



Igreja Adventista  
do Sétimo Dia®



PEQUENOS GRUPOS  
GRANDES BENÇÃOS

A person with long brown hair, wearing a blue button-down shirt, stands in a field of tall, dry grass. They have their hands clasped near their face, looking down. The background is a soft, hazy sky. A large, green, low-poly geometric shape overlays the bottom right of the image, containing the title text.

# **SUPERANDO DIFICULDADES**

**SÉRIE DE ESTUDOS PARA  
PEQUENOS GRUPOS**

# **SUPERANDO DIFICULDADES**

SÉRIE DE ESTUDOS PARA  
PEQUENOS GRUPOS

## EXPEDIENTE

**Produção executiva:** Diretores de MIPES da Divisão Sul Americana

**Título:** “Superando as Dificuldades”

**Categoria:** Pequenos Grupos

**Série preparada por:** Pr. Jonathan Solis- UCh

**Coordenação geral:** Pr. Everon Donato - Diretor MIPES DSA

**Diagramação e desenho:** Claudia Suzana R. Lima e Gustavo Leighton

**Direito de tradução:** Divisão Sul Americana

# I ÍNDICE

1.	Tenha ânimo .....	07
2.	Quando acaba o dinheiro .....	10
3.	Tentação e vitória .....	13
4.	Esperança no leito de dor .....	15
5.	Como superar as dificuldades no casamento .....	19
6.	Vitória sobre a ansiedade .....	20
7.	Como enfrentar a morte .....	22
8.	Alívio Divino para a necessidade humana .....	25
9.	Remédio Divino para a depressão humana .....	28
10.	A luta contra o pecado .....	32
11.	O jovem que estava com sono .....	34
12.	Vencendo a solidão .....	35
13.	Cura para o desânimo .....	38

# I PROGRAMA

As quatro etapas de um pequeno grupo relacional:

- **Confraternização:** recepção, colocando a conversa em dia e quebra-gelo.
- **Adoração:** louvor, oração, meditação, testemunhos e estudo.
- **Estudo comparado da Bíblia:** ênfase na aplicação do texto à vida pessoal.
- **Testemunho:** planejamento evangelístico do grupo, oração intercessora, duplas missionárias.

## IDEAIS DO GRUPO

1. Nome do grupo: \_\_\_\_\_
2. Nosso lema: \_\_\_\_\_
3. Nossa oração: \_\_\_\_\_
4. Hino oficial: \_\_\_\_\_
5. Nossa bandeira: \_\_\_\_\_
6. Nosso texto bíblico: \_\_\_\_\_

# I APRESENTAÇÃO

Os pequenos grupos são uma estrutura indispensável para o crescimento harmônico da igreja. Fazer parte de uma comunidade relacional não é apenas um privilégio, mas uma necessidade para que os cristãos vivenciem os valores do Reino. Os PGs são essenciais para o pastoreio, discipulado dos novos conversos, formação de líderes e desenvolvimento dos dons espirituais.

Esta série de lições foi preparada para que cada participante dos pequenos grupos desfrute de temas variados, por meio de uma linguagem relacional. O conteúdo deste material pretende ajudar os membros da igreja na América do Sul a crescerem em três áreas essenciais da vida de um discípulo: comunhão, relacionamento e missão.

Nosso desejo é que este material contribua para uma vida de alegria em Cristo, promovendo profundas reflexões e também as mudanças necessárias para o verdadeiro discipulado.

Sucesso!

Pr. Everon Donato – Diretor Ministério Pessoal DSA



# I TENHA ÂNIMO

1

## QUEBRA-GELO

Quando você era estudante, por que não gostava de fazer as provas? Você se lembra de algo positivo a respeito das provas? Você percebe que é mais fácil se lembrar das experiências negativas do que das positivas? Isso ocorre porque as experiências negativas nos marcam mais.

## INTRODUÇÃO

O que é uma prova? É um exame através do qual o professor avalia o nível de conhecimento do aluno em uma determinada matéria. A pessoa que deseja dirigir um carro tem que ter a carteira de motorista. Se você possui uma, certamente se lembra das provas que teve de fazer. As empresas pneumáticas e de freios têm “campos de prova” onde examinam a qualidade dos produtos. Em outras palavras, a qualidade dos pneus e dos freios é “provada”. Eles são submetidos a situações de risco e de agressão extremos a fim de revelar até que ponto são capazes de suportar.

Esse é o trabalho dos setores de qualidade industrial. Eles “provam” os produtos. Verificam se realmente são resistentes e até que ponto são confiáveis.

Então, o que seria uma prova pessoal? Uma prova pessoal pode ser entendida como uma grande prova. Ou “a prova” da ação. Essa é uma ideia interessante porque, de fato, as provas pessoais examinam as atitudes e o comportamento.

**TEXTO PARA ESTUDO:** Tiago 1:12

## I. CONHECENDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

Dentre as ideias que aparecem no texto, qual o impressiona mais? Explique o motivo.

## II. INTERPRETANDO O TEXTO

### ***Para pensar:***

A mensagem desse verso não é popular. Geralmente, ninguém gosta de passar por provas. Por isso, é muito comum ouvir que quem aceita a Jesus fica livre de provas. Na verdade, para Deus nada é impossível (Mateus 19:26). Mas, por outro lado, vemos na Bíblia a realidade das provas e do sofrimento (João 16:33).

### ***Discuta com o grupo:***

1. Por que Deus chama de bem-aventurados os que suportam as provas?

### ***Para pensar:***

Nosso problema não é com as provas, mas como reagimos a elas. O texto fala de “suportar com perseverança”. Essa é uma reação positiva de submissão à vontade e soberania do Senhor. O filho de Deus busca olhar além do sofrimento para a coroa e para a vida eterna que o Senhor prometeu àqueles que vencerem as provas no grande “campo de prova” deste mundo. Jesus disse: “Tende bom ânimo” (Mateus 14:27). Tiago 1:2 sugere que a pessoa reaja às provas com alegria e, em 1 Pedro 1:6, Deus prometeu que as provas passarão.

### ***Discuta com o grupo:***

2. Você acredita que conhecer o Senhor ajuda a suportar as provas com paciência?

### III. APLICANDO O TEXTO

***Discuta com o grupo:***

Neste mundo é impossível viver sem sofrimentos. E eles nos provam, examinam nossa fidelidade, nossa confiança em Deus. Revelam se somos “ouro” ou “escória”.

