



DEVOCIONAL: ISOLADOS, MAS NÃO SOZINHOS

REFLEXÃO: Olhando para o Invisível como um girassol se mantém sempre olhando para o sol. *Se Deus está conosco, nada nem ninguém pode estar contra nós.*

SALMO 139

139 Ó Senhor Deus, tu me examinas e me conheces. ² Sabes tudo o que faço e, de longe, conheces todos os meus pensamentos. ³ Tu me vês quando estou trabalhando e quando estou descansando; tu sabes tudo o que faço. ⁴ Antes mesmo que eu fale, tu já sabes o que vou dizer. ⁵ Estás em volta de mim, por todos os lados, e me proteges com o teu poder.

⁶ Eu não consigo entender como tu me conheces tão bem; o teu conhecimento é profundo demais para mim. ⁷ Aonde posso ir a fim de escapar do teu Espírito? Para onde posso fugir da tua presença? ⁸ Se eu subir ao céu, tu lá estás; se eu descer ao mundo dos mortos, lá estás também. ⁹ Se eu voar para o Oriente ou for viver nos lugares mais distantes do Ocidente, ¹⁰ ainda ali a tua mão me guia, ainda ali tu me ajudas. ¹¹ Eu poderia pedir que a escuridão me escondesse e que em volta de mim a luz virasse noite; ¹² mas isso não adiantaria nada porque para ti a escuridão não é escura, e a noite é tão clara como o dia. Tu não fazes diferença entre a luz e a escuridão.

¹³ Tu criaste cada parte do meu corpo; tu me formaste na barriga da minha mãe. ¹⁴ Eu te louvo porque deves ser temido. Tudo o que fazer é maravilhoso, e eu sei disso muito bem. ¹⁵ Tu viste quando os meus ossos estavam sendo feitos, quando eu estava sendo formado na barriga da minha mãe, crescendo ali em segredo, ¹⁶ tu me viste antes de eu ter nascido. Os dias que me deste para viver foram todos escritos no teu livro quando ainda nenhum deles existia.

¹⁷ Ó Deus, como é difícil entender os teus pensamentos! E eles são tantos! ¹⁸ Se eu os contasse, seriam mais que os grãos de areia. Quando acordo, ainda estou contigo.

¹⁹ Ó Deus, como eu gostaria que tu acabasses com os maus! Gostaria que os homens violentos me deixassem em paz! ²⁰ Eles falam mal de ti; contra ti falam coisas ruins. ²¹ Ó Senhor Deus, como odeio os que te odeiam! Como desprezo os que são contra ti! ²² Eu os odeio com todas as minhas forças; eles são meus inimigos.

²³ Ó Deus, examina-me e conhece o meu coração! Prova-me e conhece os meus pensamentos. ²⁴ Vê se há em mim algum pecado e guia-me pelo caminho eterno. (NTLH)

INSTRUÇÕES:

Separe alguns momentos com Deus para ler o salmo 139. Internalize as imagens que o salmo apresenta.

Preste atenção ao que o salmista diz sobre quem Deus é e sobre quem você é.

Depois de ler todo o salmo, tome um tempo para orar com os versículos 23-24. Faça as seguintes perguntas ao seu coração e a Deus, e anote em um diário, se quiser:

- Qual é o estado do meu coração?
- Onde sinto tensão em meu corpo?
- No que estou pensando?
- O que estou sentindo?
- Por quem estou preocupado?
- Que coisas deixei de fazer ao entrar nesse tempo de isolamento?
- Como me sinto acerca dessas coisas que deixei de fazer ou não pude fazer?

Separe um tempo com Deus para lhe apresentar essas inquietações e pedir que ele se encontre com você no meio delas.

O que você quer dizer a Deus? O que Deus quer dizer a você?

AQUI TRAGO ALGUMAS SUGESTÕES PARA REFLETIR DURANTE ESSE TEMPO ISOLADO EM CASA:

Observação: tenha a liberdade de fazer as mudanças que considere pertinentes.

- ❖ Como podemos começar e terminar cada dia? Que tipo de rotina podemos incorporar nesses dias?
- ❖ Se você tem trabalho para fazer, quando o fará e onde?
- ❖ Como separará tempo para recreação e descanso?
- ❖ Quando e como fará exercícios e cuidará do seu corpo?
- ❖ Que tipo de pausas em seu dia recordarão você da presença de Deus, além das reflexões e da oração?
- ❖ Como você pode se aproximar intencionalmente de outras pessoas?
- ❖ Se você tem os filhos consigo, como podem passar tempo juntos? E como você pode passar tempo a sós?
- ❖ Você conhece outras pessoas isoladas que podem conectar-se a você? Se sim, quando e como (Zoom, Skype, WhatsApp)?
- ❖ Que limites você gostaria de estabelecer à tecnologia, à mídia e às redes sociais durante esse tempo?

O Senhor, o Rei e Salvador de Israel, o Deus Todo-Poderoso, diz: “Eu sou o primeiro e o último, além de mim não há outro deus. Haverá outro que seja igual a mim? Pois que venha à minha presença, apresente as suas razões e prove que está dizendo a verdade. Quem anunciou tudo o que ia acontecer? Já houve alguém que desde o princípio sempre pudesse contar as coisas do futuro? Meu povo, **NÃO TENHA MEDO**, não fique apavorado! Não é verdade que desde o princípio eu sempre anunciei o que ia acontecer? Vocês são minhas testemunhas de que isso é verdade. Será que há outro deus além de mim? Não! Não existe outro protetor; eu não conheço nenhum.” (Isaías 44.6-8)

Maritza Hidalgo R., Educadora e Coach
(Redigido do isolamento a convite)