

CARGAS PARA QUERTE QUERO?

Segunda-feira - Tema: Decida Mudar para Aliviar

“Vinde a mim todos os que estais cansados e sobrecarregados, e eu vos aliviarei”

Mateus 11:28

1) ENTENDENDO: Pesquise o significado das palavras em destaque no texto e depois reescreva com suas palavras o versículo de hoje em seu caderno de meditação.

➔ Agora observe a expressão “eu vos aliviarei”, leia o texto de 2 Coríntios 5:17 e escreva em seu caderno qual a relação entre eles. ➔ Quando estamos cansados e sobrecarregados ficamos paralisados! A paralisia física é uma coisa terrível. Estar encarcerado, imobilizado de tal forma que seu corpo não possa funcionar e responder às mensagens de sua mente é muito frustrante. No versículo acima Jesus está fazendo um convite onde o primeiro passo começa na mente. E o que fazer quando a paralisia é uma limitação da mente? Como responder às propostas de mudança se não houver iniciativa em sua mente? Leia os textos abaixo e escreva o nome do personagem bíblico e o tipo de cansaço que ele enfrentou: Nm. 11:14-15; 1 Rs. 19:3-4; Sl. 42:11; Ec. 2:17; 2 Co. 1:8.

➔ Jesus nos convida, não somente à salvação, Ele nos convida a uma vida melhor, de mudanças, de desafios, de vitórias. Nada melhor do que começar uma nova semana respondendo ao convite de Jesus. Veja agora o que Jesus pode fazer na vida de alguém que estava paralisado fisicamente e mentalmente (emocionalmente).

2) MEMORIZANDO: Decore o verso de hoje. Peça auxílio de Deus. Não deixe de fazer.

3) TIRANDO A LIÇÃO: Lá em Jerusalém havia próximo à Porta das Ovelhas, um tanque, chamado Betesda. Próximo a este tanque jazia grande multidão de enfermos: cegos, coxos e paráliticos, esperando o movimento das águas, e o primeiro que ali descia, depois do movimento das águas, sarava de qualquer enfermidade que tivesse. E estava ali um homem que, há trinta e oito anos, se achava enfermo. E Jesus, vendo-o deitado e sabendo que estava neste estado havia muito tempo, disse-lhe: “Queres ficar são?” O enfermo respondeu-lhe: “Senhor, não tenho homem algum que, quando a água é agitada, me coloque no tanque; mas, enquanto eu vou, desce outro antes de mim.” Jesus disse-lhe: “Levanta-te, toma tua cama e anda.” Logo, aquele homem ficou são, e tomou a sua cama, e partiu. (João 5:2-9).

Refleta mais: Este homem esteve paralisado por trinta e oito anos. Ele estava deitado ao lado do tanque dia após dia, esperando um modo de ficar livre de sua aflição, sua carga era tão pesada que ele necessitava da ajuda de alguém para descer até as águas. Jesus viu que o homem estava cansado e sobrecarregado, por isso Ele fez uma pergunta simples e direta: "Você quer ser curado?" ou em outras palavras: "Você quer mudar?". O homem não respondeu satisfatoriamente à pergunta. No entanto, Jesus sabia muito bem a dor que o homem vinha sentindo, Ele conhecia muito bem as aflições do

paralítico (a paralisia emocional). Por isso Jesus o curou imediatamente. Jesus conhece sua dor, sua aflição, seus medos, sua paralisia física ou mental, Ele também sofreu o fardo de ser humano como eu e você. A pergunta de Jesus ainda ecoa em sua direção, basta responder ao Seu convite: "Você quer ser curado? Você quer mudar? Você quer começar uma Vida nova com Cristo?"

4) DECIDINDO: Identifique suas limitações, cargas que você tem carregado até agora. Ex: sofrimento, mágoa, falta de amor, baixa autoestima, etc. Sim! Pode ser este problemão que você está passando agora. Pare um pouco para refletir e escreva tudo o que você está passando no seu caderno. Faça isso agora. → Respire as Palavras de Jesus (lendo o verso novamente) e aceite entregar a ele todos estes fardos pesados. Ele está convidando você para aliviar as suas cargas. Decida que esta semana você vai depositar todas as suas cargas ao Senhor, pois Ele fará maravilhas em sua vida.

5) COMPARTILHANDO COM DEUS: Encerre orando e pedindo que o Senhor ajude você a mudar.

