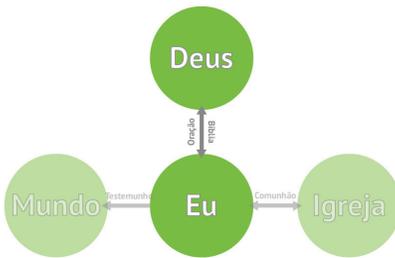


# Princípios da vida espiritual

## *Tornando Deus e a Sua Palavra uma prioridade*

### I. Encontrar tempo para estar sós com Deus



### I. Encontrar tempo para estar sós com Deus

Se a comunicação com nosso Pai dos Céus, através do estudo da Bíblia e oração, é fundamental para o nosso crescimento espiritual, é preciso dar um jeito de arrumar tempo nas nossas vidas atarefadas para gastar com Deus de forma consistente. Mas como poderemos achar tempo? E quando tivermos nosso encontro com Deus, o que fazer? Essa lição vai ajudá-lo a responder a essas questões.

Você se identifica com alguma dessas pessoas?

*Um executivo organiza a sua agenda semanal ansioso ao ouvir que o downsizing do setor administrativo começaria na semana que seguinte.*

*Uma jovem mãe de bebês gêmeos luta para ter mais tempo para si, mas as crianças se mantêm acordadas durante a sesta de tarde.*

### I. Encontrar tempo para estar sós com Deus



Os dois exemplos mencionados acima são de pessoas ocupadas, que querem caminhar com Deus ao longo do dia. Entretanto, ambas têm uma coisa em comum. Ambas se encontram num ambiente que torna difícil gastar tempo de qualidade com Deus pela oração e leitura da Bíblia. É precisamente quando estamos estressados com as exigências da vida que a reserva de um tempo para o reajuste do foco espiritual se torna ainda mais importante.

Muitos de nós vivemos com uma sensação de culpa, porque estamos negligenciando nossa hora silenciosa e devocional pessoal com Deus. Na correria e demandas puxadas do dia, é fácil deixar de lado o cuidado com a nossa vida interior.

Mas estaremos enganados, se formos medir nossa espiritualidade, a partir do número de vezes em que nos encontramos com Deus durante a semana. As devocionais são muito mais questões ligadas

ao coração, do que à disciplina nas nossas agendas diárias.

Logo depois da criação do primeiro homem e mulher, Deus é visto como um, “[...] que andava no jardim pela viração do dia” (Gn 3:8). O Soberano do universo não se escondeu atrás de portas fechadas e assistentes executivos angélicos, a fim de manter as suas criaturas longe. Ao invés disso, Ele tomou a iniciativa de procurar Adão e Eva para serem Seus companheiros espirituais.

Uma hora silenciosa e devocional saudável e consistente é uma forma importante pela qual podemos responder ao desejo de Deus de andar conosco. Casais que estão apaixonados não precisam da coerção para passarem tempo juntos. Cada qual tem um desejo profundo de experimentar a vida em um relacionamento com a outra pessoa. Quando as interrupções da vida os separam, cada um busca uma oportunidade para reestabelecer a conexão.

É disso que trata uma hora silenciosa. Desejamos passar tempo com Deus para experimentar a Sua presença, conforto e orientação. E de uma forma misteriosa, na medida em que passamos tempo com Deus “[...] contemplando, como por espelho, a glória do Senhor, somos transformados, de glória em glória, na sua própria imagem, como pelo Senhor, o Espírito” (2Co 3:18). Pensamos que gastar tempo com Deus realmente muda o tipo de pessoa que somos.

## II. Uma abordagem relacional do investimento de tempo com Deus

O mesmo Deus que busca comunhão, e que andou no frescor do dia com Adão e Eva, está alcançando cada um de nós hoje. Mas quando devemos tentar associar-se com Ele?