1. Você conhece alguém que se rebelou contra Deus por causa dos sofrimentos?
2. O que cada um de nós pode fazer para suportar as provas, para vencer como Deus quer que elas sejam vencidas?
3. Para você, o que significa olhar para Jesus? (Hebreus 12:1-3) Esta pode ser a chave da questão.
4. E quanto a confiar em Deus? (Salmo 125:1 e Isaías 40:31). É impossível suportar as provas sem confiança.

### CONCLUSÃO:

Romanos 8:28 diz que até as provas e os sofrimentos cooperam para o bem daqueles que amam a Deus. Não se esqueça de que pode ser difícil, mas tudo é uma questão de confiança e de atitude.

# QUANDO ACABA O DINHEIRO

2

## QUEBRA-GELO

Você já passou por uma verdadeira dificuldade financeira? Quando foi e como você se sentiu?

## INTRODUÇÃO

Uma das coisas que provocam sofrimento no mundo é a falta de dinheiro. Como se sabe, o dinheiro é uma invenção humana. Ele divide, rotula e marginaliza as pessoas. O amor ao dinheiro tem sido motivo de muitos crimes (1 Timóteo 6:10). Pode-se dizer que existe a dificuldade financeira real e a imaginária. A real, é quando o indivíduo não consegue suprir as necessidades básicas da vida. A imaginária, é a falta de dinheiro para comprar o supérfluo. Vivemos em uma sociedade altamente consumista e precisamos avaliar para saber se nossa necessidade financeira é real ou imaginária.

**TEXTO PARA ESTUDO:** Lucas 15:11-24

## I. CONHECENDO O TEXTO

***Discuta com o grupo:***

1. O pai do jovem da parábola é rico ou pobre? Como podemos saber?
2. Pelo que parece, o filho recebeu uma boa herança. O que ele fez com ela?
3. Qual foi o resultado do mau uso do dinheiro?

O pai do filho pródigo era um homem rico. Fez uma festa quando o filho voltou. Mandou que lhe trocassem as roupas e que lhe pusessem

um anel no dedo. Essas eram as características das pessoas ricas nos dias de Jesus. O filho recebeu uma fortuna, mas gastou tudo. Não economizou. Não se preocupou com o futuro. Viveu apenas o presente, desperdiçando tudo o que recebera do pai.

***Para pensar:***

Possíveis motivos para as dificuldades financeiras:

1. Gastar mais do que se ganha (Provérbios 13:7).
2. Não fazer economia.
3. Ambição (Isaías 55:2 e Eclesiastes 5:10).
4. Ser preguiçoso (Provérbios 21:25; 26:13).

***Discuta com o grupo:***

Além desses motivos, você acredita que existam outros? Explique. Há alguma situação na qual a pessoa enfrenta dificuldades financeiras sem que seja por sua culpa?

## II. INTERPRETANDO O TEXTO

***Discuta com o grupo:***

Jesus não contou essa parábola para falar de dinheiro. Ele tinha outros objetivos em mente. Mas as dificuldades financeiras enfrentadas pelo filho que saiu de casa nos ensinam que o dinheiro pode acabar. (Provérbios 23:5) Você conhece uma história parecida?

***Para pensar:***

O filho queria viver a vida e acreditava que a melhor forma de fazê-lo era pegar o dinheiro e sair de casa. Analise Provérbios 11:15 e Eclesiastes 5:10. Descubra o que esses versos ensinam a respeito do dinheiro e das possíveis dificuldades financeiras.

1. Como foi que o filho pródigo saiu da dificuldade financeira? Note que a falta de dinheiro acabou sendo uma bênção para ele. Levou-o a reconhecer seu erro. Ao analisar a sua situação, decidiu voltar para seu pai.
2. Em que circunstâncias uma dificuldade financeira nos pode ajudar?

### III. APLICANDO O TEXTO

Administrar corretamente o dinheiro é um desafio. Quer pouco ou muito, cada pessoa necessita aprender a arte da administração financeira pessoal. Veja alguns conselhos que nos podem ajudar:

1. Trabalhar arduamente (2 Tessalonicenses 3: 10-12).
2. Contentar-se com o que você tem (Hebreus 13:5). Esse era um dos problemas do filho que saiu de casa. Ele não estava satisfeito com o que tinha. Queria mais e acabou perdendo tudo.
3. Confiar no Senhor (Salmo 37:25).

***Para pensar:***

Que relação pode haver entre a estabilidade financeira e a confiança no Senhor?

Leia esta promessa do Senhor em Isaías 33:16. Compare-a com o Salmo 37:25 e Malaquias 3:10-11. O que podemos aprender?

# TENTAÇÃO E VITÓRIA

3

## QUEBRA-GELO

O que você entende por tentação? A ideia que você tem da tentação é algo bom ou mau?

## INTRODUÇÃO

Carlos tinha dez anos. Sua mãe fez um bolo de chocolate e lhe disse para não tocar nele. Este era o bolo preferido do Carlos. Ele estava brincando na rua de sua casa e não estava nada interessado no bolo. Porém, ele sentiu sede e entrou na cozinha para beber água. Sua mãe havia saído e ele estava sozinho. Nesse momento, ele viu o bolo e foi tentado a comer um pedaço.

**TEXTO PARA ESTUDO:** Tiago 1:13-15

## I. CONHECENDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

1. O que é a tentação? Por que Satanás quer nos tentar?
2. Quem é o tentador? Ele representa o bem ou o mal?

### ***Para pensar:***

Todos somos livres para escolher. Você vai a uma loja e vê um produto e então decide comprá-lo ou não. Vai a um shopping e decide se comprará um sorvete ou não. A decisão é sua; ela depende de sua vontade. O mal necessita fazer com que sintamos muita vontade. Ele põe em marcha o nosso desejo. Por isso ele tem de nos tentar.

### ***Discuta com o grupo:***

1. Qual é a força da nossa vontade? Até que ponto nossos desejos nos controlam?

## II. INTERPRETANDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

O texto é claro ao dizer que somos tentados por nossa própria cobiça. A cobiça é um desejo intenso. Uma vontade incontrollável que nos domina, a ponto de nos levar a praticar o mal, ou seja, pecar. Foi isso o que o diabo fez com Jesus no monte da tentação. Jesus estava com fome. Há 40 dias não comia. O tentador buscou despertar nEle o desejo de Se alimentar. Isso era fácil para o Mestre, pois podia transformar pedras em pão. Mas Jesus resistiu à sugestão satânica (Mateus 4:1-4) e preferiu confiar na palavra de Deus.

