delicadeza: "Minha irmã, com todo o respeito, preste atenção à forma como se veste. Sei que provavelmente não teve nenhuma má intenção, e talvez nem se tenha apercebido do efeito que isso provoca nas pessoas à sua volta, mas está a provocar." A resposta que ele costuma ouvir nestas situações é sempre a mesma: "o problema não está na minha roupa, está no olho de quem olha para mim."

Vale enfrentar esta desculpa de frente. Se fosse inteiramente verdade que o problema está só no olho de quem olha, bastaria Jesus ter dito que quem olha para uma mulher com desejo já cometeu adultério no coração, e a Bíblia nunca precisaria de dar nenhuma outra instrução sobre vestuário. Mas Paulo, além de tratar da pureza de pensamento noutros textos, dirige-se aqui diretamente às mulheres sobre o que vestem. A conclusão é simples: a responsabilidade existe

dos dois lados. Há falta de sabedoria em quem olha com intenção errada, mas há também falta de sabedoria em quem se veste sem pensar no efeito que a roupa produz nos outros.

Entender o contexto ajuda a perceber por que Paulo escreveu isto com tanta clareza. A igreja de Éfeso, para onde esta carta foi escrita, tinha entre os seus membros mulheres de posição social e financeira elevada, numa região que vivia o auge da riqueza do império romano. Era comum, na sociedade da época, essas mulheres investirem somas enormes em cabelos elaborados presos com fios de ouro, joias e roupas extremamente caras, como forma de exibir estatuto e realçar a sua sensualidade.

Havia ainda outra camada neste contexto. Éfeso era o centro do culto a Diana, uma religião pagã que envolvia aquilo que os historiadores chamam de "prostituição cultural": ritos ligados à fertilidade da terra em que adoradores se envolviam sexualmente com sacerdotisas do templo, em datas ligadas às estações do ano. Muitas mulheres que se converteram ao cristianismo em Éfeso vinham exatamente desse contexto. A conversão é uma obra poderosa e imediata de Deus, mas a santificação, a mudança de hábitos e de forma de vida, é progressiva; por isso não surpreende que Paulo tenha sentido necessidade de orientar com tanta clareza mulheres que traziam consigo hábitos e memórias de uma vida vivida sem esse tipo de cuidado.

O Novo Testamento mostra que este tipo de mulher, culta, influente e com posses, não era exceção isolada em Éfeso. Lídia, comerciante de púrpura (um tecido extremamente caro), tornou-se a primeira convertida na Europa e recebeu a igreja em sua própria casa (At 16.14-15). Em Tessalônica, muitas mulheres de posição destacada na sociedade creram na pregação de Paulo (At 17.4). Em Bereia, o mesmo aconteceu: mulheres gregas de alta posição, com lugar reconhecido na sociedade, também creram (At 17.12). Paulo não estava a escrever a um grupo marginal; estava a orientar mulheres com influência, recursos e visibilidade social real, para quem a tentação de continuar a vestir-se e a viver como antes era muito concreta.

É por isso que Paulo destaca três itens específicos: o cabelo elaborado com ouro entrançado, as pérolas (usadas em colares, brincos e pulseiras) e o vestuário extremamente caro. Escritores da própria sociedade greco-romana, não cristãos, confirmam este quadro: o poeta Juvenal escreveu sátiras zombando do exagero, descrevendo penteados femininos construídos em andares empilhados uns sobre os outros e mulheres tão apegadas a esses penteados que temiam até tocar na própria cabeça, com medo de os desfazer enquanto dormiam; o escritor Plutarco, também sem qualquer ligação ao cristianismo, chegou a escrever que não é o ouro, as pedras preciosas ou os tecidos caros que tornam uma mulher decorosa, mas aquilo que lhe confere dignidade, bom comportamento e modéstia. Mesmo fora da fé, havia quem reconhecesse que a ostentação não substitui o caráter.

O verbo que Paulo usa para "ataviar-se" é o mesmo de onde vem a palavra "cosmético"; ele não está a proibir que a mulher cuide da aparência ou se embeleze, e a própria igreja é descrita, na Escritura, como uma noiva adornada com joias e vestes preciosas. O que Paulo corrige não é o embelezamento em si, mas o foco: quando o cuidado com a aparência exterior se torna o centro

da identidade de uma mulher cristã, em vez das boas obras, da piedade e do caráter. É isto, e não a beleza exterior, que sustenta uma vida e um casamento ao longo de décadas.