A Bíblia encoraja o encontro com Deus em qualquer momento do dia:

*Davi escreveu: “Ó Deus, tu és o meu Deus; de madrugada te buscarei; a minha alma tem sede de ti; (SL 63:1) - Almeida Corrígda.*

*Esdras, o sacerdote: “[...] leu no livro, ... desde a alva até ao meio-dia” (Ne 8:3).*

### I. Encontrar tempo para estar sós com Deus



### II. Uma abordagem relacional do investimento de tempo com Deus

Agenda de hoje	
Manhã	5:00-6:30 Deus - Encontro com Deus
Tarde	10:00-1:00 Esdras - Encontro com Deus
Noite	19:00-21:00 Deus - Meditação na Palavra de Deus
	22:00-24:00 Momento abençoado - meditações

*Davi meditou na Palavra de Deus ao longo das “[...] vigílias noturnas” (Sl 119:148).*

*E o primeiro Salmo no Antigo Testamento se refere ao homem abençoado, cujo “[...] prazer está na lei do SENHOR, e na sua lei medita de dia e de noite” (Sl 1.2).*

A Bíblia oferece uma liberdade maravilhosa sobre a hora de ter um encontro com Deus. Então, qual hora do dia irá funcionar melhor para você e sua agenda? Na sua situação atual, você poderá achar a parte da manhã um tempo adequado? Muitas vezes você poderá ler uma passagem pela manhã, refletir sobre ela ao longo do dia, e depois revê-la novamente à noite. Isso lhe ajuda a manter o mesmo pensamento bíblico ao longo de todo o dia.

O que importa mais do que tudo é estabelecer um tempo regular do dia em que Deus possa falar com você através de Sua Palavra e você Lhe possa responder pela oração.

Uma vez que você tenha escolhido a hora, é importante ser disciplinado em manter os encontros com Deus. Mas como fazemos isso?

### III. Construindo um relacionamento

“Todo atleta em tudo se domina” (1Co 9:25).

Duas pessoas que se amam têm a intenção de passar tempo significativo juntos. Para isso, disciplina e amor têm que trabalhar juntos. Investir tempo requer planejamento deliberado.

Um foco assim também é necessário para cultivar um tempo significativo com Deus. Muitas vezes começamos o dia com a firme intenção de fazer devocional numa hora determinada. Mas, na medida em que o dia avança, somos bombardeados por um item urgente atrás do outro. Logo as devoções são postergadas para o dia seguinte. Mas quando a hora silenciosa é a prioridade, centrar-se em Deus coloca as outras coisas sob uma nova perspectiva. Essa conexão relacional requer disciplina.

Em 1 Coríntios 9:25, o apóstolo Paulo usou o imaginário de jogos atléticos para ilustrar a necessidade de disciplina espiritual.

O termo usado para o “auto domínio” [“se domina”], significa, na

verdade “o poder de autocontrole.”

Quando os atletas dizem “sim” para os Jogos Olímpicos, eles dizem “não” para outras distrações. O controle rigoroso da dieta e exercícios são a única maneira de vencer em qualquer modalidade esportiva. Similarmente, estabelecer uma disciplina devocional diária e torná-la uma prioridade pode levar a um conjunto de outros hábitos positivos.

Aqui vão algumas formas de estabelecer uma hora silenciosa e devocional antes de você começar para valer:

- ***Reserve um tempo diário para reestabelecer a conexão com Deus.***

Não importa, se somos do tipo que precisa de uma agenda altamente disciplinada ou preferimos uma mais flexível, todos nós necessitamos de um plano. Então, primeiro considere a sua agenda, e depois reserve um tempo em que você vá encontrar-se com Deus diariamente.

- ***Determine, quanto tempo investir.***

Um professor de guitarra clássica disse certa vez a um aluno: “É melhor praticar 15 minutos por dia, todos os dias, do que praticar muitas horas em apenas alguns dias.” Ele estava certo, especialmente quando se trata de estabelecer novos hábitos.

O princípio se aplica claramente à nossa hora silenciosa e devocional. É melhor separar 15 minutos e buscar permanecer fiel em honrar esse tempo, do que deixar nossa disciplina diária ser tragada por distrações do dia a dia. Depois de orar sobre quanto tempo investir, inclua esse compromisso na sua agenda.

- ***Encontre um lugar silencioso.***

Todos nós nos concentramos ou somos distraídos de diferentes formas. C.S. Lewis apresenta uma sugestão surpreendente em seu livro *Cartas a Malcolm*. Sua exortação em relação à hora silenciosa e devocional vai no sentido de garantir que tenhamos “apenas a quantidade certa de distração” para nos ajudar a nos concentrar. Lewis nos conta a história de um homem que mantinha a sua hora de leitura da Bíblia e oração em uma cabine de trem, porque o silêncio completo o deixava aberto para distrações internas. Ironicamente, o seu foco aumentava quando ele se sentia um pouco desafiado.