### ***Para pensar:***

Por que, às vezes, cedemos à tentação? De acordo com 1 Pedro 5:8-9, isso se deve pelo fato de não vigiarmos como deveríamos. Falta-nos sobriedade. Ou seja, levar as coisas a sério. E visto que não resistimos com fé, acabamos cedendo.

### ***Discuta com o grupo:***

1. O que Jesus disse que deveríamos pedir a Deus em oração? Veja a oração do Pai Nosso (Mateus 6:13). O que é cair em tentação?

## III. APLICANDO O TEXTO

O salário do pecado é a morte (Romanos 6:23); em última instância, Satanás quer nos levar à morte eterna e assim sendo ele nos tenta a pecar. O que Jesus disse em Mateus 26:41? O que significa vigiar? Que tipo de oração deveríamos fazer para não cair em tentação?

A tentação é real. Por isso precisamos de Deus para vencê-la. O segredo se encontra em Tiago 4:7-10.

### ***Para pensar:***

1. O que significa sujeitar-se a Deus?
2. Além de nos sujeitarmos a Deus, o que deveríamos fazer? Descubra outras ideias no texto a fim de sermos capazes de vencer a tentação.

Conheça os segredos da verdadeira vitória sobre a tentação e o mal ao ler Efésios 6:11-18.

# ESPERANÇA NO LEITO DE DOR

4

## QUEBRA-GELO

A enfermidade entre os seres humanos é uma triste realidade. Jesus tem o poder de curar qualquer enfermidade? É verdade que Ele Se preocupa com nossa salvação, mas não com nossa saúde física?

## INTRODUÇÃO

Tratando das promessas divinas, o profeta Jeremias escreveu com muita propriedade: “Porque te restaurarei a saúde e curarei as tuas chagas” (Jeremias 30:17). E o salmista Davi nos conforta ao dizer: “Bem-aventurado o que acode ao necessitado; o SENHOR o livra no dia do mal. O SENHOR o protege, preserva-lhe a vida e o faz feliz na terra; não o entrega à discricção dos seus inimigos. O SENHOR o assiste no leito da enfermidade; na doença, tu lhe afofas a cama” (Salmo 41:1-3). O evangelista João, em sua terceira carta, expressa o desejo de Deus: “Amado, acima de tudo, faço votos por tua prosperidade e saúde, assim como é próspera a tua alma” (3 João 1:2).

**TEXTO PARA ESTUDO:** Salmo 103:1-3

**Reflexão:**

“A religião da Bíblia não é prejudicial à saúde, seja do corpo ou da mente. A influência do Espírito de Deus é o melhor remédio para as doenças. O Céu é todo saúde; e, quanto mais profundamente forem sentidas as influências celestiais, mais certa será a recuperação do crente inválido” (*Conselhos Sobre Saúde*, p. 28).

## I. CONHECENDO O TEXTO

**Discuta com o grupo:**

A despeito das dores e sofrimentos que você enfrentou, Deus lhe proporcionou algum benefício? Você pode mencionar alguns?

**Para pensar:**

“O sistema imunológico é um espelho da vida que reflete suas alegrias e angústias, sua exuberância e enfado, seu riso, sua excitação e depressão, seus problemas e expectativas. Quase nada do que penetra a mente deixa de influir nas atividades do corpo”. [Tradução livre.] Leia primeiro: *Biology of Hope*, p. 35, 36.

## II. INTERPRETANDO O TEXTO

**Discuta com o grupo:**

1. “Ele é quem perdoa todas as nossas iniquidades”. A culpa pode gerar algum tipo de enfermidade?

**Para pensar:**

“Se buscardes o Senhor e vos converterdes cada dia; [...] remover-se-ão todas as vossas dificuldades, todos os desconcertantes problemas que ora vos defrontam se resolverão” (*O Maior Discurso de Cristo*, p. 101).

2. Deus quer e pode “curar todas as suas enfermidades”?

**Para pensar:**

“Porque Deus amou ao mundo de tal maneira que deu o seu Filho unigênito, para que todo o que nele crê não pereça, mas tenha a vida eterna” (João 3:16).

### III. APLICANDO O TEXTO

***Discuta com o grupo:***

A obediência aos mandamentos de Deus traz algum benefício à saúde do corpo humano?

***Para pensar:***

“Se ouvires atento a voz do SENHOR, teu Deus, e fizeres o que é reto diante dos seus olhos, e deres ouvido aos seus mandamentos, e guardares todos os seus estatutos, nenhuma enfermidade virá sobre ti, das que enviei sobre os egípcios; pois eu sou o SENHOR, que te sara” (Êxodo 15:26).

### CONCLUSÃO

É possível ser redimidos dos pecados e mesmo assim sofrer alguma enfermidade. Antes da vinda de Cristo, não estaremos totalmente livres da possibilidade de ficarmos doentes. (Ver LES (Professor) 1º Trimestre, 1993, p. 15.).

# COMO SUPERAR AS DIFICULDADES NO CASAMENTO?

5

## QUEBRA-GELO

Você já ouviu isto a respeito do divórcio? “Eu não mais amo; não sinto mais nada por ele ou por ela”. Muitos casais assentam-se à mesma mesa, dormem na mesma cama, frequentam a mesma igreja, mas estão emocionalmente separados. O que leva a essa situação? Há solução?

## INTRODUÇÃO

O sábio Salomão escreveu muito a respeito do amor. Ele disse: “Põe-me como selo sobre o teu coração, como selo sobre o teu braço, porque o amor é forte como a morte, [...]” (Cantares 8:6). “As muitas águas não poderiam apagar o amor, nem os rios, afogá-lo; ainda que alguém desse todos os bens da sua casa pelo amor, seria de todo desprezado” (Cantares 8:7). O apóstolo Paulo recomenda: “Maridos, amai vossa esposa e não a trateis com amargura” (Colossenses 3:19). “[...] jovens recém-casadas [amem] ao marido” (Tito 2:4).

**TEXTO PARA ESTUDO:** Efésios 5:2-23

## I. CONHECENDO O TEXTO

**Discuta com o grupo:**

1. Tomando como base o início do verso 22, qual é o conselho bíblico para as esposas em relação ao marido?
2. Como essa atitude pode minimizar as dificuldades entre o casal?
3. De acordo com o verso 22, qual é o padrão e que se fosse seguido evitaria extremos de ambas as partes?