Vale pensar no efeito concreto desta responsabilidade partilhada. Imagine alguém recém-convertido, ainda a lutar contra hábitos antigos, que finalmente decide procurar a igreja para fugir do que o mundo lhe oferecia, e encontra ali roupas tão ou mais provocantes do que as que via lá fora. O pregador norte-americano Paul Washer resumiu bem o que está por trás disto: a sensualidade é um anúncio público da condição do coração. A roupa não salva ninguém, isso é verdade; mas, para quem já é cristão, ela também não é neutra, porque aquilo que se opta por mostrar diz sempre alguma coisa sobre aquilo que se guarda por dentro.

### **Como isto aparece no nosso dia a dia:**

- Recusar a desculpa de que "o problema é sempre de quem olha"; perguntar também se a forma como me visto está a provocar sem necessidade
- Cuidar da aparência com bom senso é legítimo (cabelo, roupa, maquilhagem), desde que isso não se torne o centro da identidade ou da autoestima
- Investir, no mínimo, tanto tempo e cuidado no caráter e nas boas obras quanto se investe na aparência antes de sair de casa
- Evitar a contradição de publicar uma foto sensual e colocar um versículo bíblico por baixo, como se isso resolvesse a mensagem que a própria imagem já está a comunicar

### **Pergunta para o grupo/reflexão:**

*Quando escolho o que vestir, penso mais em agradar a Deus e cuidar do próximo, ou em chamar a atenção para mim mesmo/a?*

## **⑤ A modéstia é um padrão para toda a igreja, não só para as mulheres**

**Texto: 1 Pedro 3.3-4 · Êxodo 19.5-6 · Tiago 4.4**

*"O vosso adorno não seja o enfeite exterior, que consiste em cabelos trançados, em joias de ouro, ou no uso de roupas finas, mas seja o homem interior do coração."*

Pedro, escrevendo a outras igrejas, ensina exatamente o mesmo princípio que Paulo ensinou a Timóteo: o verdadeiro adorno não é o que se vê por fora, mas o que se cultiva por dentro. Isto confirma que não se trata de uma opinião pessoal de um apóstolo, mas de um princípio que percorre todo o Novo Testamento.

E este cuidado não é exclusivo das mulheres. O mesmo padrão que pedia recato aos sacerdotes (sempre homens) aplica-se aos homens hoje. Há homens que andam com roupa extremamente justa, colada por cima e por baixo, desenhando cada contorno do corpo propositadamente para ser notado pelas mulheres à sua volta; é a mesma lógica da roupa que expõe em vez de vestir, só que ao contrário. Um homem cristão que se preocupa com a forma como as irmãs se vestem, mas não examina o próprio guarda-roupa com a mesma régua, está a aplicar a Escritura só a metade da igreja.

Nem tudo o que a igreja pede precisa de um versículo específico que o mande palavra por palavra. Tal como, na vida em sociedade, um bom costume praticado de forma constante numa comunidade passa a funcionar como padrão de conduta, também a igreja pode adotar bons costumes, hábitos que não estão escritos verso a verso, mas que refletem o espírito geral da Escritura sobre santidade e distinção. Quando Deus chama o Seu povo em Êxodo 19, pede que não imitem os costumes das nações à sua volta, porque esses costumes refletiam exatamente o oposto da santidade a que o povo era chamado. A ironia de hoje é que raramente se vê alguém de fora da igreja a querer imitar a santidade de um cristão; o que se vê, com mais frequência, é o contrário. Tiago é direto: a amizade com o mundo é inimizade com Deus. Isto não significa isolar-se do mundo, mas não deixar que os costumes do mundo se tornem os costumes da igreja.

### Como isto aparece no nosso dia a dia:

- Antes de sair de casa, perguntar: "estou a vestir-me para ser vista/o, ou para ser decente?"
- Homens: rever se a roupa do dia a dia, da academia ou de sair à noite está mais preocupada em exibir o corpo (calças muito coladas, camisas muito justas ou abertas) do que em ser decente
- Reconhecer que a igreja pode, com sabedoria e sem legalismo, estabelecer bons costumes de vestuário, mesmo sem um versículo específico para cada peça
- Perguntar-se com sinceridade: tenho procurado parecer-me mais com o mundo à minha volta, ou tenho vivido de forma que outros queiram parecer-se comigo?