### III. Construindo um relacionamento

#### Estabeleça um hora silenciosa devocional:

1. Reserve um tempo diário para reestabelecer a conexão.
2. **Determine, quanto tempo investir.**
3. Encontre um lugar silencioso.
4. Estabeleça expectativas realistas.

### III. Construindo um relacionamento

#### Estabeleça um hora silenciosa devocional:

1. Reserve um tempo diário para reestabelecer a conexão.
2. **Determine, quanto tempo investir.**
3. **Encontre um lugar silencioso.**
4. Estabeleça expectativas realistas

O ponto é que nem sempre vamos achar um lugar que seja tão silencioso, quanto uma caverna inexplorada. Invariavelmente, é provável que distrações menores ocorram. Mas temos que procurar por um lugar que cremos ser suficientemente silencioso para nos ajudar a nos concentrar. Agora, anote o lugar para reestabelecer a conexão com o Senhor em sua agenda.

- ***Estabeleça expectativas realistas.***

Um aluno em um universidade cristã escrevia muito bem. O problema era que ele sempre deixava os seus escritos para mais tarde. Por quê?

“Se for para não fazer direito, não farei!” era a sua resposta. Seu compromisso com o perfeccionismo o levou a cair na inconsistência. Esse é um problema comum na manutenção de uma hora silenciosa devocional. É a abordagem do “tudo ou nada” na vida devocional.

Sejamos realistas: as devoções diárias se referem mais ao progresso do que à perfeição. É melhor ter uma hora silenciosa devocional mais curta e até menos significativa em um determinado dia, do que deixa-la de lado em nome de padrões altos. Quando esperamos pelas circunstâncias perfeitas para ter um “tempo de qualidade” com o Senhor, elas raramente ocorrem. Horas silenciosas administráveis, de tamanho compacto, podem levar a uma maior consistência.

Mas o que acontece quando o tempo e lugar estão separados e você realmente comparece para a sua hora silenciosa, mas não está a fim de tê-la?

#### **IV. Trocando a força humana pela força divina**

“[...] mas os que esperam no SENHOR renovam [trocam] as suas forças, [...]” (Is 40.31).

Isaías acreditava que esperar no Senhor era um processo que já mais seria passivo. Essa idéia de “poder persistente” exigia uma troca radical da força humana pela divina. A palavra hebraica para “renovar” significa “substituir, trocar, mostrar novidade, fazer brotar.”

IV. Trocando a força humana pela força divina

### **Renovar:**

“Substituir, trocar, mostrar novidade, fazer brotar”

Não se supõe que o cristão acirre sua própria força de vontade mas, ao invés disso, que troque a energia humana pela energia divina.

Outro estudante numa universidade cristã tinha um problema de disciplina quando se tratava de estudar. As atividades com os seus amigos o distraíam da realização de tarefas dentro do prazo e de estar completamente preparado para os exames.

Certa noite, depois da aula, o jovem discutiu o seu problema com um de seus professores. Depois de conversar com ele, o estudante se sentiu compelido a atribuir à sua hora silenciosa devocional a prioridade máxima do dia. Esse passaria a ser a primeira coisa do dia, que ele planejava fazer logo de manhã.

Ele deu início ao seu novo compromisso no dia seguinte, mas à medida que ele priorizava a sua hora silenciosa, de repente, ele começou se sentir desanimado e sem vontade de fazer nada. Ele simplesmente não estava a fim de nada.

Declamando Isaías 40:31, ele decidiu se tornar transparente diante do Senhor e “trocar a sua própria força” pela de Deus. O jovem contou a Deus que o seu coração estava frio e que ele sentia pouca motivação de gastar tempo com Ele. Ele confessou a sua apatia como um pecado e agradeceu a Deus pelo Seu perdão (1 João 1:9).

Então, o estudante decidiu entregar o sua disposição de espírito a Deus e pediu a Ele para muda-la. Ele pediu a Deus para trocar a sua estagnação por vitalidade espiritual. O estudante leu a passagem bíblica que estava programada para ele ler, e se comprometeu novamente a orar por transformação.

Depois de aproximadamente 20 minutos, o jovem começou a orar sobre outros projetos que necessitavam da sua atenção mais tarde naquele dia. Ele contou a Deus sobre tarefas que ele não estava a fim de realizar e pediu-lhe a força necessária para lidar com elas.