**Para pensar:**

“Quando os maridos exigem completa sujeição de suas esposas, declarando que a mulher não tem voz ativa ou vontade na família, mas deve mostrar inteira submissão, estão colocando suas esposas numa posição contrária à Escritura. Interpretando desta forma a Escritura, violam o desígnio do casamento. [...]” E mais adiante lemos: “‘Maridos, amai vossa mulher, como também Cristo amou a igreja e a Si mesmo se entregou por ela.’ “ Efésios 5:25. Por que devem os maridos se irritar contra suas esposas? Se o esposo lhe descobriu erros e abundância de faltas, irritação de espírito não remedia o mal” (*O Lar Adventista*, p. 116).

## II. INTERPRETANDO O TEXTO

**Discuta com o grupo:**

1. O que Deus espera do marido em relação à esposa? Verso 25.
2. Qual deve ser a intensidade desse sentimento?

**Para pensar:**

“Deus ordenou que haja perfeito amor e harmonia entre os que se casam. [...] A esposa deve respeitar e acatar o marido, e este deve amar sua esposa e tratá-la com carinho” (*O Lar Adventista*, p. 103).

## III. APLICANDO O TEXTO

**Discuta com o grupo:**

“Assim também os maridos devem amar a sua mulher como ao próprio corpo. Quem ama a esposa a si mesmo se ama” (Efésios 5:28). Como isso ocorre? Não são duas pessoas?

1. Quando um dos cônjuges imagina (ou crê) que o amor acabou, o que deve ser feito?

**Para pensar:**

É necessário entender que o amor não é um sentimento; é uma decisão. Quando uma amizade se desfaz, não significa que o amor acabou. Ele poderá ser novamente estabelecido no momento em que houver a decisão de dar outra oportunidade ao cônjuge. Deve haver a decisão de amar como no início do namoro!

# VITÓRIA SOBRE A ANSIEDADE

6

## QUEBRA-GELO

1. Qual é o seu sonho de consumo? Roupas, perfumes, viagens, carros, bicicletas, alguma outra coisa?
2. O que você seria capaz de fazer para realizar seu sonho?

## INTRODUÇÃO

O “sonho de consumo” é tudo o que ainda não possuímos, mas que desejamos muito. Ele varia muito de pessoa para pessoa e depende da realidade de cada um. Os “sonhos de consumo” representam desejos acariciados e não satisfeitos. Há aqueles que têm como “sonho de consumo” uma Ferrari, uma viagem à Europa, uma roupa de marca e outras coisas mais. Algumas vezes, nossas necessidades reais coincidem com um “sonho de consumo”. Há diferenças entre sonhos, desejos e necessidades. Mas sonhar com a satisfação de qualquer necessidade real torna o sonho legítimo. Há alguma coisa que você ou sua família precisam atualmente? O grupo pode saber?

**TEXTO PARA ESTUDO:** Mateus 6:25-34

## I. CONHECENDO O TEXTO

### *Discuta com o grupo:*

Este texto bíblico faz parte integrante do “sermão do monte”, considerado por todos como o maior discurso de Cristo. Nele o Senhor confrontou Seus seguidores, sempre expostos às injustiças e à discriminação. Ele os instruiu quanto à forma de se relacionar com Deus, com o semelhante, com eles mesmos e com a vida. Animou-os a orar e a confiar em Deus (Mateus 7:7-11).

## II. INTERPRETANDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

1. Você acredita que Jesus estava abordando o tema dos “sonhos de consumo” ao falar das necessidades reais?
2. Quando o fato de se alimentar deixa de ser a satisfação de uma necessidade real e se transforma na realização de um “sonho de consumo”?
3. Qual produto alimentício você considera indispensável em seu dia a dia?
4. Qual é a bebida que você mais aprecia? Ela é essencial para a vida no planeta?
5. Qual é a função do vestuário? Quando a roupa é de “marca”, ela cumpre alguma função adicional?

## III. APLICANDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

Os pardais são encontrados em todas as partes. Que atividade eles exercem e que resulta na produção de alimentos para si e para seus filhotinhos? (Mateus 6:26). Os lírios, no oriente, são flores muito frágeis e, portanto, efêmeras. Eles se abrem pela manhã e à noite se fecham. No dia seguinte fazem o mesmo. No terceiro dia, fazem esforço para se abrir, mas as pétalas caem e murcham.

### ***Discuta com o grupo:***

1. Qual é o argumento empregado por Jesus para nos induzir a descansar no Senhor? (Mateus 6:26, última parte), (Mateus 6:30).

### ***Para pensar:***

“Não se preocupem com nada, mas em todas as orações peçam a Deus o que vocês precisam e orem sempre com o coração agradecido. E a paz de Deus, que ninguém consegue entender, guardará o coração e a mente de vocês, pois vocês estão unidos com Cristo Jesus” (Filipenses 4:6-7, NTLH).

# COMO ENFRENTAR A MORTE

7

## QUEBRA-GELO

Uma pessoa que caminha pela rua pode levar um banho de água suja, provocado por um veículo que passa por uma poça d'água, depois de uma chuva torrencial.

1. É possível evitar essa experiência? Como?
2. Conte ao grupo algo que lhe ocorreu e que poderia ter sido evitado.
3. Você já se sentiu imponente diante de algum problema pessoal ou familiar? Qual problema?

## INTRODUÇÃO

Todos enfrentamos tormentas na vida. Neste mundo, acometido pelo pecado, ninguém está livre de enfrentar dificuldades. Porém, na experiência de Lázaro encontramos a certeza de que em Jesus podemos enfrentar com confiança até mesmo as circunstâncias mais terríveis na vida.

**TEXTO PARA ESTUDO:** João 11:25 e 26

## I. CONHECENDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

Na história de Lázaro vemos uma família vencida pela luta contra a enfermidade de seus membros. A morte de Lázaro representou um terrível golpe para suas irmãs. O autor não revela se elas lançaram mão dos recursos médicos então disponíveis.

### ***Discuta com o grupo:***

1. Quais providências as irmãs tomaram, de acordo com João 11:3?
2. Transcorreu quanto tempo entre o recebimento da notícia e Jesus deixar o lugar onde estava para atender ao pedido de auxílio? João 11:6.
3. Quantos dias depois do sepultamento de Lázaro, Jesus chegou à aldeia onde a família vivia? João 11:17.
4. Por que Marta acreditava que se Jesus estivesse em Betânia seu irmão teria sido curado da enfermidade? João 11:21-27.