## ⑥ Isto não é imposição de regras: é doutrina que transforma

**Texto: Romanos 12.2 · 2 Timóteo 3.16-17**

*"Não vos conformeis com este mundo, mas transformai-vos pela renovação da vossa mente, para que verifiqueis qual seja a boa, agradável e perfeita vontade de Deus."*

Vale um alerta antes de fechar este ensino. Um versículo isolado, tirado do seu contexto, pode ser usado para defender quase qualquer coisa. Deuterónimo 22.5, por exemplo, é por vezes citado como se proibisse de forma absoluta e literal qualquer mulher de usar calças. Lido dentro do contexto da cultura da época, o texto trata de preservar a distinção clara entre homens e mulheres nos sinais exteriores que a comunidade usava para se identificar, e não estabelece uma lista universal de peças de roupa proibidas. Isto não significa que o texto não tenha nada a dizer hoje; significa que interpretar bem a Bíblia exige olhar para o contexto todo, e não apenas para uma frase isolada usada para justificar uma conclusão já decidida de antemão.

E é aqui que está a diferença entre impor uma regra e ensinar uma doutrina. Uma regra imposta de fora exige fiscalização constante; uma doutrina que realmente entra no coração transforma por dentro, pelo trabalho do Espírito Santo, e passa a produzir fruto sem que ninguém precise de vigiar. É a mesma doutrina que leva alguém a ser honesto no negócio, fiel no casamento e cuidadoso com o que veste, não porque alguém mandou, mas porque o coração já não quer parecer-se com o padrão do mundo. Desde Génesis 3 que existe a tentação de questionar se a

Palavra de Deus disse mesmo aquilo que disse, ou de a atualizar conforme a conveniência do momento; a verdadeira doutrina resiste a essa tentação nos dois sentidos, tanto recusando o legalismo que inventa regras sem base bíblica, como recusando a acomodação que esvazia o que a Escritura claramente ensina.

Vale tornar isto concreto, porque os dois extremos existem de facto em igrejas reais. De um lado, há comunidades que confundem santidade com aspeto descuidado: proíbem cortar o cabelo, proíbem maquilhagem, exigem só vestido ou saia, tratam qualquer cuidado com a aparência como vaidade pecaminosa. Isso não é o padrão bíblico; é usos e costumes humanos travestidos de santidade. A Bíblia não proíbe a beleza, a elegância ou o cuidado pessoal; proíbe a sensualidade. Do outro lado, há quem trate decotes profundos, roupas super justas e vestidos que "embrulham" o corpo como se fosse normal, ao ponto de a sensualidade se tornar o cartão de visita, em vez do caráter, da piedade e da integridade. Nenhum dos dois extremos glorifica a Deus: o alvo é vestir-se com elegância e cuidado, mas com moderação, sem cair nem no legalismo que confunde santidade com feiura, nem na libertinagem que confunde liberdade com exposição.

### Como isto aparece no nosso dia a dia:

- Ensinar o porquê bíblico por trás de cada orientação sobre vestuário, em vez de apenas impor uma regra sem explicação
- Desconfiar de conclusões baseadas num único versículo isolado, e procurar sempre entender o contexto bíblico mais amplo
- Avaliar com sinceridade se o meu cuidado com a modéstia nasce de uma convicção pessoal transformada, ou apenas do medo de ser corrigido/a

### **Pergunta para o grupo/reflexão:**

*A minha modéstia, hoje, é fruto de uma regra que me foi imposta, ou de uma transformação genuína que já aconteceu no meu coração?*

## ⑦ Um filtro prático: cinco perguntas antes de vestir algo

**Texto: Romanos 12.2**

*"Não vos conformeis com este mundo, mas transformai-vos pela renovação da vossa mente."*

Depois de tudo o que já foi dito, ajuda ter um filtro simples e prático para o momento real de escolher o que vestir. Cinco perguntas resumem, de forma direta, os princípios bíblicos que já vimos: esta roupa reflete sabedoria (nasce do temor a Deus, e não apenas da moda do momento), ou é uma escolha impensada? Esta roupa reflete humildade, ou está a tentar chamar a atenção para mim ou mostrar-me superior a quem está à minha volta? Esta roupa reflete pureza, ou insinua e enfatiza aquilo que deveria ficar reservado ao casamento? Se tenho dúvida sobre esta peça, estou a escolher o caminho mais seguro, ou estou a arriscar? E, de forma mais

ampla: se alguém olhar para mim, consegue perceber alguma diferença entre a forma como me visto e a forma como se veste quem não tem nenhum compromisso com Deus?

Este filtro só é útil, porém, se nascer de um coração que já deseja glorificar a Deus; caso contrário, torna-se apenas mais uma lista de regras para cumprir por fora, exatamente o perigo que já vimos anteriormente. A modéstia começa no coração, no tempo passado na Palavra e em oração, e vai amadurecendo à medida que a pessoa cresce em santidade. As cinco perguntas são uma ferramenta para essa reflexão, não um substituto para a transformação que só o Espírito Santo pode operar.