Terça-feira - Tema: Decida Aprender para Descansar

"Tomai sobre vós o meu jugo, e aprendei de mim, que sou manso e humilde de coração, e encontrareis descanso para a vossa alma". Mateus 11:29

1) ENTENDENDO: Vamos fazer a mesma atividade de ontem. Pesquise as palavras em destaque e depois reescreva o versículo com suas próprias palavras. Responda em seu caderno:

a) Qual jugo você tem carregado? **b)** Jesus dá duas características que Ele tem: manso e humilde de coração. Como você pode agir de forma mansa e humilde? **c)** Cite três coisas que você precisa descansar em Jesus.

→ Todos nós sabemos que no processo educacional só há uma perfeita aprendizagem quando há a prática do que foi ensinado, por isso é que os professores sempre passam exercícios para seus alunos com o objetivo de treiná-los para as provas. Em outras palavras, Jesus está dizendo que é preciso praticar o que temos aprendido com Ele, só assim encontraremos descanso para nossas almas. Muita gente pensa que o versículo de ontem já diz tudo, mas isto não é verdade. Precisamos entender que o "Vinde a mim" é um ato que envolve muitas coisas, entre elas, obedecer a Deus. Você lembra da história de ontem sobre o homem paralítico? Ele encarou a mudança, mas o que ele não sabia é que sua mudança acarretaria novos desafios, novas responsabilidades, um custo alto que veio nos primeiros passos de sua nova vida. Ele teve problemas com os líderes religiosos antes mesmo que tivesse tempo para jubilar-se por sua cura física e emocional. O dia em que ele foi curado era um sábado, e o homem foi apanhado carregando sua cama. Os judeus lhe disseram: "...A lei não permite que carregues a tua cama" (Jo. 5:10). Esse, sem dúvida, foi o primeiro dos muitos desafios que esse homem teve que enfrentar como resultado de sua Nova Vida. Você também terá muitos desafios, porém em cada um deles haverá novas experiências, sua confiança aumentará, seus medos serão substituídos pelo "...descanso para vossas almas."

2) MEMORIZANDO: Repita o versículo de ontem e o de hoje. () Consegui.

3) TIRANDO A LICÃO: Certa vez num Circo, havia um acrobata que fazia peripécias incríveis na corda bamba. Um dos números mais esperados era quando ele atravessava a corda de um lado para o outro pedalando uma bicicleta. Antes de iniciar seu número ele

perguntou a um jovem: “*Você acredita que posso atravessar essa corda pedalando essa bicicleta?*” O jovem prontamente respondeu: “*É claro que sim, você já fez coisas incríveis, atravessar pedalando a bicicleta não será tão difícil para você!*” “*Então venha comigo, eu levarei você no acento da bicicleta*”, disse o acrobata. “*Ah! Assim não, prefiro ficar onde estou, é mais seguro!*” Cada mudança requer muita coragem, cada novo desafio necessita de uma injeção de ânimo que só a confiança em Jesus pode dar. Fazer qualquer mudança significa abrir mão de alguma coisa que é muito familiar e confortável. Você está disposto a aprender mais de Jesus? Está disposto a começar a praticar sua Nova Vida? Lembre-se, Jesus fez muitos milagres não para mostrar Seu poder, mas para mostrar compaixão pela alma humana. Ele está sempre disposto a dar *descanso para vossas almas*, basta você dedicar-se em praticar a Palavra de Deus – “*aprendei de mim*”.

4) DECIDINDO: Vimos que para termos descanso para nossas almas temos que aceitar o “vinde” de Jesus, tomar o Seu jugo e aprender d'Ele (obedecer, praticar). Então, escolha duas áreas da sua vida que vai exigir a prática do que Jesus falou. Exemplos: vou decorar tantos versículos em um mês; não vou pegar aquele dinheiro; não vou ligar para aquela pessoa; vou entregar minha oferta de amor; etc. De preferência relacione as decisões com as suas cargas.

5) COMPARTILHANDO COM DEUS: Ore ao Senhor entregando a Ele seus novos desafios (decisões). Fale com o Senhor, peça a Ele sabedoria para entender Sua Palavra, para então, pôr em prática. No final, verifique se os versículos estão bem decorados.

