

A presença de Deus em
Minha Vida

“Sempre com você”



RETIRO ESPIRITUAL



ASSOCIAÇÃO PAULISTA LESTE

Responsável: Pr. Erlo Braun

Não é permitido alterações ou venda deste material.





Índice

Razões para fazer um Retiro Espiritual	7
A Presença de Deus em meu Passado e Presente	11
A Presença de Deus em meu Presente e meu Futuro	14
Meditação Sobre o Texto	16
Músicas	19
Regras para os Grupos	20
Minha Expressão Artística	21
Meu Grupo Espiritual de Amigos	22
Minhas Anotações	24



Razões para fazer um Retiro Espiritual

“Voltaram os apóstolos à presença de Jesus e **lhe** relataram tudo quanto haviam feito e ensinado. E **ele** lhes disse: Vinde repousar um pouco, à parte, num lugar deserto...”



Marcos 6:30-31

✓ O que é um Retiro Espiritual?

Um Retiro Espiritual é sempre necessário durante os momentos mais cruciais. Não há um tempo especial para se fazer um retiro. Não se pode esperar ter tempo. Um retiro significa deixar de lado um trabalho importante e necessário e empenhar-se naquilo que é fundamental.

Relembre esta história:

“Indo eles de caminho, entrou Jesus num povoado. E certa mulher chamada Marta, hospedou-o na sua casa. Tinha ela uma irmã, chamada Maria, e esta quedava-se assentada aos pés do Senhor a ouvir-lhe os ensinamentos. Marta agitava-se de um lado para outro, ocupada em muitos serviços. Então se aproximou de Jesus e disse: Senhor, não te importas que minha irmã tenha deixado que eu fique a servir sozinha? Ordena-lhe, pois que venha ajudar-me. Respondeu-lhe o Senhor: Marta! Marta! Andas inquieta e te preocupas com muitas coisas. Entretanto, pouco é necessário ou mesmo uma só coisa; Maria, pois, escolheu a boa parte, e esta não lhe será tirada.”



Lucas 10:38-42

Quantos de **nós simpatizamos** com Marta? Nós entendemos? Não é dever de alguém preparar a comida? Deve toda a responsabilidade estar nos ombros de uma só pessoa, enquanto a outra permanece sentada?



Mas Jesus trata de prioridades. E é melhor sentar-se aos pés de Jesus para ouvi-Lo do que estar preocupado com as muitas coisas a fazer.

Um retiro espiritual nos dá tempo para sentarmos aos pés do nosso Senhor e escutar o que Ele diz.

✓ Objetivos deste Retiro

1. Começar a ter vínculos com um grupo pequeno que lhe provê apoio espiritual e social.
2. Pensar e avaliar seu caminho espiritual do passado.
3. Pensar e avaliar sua posição atual com Deus começando neste retiro.
4. Ser guiado pelo Espírito Santo para ver aonde Deus quer conduzi-lo em seu futuro progresso espiritual.

✓ Dons para Receber, Dons para Compartilhar

Os dons que você receberá e compartilhará neste retiro serão exemplos da graça de Cristo.

Que dons você gostaria de receber neste retiro?

Você chegou a este retiro com expectativas e esperanças. Expectativas de que receberá bênçãos:

- Ao adorar juntos
- Ao estar em contato com a natureza
- Da leitura e da meditação
- Da oração
- Dos demais

Que dons você traz para compartilhar com os demais neste retiro?

Nosso Senhor tem nos elegido para sermos condutores de suas bênçãos para os demais. Tem pensado de que maneira você pode ser hoje uma **benção** para seus companheiros e aprendizes? Considere quais bênçãos o Senhor tem provido para que divida com os outros: 

- Uma atitude positiva
- Um espírito humilde
- Um sorriso prazeroso

- Habilidade para escutar realmente a outra pessoa e ouvir o que tem a dizer
- Discernimento para as necessidades dos outros
- Cortesia para permanecer em silêncio quando se requer silêncio
- Um comentário positivo durante a hora de discussão
- Um interesse sincero pelos membros do grupo
- Uma oração pelos membros do grupo



A Presença de Deus em meu Passado e Presente

“Nada temos que temer quanto ao futuro, a menos que nos esqueçamos da maneira que o Senhor nos conduziu no passado.”