## II. INTERPRETANDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

1. Por que Jesus não atendeu prontamente o pedido de socorro de Marta e Maria?
  - a. Não deu importância ao caso?
  - b. Temia ser morto pelos judeus?
  - c. Aquela enfermidade não era para morte?
2. Que fatos revelam que Deus foi glorificado na experiência dessa família? Leia João 11:14 e 15; 39 a 45.

### III. APLICANDO O TEXTO

***Discuta com o grupo:***

1. Quem é você nessa história?
  - a. Lázaro, enfermo
  - b. Lázaro, morto
  - c. Lázaro, ressuscitado
  - d. Marta ou Maria
  - e. Discípulos
  - f. Judeus
  - g. Fariseus, sacerdotes ou membros do sinédrio
  - h. Jesus.
2. Qual é a lição principal ensinada por Deus nesse texto?

***Para pensar:***

Ao conversar com Marta, buscando confortá-la pela perda do irmão, Jesus disse: “Teu irmão há de ressurgir” (João 11:23). Em resposta, ela disse: “Eu sei, [...] que ele há de ressurgir na ressurreição, no último dia” (v. 24). “Não vos maravilheis disto, porque vem a hora em que todos os que se acham nos túmulos ouvirão a sua voz e sairão” (João 5:28).

# ALÍVIO DIVINO PARA A NECESSIDADE HUMANA

8

## QUEBRA-GELO

1. Qual é a sua reação quando vê alguém passando por uma necessidade a qual você tem condições de ajudar?
2. Como você se sentiu quando, em uma necessidade, alguém lhe estendeu a mão?

*“A vida é uma gangorra, podemos subir ou baixar a qualquer momento” D.T.M.*

## INTRODUÇÃO

Davi, o segundo rei de Israel, teve uma vida de altos e baixos. Passou por muitas situações nas quais necessitou de ajuda e, em outras, pôde aliviar o fardo de muitas pessoas. A beleza da vida de Davi foi ter inspiração em todos os momentos de sua existência e escrever os testemunhos da poderosa ação de Deus.

Devemos diferenciar as necessidades reais das imaginárias. Necessidades urgentes daquelas que podem esperar, ou seja, as básicas e as supérfluas. As necessidades ilusórias, fantasiosas, enfim, qual é o critério para as avaliarmos?

**TEXTO PARA ESTUDO:** Salmo 23

## I. CONHECENDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

1. O que são as necessidades reais? Lucas 15:14.
2. Devemos ou não orar antes de ajudar alguém?
3. Podemos seguir nossos impulsos e agir pelo que vemos? Atos 20:34.

### ***Para pensar:***

O Salmo 23 é o salmo mais conhecido dos cristãos. Ele afirma que Deus está presente na vida do crente. Cada verso busca garantir a estabilidade emocional, espiritual e a segurança material dos que confiam no Senhor. Cada verso traz alívio às nossas necessidades. Davi fala de uma experiência pessoal que teve com Deus e testifica do cuidado e proteção que recebemos quando o Senhor é nosso Pastor. As necessidades podem ser oportunidades para conhecermos melhor a nós mesmos e também aos outros. No Senhor, todas nossas necessidades podem ser supridas. Creia que se o Senhor esteve com você ontem, certamente estará também hoje. Leia Filipenses 4:19.

## II. INTERPRETANDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

1. Quais são os tipos de necessidades das pessoas?

Exemplo: alimentação, educação, habitação, religião, necessidades emocionais, etc.

2. Por onde devemos começar? Se Deus nos garante o necessário, isso significa que o crente não passa por necessidades?

### ***Para pensar:***

Fazemos parte de um rebanho e nossas necessidades são diárias. Deus cuida dos pássaros; conta os fios de cabelo de nossa cabeça; chama as estrelas pelo nome, as galáxias insondáveis. A bênção de ontem deve ser comemorada para sempre e novas provisões serão feitas em nosso favor. Davi, durante a vida toda, soube o que é sofrer. Arrependeu-se e permaneceu firme em Deus.

### III. APLICANDO O TEXTO

***Discuta com o grupo:***

1. O que necessita mudar em sua vida para que Deus seja seu Pastor?
2. Quando você passar por uma necessidade (ou talvez já esteja passando hoje) que verso irá alentá-lo mais?

***Para pensar:***

O verso 4 fala do vale da sombra e da morte, ou seja, o pior que pode acontecer (ou que já lhe aconteceu) porque todos somos vulneráveis, mas mesmo nessa situação, Deus estará conosco e promete nos consolar.

O Salmo 23 é uma declaração de Davi que diz que viver com Deus deu resultado para ele. Esse é o Salmo mais conhecido no mundo, e por isso precisamos conhecer o Deus desse Salmo. Confie, Ele pode conduzir muito bem a sua vida.

# REMÉDIO DIVINO PARA A DEPRESSÃO HUMANA

9

## QUEBRA-GELO

Passamos por diversos sentimentos, diariamente, em nossa vida. Nosso humor pode variar. Na vida, temos de enfrentar provas, dor e a perda que atormenta e afeta cada ser humano. Hoje, infelizmente, é comum encontrar pessoas com problemas de saúde, quer emocional ou físico. Como convivemos com as pessoas que sofrem de depressão?

Como lidar com a tristeza descontrolada, com a ansiedade, medo, insegurança, fadiga, sentimentos de culpa, falta de prazer, vontade de desaparecer ou até mesmo de morrer? A quem recorrer?

## INTRODUÇÃO

A Bíblia relata as glórias e as derrotas dos homens; suas alegrias e tristezas, qualidades e defeitos, saúde e enfermidades. Se fizermos um estudo retrospectivo da Bíblia, do ponto de vista humano, encontraremos pessoas depressivas. Exemplo: Isaías, Jeremias, Saul, Davi, etc. (Salmo 116:1-9). A depressão não é uma enfermidade moderna, mas aumentou muito no pós-modernismo.

**TEXTO PARA ESTUDO:** 1 Reis 19:3-18

## I. CONHECENDO O TEXTO

### *Discuta com o grupo:*

Como, depois de uma demonstração tão poderosa e inédita de Deus, Elias pôde ter uma recaída tão grande e fugir de uma ameaça inferior a tudo o que havia enfrentado?