#### **Como isto aparece no nosso dia a dia:**

- Antes de comprar ou vestir uma peça nova, passar rapidamente pelas cinco perguntas: sabedoria, humildade, pureza, dúvida, distinção
- Ensinar este filtro às filhas e aos filhos mais novos como ferramenta de reflexão, não como imposição fria de regras
- Lembrar que o objetivo final não é o guarda-roupa perfeito, mas um coração que já não quer parecer-se com o padrão do mundo

## **4. Contextos que pedem atenção especial**

Modéstia não é só uma questão do dia a dia comum. Há ocasiões específicas em que o padrão costuma relaxar sem que ninguém questione, precisamente porque "é uma festa", "é só um retiro" ou "é só a academia". Vale a pena olhar com atenção para alguns desses contextos.

### **Casamentos**

O casamento é uma cerimônia que celebra uma aliança diante de Deus, e por isso pede mais cuidado com a decência, não menos. Tem-se tornado comum ver noivas e convidadas em vestidos com decotes acentuados ou tão justos e curtos que exigem ajustes constantes durante toda a cerimônia. O mesmo vale para o compromisso com o horário: um casamento que começa sistematicamente com uma ou duas horas de atraso também compromete o testemunho cristão do evento.

- Escolher vestidos (noiva e convidadas) que permitam sentar, andar e cumprimentar com naturalidade, sem ajustes constantes
- Tratar o horário marcado com seriedade, como parte do testemunho cristão do casal e da igreja
- Conversar com antecedência com noivos e madrinhas sobre o padrão esperado, em vez de deixar para corrigir em cima da hora

## **Retiros e acampamentos da juventude**

Retiros deveriam ser tempo de consagração e crescimento espiritual, mas às vezes acabam por reproduzir, com roupa de igreja, o mesmo tipo de comportamento que se veria numa festa secular: roupas provocantes, dança sensual, pouca supervisão nas atividades noturnas. Isto pede coragem da liderança para estabelecer padrões claros antes do evento, e não apenas corrigir depois que o problema já aconteceu.

- A liderança de jovens conversa abertamente, antes do retiro, sobre o padrão de vestuário e comportamento esperado
- Pais e líderes acompanham de perto as atividades noturnas e os momentos de lazer, não apenas os cultos
- O objetivo do retiro é o crescimento espiritual dos jovens, não uma pausa dos padrões que se pede na igreja

## **Academia e exercício físico**

Roupas de treino justas ou curtas, mesmo sem essa intenção, acabam por expor partes do corpo que a Escritura trata como reservadas ao casamento. Isto vale tanto para mulheres como para homens: treinar sem camisa ou com roupas muito justas em ambientes mistos merece o mesmo cuidado.

- Escolher roupa de treino que permita o exercício sem expor zonas reservadas ao casamento
- Homens também revêm o hábito de treinar sem camisa ou com roupas muito coladas em ambientes mistos
- Lembrar que o objetivo do exercício é cuidar do corpo que Deus deu, não exibi-lo
- Na prática, uma regata mais solta no lugar do top justo, combinada com uma bermuda ciclista em vez da legging colada, continua confortável para o treino e mais discreta

## **Roupas de banho**

Este ponto merece ser dito sem rodeios. Muita gente que se diz cristã hoje acredita, na prática, que está tudo bem ficar quase nua desde que esteja perto de água. A mesma pessoa que jamais sairia de casa seminua para ir ao mercado sente-se completamente à vontade para andar de biquíni fio-dental ou sunga curtíssima na praia lotada, como se a areia e a água anulassem o padrão de Deus para o corpo. Não anulam. A vergonha e a exposição não desaparecem só porque há uma piscina ao lado.

Vale contar a história de onde veio o biquíni, porque ela é reveladora. Quando a peça foi criada, em 1946, nenhuma modelo profissional da época teve coragem de a vestir num desfile; o criador teve de contratar uma dançarina de casino, habituada a posar nua para revistas, para ser a primeira a usá-la em público. Ou seja: o biquíni nasceu como roupa de mulher de espetáculo

erótico, não como roupa de praia de família. Hoje, qualquer mulher cristã veste a mesma coisa sem pestanejar e ainda posta a foto nas redes sociais. Vale perguntar com franqueza: o que mudou desde então? A peça continua exatamente tão pequena como era em 1946. O que mudou foi aquilo que a nossa consciência já deixou de considerar vergonhoso.

