

Dia Internacional de Oração da Mulher

3 Março, 2018

DEUS COMPREENDE

Por Chantal Klingbeil



Preparado pelo Departamento dos Ministérios da Mulher
da Conferência Geral dos Adventistas do Sétimo Dia



SEVENTH-DAY
ADVENTIST
CHURCH

General Conference
World Headquarters



Department of Women's Ministries

12501 Old Columbia Pike
Silver Spring, Maryland
20904-6600 USA
Telephone (301) 680-6608
Fax (301) 680-6600
<http://wm.gc.adventist.org>

18 Outubro, 2017

Queridas Irmãs:

Saudações felizes a cada uma das minhas irmãs. Já alguma vez tiveram momentos em que enfrentaram um problema tão difícil que quase parecia que Deus não estava a par da vossa aflição? Oravam e oravam, contudo, não havia resposta. Talvez se tenham mesmo questionado se Deus se preocupava convosco ou mesmo via as vossas dificuldades. Em momentos como estes, Satanás sussurra dúvidas aos nossos ouvidos que se podem alojar no nosso coração e mente.

A Chantal Klingbeil, a autora dos recursos do Dia Internacional de Oração da Mulher deste ano, cita o seguinte do livro, *Caminho a Cristo*, “Não temos, no mesmo momento, evidência notável de que a face do nosso Redentor se inclina sobre nós em compaixão e amor; mas é realmente assim. Podemos não sentir Seu contato visível, mas Sua mão está sobre nós em amor e compassiva ternura.” (Ellen G. White, pp. 96, 97).

Uma e outra vez, na Bíblia, lemos as promessas de Deus para nós — Deuterónimo 31:6, 8; 1 Reis 8:57; Salmos 37:28; Isaías 42:16; Hebreus 13:5, 6, e muitas outras. Ainda assim, em momentos de grande desespero, damos por nós a duvidar destas promessas. Porque é que isto acontece? Como podemos ultrapassar estes momentos de dúvida e aflição? O nosso sermão para este dia especial de oração irá responder a estas questões e lembrar-nos que Deus se preocupa, sim, e está sempre, sempre connosco.

A nossa oração, nos Ministérios da Mulher da Conferência Geral, é que este dia especial seja um momento para nos lembrarmos que servimos um Deus que nos ama intensamente, sente as nossas dores e mágoas profundamente, e deseja habitar connosco eternamente.

Benção e Alegria para todas vós,

Heather-Dawn Small
Diretora

Tabela de Conteúdos

Pedidos de Oração da Divisão.....	5
Acerca da Autora	7
Introdução aos materiais do programa	8
Ideias Gerais para o Programa	9
Ordem do Serviço de Culto.....	10
História para as Crianças.....	11
Sermão: Deus Compreende.....	14
Ideias para o Boletim.....	20
Opções de desenhos para distribuir às crianças.....	22
Atividade #1: Quem sou eu?	24
Atividade #2: Oração pelos Desencorajados	30

Pedidos de Oração da Divisão

Num esforço de tornar as nossas orações mais específicas, designámos certas divisões e necessidades de oração para cada ano. Esperamos que as incluam no vosso programa. Se têm mulheres nas vossas congregações, ou que estejam de visita, e sejam provenientes destas divisões, isto acrescentará alegria e educação ao dia que se vai assinalar.

Ênfase de Oração para 2018

Preocupações Mundiais pelas quais orar especificamente:

- Mulheres que vivem em países em guerra.
- Mulheres que alcançam mulheres, participando no Envolvimento Total dos Membros (TMI).
- Mulheres da igreja que acompanham as nossas irmãs que se afastaram.

Divisão a ser lembrada em oração:

Divisão de África Central-Este (ECD)

A Divisão de África Central-Este compreende 11 países: Burundi, República Democrática do Congo, Djibouti, Eritreia, Etiópia, Quênia, Ruanda, Somália, Sul do Sudão, Uganda, e a República Unida da Tanzânia. Numa população de 371 milhões, a Igreja Adventista do Sétimo Dia conta com mais de 3.3 milhões de membros que se reúnem em cerca de 15,000 igrejas.

Orem pela vida espiritual das mulheres para que elas se tornem fortes. A insegurança nos territórios onde a Guerra persiste torna o nosso trabalho ainda mais difícil e as mulheres fraquejam.

Orem pelas mulheres e crianças que são as mais vulneráveis e muito expostas em países da divisão que ainda têm áreas ocupadas por rebeldes.

Orem por reavivamento entre as mulheres e pelo seu total envolvimento na missão. Orem por relações de Mulher para Mulher no Islão (e outras denominações) que são orientadas para a missão.

Orem pela liderança da igreja ao nível local para que valorizem as crianças, para que estas se envolvam ativamente na vida e missão da igreja; e para que deem prioridade a este departamento nos orçamentos e na escolha das pessoas certas para o liderarem.

Acerca da Autora

Chantal Klingbeil presentemente serve como Diretora Associada do Património de Ellen G. na Conferência Geral dos Adventistas do Sétimo Dia em Silver Spring, Maryland, E.U.A. Ganhou um diploma M.Phil. em línguas da Universidade de Stellenbosch, África do Sul, e ao longo das duas últimas décadas, serviu como mãe, autora, professora de ensino doméstico, professora de liceu, professora universitária e apresentadora de televisão. A Chantal J. Klingbeil nasceu e cresceu na África do Sul embora tenha vivido noutros países antes de se mudar para os Estados Unidos com o seu marido, Gerald, e a sua família. Quer no contexto académico quer popular, os seus artigos foram publicados em muitos jornais e revistas.

A Chantal é apaixonada por alcançar crianças, juventude, e jovens adultos para Jesus. No seu trabalho no Património de Ellen G. White ela desenvolve materiais para levar a história Adventista e o ministério de Ellen G. White a uma nova geração que está exaustivamente em casa na era digital.

Esta autora multilingue do pacote de ênfase do Dia Internacional de Oração da Mulher 2018 crê que Deus fez coisas fabulosas na sua vida. O seu texto bíblico favorito é Salmos 37:4. “Busca a tua felicidade no SENHOR e ele te concederá os desejos do teu coração.”

Introdução aos materiais do programa

Gostamos daquelas fases da vida em que tudo parece ir bem. Quando prosperamos. Alcançamos objetivos. Os nossos familiares estão bem de saúde e vão andando. As nossas necessidades diárias são atendidas. Confiamos em quem somos e para onde vamos. A vida é boa. Deus está no Seu trono. E então . . .

O inesperado acontece, por vezes de um dia para o outro. Um acidente de carro ceifa a vida de um querido. Exames médicos cujos resultados atribuem nomes assustadores a sintomas que temos sentido e depois terminam num prognóstico reservado. Um casamento que termina. Um filho ou neto que desaparece no submundo das drogas. Um desastre natural que varre toda a nossa subsistência. Mesmo Inconscientes da subtil mudança, começamos a focar-nos mais intensamente nas *lutas* que a vida nos atira mais do que no *Dador* e *Sustentador* da vida. E a luz pela qual pensávamos caminhar, começa a diluir-se.

