

VOLTA, MINHA ALMA, AO TEU SOSSEGO



Salmo 116:7



Aquieta Minh'Alma" - Ministério Zoe

AUTOR: Pr Natanael Lima • ADAPTAÇÃO: Pb Fernando Alencar • PALAVRA CHAVE: CONFIANÇA



PERGUNTA QUEBRA-GELO

Se você pudesse voltar a um dia da sua vida para reviver um momento bom, qual escolheria?

Objetivo da pergunta: Levar o grupo a recordar experiências marcantes e perceber como boas lembranças podem renovar nossa perspectiva diante dos desafios de hoje.



CARTA DO GCEU

INTRODUÇÃO

Você já deitou o corpo na cama, mas a alma continuou andando? O corpo está no quarto, mas a mente está no problema. O corpo está deitado, mas o coração está agitado, tentando resolver amanhã. Os olhos estão fechados, mas, por dentro, há perguntas abertas. Há pessoas fisicamente cansadas porque estão **emocionalmente sobrecarregadas**. O Salmo 116 nasce nesse ambiente. O salmista fala de laços de morte, angústia, tristeza, lágrimas e aflição, mas, no meio de tudo isso, começa uma conversa consigo mesmo: **"Volta, minha alma, ao teu sossego..."**

Observe que ele não diz: "Volta, problema, para longe de mim", mas **"Volta, minha alma, ao teu sossego."** Talvez as circunstâncias ainda não tenham mudado, mas algo pode mudar dentro de nós. E ele apresenta a razão: **"Pois o SENHOR tem sido generoso para contigo."** Aqui está o segredo: **o salmista combate a ansiedade do presente lembrando-se da generosidade de Deus no passado.**

PARE PARA PENSAR

Quando você foca nos problemas ocupando a sua alma com eles. Você consegue lembrar de tudo que Deus já fez?

VAMOS APRENDER A AQUIETAR A ALMA, CONFIAR NA PRESENÇA DE DEUS E DESCANSAR EM SUA GENEROSIDADE:

1) UMA ALMA AGITADA PRECISA SE LEMBRAR DE QUEM DEUS É - PARA LEITURA SALMO 116:7 E SALMO 42:5

Para conversar: O que tem tirado sua paz e como a Palavra de Deus pode ajudá-lo a enfrentar isso?

É como se o salmista estivesse pregando para si mesmo. Há momentos em que precisamos parar de ouvir nossa alma e começar a falar com ela, lembrando que Deus continua sendo fiel, que não estamos sozinhos e que sua graça nos basta. Nem tudo o que nossa alma sente corresponde àquilo que Deus disse. Por isso, precisamos colocar nossos sentimentos diante da Palavra e trazer nossa alma de volta ao lugar de confiança, sem permitir que o medo do amanhã, as lembranças dolorosas de ontem ou as preocupações com aquilo que não podemos controlar dominem nosso coração.

2) O SOSSEGO NÃO VEM DA AUSÊNCIA DE PROBLEMAS, MAS DA PRESENÇA DE DEUS - PARA LEITURA JOÃO 16:33

Para conversar: Como você pode confiar mais em Deus quando enfrenta uma situação difícil?

Sossego não significa ausência de batalha, mas possuir paz no meio dela. Jesus não prometeu uma vida sem tempestades, mas nos ensinou que podemos ter bom ânimo porque Ele venceu o mundo. Assim como aconteceu com os discípulos no barco, podemos enfrentar situações que parecem fugir do nosso controle, mas precisamos nos lembrar de quem está conosco. A paz não é determinada apenas pelo que acontece ao nosso redor, mas por quem governa dentro de nós. Fé não é acreditar que nenhuma tempestade virá, mas descansar sabendo quem está conosco quando ela chegar.

3) A MEMÓRIA DA GENEROSIDADE DE DEUS CURA A ANSIEDADE DA ALMA - PARA LEITURA SALMO 116:8 E ROMANOS 8:32

Para conversar: O que Deus já fez por você que pode ajudá-lo a confiar nele hoje?

O salmista olha para trás e se lembra de como Deus preservou sua vida, enxugou suas lágrimas e sustentou seus passos. Muitas vezes, ficamos tão preocupados com aquilo que ainda não aconteceu que nos esquecemos de agradecer por tudo o que Deus já fez. Essa generosidade foi revelada de maneira suprema em Jesus, pois Deus não nos deu apenas alguma coisa, mas nos deu seu próprio Filho para nos salvar. Se Deus já demonstrou tamanho amor por nós na cruz, podemos confiar que não fomos abandonados. Não descansamos porque controlamos tudo, mas porque conhecemos Aquele que entregou tudo por nós.

Aplicação pessoal: Lembre-se de algo que Deus já fez por você e agradeça a Ele, renovando sua confiança para enfrentar as preocupações de hoje.

CONCLUSÃO

Somos generosos porque fomos alcançados pela generosidade de Deus, por isso uma igreja alcançada pela graça deve ser uma igreja de mãos abertas. Mãos abertas para repartir recursos. Casa aberta para receber pessoas. Coração aberto para perdoar.



SGPG

O QR Code abaixo leva ao nosso Sistema de Gerenciamento de Pequenos Grupos (SGPG).

Por lá, você pode cadastrar novos membros ou registrar a lista de chamada.