Testemunhos Seletos, Vol. 3, pág. 443.

1. Leitura da Palavra

Com oração e meditação leia:

- Isaias 49:1-7
- Provérbios 3:5-6
- Jeremias 1:4-9

2. Interpretação da Palavra

Quais são os pontos principais do texto para você? *(dar a este ponto tempo suficiente)*

3. Aplicação da Palavra

Análise da Vida

Enquanto analisa sua vida passada, considere a sua atual experiência. Que coisas **podem** discernir acerca da provisão, cuidado amor de Deus por você?



4. Passos para fazer uma análise da sua vida:

Divida sua vida em segmentos. Busque eventos de transição, ou momentos decisivos ou cruciais. A seguinte lista mostra classes de eventos que muitas vezes se convertem em eventos decisivos ou cruciais em nossas vidas. Esta lista foi extraída diretamente do livro de **Richard Peace**, *Spiritual Journaling: Recording Your Journey Toward God*, (Colorado Springs, CO, NavPress, 1995), p. 33.



- Mudança de um lugar para outro: longe de seu lugar paterno; para uma nova cidade, ou um departamento, ou país; ou um novo trabalho; ou um novo desafio.
- Uma nova pessoa chega a sua vida: um cônjuge, um filho, um amigo, um tutor, um inimigo, um chefe, um empregado, um familiar, um pastor.
- Uma nova etapa de educação: primária, secundária, universidade, seminários profissionais.
- Um novo compromisso: matrimônio, nascimento de um filho, ingresso em uma igreja, começar um negócio, fazer uma hipoteca.
- Um incidente traumático: morte de um ser querido, apreensão, um acidente ou enfermidade, um êxito ou fracasso não esperado, **perca** do emprego.
- Uma experiência religiosa; conversão, resposta de uma oração, um encontro místico, um retiro, uma experiência de adoração, um pequeno grupo.
- Um evento nacional: uma guerra, uma recessão, uma nova legislação, a morte de um líder ou de um herói, uma volta na política nacional.
- Uma nova ideia: acerca da verdade, a realidade, a moralidade, contato com um livro, um filme, ou uma obra musical; experimentar com um novo grupo, cultura e disciplina.
- Uma aventura criativa: começar a escrever poesias, tocar saxofone, ler biografias, começar um diário ou pintar cerâmicas, examinar as fotos para explorar novos caminhos.



Faça uma lista dos eventos cruciais e decisivos que **teve** um impacto em sua vida espiritual:



5. Selecione um dos eventos cruciais ou decisivos que tenha sido significativo. Escreva-o. Logo descreva a situação. O que você aprendeu? Finalmente, diga qual foi o papel de Deus nesse evento crucial e o que você aprendeu sobre Deus.

Evento crucial ou decisivo _____

Descreva a situação _____

O que você aprendeu? _____

Como percebeu o papel de Deus neste ponto crucial? _____

De que maneira ilustra este evento, nos versículos que falam sobre Deus?

A Presença de Deus em meu Presente e em meu Futuro

✓ O círculo de oração e promessas

Leia cada texto silenciosamente e medite em seu significado. Pense na maneira em como contribui a sua resposta tanto no texto como para Deus. Não interrompa a meditação ou oração de seu companheiro com nenhuma classe de conversação.



Seguidamente encontrará uns espaços em branco para que você complete em cada estação.