Contudo, conforme nos lembra a história de Elias, o nosso amável Salvador nunca está longe de nós independentemente da nossa situação de aflição. Embora não O consigamos ver pessoalmente, Jesus está por perto conforme prometeu (João 14:12-18). Não estamos sozinhos. Mesmo quando as nossas orações fraquejam, apesar da evidência óbvia das Suas bênçãos nas nossas vidas, Jesus permanece continuamente ao nosso lado. “Não permitam que a paixão do dinheiro vos domine. Contentem-se com o que têm, porque o próprio Deus nos prometeu: Nunca te deixarei, nem te abandonarei.” (Hebreus 13:5).

Embora o fracasso e depressão da experiência de Elias revele a fragilidade da determinação humana, a presença contínua, invisível de Deus junto de Elias também revela a Sua paciente busca pelos nossos corações. Acima de tudo, a Sua presença *confirma* que aconteça o que acontecer, cada uma de nós ainda é a Sua filha amada — única na sua individualidade, profundamente valorizada, altamente estimada e preciosa “abundantemente e muito mais” do que podemos imaginar (Efésios 3:20).

Ideias Gerais para o Programa

As sugestões na Secção das Atividades de Oração deste pacote estão todas centradas na presença de Deus connosco, especialmente em tempos de desencorajamento.

É importante sabermos quem somos, especialmente quando a depressão se quer instalar. A ideia do Programa **Atividade #1** vai levar os participantes ao processo de descobrirem quem são. Depois de retirar as camadas de quem *pensam* que são, os participantes vão descobrir o segredo para saberem quem *realmente* são. Também vão aprender a “agir” Segundo este segredo para que torne numa realidade prática nas suas vidas.

Quando sabemos quem somos em Cristo, então o Espírito Santo é livre de nos orientar no ministério por aqueles que estão a lidar com desafios de vida. O propósito da Ideia do Programa **Atividade #2** é ajudar os participantes a estarem conscientes de que quando as pessoas desencorajadas retiram o seu foco de Deus, Ele pode continuar a buscar os seus corações através de nós. E aquele Deus-em-forma-de-toque-humano é muitas vezes o que atrai aqueles que estão na escuridão de volta para a luz. Quando irmãos e irmãs oram e depois trabalham em conjunto pela salvação das almas, aproximam-se uns dos outros em coração e espírito. Estão, na verdade, a responder à oração que Cristo fez por eles no Jardim do Getsémani quando disse, “(...) Não te peço apenas por eles, mas também por aqueles que crerem em mim por meio da sua pregação, e para que todos sejam um (...)” (João 17:20, 21).

[**Nota para o dinamizador:** lembre os participantes de não partilharem informação em demasia ou inapropriada, acerca daqueles cujos nomes colocam numa lista de oração de igreja.]

Algumas ideias de decoração para o Dia Internacional de Oração da Mulher podem incluir cortinas translúcidas a representar o véu que separava o lugar Santo do Santíssimo no templo, um queimador de incenso, ou outra fragrância apropriada. Os aromas representam “os méritos e intercessão de Cristo. Sua perfeita justiça, que pela fé é atribuída ao Seu povo, e que unicamente pode tornar aceitável a Deus o culto de seres pecadores.” (Ellen G. White, *Patriarcas e Profetas*, p. 353).

Podem usar como impresso para distribuir na hora da História Infantil um dos desenhos sugeridos no fim do pacote de recursos. Outro recurso poderia ser pesquisar no Google “páginas bíblicas para colorir” online onde podemos encontrar outros recursos artísticos de oração. As páginas para colorir sobre “A Oração do Pai Nosso” em ministry-to-children.com/time-to-pray-coloring-page-for-children são etnicamente mais diversas na retratação das crianças, em relação a outros sites.

Ordem do Serviço de Culto

Dia Internacional de Oração da Mulher 3 março, 2018

Prelúdio

Entrada na Plataforma

Doxologia

Invocação

Leitura antes das ofertas

Levantamento das Ofertas

Oração pelas Ofertas

Hino: “Onde quer que seja” [#292]

Leitura das Escrituras: Salmos 103:11-14

Tão grande é o seu amor pelos que o temem como é distante o céu da terra.
Ele afasta de nós os nossos pecados, tanto como o oriente está afastado do ocidente.
O SENHOR é tão terno para os que o temem como um pai para com os seus filhos.
Ele sabe bem aquilo que nós somos; não se esquece que somos apenas pó.

Oração de Intercessão

História para as Crianças: “Perdida no mercado”

Música Especial

Sermão: *Deus Compreende*

Hino Congregacional: “Amor que por Amor Desceste” [#120]

Benção

História para as Crianças

Perdida no Mercado

Escrito por Carolyn R. Sutton

[Nota para quem vai contar a história: sinta-se livre de substituir o nome da menina por um mais apropriado para a cultura local e com o qual as crianças se identifiquem mais facilmente.]

A Nina, uma menina de quatro anos de idade estava às compras com a mãe. A Nina gostava muito de ver as imagens que decoravam as latas e caixas de comida no pequeno mercado de bairro. A avó tinha ficado a tomar conta do seu irmão bebé para que a Mãe pudesse ir comprar algumas mercearias antes do Pai chegar a casa depois de ensinar na escola Cristã ali perto.

“Nina, querida,” disse a mãe ao fundo do corredor da comida, “vê se ficas ao pé de mim. Não quero que te percas.”

“OK, Mamã,” disse a Nina.

A Nina desviou o seu olhar de duas vaquinhas amigáveis num pacote de leite. As suas pernas pequeninas levaram-na para lá das caixas de comida até junto da sua mãe que estava a riscar itens da sua lista de compras.

“Linda menina,” disse a Mãe a sorrir para ela. “Agora já só temos três coisas para ir buscar e colocar no nosso cesto. Depois estamos prontas para ir para casa.”

A Nina teve uma ideia. “Mamã, podemos comer um gelado enquanto estamos na cidade?”

A Mãe olhou para o relógio e respondeu, “Acho que talvez tenhamos tempo para fazer isso—se não nos demorarmos muito na loja.”

“Olá, Sr.^a. Sanchez,” alguém chamou.

A Nina olhou para cima, para ver uma mulher mais velha a andar na direção delas. Ela e a mãe da Nina abraçaram-se.

“Que prazer ver-te novamente, Rosa!” disse a Mãe. “Sentimos muito a tua falta no nosso bairro desde que te mudaste. Como têm corrido as coisas?”

À medida que a conversa continuou, as pernas da Nina cansaram-se de estar em pé tanto tempo no chão de cimento frio e duro do mercado. Ao mesmo tempo que a tarde avançava mais pessoas entravam. Ela procurou um lugar para se sentar. E então viu! A prateleira inferior

de um expositor. Era evidente que as pessoas tinham comprado toda a comida daquela prateleira e ainda ninguém tinha vindo repor.

