

## IV. Meditando

“Cientistas testaram o grau de insegurança e comportamento dos cordeiros que recebiam choques elétricos. Primeiro, colocaram um dos cordeiros sozinho, no meio do redil, e lhe deram um pequeno choque elétrico. Ele correu para um dos lados recebendo outra pequena descarga elétrica. O animal procurou o outro lado, e também recebeu outra descarga.

Então, sem ter para onde ir, o animalzinho foi para o centro do redil e ali, tremendo de medo, ficou paralisado, apesar de não continuar recebendo choques. O pesquisador concluiu que o animal, não tendo para onde correr, pois os choques estavam em toda parte, ficou ali, completamente vencido emocionalmente, cheio de ansiedade e tensão. Seus nervos fraquejaram.

O pesquisador tomou o irmão gêmeo deste cordeiro e o colocou no aprisco. Desta vez, colocou a mãe do cordeirinho com ele. Deu-lhe então um choque. Como o outro cordeirinho, ele também correu, não para o lado, mas para a sua mãe e aconchegou-se o mais próximo possível dela. Sentiu-se tão seguro e tranqüilo que logo deixou a mãe e foi correr de novo. De novo recebeu outra descarga elétrica, e novamente correu para a mãe, para logo recompor-se e voltar a correr. Não tinha medo de voltar ao lugar onde recebera os choques.

Prossequindo na experiência, o pesquisador pôde observar que os choques já não incomodavam mais o cordeirinho. Ele não demonstrou nenhum dos sintomas de nervosismo, tensão, medo e ansiedade que seu irmão havia demonstrado nas mesmas circunstâncias.”

### Lucas 12:32

“Não temas, ó pequeno rebanho! porque a vosso Pai agradou dar-vos o reino.”

O que precisamos, portanto, é saber que temos a quem recorrer, e confiar que estará sempre ali, pronto a nos receber e acolher, independente do que tenhamos feito ou pelo que estejamos passando.

## “Convite a Depender de Deus”

Adaptação: Delman Falcão e José Moura

Fonte: Pr. Cícero Gama

### Introdução

Ultimamente, como você tem se sentido no aspecto emocional ?

- [ ] Sinto-me como um relógio sem corda, acabando o ânimo de viver
- [ ] Sinto-me como uma laranja espremida, estou no bagaço
- [ ] Sinto-me como uma ovelha exausta, não tenho forças para ficar em pé
- [ ] Sinto-me em paz e tranqüilo, estou gozando de descanso interior
- [ ] Sinto-me como um carro sem freio, não consigo parar
- [ ] Sinto-me como uma bomba atômica, pronta para explodir

Encontramos na Bíblia e ao nosso redor evidências de um Deus que nos ama e nos torna alvos supremos de Seus cuidados, entre todas as coisas. Se realmente cremos nisso não podemos sair por aí imaginando que estamos sozinhos e que não teremos condições de vencer as dificuldades. Se isso acontece, o problema talvez esteja no fato de que estamos depositando nossas fichas no lugar errado.

## I. O Que a Bíblia Diz

### S. Mateus 6:25 e 26

“<sup>25</sup> Por isso vos digo: Não estejais ansiosos quanto à vossa vida, pelo que haveis de comer, ou pelo que haveis de beber; nem, quanto ao vosso corpo, pelo que haveis de vestir. Não é a vida mais do que o alimento, e o corpo mais do que o vestuário?<sup>26</sup> Olhai para as aves do céu, que não semeiam, nem ceifam, nem ajuntam em celeiros; e vosso Pai celestial as alimenta. Não valeis vós muito mais do que elas?”

### Salmos 55:6 e 7

“<sup>6</sup> Pelo que eu disse: Ah! quem me dera asas como de pomba! então voaria, e encontraria descanso.<sup>7</sup> Eis que eu fugiria para longe, e pernoitaria no deserto.”

### Salmos 55:22

“<sup>22</sup> Lança o teu fardo sobre o Senhor, e ele te susterá; nunca permitirá que o justo seja abalado.”

## II. Compreendendo

**1. Como você equilibra a necessidade que temos de trabalhar para sobreviver, com a necessidade de depender do cuidado de Deus, assim como fazem as aves ?**

[a] Deixo tudo aos cuidados de Deus, cruzo os braços e fico esperando as soluções caírem do céu

[b] Resolvo aquilo que parece ser mais simples e espero a solução para as questões mais complicadas

[c] Tento resolver as questões simples e as complicadas. Se não consigo, espero a solução vir de Deus

[d] Tento resolver as questões simples e as complicadas. Se não consigo, perco as esperanças e me conformo com a situação

**2. Você já viveu uma dificuldade que tenha dado vontade de fugir para longe ? Que acharia você, se houvesse um lugar para onde pudéssemos fugir dos problemas, seria uma boa solução ?**

[a] Sim

[Não]

**3. Porque ?**

---

Não é possível fugir das cargas e perplexidades da vida. Ao lugar que fôssemos elas viriam conosco. Fugir, portanto, não é uma boa solução. Poderíamos, no máximo, estar adiando o problema, que lá na frente certamente voltaria a nos encontrar, talvez até muito maior e mais complicado do que no início.

Nessas situações devemos procurar lembrar-nos de que temos um Deus lá no céu que está disposto a nos proteger; muito mais do que isso está disposto a nos conceder a vitória. Ele também conhece a nossa natureza mais profundamente do que nós mesmos e sabe o que poderá nos ajudar a desenvolver em nós atributos de caráter semelhantes aos Seus e nos ajudar a vencer uma das mais terríveis características inerentes da natureza humana: O EGOÍSMO.

## III. Aplicando

Jesus percebeu que seus discípulos estavam cansados, e sendo ele o Bom Pastor, procurou conduzi-los ao descanso com estas palavras:

### **Marcos 6:31**

*“Ao que ele lhes disse: Vinde vós, à parte, para um lugar deserto, e descansai um pouco. Porque eram muitos os que vinham e iam, e não tinham tempo nem para comer.”*

“Precisamos ouvir individualmente Sua voz a falar ao coração. Quando todas as outras vozes silenciam e em sossego esperamos perante Ele, o silêncio da alma torna mais distinta a voz de Deus”. (DTN, pág. 363)

### **Ilustração**

Descansava Isaque Newton à sombra amiga de uma macieira, refletindo sobre as imutáveis leis que disciplinam o movimento dos planetas, quando, inesperadamente, um fruto dessa árvore caiu-lhe aos pés. Este pequeno acidente fê-lo meditar sobre a força que atrai todos os corpos para o centro da terra e, meditando, um lampejo de luz fulgiu em seu espírito, levando-o à concepção da teoria universal da gravitação.

Num momento de descanso e meditação Newton descobriu a lei da gravidade. Certamente se ele continuasse em seu laboratório obcecado na busca dos teoremas e argumentos para a construção dessa lei, ele teria ficado a ver navios. Um bom e eficiente descanso, uma boa e eficiente meditação, não seria isso também algo de que você está precisando ?

**1. Se Newton num momento de meditação e descanso descobriu a lei da gravidade, que tipo de lei podemos ser lembrados se praticarmos O DESCANSO E A MEDITAÇÃO ?**

---

---