No momento em que os pés do jovem tocaram o asfalto no seu caminho para a aula, ele começou a sentir uma energia, um foco e, o que é mais importante, uma disciplina que lhe faltavam anteriormente. Naquele semestre, suas notas começaram a melhorar. Ele havia achado uma forma de trocar a sua própria força por aquela do Deus vivo.

### V. Cultivando uma comunicação de via dupla



## V. Cultivando uma comunicação de via dupla

Você já abriu seu coração para alguém numa carta? Provavelmente você se sentiu vulnerável, enquanto aguardava a resposta. Como você se sentiria, se a resposta que tivesse recebido para a sua carta tivesse ignorado tudo o que você disse, mas falasse apenas de assuntos referentes à outra pessoa?

Essa poderia ser a visão [que Deus tem] dos Céus, durante muitas horas silenciosas diárias. A Bíblia é uma carta de amor do nosso Pai celestial. Entretanto, muitas vezes nossas orações não refletem a parte das Escrituras que acabamos de ler. Ao invés disso, o conteúdo da carta de amor é ignorado, na medida em que nossas muitas necessidades urgentes são postuladas por cima dele.

O que necessita acontecer, entretanto, é uma comunicação espiritual de via dupla.

- ***Deus fala conosco através de Sua Palavra.***

Primeira Samuel 3:21 diz: “Continuou o SENHOR a aparecer em Siló, enquanto por sua palavra o SENHOR se manifestava ali a Samuel.” A palavra hebraica para “aparecer” significa “se mostrar ou revelar.” O Criador desvenda os Seus pensamentos, caráter e vontade por meio de Sua Palavra. Na narrativa bíblica ou, Deus falou diretamente ou então, inspirou o texto sagrado com Seus sentidos.

Hoje, Ele ilumina a Bíblia, de modo que possamos ter a nossa compreensão iluminada pelo Espírito Santo, na medida em que a vemos.

Para a abordagem de um trecho das Escrituras, apresentamos, a seguir, um processo que leva em conta o tempo, e que poderá ajudar a tornar o exame da Palavra de Deus mais frutífero.

Antes de tudo, temos que perguntar: “O que essa passagem está dizendo?” Devemos responder a isso, analisando as palavras que aparecem no texto, da forma como elas são usadas no contexto. Permita que a mensagem bíblica fale por si mesma, no seu contexto histórico e cultural original. Por exemplo, deixe o personagem bíblico usar o seu manto e sandálias, ao invés de esperar que ele use trajes executivos.

O segundo passo é de perguntar: “O que isso significa?” Dentro da passagem bíblica existe uma verdade espiritual eterna que é significativa em qualquer época. Muitas vezes, a idéia principal

não é atrelada ao tempo de centenas de anos atrás, mas pode ser vista nas roupagens da nossa própria era contemporânea.

Finalmente, temos que perguntar “Como isso se aplica?” O Espírito Santo que reside em nós irá mudar nossos pensamentos, discurso e comportamento, quando Lhe permitirmos aplicar os princípios espirituais que encontramos na Palavra de Deus. Uma pergunta chave a se fazer é: “De que formas mensuráveis deve a minha vida mudar em função do estudo dessa passagem?”

- ***Nós respondemos a Deus pela oração.***

Agora, vamos analisar a nossa resposta a Deus nessa conversa. Daniel 6:10 diz que Daniel “[...] orava, e dava graças, diante do seu Deus, como costumava fazer.” Ao longo do seu tempo estabelecido para a oração, Daniel, sem dúvida, fazia petições a Deus quanto às suas necessidades pessoais e intercedia da parte das necessidades dos outros.

Na medida em que Daniel estava tornando os seus pedidos conhecidos a Deus, um espírito de gratidão permeava o seu tempo de oração. Toda a idéia de dar graças carrega consigo a idéia de responder com gratidão a Deus por respostas já dadas. Essa é uma parte do diálogo que expressa apreciação. A imersão na Palavra pode servir como trampolim para o louvor a Deus pelo que Ele é e pelo que Ele fez.

## VI. Gastando tempo para digerir a sua refeição

“Achadas as tuas palavras, logo as comi; as tuas palavras me foram gozo e alegria para o coração, pois pelo teu nome sou chamado, ó SENHOR, Deus dos Exércitos” (Jr 15:16).