A Nina sentou-se na prateleira de baixo, embora tivesse que baixar a cabeça para esta não bater na prateleira de cima. Sendo que a Mãe e a amiga continuavam a falar . . . e à medida que mais pessoas iam passando . . . a Nina ficou entediada. Decidiu ir ver o que estava na prateleira de cima, e rastejou do sítio onde estava. Que bom esticar-se outra vez! A Nina descobriu a imagem de uma menina feliz, com caracóis que baloiçavam enquanto ela corria através das flores com uma caixa de sal na mão. Depois reparou que, com todas as caixas em fila, havia muitas, *muitas* meninas para ver.

Parecem muitas, muitas gémeas! pensou a Nina. *Quantas é que haverá. Acho que vou tentar contá-las. Uma, duas, três, quatro meninas . . . cinco, seis, sete, oito, nove meninas . . . qual é que vem depois do nove? Oh, olha, aquelas vaquinhas que eu vi, outra vez. E ali uma mamã feliz numa caixa de cereais. Oh... muitas mamãs em muitas caixas! Vou contá-las também.*

A Nina vagueou de um corredor para o outro, a ver as imagens. Ao ver um cãozinho engraçado num saco de comida para cães, a Nina riu-se em voz alta e disse, “Mamã, olha aquele cachorrinho!”

Quando a Mãe não lhe respondeu, a Nina olhou para cima. Só via pessoa à sua volta. Pessoas que ela nunca tinha visto antes! Estranhos! A Mãe não estava em lugar nenhum.

De repente, um grande terror imobilizou a Nina. Ela estava sozinha! Onde estava a Mãe! Tentou chamar a mãe, mas não conseguia sequer soltar um som pequenina com a sua voz. Estava tão assustada. Começou a correr corredor abaixo, mas as pernas parecia que não respondiam. Chocou com o carrinho de compras de um estranho. Quando tentou virar-se, outro estranho entrou no corredor com o seu carrinho.

Sem aviso, a garganta da Nina explodiu em soluços e finalmente encontrou a sua voz. “Mamã! Mamã! Eu quero a minha Mamã!” As pessoas pararam para olhar para ela. “Mamã, onde estás?” A Nina agora tremia e gritava. Nunca se tinha sentido tão sozinha ou abandonada em toda a sua vida. O que iria acontecer-lhe? Será que aqueles estranhos a iam magoar? Será que um deles a ia levar embora?

Então, no meio de toda a conversa gerada à sua volta, a Nina escutou o som mais doce de sempre. A voz da Mãe!

“Nina! Nina! Procurei por ti em todo o lado!” E ali estava a Mãe, a pegar na Nina ao colo. Tudo o que a menina conseguia fazer era enterrar a cabeça no ombro da Mãe e soluçar. Quando os soluços pararam, ela conseguiu dizer, “Mamã, senti-me completamente sozinha aqui. Onde foste?”

A Mamã sorriu e disse, “Não fui eu que me afastei, rapariga. *Foste tu.*” De repente a Nina teve medo que a Mãe a castigasse. Em vez disso, a Mãe abraçou-a novamente e disse, “Não nos vamos separar outra vez, OK?”

A comerem gelado, uns minutos depois, a Mãe disse, “Nina, disseste-me que te sentiste sozinha no Mercado quando não conseguias ver-me nem ouvir-me. Mas não estavas sozinha porque eu estava na loja à tua procura.

Os olhos da Nina fixavam ao rosto da Mãe embora ela continuasse a lamber o seu cone de gelado de baunilha.

“Mas há uma coisa muito importante,” continuou a Mãe, “de que te deves lembrar sempre. Mesmo que eu não estivesse naquela loja à tua procura, ainda assim não estavas sozinha. Jesus também estava ali na loja connosco—assim como está agora enquanto comemos o gelado. Podemos confiar que Ele está sempre connosco e ouve as nossas orações quando pedimos ajuda. Lembra-te, Nina—nunca, nunca estás sozinha.”

Meninos, não estão contentes por podermos falar com Jesus sobre tudo? Não estão contentes por saber que Ele nunca nos deixa sozinhos? Também devemos ter cuidado para não nos afastarmos Dele.

Vamos falar com Jesus agora. Algum de vocês gostaria de orar por todos nós?

[Nota para quem contar a história: Se nenhuma criança se voluntariar, peça uma bênção em favor das crianças em oração e despeça-as para os seus lugares.]

—FIM—

Sermão: *Deus Compreende*

Escrito por Chantal Klingbeil

Introdução

Hoje focamo-nos particularmente na oração. A Bíblia está cheia de exemplos de orações grandes e ponderosas e de maravilhosas respostas a orações. Esta manhã vamos dar uma espreitadela a uma das orações mais ponderosas da história. Vamos até 1 Reis 18. Começamos no versículo 30.

³⁰Então Elias disse ao povo: «Cheguem-se aqui para perto de mim.» Juntaram-se todos em volta e ele começou a consertar o altar do SENHOR, que estava destruído. ³¹Pegou em doze pedras, segundo o número dos filhos de Jacob, pois foi a Jacob que o SENHOR disse: «Israel passará a ser o teu nome.» ³²Com essas pedras Elias reconstruiu o altar para adorar o SENHOR. Em volta do altar abriu uma vala onde cabiam uns vinte litros de água. ³³Depois colocou lenha sobre o altar e cortou o bezerro em pedaços, que pôs em cima da lenha, ³⁴e disse: «Encham quatro bilhas de água e despejem-nas por cima do animal preparado para o holocausto e da lenha.» Assim fizeram e ele disse: «Façam isso outra vez.» E disse depois: «Façam-no pela terceira vez.» Eles obedeceram. ³⁵A água escorria em volta do altar e enchia a vala aberta. ³⁶À hora de oferecer o holocausto, o profeta Elias aproximou-se do altar e orou: «SENHOR, Deus de Abraão, de Isaac e de Jacob, mostra agora que és tu o Deus de Israel e que eu sou teu servo e faço isto porque me ordenaste!» ³⁷Responde-me, SENHOR! Responde-me, para que este povo saiba que tu és Deus e que os convidas a voltarem de novo para ti!» ³⁸Naquele momento, o fogo do SENHOR desceu sobre o holocausto e queimou-o, bem como a lenha, as pedras e o pó, consumindo toda a água que havia na vala. ³⁹Ao ver isto, o povo inclinou-se até ao chão e exclamou: «O SENHOR é Deus! Só o SENHOR é que é Deus!»”

Não foi uma oração muito longa ou particularmente elegante, mas Deus ouviu a oração de Elias e fez descer fogo do céu—uma resposta á oração muito real e visível.