E convém ser honesto sobre o motivo de tanta insistência neste ponto: não há meio-termo real entre o biquíni e a nudez completa. É fisicamente difícil imaginar uma peça de roupa ainda menor que continue a ser roupa. Se o biquíni já é o mínimo de tecido possível sem ser nudez, não faz sentido tratá-lo como se fosse uma questão neutra ou sem importância.

- Uma peça de banho mais coberta (maiô com short, short de banho solto) não é exagero nem "onda antiga"; é apenas recusar tratar a praia como zona onde as regras de Deus não se aplicam
- Publicar fotos de biquíni nas redes sociais expõe o corpo a uma audiência muito maior e mais anônima do que a própria praia
- Reconhecer que há contextos privados (a sós, com o cônjuge, dentro de água) claramente diferentes de desfilar diante de qualquer pessoa, em qualquer lugar

### **Guarda-roupa: cinco pontos de atenção**

Modéstia não é um código rígido com medidas exatas; é bom senso que amadurece à medida que caminhamos mais perto de Deus. Ainda assim, cinco tipos de peça merecem atenção redobrada por serem, na prática, os que mais geram dúvida.

- Calças muito justas: roupas que marcam todos os contornos do corpo. Hoje existem alternativas confortáveis e atuais (calças mais largas, corte reto) que não sacrificam nem o estilo nem a decência
- Roupas transparentes: blusas, saias e vestidos de tecido fino que, mesmo com uma peça por baixo, criam o efeito de "quase mostrar", que muitas vezes chama mais atenção do que evitaria; um teste simples é olhar a peça contra a luz forte para confirmar se cobre mesmo
- Blusas de alças finas em ambientes de culto e reunião pública: não é uma proibição absoluta, mas um cuidado extra num contexto de adoração; uma blusa com manga curta costuma ser igualmente confortável, mesmo em climas quentes
- Saias e vestidos que sobem acima do joelho ao sentar: uma peça pode parecer adequada em pé e revelar mais do que deveria ao sentar, ajoelhar ou levantar o braço; vale sempre fazer este teste antes de decidir usar a peça em público
- Decotes em V muito profundos: mesmo sem intenção, certos recortes acabam por expor mais do que se pretende; decotes mais fechados ou ajustados ao corpo evitam o problema sem exigir uma peça extra por baixo

*Duas dicas práticas ajudam nesta avaliação: preferir tecidos de fibra natural (algodão, linho), que arejam mais e reduzem a tentação de usar roupa colada ao corpo só para ficar fresco; e,*

*em vez de descartar uma peça bonita mas transparente, levá-la a um alfaiate ou costureira para acrescentar um forro.*

## **5. Aplicação prática e encerramento**

### **3 passos práticos para esta semana:**

- Revê o teu guarda-roupa (incluindo roupas de banho) com a pergunta: isto cobre aquilo que a Bíblia trata como reservado ao casamento?
- Se tens dúvida sobre uma peça específica, pede a opinião sincera de alguém maduro na fé, do mesmo sexo, em vez de decidir sozinho/a com base apenas na moda.
- Antes de partilhar uma foto nas redes sociais, pergunta-te se estarias confortável se Jesus a visse a ser comentada por desconhecidos.

### ***Perguntas para reflexão pessoal:***

- Tenho tratado a roupa como assunto espiritual, ou como assunto apenas de moda e gosto pessoal?
- Há alguma peça de roupa ou hábito (incluindo fotos nas redes sociais) que, sendo sincero/a, sei que expõe mais do que deveria?
- Estou disposto/a a mudar, mesmo que isso pareça "exagero" aos olhos do mundo à minha volta?

Cobrir o corpo não é vergonha nem legalismo; é a própria resposta de Deus ao pecado, desde o Éden. As folhas de figueira que Adão e Eva usaram não foram suficientes; foi preciso um sacrifício, a morte de um animal inocente, para que a sua vergonha fosse coberta. Essa cobertura já apontava para algo maior: o sacrifício de Jesus, o único que viveu sem pecado, e cuja justiça é agora colocada sobre todo aquele que crê. O convite de hoje não é para nos escondermos com medo, como Adão no jardim, mas para nos vestirmos com o mesmo cuidado com que Deus vestiu o primeiro casal: com dignidade, discrição e amor pelo próximo, sabendo que a justiça que verdadeiramente nos cobre diante de Deus já não é nossa, mas de Cristo.

---

*Continuidade da série: culto #9 de 10. Próximo tema (16/09): Palavrões/insulto (Pr. Daniel).*