Texto _____ Salmos 138:7-8 _____



Minha resposta _____

Texto _____ Jeremias 29:11-12 _____

Minha resposta _____

Texto _____ Filipenses 4:4-6 _____

Minha resposta _____

Texto _____ Efésios 3:16 _____

Minha resposta _____

Texto _____ Josué 1:6-7 _____

Minha resposta _____

Texto _____ Salmos 51:10-11 _____ 

Minha resposta _____

Texto _____ Salmos 103:2-4 _____ 

Minha resposta _____

Texto _____ Colossenses 1:9 _____

Minha resposta _____

Meditação sobre o Texto

✓ A Presença de Deus em meu Presente e em meu Futuro

Conquanto agora tenha ascendido à presença de Deus e compartilhe o trono do Universo, Jesus não perdeu nada de Sua compassiva natureza. O mesmo coração terno, pleno de simpatia, encontra-se hoje aberto a todas as misérias da humanidade. A traspassada mão estende-se agora para abençoar ainda mais abundantemente os Seus que estão no mundo. DTN pág. 480 

Se o futuro parecer um tanto nebuloso, espere e creia. As nuvens desaparecerão e a luz novamente brilhará. Testemunhos para a Igreja – vol. 1 pág.663.

1. Leia João 15:1-17 e I Timóteo 4:9-16

Abra seu coração, mente e alma enquanto faz uma leitura lenta e reflexiva da **palavra** de Deus. 

2. Interprete João 15:1-17

O que diz a parábola da videira sobre a relação que Cristo deseja ter com você? Deseja permanecer em Cristo? Qual o papel de Deus o Pai? Qual a relação entre examinar o fruto e permanecer em Cristo? Qual a relação entre examinar o fruto e uma oração respondida? O que significam **pra** você os versículos 9-12 sobre as relações humanas? Qual indicação mostrava que era discípulo de Jesus? O que significa **pra** você o versículo 16 **sobre** o seu ministério futuro? 

I Timóteo 4:9-16

Que alento encontra nessas palavras? Qual de todas as instruções **que Paulo e Timóteo creram que se aplicam melhor para** você? De que maneiras pode usar esta passagem para definir sua vocação?



✓ Resposta Alegre

Aqui pode responder ao amor que Deus tem dado através de Jesus em João 15:1-17, usando meios artísticos. Quando enfrentar o futuro conhecendo as promessas de Jesus para você e havendo feito um compromisso de mudança em sua vida, creia na resposta de Deus. Esta resposta pode ter qualquer das seguintes formas:



- Escreva um salmo
- Escreva um poema
- Escreva uma oração única ou para toda a Trindade: Deus Pai, Deus Filho e Deus Espírito Santo
- Escreva uma canção
- Faça um desenho
- Faça algo que expresse suas metas e o poder de Deus.
- Alguma expressão de sua própria autoria

✓ Aplicação da Palavra

Escreva 3 coisas que você acha que Deus deseja que você mude em sua vida espiritual durante este ano. Permita-se sonhar sobre o que poderia suceder por meio do poder de Deus em sua vida. Aqui é uma maneira para escolher as 3 coisas:

Que coisa pode fazer para melhorar sua permanência em Cristo?

Que coisa pode fazer para melhorar seu relacionamento com os demais? (com o cônjuge, filhos, pais, amigos, companheiros e inimigos, etc.)

Que coisa pode fazer agora para assegurar que seu ministério dará glórias a Deus?

Relaxe na tranquilidade da presença de Deus. Medite em algumas coisas que você gostaria que Deus fizesse em seu futuro. Comente algumas promessas deste texto. Não se preocupe com razões impuras, já que Deus pode ajudar você a lidar com elas mais tarde. Permita-se sonhar **em** como poderia ser sua vida através do poder de Deus. O que você gostaria que se sucedesse? Escreva suas esperanças, seus sonhos e planos para o futuro.



Músicas

(1) Renova-me

Renova-me Senhor Jesus.
 Já não quero ser igual.
 Renova-me Senhor Jesus.
 Põe em mim Teu coração.
 Porque tudo que há dentro de mim
 Necessita ser **mudado Senhor.**
 Porque tudo que há dentro do meu coração.
 Necessita mais de Ti. Necessita mais de Ti.