E esta não foi a última das respostas poderosas à oração. No versículo 42 Elias vai novamente ao topo do Monte Carmelo. Desta vez ele inclina-se por terra e ora silenciosamente por chuva, porque Israel estava a sofrer uma seca de três anos. Desta vez, contudo, a resposta à sua oração não vem imediatamente. Elias deve esperar e persistir.

O profeta ora sete vezes antes de ver o primeiro sinal de que a sua oração por chuva foi ouvida. Pode ser apenas uma pequena nuvem com o tamanho aproximado da mão de homem a erguer-se acima do mar, mas é o suficiente—Elias sabe que a sua oração tinha sido atendida. Dentro de minutos, os céus parecem abrir-se e acontece uma forte precipitação de chuva.

Elias sabia da oração. Ele sabia como pedir, ele sabia como persistir, e ele sabia como esperar.

Talvez vocês também tenham tido momentos na vida em que se conseguem identificar com Elias. Alturas em que oraram por algo ou por alguém e viram a resposta de Deus de uma forma poderosa e maravilhosa.

Mas mais uma vez, talvez vocês se debatam para recordar alguma grande resposta a uma oração. Talvez a pessoa por quem estavam a orar não tenha melhorado. Talvez não tenham conseguido o emprego. Talvez continuem sem conseguir ter filhos.

Talvez nem todos nos consigamos identificar com Elias, o grande guerreiro de oração, mas penso que—nalgum momento das nossas vidas—nos possamos identificar com o Elias *depois* do grande dia no Monte Carmelo.

O Embate da Depressão

Elias estava completamente esgotado, emocional e fisicamente, depois da experiência do Monte Carmelo. Ele já tinha caído num sono profundo quando o mensageiro da Rainha Jezabel o encontrou. Este rude despertar—com uma ameaça de morte por parte da Rainha—serve como gatilho para Elias. O gatilho para uma súbita descida para uma depressão profunda e escura.

Por vezes, uma depressão ataca rapidamente após um acontecimento particularmente esgotante, emocional ou fisicamente. Noutras alturas, nem reparamos que está a acontecer, mas passadas algumas semanas, meses, ou mesmo anos de uma aparente fase de secura espiritual, a depressão consegue, aparentemente e de forma silenciosa, apoderar-se de nós. Só a reconhecemos quando ela aperta o cerco.

Vejamos como é que Elias, este grande homem de Deus, reage. Em I Reis 19, percebemos que Elias começou a fugir. O primeiro passo, quando a depressão começa a querer instalar-se, é sempre a inevitável fuga. Às vezes corremos até ao frigorífico e tentamos comer o nosso peso rumo à felicidade. Às vezes tentamos adormecer a nossa exaustão emocional. Às vezes procuramos uma nova relação, um novo emprego, ou um local novo para morar na nossa jornada de fuga. E por vezes enterramo-nos em mais trabalho, mais prazos e reuniões ao tentarmos arduamente fugir daquilo que não conseguimos nomear e que está a sugar-nos a nossa alegria e esperança.

Então Elias foge. Ele corre e corre—muito e com força! Ele corre 90 milhas (150 quilómetros), até Berseba e depois mais um dia de viagem até ao deserto. Mas finalmente, tal como às vezes acontece connosco, Elias chegou a um ponto em que já não conseguia fugir mais. Ele chega ao seu ponto de rutura debaixo de uma árvore vassoura. Agora a culpa vem de forma esmagadora. Ele percebe que a sua falta de confiança em Deus boicotou aquela que podia ter sido uma grande oportunidade de reforma em Israel. Ele percebe que desapontou aqueles que precisavam dele. E agora ele está impotente para fazer o que quer que seja acerca disso.

É tudo demais para Elias. Ele diz, “Já chega,” e então, o grande guerreiro de oração, ora novamente. Desta vez é uma oração muito diferente. Vamos ler em I Reis 19:4, “Seguiu pelo deserto durante um dia inteiro, até que finalmente se sentou debaixo de uma árvore e ali sentiu vontade de morrer. Dirigiu-se a Deus em oração e disse: «Basta, SENHOR! Tira-me a vida, pois não valho mais do que os meus antepassados!”

Elias, o nosso grande guerreiro de oração, pede para morrer! O remorso é tanto em relação ao seu fracasso que ele está pronto para desistir.

Conseguem identificar-se?

Conseguem identificar-se com a oração de desespero de Elias? Já tiveram vontade de desistir espiritualmente ou mesmo fisicamente? Já sentiram que fizeram uma asneira tão grande que não vale a pena tentar novamente? Já se sentiram tão cansados—tão encurralados e sem opções—que não queriam continuar?

Se sim, estão em boa companhia. Muitos gigantes espirituais—e mesmo grandes guerreiros de oração—também se sentiram assim. Ainda assim há boas notícias! Deus sabia exatamente como lidar com Elias e Deus sabe exatamente como lidar com vocês.

Deus compreende

Apesar da forma como o profeta se sente, Deus não o rejeitou. Deus não condena. Ele envia um anjo a Elias para lhe mostrar a Sua empatia. No verso 7, o mensageiro afirma gentilmente que “tens um caminho demasiado longo para percorrer.” Deus não condena o seu profeta, e Ele não nos condena. Ele compreende tão melhor do que nós aquilo que enfrentamos. Ele compreende o que é que nos trouxe até este ponto.

Quando estamos no nosso ponto mais baixo Deus está realmente mais perto de nós.

Oiçam esta citação maravilhosa. “Não temos, no mesmo momento, evidência notável de que a face do nosso Redentor se inclina sobre nós em compaixão e amor; mas é realmente assim. Podemos não sentir Seu contato visível, mas Sua mão está sobre nós em amor e compassiva ternura.” (Ellen G. White, *Caminho a Cristo*, pp. 96, 97).

Deus também faz mais do que apenas sentir empatia. Ele oferece ajuda prática a curto-prazo. No caso de Elias é o mensageiro celeste a preparar-lhe “um pão cozido na pedra quente e um cantil com água” (v. 6). Deus também providenciará ajuda para ti e para mim. A ajuda pode ser uma amiga, um conselheiro, ou um familiar—alguém cujas palavras e ações vos demonstram que Deus se preocupa convosco.

Deus também providencia descanso. Ele sabe que a fuga deixou Elias cansado. Deus também sabe que, mais do que o cansaço físico, o seu profeta está emocionalmente cansado e carrega

uma tremenda carga de culpa. Deus coloca tudo a zeros e oferece descanso a Elias—ele consegue finalmente descansar e sentir-se refrigerado.

Quando aceitamos verdadeiramente que Deus nos perdoou e que não temos de arrastar à nossa volta o fardo da culpa—porque Deus pegou nela, conseguimos começar a encontrar o descanso.

A recuperação leva tempo

Mesmo depois da comida do anjo, Elis não volta instantaneamente ao normal. Deus lembra-nos que somos “pó” (Salmos 103:14). Ele não apressa a recuperação. Deus dá a Elias tempo para recuperar. A recuperação leva o seu tempo. Precisamos desses momentos de quietude a sós com Deus. Precisamos de tempo com a Sua Palavra. Precisamos de ter tempo para falar com Deus mesmo que, ao fazê-lo, não sintamos mudanças imediatas para melhor.