Quarta-feira - Tema: Decida Confiar para Viver

“Porque o meu jugo é suave, e o meu fardo é leve”. Mateus 11:30

1) ENTENDENDO: Definindo a palavra: JUGO: Peça de madeira que se prende com correias ao pescoço de animais de carga, para que assim possam puxar uma carroça ou um arado. Nm. 19:2. Em sentido figurado (leia os textos): Domínio, Opressão (Gn. 27:40; Jr. 28:2; Gl. 5:1); Sofrimento (Lm. 1:14, 3:27); Obediência (Mt. 11:29-30); Aliança (2 Co. 6:14); Trabalho (Fp. 4:3). ➔ **Definindo a palavra:** FARDOS: Carga volumosa e pesada. Figuradamente (leia os textos): Pecados (Sl. 38:4); Problemas e Preocupações (Sl. 68:19); Deveres (Mt. 23:4, 11:30), a responsabilidade de cada um pela sua própria maneira de agir (Gl. 6:5). ➔ **Leia:** Em resumo, ambas as palavras representam cargas pesadas demais. Cargas que ferem, que deixam marcas, que oprimem... Porém, o fardo e o jugo de Jesus são mais leves e suaves que a plumagem de uma ave. Tudo o que Jesus fez por nós visa melhorar o nosso estado e nos tornar pessoas melhores, felizes e com a consciência tão leve como uma bolha de sabão. O Salmo 37:4 diz: *Agrada-te do SENHOR, e ele satisfará os desejos do teu coração.* Viver para agradar ao Senhor é viver confiando em Sua Palavra.

2) MEMORIZANDO: Decore os versos de hoje e repita junto com o de segunda e terça.

3) TIRANDO A LIÇÃO: A Bíblia, nosso manancial de vida, nos dá a fórmula para uma vida melhor: é só lançar sobre o Senhor a nossa culpa do passado, nosso presente ansioso e o futuro desconhecido. Todo peso e toda ansiedade estão nessas três palavras: passado, presente e futuro. Para a culpa do passado, Deus disse: “*Eu te remi*” (Is. 44:22); “*Com amor eterno te amei*” (Jr. 31:3); “*O sangue de Cristo nos purifica*

de todo pecado” (1 Jo. 1:7). Para o presente Cristo nos diz: “*Estou convosco todo os dias, até à consumação dos séculos*” (Mt. 28:20). Se aquele que carrega os fardos está conosco, então, por que devemos estar oprimidos por nossos fardos? A tradução para o francês dessa frase “*Lançando sobre ele toda nossa ansiedade*” é “*Descarregando vosso peso sobre Deus*”. Você já observou um caminhão de lixo sendo descarregado? Não adiantaria nada se tivesse de carregar a carga para sempre. O motorista simplesmente aperta um botão ou puxa uma alavanca e a carga pesada é descarregada no lugar certo. Nunca deveríamos ficar esmagados debaixo do peso da preocupação. Apertamos o botão de nossa fé, ou puxamos a alavanca da confiança, e nossas cargas são descarregadas sobre as costas daquele que disse que, com alegria, as tomaria.

➔ Alguém me contou a história de um homem que caminhava por uma estrada poeirenta carregando uma pesada mala. Para a sua surpresa um caminhão parou e mandou que ele subisse na boléia. Após alguns quilômetros o motorista do caminhão, incomodado, parou e perguntou ao carona por que ele continuava segurando a mala. Ao que ele respondeu: *O Senhor já está me levando de carona. Seria demais pedir que também levasse a minha mala.* Esta história pode até ser fictícia, mas ilustra muito bem como são muitas pessoas.

4) e 5) DECIDINDO E COMPARTILHANDO COM DEUS: Decida descarregar todo o lixo do pecado que você tem acumulado em sua vida. Pois é o que nos impede de crescer em Deus. Decida ser uma pessoa diferente, limpa e cheia de alegria. Ore a Deus dizendo que confia nEle para ser forte o suficiente para livrar-se das cargas de lixo de sua vida.

Quinta-feira - Tema: Decida Aliviar sua Alma

“A lei do Senhor é perfeita, e refrigera a alma; o testemunho do Senhor é fiel, e dá sabedoria aos simples.” Salmos 19:7

1) ENTENDENDO: Leia o versículo de hoje na versão Viva da Bíblia e escreva em seu caderno a sua versão desse versículo. ➔ Agora leia novamente o versículo trocando a palavra *refrigera* por *alivia*. ➔ Em nossa igreja sempre enfatizamos a necessidade e a importância da meditação. O texto acima fala de refrigério e sabedoria para os simples, ou seja, para os que buscam o Senhor e meditam em Sua Palavra. ➔ Leia as referências e escreva em seu caderno o que você aprendeu em cada uma: Sl. 1:1-2, 49:3, 111:10, 119:1.