(2) Vaso Novo

Eu Quero ser Senhor Amado
 Como um vaso nas mãos do oleiro,
 Quebra a minha vida e faze-a de novo.
 Eu quero ser, eu quero ser
 Um Vaso novo.
 Faz Teu **querer Senhor** Amado
 És o oleiro e eu esse vaso.
 Quebra a minha vida e faze-a de novo.
 Eu quero ser, eu quero ser
 Um Vaso novo.

(3) Canção da Vida

Pai querido obrigado pelos planos,
 Grandes sonhos especiais pra mim.
 Tu me guias nos caminhos desta vida
 Ao Teu lado nada faltará.
 Eu Te amo, mais que tudo.
 Quando forte, quando fraco
 Ao meu lado estás.
Agradeço Pai querido,
 Por ligar a nossa vida
 Em um só coração.

Pai querido obrigado pelos planos,
 Grandes sonhos especiais pra mim.
 Tu me guias nos caminhos desta vida
 Ao Teu lado nada faltará.
 Eu Te amo mais que tudo.
 Quando fraco tua força nunca falhará.
 Por Tua graça, **Pai** imploro
 Transformar a minha vida
 Em uma canção.

(4) Toma ó Deus, Meu Coração

Toma ó Deus em Tua mão
 Como está meu coração.
 Mesmo sem nenhum valor,
 Faze-o **puro** santo e bom
 Cheio **enfim** do Teu amor.
 Toma, ó Deus as minhas mãos,
 Os meus pés e os lábios
 E em favor dos meus irmãos
 Ajam sempre com amor,
 Com **prazer** por onde forem.
Quando enfim, voltar Jesus
 Com poder, em glória e **luz**
 Toma, ó Deus, meu pobre ser
 Para sempre ir **morar.**
 Com Jesus no doce lar.

(5) Quero Ter Jesus Comigo

Quero ter Jesus **comigo**
 Quero a sós com Ele **and**
 Quero ver **seu** lindo rosto,
 Em Seus braços descansar.

Coro:

Tendo fé no **Salvador**
 Descansando em Seu
 Seguirei no meu caminho,
 Sem tristeza e sem temor.

Quero ter Jesus **comigo**;
 Frágil sou em minha fé.
 Sua voz me dá conforto
 Quando me vacila o pé.

(6) Falar Com Deus

Na oração encontro **calm**
 Na oração encontro **paz**
 Orar a Deus faz bem à **alma**
 Falar com Deus me satisfaz
 Falar com **Deus que privilégio**
 Abrir a alma ao **Criador**
 Sentir que os céus estão abertos
 E ouvir a voz do Salvador.
 Grande é o nosso Deus
 E as obras que Ele **faz**
 O Seu amor não tem **limites**
 Em Seu perdão encontro paz.
 Falar com Deus é o que **preciso**
 Pois Ele é fonte de **poder**
 Só Nele a vida faz sentido
 Pois me dá forças pra viver.

✓ Regras para os Grupos

- Discuta brevemente como tem visto a  de Deus em seu passado e comente o que aprendeu sobre o Deus da  e de suas experiências.
- Separe momentos para contar ao grupo sobre um dos eventos cruciais em sua vida.
- Permita que as pessoas compartilhem de maneira natural. Anime proativamente os membros quietos para que eles participem. Não force as pessoas a compartilhar ou a fazer coisas que não se sintam confortáveis em fazer.
- Realmente escute uns aos outros, reconhecendo que estas histórias começaram num processo de se conhecer mutuamente em nível profundo.
- Não pregue nem dê conselhos. Apenas escute de maneira simpática e positiva.
- Assegure-se de que cada pessoa em seu grupo tenha a oportunidade de compartilhar. Dê aos membros do grupo aproximadamente o mesmo tempo. Não permita que um ou dois monopolizem a discussão.
- Mantenha a confiabilidade. As coisas que serão compartilhadas em grupo, não deverão sair do grupo.

Minha Expressão Artística

Meu Grupo Espiritual de Amigos

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Meu Grupo Espiritual de Amigos

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____

Nome: _____

E-mail: _____ Tel: _____

Notas: _____