Deus compreende que a vida neste mundo pecaminoso pode e vai causar depressão. Ele compreende o nosso impulso de fugir da dor. Contudo, Ele deseja *redirecionar* essa fuga. Em vez de fugirmos na direção de mecanismos de superação autodestrutivos, Deus deseja que a fuga seja até Ele. E aí, na Sua presença, Ele quer ensinar-nos a ouvir o Seu “leve murmúrio” (v. 12).

O resto da história

Mas, voltemos a Elias. Ele ainda está debaixo da árvore. No verso 6, percebemos que Elias come a comida do anjo e depois adormece. Quanto tempo ele dormiu, não sabemos. Depois, o anjo acorda-o e serve-lhe outra refeição. Desta vez, algo especial acontece. “⁷O anjo do SENHOR tocou-lhe outra vez e disse: «Levanta-te e come, porque tens um caminho demasiado longo a percorrer.»⁸Elias levantou-se e comeu e bebeu. A comida deu-lhe forças para caminhar quarenta dias e quarenta noites, até chegar ao Horeb, o monte de Deus.” (v. 7, 8).

Elias não tinha energia para se erguer sozinho e fazer a viagem para se encontrar com Deus. Contudo, no momento certo, foi Deus que providenciou a energia para este encontro crucial.

Quando Elias chegou ao local do divino encontro ainda tinha que esperar pacientemente e reaprender o que significa a oração. Deus não se manifesta sempre nos grandes acontecimentos. Ele nem sempre oferece respostas espetaculares às nossas orações. Não vai haver sempre um clarão brilhante e fogo a descer do céu. À medida que Elias esperava, “¹¹Um vento forte e violento fendeu os montes e quebrou as rochas, mas o SENHOR não estava no vento. Depois do vento houve um tremor de terra, mas o SENHOR não estava no tremor de terra. ¹²Depois do tremor de terra houve um fogo, mas o SENHOR não estava no fogo. Depois do fogo ouviu-se o murmúrio de uma leve brisa.” (v. 11, 12).

E isto é o que todos os guerreiros de oração têm de aprender, a sintonizar os seus ouvidos para ouvir – aquela voz mansa e suave.

Quando Elias estava debaixo da árvore, a desejar a morte, ele acreditava verdadeiramente que os seus melhores dias tinha chegado ao fim. Deus viu as coisas de modo diferente. Ele sabia que melhores dias haviam de vir para Elias. Ainda havia reis para serem ungidos e um sucessor profético para ser escolhido. Deus já sabia de Eliseu, o sucessor, que se tornaria tão próximo de Elias quanto um filho. Deus sabia que, pela fé, Elias pediria novamente que descesse fogo do céu. Para Elias não haveria uma morte desesperada debaixo de uma árvore, mas sim uma viagem numa carruagem de fogo até ao céu—e sem passar pela morte. Ainda assim, lembremo-nos disto.

“É em tempos de maior fraqueza que Satanás assalta a alma com as mais ferozes tentações. Foi assim que ele esperou prevalecer sobre o Filho de Deus; pois por esse processo tinha ganho muitas vitórias sobre o homem (. . .) Assim também foi com Elias.

“E assim é hoje. Quando somos envolvidos pela dúvida, aturdidos pelas circunstâncias, ou afligidos pela pobreza ou angústia, Satanás procura abalar a nossa confiança em Jeová. É então que ele faz desfilar diante de nós os nossos erros, e tenta-nos a desconfiar de Deus, a pôr em dúvida o Seu amor. Ele espera desencorajar a alma e quebrar a nossa firmeza em Deus.”

“O desânimo pode abalar a fé mais heroica e enfraquecer a mais firme vontade. Mas Deus compreende, e ainda Se compadece e ama. Ele lê os motivos e os propósitos do coração. Esperar pacientemente, confiar quando tudo parece escuro, eis a lição que os líderes na obra de Deus necessitam aprender. O Céu não lhes faltará no dia da adversidade. Nada está aparentemente mais ao desamparo, mas na realidade mais invencível, do que a alma que sente a sua nulidade, e confia inteiramente em Deus.” (Ellen G. White, *Profetas e Reis*, pp. 85, 86).

Onde estão vocês hoje? Se são Elias no Monte Carmelo a pedir que desça fogo do céu, louvado seja Deus! Mas, por favor, lembrem-se que não vão ter sempre experiências de topo de montanha. Não percam o som da voz mansa e suave de Deus. Se são o Elias em fuga ou a fazer coisas que sabem que não vão resolver os problemas fundamentais, ou o Elias debaixo da árvore a sentir-se um fracasso, existe esperança.

Deus vê as coisas de forma diferente. Deus compreende. Deus deseja libertar-vos da culpa. Ele quer trabalhar através de outros para vos oferecer ajuda prática. E ele não vai deixar de vos dar a energia para se encontrarem com Ele novamente. Os vossos melhores dias ainda estão para vir, ao ouvirem, e seguirem, aquela voz mansa e suave. Deus compreende e Ele está pronto para vos abençoar hoje. E vocês, estão prontos?

—FIM—

Ideias para o Boletim

Pedido de Oração

Em coordenação com o tema, planeie dedicar algum espaço no boletim para que as pessoas anotem as suas necessidades de oração—especialmente as suas orações de intercessão, quer por si mesmas quer por outros. Pode incluir este “espaço de oração” no final do boletim para que possa ser destacado facilmente.

Talvez a líder dos Ministérios da Mulher possa colocar-se de pé à frente antes da oração congregacional e convidar os peticionários a colocarem os seus pedidos na sua Bíblia aberta. Poderia então, assegurar que os Ministérios da Mulher da igreja (e Ministérios da Oração, a existirem) irão levar diariamente cada pedido ao trono da graça durante o mês seguinte.

Citações de Oração

Elias era um homem com uma natureza igual à vossa, e ele orou fervorosamente para que não chovesse; e não choveu na terra durante três anos e seis meses. (Tiago 5:17).

Toda a gente recebia o batismo e Jesus também foi batizado. Estava a orar quando o céu se abriu (Lucas 3:21).

Depois de Job ter intercedido a favor dos seus companheiros, o SENHOR restabeleceu a antiga condição de Job e deu-lhe de novo todos os seus bens. (Job 42:10).

Os planos de Deus são maiores que os vossos erros. Orem por sabedoria e nova direção. *

A oração muda tudo porque derrama a sabedoria de Deus sobre as nossas circunstâncias.

Escolho não ser um produto das minhas circunstâncias. Escolho ser um produto das minhas orações. Deus é maior que as minhas circunstâncias.

Querido Deus, ajuda-me a ter palavras que elevem e encorajem os outros.