***Para pensar:***

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais / Classificação Internacional de Doenças- DSM/CID 10 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) a depressão é uma enfermidade tão real como qualquer outra. Compromete a condição física, o humor e, consequentemente, o pensamento. A depressão muda completamente a forma como o indivíduo enxerga o mundo. Uma enfermidade afetiva que resulta em inibição, roubando o prazer, o ânimo e a convivência normal. O depressivo prefere estar sozinho. Foge até de si mesmo e das pessoas; considera-se um peso, um estorvo. Elias, que hoje está no Céu, é um exemplo de alguém que passou por uma crise de depressão. Depois do êxito, veio o fracasso em seguida.

## II. INTERPRETANDO O TEXTO

***Discuta com o grupo:***

Em sua opinião, Elias teve uma recaída por falta de oração ou devido à depressão?

***Para pensar:***

Há muitas pessoas que desconhecem a depressão e que não respeitam as pessoas depressivas. Muitas pessoas são excluídas do meio social, acadêmico, profissional e até mesmo eclesástico devido às suas alterações de humor, atrasos ou faltas. A depressão não é uma questão de falta de fé ou de oração. Trata-se de uma doença que pode afetar qualquer pessoa, crianças, adolescentes, adultos, homens e mulheres, ricos ou pobres. O problema é o preconceito e a falta de conhecimento. Os diabéticos, os hipertensos, os paraplégicos, os que sofrem de câncer, etc., e de outras enfermidades, tudo isso parece algo “normal”, mas a depressão não é vista por muitos como uma doença grave ou até mesmo com risco de morte. Para alguns, ela é enfado, falta de fé ou até loucura. Ellen G. White disse que nove de cada dez enfermidades têm origem na mente (ver *Testemunhos para a Igreja*, v. 5, p. 443, 444).

***Discuta com o grupo:***

1. Por que Deus continuou apoiando o profeta Elias?
2. O que Deus nos está ensinando com isso?

***Para pensar:***

Todo tipo de enfermidade é ruim. Todas as enfermidades são decorrentes do pecado. Satanás quer destruir nossa mente, pois é por meio dela que conseguimos manter comunhão com Deus. O depressivo é uma pessoa normal, mas que sofre de depressão. Deus mostra Seu amor de forma igual, sem discriminação. Deus ama o depressivo.

***Discuta com o grupo:***

Você conhece uma pessoa depressiva? Como você convive com essa pessoa?

### III. APLICANDO O TEXTO

***Discuta com o grupo:***

O que podemos fazer para ajudar e orientar uma pessoa depressiva? Eclesiastes 9:10.

***Para pensar:***

Necessitamos entender e aceitar que está provado cientificamente que a depressão é uma doença. Ninguém normal brinca que está “doente”. A depressão não é falta de fé, falta de oração, falta de leitura, etc. Quando vemos alguém com os seguintes sintomas: pessimismo, tristeza, perda ou aumento do apetite, baixa autoestima, dificuldade de concentração, cansaço, insônia ou excesso de sono, descuido com a aparência e até mesmo com a higiene pessoal, diminuição do desempenho sexual, dores que não implicam em um tratamento específico, ideias de morte (desejar algo fatal), ideias suicidas (buscar uma forma de tirar a vida), devemos prestar atenção, pois podem ser sinais de depressão. Elias teve alguns desses sintomas.

Quando percebemos que a pessoa não está conseguindo sobreviver emocionalmente, a forma correta de agir é encaminhá-la a um profissional da área da saúde; psicólogo que trate pacientes na linha do comportamento cognitivo. Se não houver melhora, deve-se buscar um psiquiatra para receber uma medicação correta. Se possível, um profissional cristão.

***Para pensar:***

Jamais devemos medicar uma pessoa depressiva. Nunca recomendar ervas ou medicação natural ou caseira. Tomar medicamentos não é falta de fé. Devemos recomendar os oito remédios naturais: ar puro, luz solar, exercício físico, temperança, descanso, água, dieta equilibrada e confiança no poder de Deus, com a ajuda de um profissional competente.

Dê apoio à pessoa com depressão. Aja de forma natural, não a confronte; não faça comparações, não pressione. Respeite suas fragilidades durante o tratamento. Elogie, crie, invista na pessoa depressiva. Que Deus o use para ser uma bênção ao sofredor! 1 João 14:13 e 14.

# A LUTA CONTRA O PECADO

10

## QUEBRA-GELO

Você se lembra de haver lutado intensamente contra uma debilidade espiritual? Poderia contar ao grupo?

## INTRODUÇÃO

Todos temos nossas lutas com o pecado e com as debilidades. O grande desafio do cristão é reconhecer seus pontos fracos e buscar em Jesus a força para vencer. Deus nos pode fortalecer para vencermos.

**TEXTO PARA ESTUDO:** Salmo 51:10-12

## I. CONHECENDO O TEXTO

### *Discuta com o grupo:*

1. O que estava acontecendo com Davi e que o levou a fazer esta oração? Quão grave foi o seu pecado?
2. Por que Davi pede um novo coração? O que isso tem que ver com o novo nascimento?

### *Para pensar:*

Davi estava muito preocupado e não conseguia se tranquilizar. Certamente, ele sofria de insônia. Podia ver seu pecado escrito no teto de seu quarto. Via-o escrito nas paredes, no prato, enquanto tentava engolir forçosamente os alimentos. Via-o no rosto de seus conselheiros. Sua alegria desaparecera. Sentia-se provocado, inferior e inseguro. É isso o que o pecado faz conosco. Essa é a parte que o salário do pecado inevitavelmente exige. Temos uma natureza caída, que nos arrasta sempre para o pecado. Somente a graça de Jesus pode tirar o mal do nosso coração e criar um novo coração.

## II. INTERPRETANDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

1. Qual é a função do Espírito Santo na purificação de nosso coração? Salmo 51:11.
2. Como o pecado nos pode tirar a alegria de viver? Salmo 51:12.

### ***Para pensar:***

Davi não perdeu Deus de vista. Clamou ao Senhor pedindo um novo coração. Nosso grande desafio é deixar que o Espírito Santo nos guie diariamente. Somos os únicos prejudicados quando cedemos às tentações do inimigo de Deus.

## III. APLICANDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

1. Como ter coração puro no século 21?
2. O que você pode fazer durante a semana para conservar o coração puro, ser guiado pelo Espírito Santo e ter a alegria da salvação?