➔ Por que muitas pessoas carregam cargas pesadas e parecem nunca encontrar descanso, alívio e refrigério para suas almas? É porque não refrigeram a alma na lei do Senhor! O acúmulo de cargas acontece quando há trocas de valores, por exemplo: troca a hora de meditar por hora do filme ou série, ir à igreja por ir ao clube ou uma atividade qualquer, etc. A Palavra de Deus é o melhor que um cobertor quente em dia de frio; que o afago de uma mão para afastar a solidão de um filho... A Palavra de Deus sempre vai nos trazer refrigério e alívio. A meditação tem sido prioridade para você?

2) MEMORIZANDO: Decore os versos de hoje e repita de segunda até hoje.

3) TIRANDO A LIÇÃO: Um jovem imigrante irlandês, Joseph Scriven (1820-1886), estava profundamente enamorado de uma jovem senhora, e seus planos de casamento estavam prontos. Não muito antes do dia do casamento, contudo, ela se afogou. Por meses, Scriven ficou amargurado, em completo desespero. Por fim, ele se voltou para

Cristo e, por sua graça, encontrou paz e conforto. Desta experiência ele escreveu um hino familiar que tem trazido consolo para milhões de corações doloridos: “Que amigo temos em Jesus! Todos os nossos pecados e dores ele carregou”. Algumas vezes, nosso caminho está sob a luz do Sol. Foi assim para Joseph Scriven quando se aproximava do dia do casamento. Mas, como ele, podemos descobrir que nosso caminho também nos leva através das sombras escuras da pedra, dos desapontamentos e da tristeza. Em ocasiões assim, está em nosso poder transformar os sofrimentos e cargas, em oportunidades para nos agarrarmos firmemente com Deus e fazermos deles canais através dos quais uma esperança segura e clara pode fluir para nossas almas. Perdas nos negócios, aposentadorias que não pagam contas, perda do trabalho, inflação, enfermidades que nos prostram, filhos que se rebelam, problemas que não sabemos nem a sua origem – tudo se transforma em benção para aqueles que por elas se tornam menos apegados à terra e mais apegados a Deus. Confie em Deus com uma dependência de criança e nenhuma tribulação poderá destruí-lo, nenhuma carga poderá esmagá-lo. Mesmo na hora mais escura da morte, quando sua carne e seu coração desfalecem, você poderá, em paz, depender d'Ele que é “A fortaleza do meu coração e a minha porção para sempre”. (Sl. 73.26). → Leia em voz alta o Salmo 23, enfatizando o verso 4. → Lembre-se: a Palavra de Deus é o melhor refrigerio. Quando tiver em dificuldade, procure-a. Se não souber como, peça ajuda de um amigo ou pastor. A Palavra de Deus sempre vai ter solução para os seus problemas e ainda vai te trazer refrigerio e segurança, além de muita, muita sabedoria mesmo.

4) e 5) DECIDINDO E COMPARTILHANDO COM DEUS: Pare, Pense, Decida e ore: Independente do problema, a solução sempre será a mesma – Jesus, Bíblia, Meditação e Oração. Voltar-se para Deus é o único meio de você encontrar refrigerio para sua alma. Decida dedicar-se ao estudo da Palavra de Deus de um jeito que Satanás não possa encontrar espaço para sobrecarregar sua vida. A partir de hoje vou dedicar (tantas horas) por semana, fora os dias de estudos na igreja, para o estudo da Palavra de Deus. Se quiser faça outra decisão. Encerre orando e entregando a Deus suas decisões.

Sexta-feira - Tema: Decida Esperar para Fortalecer

"Mas os que esperam no Senhor renovarão as suas forças; subirão com asas como águias; correrão, e não se cansarão; andarão, e não se fatigarão." Isaías 40:31

1) ENTENDENDO: Todos os homens são fracos, até mesmo os jovens, a quem atribuímos energia e força ilimitada. Mas os que esperam no Senhor, e estão em comunhão com Ele, a despeito de todas as dificuldades, obterão algo da força divina. Aqueles que dependem do Senhor até com idade avançada tem suas forças renovadas. Deus é fonte inesgotável de força! Esperar no Senhor é uma forma de exercer fé. O salmista não se cansava em dizer: "Eu te amo, ó Senhor, força minha". (Sl. 18:1). Pesquise 2 personagens bíblicos que renovaram suas forças no Senhor e o que aprendeu com eles. → O Senhor tem sido sua força, seu treinador pessoal, que fortalece seus ombros, seu melhor amigo, aquele que corre junto de você enquanto compartilham segredos apreciando a paisagem? Você pode dizer palavras do Sl. 18:2 (leia)? Ter confiança no Senhor é viver numa nova perspectiva de vida, numa dimensão maior onde você pode olhar para as dificuldades da vida e ainda assim tirar grandes lições.