Se não permitimos que a oração elimine o pecado das nossas vidas, então o pecado encarregar-se-á de eliminar a oração.

A oração é a chave que destranca portas. Deus nem sempre age com base em necessidades; Ele move-se com base na oração.

Molda-me. Forma-me. Muda-me—até eu ser como Tu, Senhor.

Deus não é cego perante as lágrimas, nem surdo diante das orações, ou silencioso ante a dor. Ele vê, ouve e cumpre.

Senhor, ajuda-me a buscar diariamente a Tua sabedoria, a Tua vontade, e a Tua força.

Os atrasos de Deus não são necessariamente as negas de Deus.

A mágoa olha para trás. A preocupação olha à volta. A fé olha para cima.

A igreja pode ser composta por aqueles que são pobres e incultos; mas se eles aprenderem de Cristo a ciência da oração, a igreja terá poder para mover o braço da Onipotência (Ellen G. White, *Sinais dos Tempos*, Setembro 11, 1893).

“A oração incessante é a união ininterrupta da alma com Deus, de maneira que a vida de Deus flui para nossa vida; e da nossa vida refluem para Deus a pureza e santidade.” (Ellen G. White, *Caminho a Cristo*, 98).

Afastem-se de mim todos os malfeitores, porque o SENHOR ouviu os meus soluços. (Salmos 6:9).

E nós continuamos a dar o nosso tempo à oração e ao ministério da palavra de Deus.» (Atos 6:4).

—FIM—

Opções de desenhos para distribuir às crianças





Atividade #1: Quem sou eu?

Escrito por Chantal Klingbeil

Materiais necessários: um espelho com largura suficiente para que todos vejam, duas folhas de papel para cada participante e canetas para quem não tiver

Boas Vindas

Boa tarde. Bem-vindos ao seminário “Quem Sou Eu?”. Antes de começarmos, vamos pedir ao Espírito-Santo para estar no nosso meio ao discutirmos este tópico tão importante.

Oração inicial

Atividade quebra-gelo

Vamos fazer uma pequena atividade para começarmos. Vou dar-vos três minutos para delinearem no papel a resposta a esta pergunta. Estão todos prontos para responder? Boa! Muito bem, aqui está a pergunta: “Quem Sou Eu?” Por favor, respondam a esta pergunta de forma o mais completa possível. “Quem Sou Eu?”
[dê três minutos para a atividade]

Agora que responderam à questão, “Quem Sou Eu?” eis o que quero que façam a seguir. Vou avançar devagar e dar-vos tempo suficiente para seguirem as diretrizes.

Primeiro, risquem o vosso nome.

Segundo, risquem qualquer referência à vossa nacionalidade, local de origem ou localização, (como, “Sou do Canadá” ou “Vivi aqui toda a minha vida.” Ou, nasci em Londres)

Terceiro, risquem qualquer referência a funções ou ao trabalho que fazem (como, “Trabalho numa creche” ou “Sou assistente administrativa,” ou “sou mãe a tempo inteiro”)

Quarto, risquem qualquer referência a um emprego, profissão ou relacionamento (como, Sou cientista nuclear ou “Sou mãe/tia/avó” ou “Sou solteira”)

Agora olhem de perto a vossa folha. O que resta da vossa identidade? Espero que não estejam a ter uma crise de identidade! Por vezes, ao passarmos por diferentes fases da nossa vida, somos desafiados a olhar novamente para quem somos.

Lembram-se da vossa adolescência?

Alguns de nós até podem já ter passado pela crise de meia idade.

E a síndrome do ninho vazio?

E a reforma pode precipitar uma crise de identidade.

Perigos durante crises de identidade

Quando transitamos de um período da nossa vida para outro, podemos ficar vulneráveis. É demasiado fácil perdermo-nos por já não estarmos a desempenhar os nossos papéis ou responsabilidades anteriores.

Como reagimos a estas crises de identidade? Bem, algumas pessoas trabalham até à exaustão numa tentativa de provar ou reestabelecer o seu valor. Outros podem ter-se apegado de tal forma aos seus papéis que se recusam a mudar por medo de deixarem de ter valor. Algumas pessoas recusam reformar-se porque a sua identidade está tão entretecida na sua vida profissional ou no seu emprego que temem deixar de ter identidade fora daquele espaço e contexto.

Existem outros perigos quando transitamos pelas diferentes “crises de identidade” da vida. Quando, de repente, já não temos a certeza de quem somos, podemos . . .

- Perder Deus de vista
- Perder o nosso relacionamento familiar mais importante
- Perdermo-nos a nós mesmos

Outros perigos de não sabermos realmente quem somos podem resultar em mudanças comportamentais. Podemos ficar frustrados e desiludidos. E que tragédia é, se entrarmos nos anos sénior confusos acerca da nossa identidade! Deus deseja que sejamos alegres e produtivos no avançar dos anos. Em Salmos 92:13, 14, lemos que “Os justos florescem como palmeiras e crescem como os cedros do Líbano. Como árvores plantadas na casa do SENHOR, eles florescem nos átrios do nosso Deus.”

Se não temos a certeza de estarmos plantados na “casa do SENHOR” corremos outros perigos:

- Podemos tornar-nos estranhos para os nossos filhos.
- Podemos viver vidas paralelas enquanto cônjuges.
- Podemos começar a perguntar, “Quem sou eu? O que fiz com a minha vida? O que estou a fazer com ela agora?”

Conselho Bíblico

Se algum de nós está a viver uma destas crises de identidade na sua vida, Deus tem um conselho salutar para nós. Encontramo-lo numa oração dos Salmos: “Ensina-nos a ordenar os nossos dias retamente, para podermos entrar pela porta da sabedoria.” (Salmos 90:12).

A verdadeira sabedoria começa com o conhecimento de quem realmente somos. É muito importante compreender que não somos um papel e não somos uma função. Somos tão mais—somos seres criados pelo Mestre do universo. Na verdade, fomos criados à Sua imagem!

Caso de Estudo

Vamos separar alguns minutos para olhar para um caso de estudo. Deixem que comece por vos pedir que imaginem uma coisa.

- Imaginem que são uma criança amada e até estragada com mimos.

[**Nota ao Dinamizador:** Faça uma breve pausa para dar aos participantes um momento para pensar]

- Agora imaginem como seria ser um escravo.
- Agora imaginem como seria serem objeto, não apenas de desejo sexual, mas um desejo sexual inapropriado.
- Por fim, imaginem como seria serem o Primeiro Ministro do país mais poderoso do mundo.

Alguém viveu *de facto* todos estes papéis e identidades em conflito. O seu nome era José. Agora, por um momento, vamos ler acerca dos papéis e crises através dos quais ele teve que negociar.

- Antes de mais, Génesis 37:2-5
- Agora vamos ler Génesis 37:23-28.
- Agora Génesis 39:1, 7-11, 20
- Finalmente, Génesis 41:39-43

Como é que é possível que ele—ou alguém—tenha sobrevivido a todas as mudanças dramáticas de papéis e identidades que José passou?