### ***Para pensar:***

Davi foi considerado como um homem segundo o coração de Deus. O que significa isso? É ser uma pessoa cuja vida está em harmonia com o Senhor. O que é importante para Ele é importante para você. Quando você é profundamente espiritual, seu coração é sensível às coisas de Deus. É ser uma pessoa acessível, sincera, autêntica e confiável em tudo. Se colocarmos nossas debilidades nas mãos de Deus, “Ele é fiel e justo para nos perdoar os pecados e nos purificar de toda injustiça”. O segredo de Davi está na forma como consagrou sua vida totalmente ao Senhor e em sua capacidade de descer ao pó do arrependimento, da humilhação e de pedir perdão a Deus.

# O JOVEM QUE ESTAVA COM SONO

11

## INTRODUÇÃO

Talvez essa seja a única passagem na Bíblia onde você encontra alguém dormindo durante um sermão ou discurso. Não obstante, é muito frequente ver pessoas pendendo a cabeça, quer durante o sermão, um discurso, seminário; especialmente depois do almoço. Este é um caso muito particular, pois a Bíblia diz que se tratava de um jovem.

Os aspectos considerados nesta passagem têm o propósito de analisar, discutir e interagir a fim de alcançar a participação do grupo e extrair uma lição espiritual.

A ordem das perguntas fica a critério do moderador.

**TEXTO PARA ESTUDO:** Atos 20:7:12

## I. CONHECENDO O TEXTO

A ordem das perguntas fica a critério do moderador.

1. Quando foi a última vez que você teve dificuldade para ficar desperto durante o sermão?
2. Qual foi o discurso ou sermão mais longo que você se lembra de ter ouvido?
3. O que você faz se a pessoa assentada ao seu lado dorme durante o sermão?
4. O que fez com que o jovem Êutico permanecesse desperto?
5. Qual era a condição do jovem ao ser levantado do chão?
6. Por que as pessoas ficaram consoladas ao levar o jovem para casa?
7. Se o sermão em sua igreja dura mais do que o tempo normal, que tipo de queixas você imagina que o pastor receberá?
8. Quando você tende a perder a atenção ou a ficar dormindo durante o culto?
9. Que conselhos você pode seguir ou dar para permanecer atento e focado na adoração?
10. Como você pode evitar ser irreverente e descuidado durante as horas do culto e, em especial, nos momentos da oração?

# VENCENDO A SOLIDÃO

12

## QUEBRA-GELO

Você se lembra de alguma situação na qual, embora cercado de pessoas, sentiu solidão? Consegue explicar por que se sentia assim?

## INTRODUÇÃO

A questão da solidão é muito interessante porque você pode viver entre muitas pessoas e mesmo assim ser uma pessoa solitária. Como vencer esse gigante? Muitos tentaram com a bebida, com a comida, com as festas, com os prazeres da carne, com as drogas ou com o trabalho, etc., mas em vão, porque se dão conta de que cada vez estão mais solitários.

A solidão é diferente de estar só! Você pode estar só e não sentir solidão. Por outro lado, você pode estar rodeado de pessoas na escola, no trabalho, no restaurante, e se sentir como a única pessoa nesse lugar. Philip Zimbardo escreveu na revista americana *Psychology Today*: “Nada tem influência mais destrutiva na saúde física e mental do que se afastar das pessoas”. A solidão pode ser a causa de muitos males e de enfermidades, como a depressão, paranoia, esquizofrenia, violação, suicídio, assassinato individual ou em série. Os solitários têm menor expectativa de vida. Neste estudo aprenderemos, com a Bíblia, como enfrentar e vencer a solidão.

**TEXTO PARA ESTUDO:** Salmo 27:10

## I. CONHECENDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

Os pais podem abandonar os filhos? De acordo com o texto, que segurança temos de que o Senhor jamais nos abandona se não O deixarmos?

**Para pensar:**

A comunhão é um dos propósitos de Deus para nossa vida. Fomos criados para viver em comunhão. De acordo com Efésios 12:5, fomos feitos para viver em comunhão com Deus e com os outros. Não podemos nos afastar das pessoas. Fomos feitos para viver em família. Abster-se do relacionamento com as pessoas pode ser extremamente danoso para nossa saúde física, mental e espiritual.

## II. INTEPRETANDO O TEXTO:

**Discuta com o grupo:**

1. Analisemos o caso do rei Davi, que sofreu de solidão. Leia o Salmo 102:6-9, 28.

**Para pensar:**

“A primeira parte da vida de Davi, como pastor, com suas lições de humildade, trabalho paciente e terno cuidado pelos seus rebanhos; a comunhão com a natureza na solidão das colinas, desenvolvendo o seu gênio para a música e poesia, e dirigindo seus pensamentos ao Criador; a longa disciplina de sua vida no deserto, pondo em exercício a coragem, constância, paciência e fé em Deus, foi designada pelo Senhor como preparo para o trono de Israel” (*Patriarcas e Profetas*, p. 552).

**Discuta com o grupo:**

2. Outro caso de solidão foi o do profeta Jeremias, conhecido como o profeta “chorão”, Jeremias 9:2.

**Para pensar:**

De Jeremias foi escrito: “Quando chamado a beber o cálice da tribulação e tristeza, e quando em sua miséria era tentado a dizer: ‘Já pereceu a minha força, como também a minha esperança no Senhor’, recordava as providências de Deus em seu favor, e triunfantemente exclamava: ‘As misericórdias do Senhor são a causa de não sermos consumidos, porque as Suas misericórdias não têm fim; novas são cada manhã; grande é a Tua fidelidade. A minha porção é o Senhor, diz a minha alma; portanto esperarei nEle. Bom é ter esperança, e aguardar em paz a salvação do Senhor’. Lamentações 3:18, 22-24” (*Profetas e Reis*, p. 214).

3. O apóstolo Paulo, em 2 Timóteo 4:9, 11 14-16.

**Discuta com o grupo:**

“Desde sua conversão, Timóteo havia tomado parte nos trabalhos e sofrimentos de Paulo e a amizade entre os dois crescera cada vez mais robusta, profunda e sagrada, a ponto de se tornar Timóteo para o idoso e esgotado apóstolo, tudo que um filho possa ser para um amado e honrado pai. Não é de estranhar que em sua solidão Paulo almejasse vê-lo” (*Atos dos Apóstolos*, p. 280).

Um rei, um profeta e um apóstolo! Todos passaram por problemas de solidão e venceram. O Deus que esteve com eles também estará com você.