2) MEMORIZANDO: Encerre a semana bem. Memorize de hoje e revise da semana.

3) TIRANDO A LICÃO: Um dos maiores exemplos da Bíblia que demonstra a decisão de esperar para fortalecer se encontra em 2 Samuel. O rei Davi foi traído por seu próprio filho Absalão (2 Samuel 15). Davi não lutou contra seu filho, ele apenas esperou no Senhor e escreveu o Salmo 3 (pausa para leitura). Em nenhum momento Davi perguntou a Deus “Por que eu?”. Ele esperou e se fortaleceu em Deus! Em certos momentos ficou em cavernas se fortalecendo em Deus. Em meio à tribulação deveríamos perguntar “O que Ele quer me ensinar com essa situação?” Talvez seja simplesmente para aproximar você novamente d'Ele. Talvez para mostrar que, mesmo com tantas dificuldades você tem que ser uma pessoa alegre e paciente. Paulo, o apóstolo, sabia muito bem o que é sofrer o fardo do pecado, ele disse: "Miserável homem que eu sou! Quem me livrará do corpo desta morte?" (Rm. 7:24). Havia uma prática antiga para punir um criminoso, em que o assassino era amarrado face a face e membro a membro com a sua vítima. Até que, através do horror desse estado, o próprio assassino morria. O pecado para Paulo era como esse fardo de gente morta preso em seu corpo, o qual o fazia morrer também. Mesmo assim, Paulo conseguia dizer: "Alegrai-vos na esperança, sede pacientes na tribulação, perseverem na oração; (Rm. 12:12). Não desista. Continue firme amando o Senhor, pois ele alegrará seu coração e renovará as suas forças. → Leia o Salmo 40 em voz alta. → *Refleta mais um pouco:* Quando eu estava fazendo esta meditação minha vida estava cheia de problemas; sem dinheiro para faculdade, para o acampamento da igreja e sem nenhuma perspectiva de emprego. De repente me veio o pensamento: “não posso escrever sobre 'fardos' se não estiver praticando aquilo que anuncio, ou seja, a confiança em Deus!” No mesmo instante parei de escrever, refleti sobre cada meditação e, finalmente, decidi confiar meus fardos ao Senhor. Nesse mesmo dia consegui um trabalho, em poucos dias recebi uma proposta melhor no mesmo ambiente de trabalho, recebi um adiantamento para pagar a faculdade, e como se não bastasse, ainda pude pagar o acampamento com a ajuda de um amigo. Seja você também o exemplo vivo do que Deus ainda faz na vida daqueles que O amam. *"Como está escrito: As coisas que olhos não viram, nem ouvidos ouviram, nem penetraram o coração do homem, são as que Deus preparou para os que o amam."* (1 Coríntios 2:9). Ame ao Senhor com o vigor de uma águia.

4) e 5) DECIDINDO E COMPARTILHANDO COM DEUS: Decida confiar no Senhor! Fale para Ele agora todos os seus fardos – faça uma lista. Entregue-os a Deus. Se sentir vontade, chore, suplique, mas diga ao Senhor que confia n'Ele. Lembre-se, não há outro caminho melhor, não há outro Pai melhor, não há quem te ame tanto. Deus é maior que qualquer um desses problemas! Confie n'Ele! Experimente o conforto dos braços do Pai. Busque em Sua Palavra a força do poder de Deus, e nunca mais seja a mesma pessoa, pois grandes coisas o Senhor vai fazer através de seu testemunho. Louve a Deus pelo privilégio de estar sendo quebrantado (a) por Ele. Pois assim serás uma pessoa melhor e mais próxima do Criador. Ouça o louvor ESPERA EM DEUS de Daniel Lüdtke no link: <https://www.youtube.com/watch?v=AQffaP4HWKE>