Aqui está um esclarecimento do Espírito de Profecia. O segredo de sobrevivência de José residiu na decisão que ele tomou no início da sua inesperada e traumática viagem até ao Egito depois dos irmãos o terem vendido aos mercadores de escravos. Ellen G. White escreveu, “Sua alma freuiu ante a elevada resolução de mostrar-se fiel a Deus — de agir, em todas as circunstâncias, como convinha a um súdito do Reino do Céu. Serviria ao Senhor com inteireza de coração; enfrentaria as provações de sua sorte, com coragem, e com fidelidade cumpriria todo o dever.” (Ellen G. White, *Patriarcas e Profetas*, p. 147).

José desenvolveu o seu compromisso com Deus. Agindo como “um súbdito do Rei do céu,” José passou, com sucesso, de uma “identidade” para a outra. O José (a criança amada e mimada) que foi vendido em Canaã não era o mesmo jovem de fortaleza espiritual que respondeu, “Como é que eu posso agora fazer uma coisa dessas, cometendo um pecado contra Deus?” (Génesis 39:9).

O Espírito de Profecia partilha que “Se acalentássemos uma impressão habitual de que Deus vê e ouve tudo que fazemos e dizemos, e conserva um registro fiel de nossas palavras e ações, e de que devemos deparar tudo isto, teríamos receio de pecar.” (*Patriarcas e Profetas*, p. 217). Por outras palavras, nós devíamos praticar a presença de Deus na nossa vida diariamente.

Aplicando o segredo para a sobrevivência às nossas próprias crises

Então, como é que este conceito, praticar a presença de Deus, pode ajudar-me a saber quem eu sou? Podemos afirmar pessoalmente as seguintes verdades na nossa vida com afirmações na primeira pessoa.

Uma vez que escolhi ser filho/a de Deus, eu pertenço-Lhe, independentemente da função ou identidade que vivo presentemente.

Em qualquer momento, posso “reclamar” pessoalmente o divino amor de Deus—Jesus morreu, pessoalmente, por mim.

O amor de Cristo por mim não é algo que tenha acontecido há muito tempo. É recente e novo todos os dias. O apóstolo Paulo escreve, “Garanto-vos irmãos, por quem sinto orgulho diante de Cristo Jesus, nosso Senhor, que todos os dias vejo a morte à minha frente.” (1 Coríntios 15:31).

Para além disto, podemos ter firmemente em mente três realidades espirituais, adaptando-as à primeira pessoa onde for apropriado.

“Poucos há que se compenetraram da influência das pequenas coisas da vida sobre o desenvolvimento do carácter. Nada com que temos de tratar é realmente pequeno. As circunstâncias variadas que deparamos dia após dia, são destinadas a provar nossa fidelidade, e habilitar-nos a maiores encargos.” (*Patriarcas e Profetas*, 222, 223). Vou prestar atenção aos detalhes na minha vida.

Todas as manhãs, quando me olho ao espelho, posso ter a certeza de que os meus pecados de ontem foram perdoados porque “a minha vida está escondida com Cristo em Deus” (Colossenses 3:3).

Tenho valor porque sou um/a filho/a de Deus.

[Nota ao Dinamizador: A esta altura, podem querer exemplificar estes comportamentos de capacitação da verdade com os participantes ou podem pedir voluntários.

Segurem um espelho e afirmem alguns dos pontos principais discutidos.

Por exemplo, pode referir alguns ou todos os seguintes:

- Os detalhes na minha vida são importantes para Deus.
- Sou mais do que apenas uma velhinha/mãe solteira/viúva incapacitada.
- Sou mais do que aquilo que faço para ganhar a vida ou dos filhos que educo ou dos cuidados que presto aos meus pais idosos.
- Sou uma linda filha de Deus. Sei que Ele está comigo e deseja que eu “reclame” o Seu amor por mim. Saber isto torna-me corajosa.
- Agora não tenho que temer a minha carga ou aquilo que os outros possam dizer de mim.
- Fui criada à imagem de Deus para ter comunhão com Ele.
- Quando morro diariamente e me escondo n’Ele ao longo do dia, confio que Ele me guiará os passos e as decisões.”

Querido Espelho (atividade final)

Antes de terminarmos o nosso seminário, gostaria de vos pedir para fazerem mais uma atividade. Na nossa segunda folha de papel, peço que escrevam uma carta a vocês mesmas, para que colem ou pendurem no vosso espelho em casa. Pensando no que aprenderam hoje no nosso tempo juntas, gostaria que escrevessem nessa folha quem vocês realmente são aos olhos de Deus. Eu exemplifiquei. Agora é a vossa vez de começarem com as palavras, “Querido espelho, eu sou . . .”

Vamos dar-vos 5 minutos para fazerem isto. Contudo, tenho a certeza de que quando chegarem a casa—e ao passarem tempo com Deus ao longo do dia—serão capazes de acrescentar coisas a esta carta. Agora vamos escrever uma carta por uns minutos.

[dê cinco minutos para a atividade]

[**Nota ao dinamizador:** se houver tempo e se for apropriado, pode pedir a alguns voluntários, para lerem o que escreverem, uma vez que isto pode ajudar outros a processar melhor quem são em Cristo. Incentive-as conforme puder.]

Encerramento

Quero agradecer-vos por terem participado neste seminário. Oro para que, como resultado do nosso tempo juntas, tenham uma imagem mais clara de quem são em Cristo. Descascámos as camadas de quem pensávamos que éramos e descobrimos—através da história de José—o segredo para sabermos quem realmente somos. Ao avançarmos, continuemos a encorajar-nos umas às outras a aplicar o segredo de José para as transições de vida bem-sucedidas às nossas próprias vidas. E lembremo-nos sempre que Deus nunca nos deixa sozinhas para fazermos a nossa viagem para o lar. Ele está sempre ao nosso lado.

Que Deus vos fortaleça e vos dê coragem. Que andem sempre na certeza e paz de saber quem são n’Ele. Deus vos abençoe.

Oração Final

—FIM—

Atividade #2: Oração pelos Desencorajados

Escrito por Carolyn R. Sutton

Música especial

Leitura das Escrituras

“Portanto, devem confessar uns aos outros os próprios pecados e orar uns pelos outros para serem curados. A oração atua poderosamente quando é feita por uma pessoa justa.” Tiago 5:16

Oração Inicial

Boas Vindas e Introdução ao Programa

Dinamizador: Boa tarde. O objetivo desta reunião é de nos juntarmos como corpo de crentes e, neste momento, como intercessores. Muitas pessoas que conhecemos estão a debater-se com a depressão e com a escuridão nas suas vidas. Muitas vezes, disfarçam durante longas horas de trabalho ou durante uma vida tão ocupada de tarefas que não sobra tempo para pensar nos problemas. Outros disfarçam secretamente uma depressão grave embarcando em comportamentos de dependência quer seja por mau uso de medicação, comer em excesso, ver televisão sem parar ou dormir na maior parte dos dias.