### III.- APLICANDO O TEXTO

**Discuta com o grupo:**

Como você pode vencer a solidão?

- Reconheça que ela é real. 2 Coríntios 4:9 e 2 Coríntios 7:6.
- Aceite a provisão de Deus para sua vida. Mateus 6:34 e 2 Coríntios 12:9.
- Permita que a palavra de Deus ocupe a sua vida. Salmo 119:11.
- Mantenha ativo o círculo das verdadeiras amizades. Eclesiastes 4:9-10.

**Para pensar:**

“[...] quaisquer que sejam nossas perplexidades, temos um conselheiro infalível; quaisquer que sejam nossas aflições, privações ou solidão, temos um Amigo compassivo. Se em nossa ignorância dermos passos errados, Cristo não nos abandona. [...] ‘Livrará ao necessitado quando clamar, como também ao aflito e ao que não tem quem o ajude.’ Salmos 72:12” (*Parábolas de Jesus*, p. 88).

Deseja você deixar a solidão de lado e mudar de vida, hoje? Jesus lhe faz um convite e uma promessa em Mateus 11:28-30.

Venha fazer parte da igreja, venha viver em família. Faça parte de um pequeno grupo. Com Jesus e na igreja, você será curado da solidão.

# CURA PARA O DESÂNIMO

13

## QUEBRA-GELO

Houve algum momento em que você se sentiu desanimado na fé? O que você fez para superar esse sentimento?

## INTRODUÇÃO

Há mais pessoas desanimadas e até mesmo depressivas do que imaginamos. Esse problema afeta pessoas de todas as idades: adolescentes, jovens e idosos. O desânimo não escolhe idade. Todos somos afligidos pelo vilão chamado desânimo.

Conta uma fábula que certo homem estava passando fome por falta de alimento. Seu vizinho, tomando conhecimento da situação, levou-lhe um saco de arroz. Quando o vizinho chegou com o arroz, o homem perguntou se ele já estava descascado. Ao saber que o arroz ainda estava com a casca, ficou desanimado e decidiu morrer de fome. Os teólogos e pregadores medievais davam muita importância ao que chamavam de sete pecados capitais. Estes eram: o orgulho, a inveja, a avareza, a gula, a luxúria, a ira e o desânimo. Na antiga lista dos sete pecados capitais, o desânimo era chamado de preguiça.

**TEXTO PARA ESTUDO:** Salmo 42:1-11

## I. CONHECENDO O TEXTO

### ***Discuta com o grupo:***

1. Quais são as fontes atuais de desânimo e de perturbação?
2. Onde o salmista encontrou a solução para o desânimo?

### ***Para pensar:***

Somos como vaso de barro, pois a Bíblia diz que o homem foi feito do pó da terra. Temos uma natureza carnal, um corpo frágil, débil mortal. Mas a Bíblia diz que, a despeito de sermos vasos de barro, somos para a excelência do poder de Deus (2 Coríntios 4:7). Podemos revelar ao mundo o poder de Deus quando aprendemos a esperar nEle, por meio de uma vida dependente de Seu poder. Ainda, os problemas devem aumentar nossa capacidade de crer, de depender e de esperar no Todo-Poderoso!

## II. INTERPRETANDO O TEXTO:

### ***Discuta com o grupo:***

1. Qual deve ser nosso maior anelo, de acordo com os primeiros versos do texto bíblico?

### ***Para pensar:***

O desânimo obscurece a fé e contamina nossas forças. Leva ao desespero e à depressão, dificultando até mesmo de se ver a Deus. Somos atacados de muitas maneiras, porém, nunca devemos perder a esperança. A natureza humana pode ter seus dias de desânimo, as emoções podem ser sombrias, cinzentas, e serem densas. Mas quando desejamos e decidimos seguir a Deus, independentemente das circunstâncias, Ele vem ao nosso encontro e nos livra de todo sentimento sombrio. (Jeremias 29:13).

A doutrina que ensina que no cristianismo não há sofrimento e desânimo é bíblica? Salmo 42:3.

### ***Para pensar.***

Embora ouçamos, às vezes, a pergunta: “Onde está seu Deus?”, devemos lembrar sempre que “Se o inimigo puder levar os desanimados a desviar de Jesus os olhos, a olhar para si mesmos e ocupar-se com sua própria indignidade, em vez de considerar a dignidade de Jesus, Seu amor, Seus méritos e Sua grande misericórdia, ele lhes tirará o escudo

da fé e alcançará seu objetivo; e eles ficarão expostos às suas terríveis tentações. Os fracos, portanto, deverão olhar para Jesus, e crer nEle. Então exercitarão a fé” (*Primeiros Escritos*, p. 73).

Viver de lembranças pode solucionar o desânimo? Como podemos superar o desânimo? Salmo 42:4-5.

***Para pensar:***

“Sentimentos de desassossego e de saudade ou solidão podem ser-vos benéficos. Vosso Pai celeste pretende ensinar-vos a encontrar nEle a amizade e o amor e consolação que satisfarão vossas mais ferventes esperanças e desejos. ... Vossa única segurança e felicidade está em fazer de Cristo vosso constante Conselheiro” (*Mente, Caráter e Personalidade*, v. 1, p. 127).

### III. APLICANDO O TEXTO

***Discuta com o grupo:***

Que ação prática você pretende adotar para enfrentar e vencer o desânimo, a cada dia?

***Para pensar:***

Em constante comunhão com Deus, podemos afirmar o mesmo que o apóstolo Paulo: “Por isso, não desanimamos; pelo contrário, mesmo que o nosso homem exterior se corrompa, contudo, o nosso homem interior se renova de dia em dia. Porque a nossa leve e momentânea tribulação produz para nós eterno peso de glória, acima de toda comparação, não atentando nós nas coisas que se veem, mas nas que se não veem; porque as que se veem são temporais, e as que se não veem são eternas” (2 Coríntios 4:16-18).

“Nunca nos permitamos falar de modo desesperançado e desanimado. Perderemos muito, se o fizermos. Olhando as aparências e lamentando quando vêm dificuldades e angústias, damos prova de fé doentia e débil. Falemos e procedamos como se a vossa fé fosse invencível. O Senhor é rico em recursos; pertence-Lhe todo o mundo. Pela fé olhemos para o Céu. Contemplemos Aquele que tem luz e poder e eficiência” (*Parábolas de Jesus*, p. 72).