Quando nos deparamos com as páginas da Bíblia, é fácil correr os olhos sobre dada passagem, sem ver o seu significado. Mas o profeta Jeremias, com seu profundo amor pela Palavra de Deus, tornou a Palavra de Deus a sua primeira prioridade. A palavra hebraica para “achar” significa tanto “adquirir e segurar,” ou “encontrar e se reunir.” Ao verificar uma passagem, devemos ir devagar e nos familiarizar com o texto, até que ele se aferrado à nossa alma.

Jeremias sentiu um ímpeto de “gozo e alegria”, na medida em que ingeria a Palavra de Deus no seu coração. A palavra que o profeta

V. Cultivando uma comunicação de via dupla



VI. Gastando tempo para digerir a sua refeição

### **Achadas:**

“adquirir e segurar;  
encontrar e reunir”

usou para o coração significa “o homem interior; pensamento; reflexão sobre o assentamento dos apetites.” A Palavra de Deus alimenta os nossos pensamentos e emoções, e traz alegria.

O fundamento para o prazer em se alimentar da Palavra de Deus pode ser visto na parte conclusiva desse breve, mas significativo versículo: “[...] pois pelo teu nome sou chamado, ó SENHOR, Deus dos Exércitos.” Para Jeremias, o tempo significativo na Palavra de Deus sempre está atrelado ao nosso relacionamento com Ele. Na nossa hora silenciosa devocional, nós nos conscientizamos mais uma vez de que somos chamados pelo Senhor eternamente existente dos Céus e Terra. E essa conscientização transforma nossa aridez espiritual em um encontro dinâmico com Aquele que nos criou para a comunhão com Ele.

### **VII. Pondo no papel**

Há algumas vantagens de tomar notas na nossa hora silenciosa e devocional pessoal com Deus. Nossos pensamentos e sentimentos estão constantemente revolvendo-se em experiências de vida variadas. Se temos um registro escrito do que foi visto em nossa hora silenciosa, várias tendências em nossa caminhada de fé serão reveladas. Acrescenta-se a isso que vamos ver que tipo de progresso foi feito em diferentes áreas de nossas vidas, que poderia passar despercebido, se não fosse registrado.

O tipo de coisas que você poderia desejar pôr no papel incluem a data, a passagem lida e um versículo ou sentença que falou com você. Você também pode querer registrar quaisquer insights (*perspicácia ou percepção*) que obteve, quaisquer aplicações que sentiu que deveria fazer à sua vida e como você falou com Deus sobre esse assunto em oração.

### **VIII. Variando os seus métodos**

Há vários guias devocionais acessíveis hoje em dia em sua livraria cristã local. *My Utmost for His Highest* [Tudo para Ele] de Oswald Chambers é um clássico devocional adaptado para a hora silenciosa diária. Outros livros incluem uma seleção de leituras para ler a Bíblia em um ano.

VII. Pondo no papel



## VIII. Variando os seus métodos



A série de panfletos *Our Daily Bread* [Pão diário] usa histórias inspiradoras relevantes para extrair lições de uma leitura bíblica sugerida. Uma razão para a popularidade desse tipo de guia é que ele tem uma lição curta, memorável que é inspiradora, ao mesmo tempo em que é aplicável à vida cotidiana. Se você usar um desses guias devocionais, tenha certeza de ler a passagem bíblica que acompanha as histórias que ilustram a verdade bíblica. Deus prometeu abençoar a Sua Palavra, não as nossas ilustrações sobre ela (2 Timóteo 3:15-16)

Há uma diversidade de métodos para se ter horas silenciosas devocionais com estudo da Bíblia efetivos, de modo que deve haver uma abordagem apropriada para você. Qualquer que seja o método que você use, o objetivo é gastar tempo com Deus para experimentar a Sua presença, conforto e condução.

A chave para experimentar a presença de Deus dessa maneira não depende tanto do método, quanto de ser fiel ao seu compromisso de promover um relacionamento crescente com Deus, o Pai. Ele ama os seus filhos e deseja estar envolvido pessoalmente com cada um de nós. Esse relacionamento se aprofundará, quando respondermos ao Seu convite de passar tempo com Ele.

*Aprendizagem centrada em Cristo — A qualquer hora. Em qualquer local.*