É fácil para aqueles de nós que desfrutamos da nossa atual etapa de vida perguntarmo-nos porque é que estas pessoas não conseguem sair desta situação. Ou julgamo-nos silenciosamente, pensado que simplesmente “não têm fé suficiente”. Ainda assim, o desencorajamento crónico e a depressão podem ter raiz nas experiências e lutas de vida das quais não sabemos nada. Só Deus pode verdadeiramente compreender a dor de alguém porque “o Senhor não julga pelas aparências como nós julgamos. Julga pelo coração.” (1 Samuel 16:7).

Viagem de uma mulher só

Quando o desânimo ou a depressão vence alguém que conhecemos, Deus chama-nos a ir até elas. Quando uma pessoa deprimida não consegue ver Deus na sua vida, pelo menos pode ver os nossos sorrisos de aceitação e empatia. Pode sentir os nossos abraços e responder à nossa pergunta, “Como é que eu posso ajudar?” Quando alguém que está em dificuldades começa a ver Deus em nós, pode eventualmente ver Deus na sua vida outra vez.

Ao mesmo tempo que vos leio o testemunho de Erica Jones, que será publicado em breve no livro de meditações da mulher da Conferência Geral de 2019, pensem em alguém que conhecem que está a passar por um período de depressão na sua vida. Oíçam com espírito de oração a história da Erica, “Uma Luz na Escuridão,” e perguntem a Deus como podem ajudar a mostrar melhor o Seu amor a esta vossa amiga.

A Erica começa a sua história citando João 8:12. “Noutra ocasião, Jesus falou ao povo deste modo: «Eu sou a luz do mundo. Quem me seguir deixa de andar na escuridão e terá a luz da vida.” A Erica escreve . . .

“Pensem no sítio mais escuro onde já estiveram. Explorar cavernas naturais? Mergulhar no oceano profundo? Esconderem-se num roupeiro? Quando somos crianças, a escuridão associa-se frequentemente a coisas assustadoras—temos medo do que não podemos ver. Ao amadurecermos até à idade adulta, a escuridão, muitas vezes, passa a ter menos a ver com o ambiente e mais com o nosso interior.

“Há dois anos, dei comigo no escuro—não numa caverna ou num roupeiro—mas no estado de espírito. Estava a debater-me com ansiedade e ataques de pânico mesmo sem saber. Sempre fui feliz, uma pessoa bem-humorada que lida bem com o stress. Sem perceber, eu estava a braços com um distúrbio e a lidar com a questão ignorando os sintomas.

“À medida que a minha ansiedade aumentava e os meus ataques de pânico aconteciam mais frequentemente, lentamente deslizei para o abismo da depressão. Para os meus amigos e família, eu parecia uma pessoa completamente mudada—a Alegria do meu coração tinha desaparecida e eles sentiam-se impotentes uma vez que nada do que eles faziam me trazia conforto. Naquelas semanas, senti verdadeiramente que a vida nunca mais seria a mesma. Esperava desesperadamente poder sentir a felicidade novamente.

“Coberta por uma nuvem escura, finalmente confessei a uma amiga que não conseguia encontrar as palavras para orar. Ela, gentilmente, colocou a sua mão na minha e assegurou-me que, ‘Deus compreende. Tens amigos e família que oram por ti continuamente.’ Agradeço a Deus por ouvir e responder a essas orações de súplicas. Quando eu não conseguia encontrar a minha voz, Ele ouviu a deles e, eu acredito, que também ouviu as orações silenciosas do meu coração.

“Ao longo de várias semanas, a nuvem escura começou a levantar e eu comecei lentamente a sentir-me eu mesma novamente. Muitas vezes, as minhas orações eram curtas e em estilo de conversação: ‘Não consigo fazer isto sem Ti. Acompanha-me hoje.

“E Ele acompanhou. As nuvens dissiparam-se e o sol voltou a brilhar.

“Estou eternamente grata pelas orações daqueles que pediram pelo meu restabelecimento quando eu não o conseguia e pelo meu Pai celestial cujo amor por mim fez brilhar uma luz num momento de escuridão.”

Este é um testemunho muito corajoso e um testamento ao poder da oração. Contudo, esta autora não está sozinha nesta experiência de atravessar um momento de escuridão na sua vida. Provavelmente, algumas de nós conseguem identificar-se com o seu relato. Ellen White escreveu, “Na experiência de todos surgem ocasiões de profundo desapontamento e extremo

desencorajamento — dias em que só predomina a tristeza, (. . .) dias em que o dissabor mortifica a alma, de maneira que a morte pareça preferível à vida (. . .) Pudéssemos em tais ocasiões discernir com intuição espiritual o significado das providências de Deus, veríamos anjos procurando salvar-nos de nós mesmos, esforçando-se por firmar nossos pés num fundamento mais firme que os montes eternos; e nova fé, nova vida jorrariam para dentro do ser.” (Ellen G. White, *Profetas e Reis*, 162).

E uma das formas mais importantes com que Deus busca livrar as pessoas da sua depressão e perda de foco n’Ele é através de nós—quando alcançamos estas almas com sensatez e palavras bondosas. A Bíblia diz-nos que “As palavras amáveis são como um favo de mel: agradáveis ao gosto e reconfortantes para o corpo.” (Provérbios 16:24). Uma outra versão diz: “As palavras graciosas . . . saram os ossos.”

A quem precisam de visitar, ou ligar, ou enviar um email? Quem é que precisa de vos ouvir dizer que elas ainda são “amadas de Deus” (Romanos 1:7)? Quem é que precisa de ser lembrada que Deus promete em Romanos 8:28 usar todas as coisas para o bem—mesmo a dor, a perda, e fases de desencorajamento profundo. Deus estava com José, e Ele está convosco e comigo. De acordo com esta promessa, Deus não desperdiça nenhuma das nossas experiências de vida—mesmo as dolorosas e desafiadoras. Ele dá-lhes uma utilização redentora, e anseia redimir-nos do nosso abatimento. Quer relembrar-nos que somos Seus filhos. A nossa alegria e o nosso valor residem no nosso relacionamento com Ele – por causa do Seu grande amor sacrificial – e sempre presente - por nós.

Oração de pequeno grupo

Neste momento vamos dividir-nos em pequenos grupos para um breve tempo de oração. Em particular, vamos elevar aquelas que estão a passar por momentos difíceis e que precisam de ser lembradas do grande amor de Deus por elas e do propósito das suas vidas. Apesar do divórcio, da doença, do desequilíbrio químico, da mudança das fases/destinos da vida, da síndrome do ninho vazio, dos cuidados esgotantes prestados a alguém ou do stress.

Darei sinal para finalizarem a nossa oração conjunta com uma breve oração pública.

Música final “A Deus Demos Glória – 16 – Hinário Adventista”

Benção

—FIM—