

SABEDORIA PARA VENCER

Conselhos bíblicos para os desafios da vida

Para: _____

De: _____

PROJETO GRÁFICO: EDITORA IMPETUS LTDA.

EDITORAÇÃO ELETRÔNICA: EDITORA IMPETUS LTDA.

REVISÃO DE PORTUGUÊS (ARTIGOS): CARMEM BECKER

CAPA: ROVAN BERTO

IMPRESSÃO E ENCADERNAÇÃO: PROL EDITORA GRÁFICA

TEXTO BÍBLICO: BÍBLICA BRASIL (ANTERIORMENTE SBI/STL BRASIL)

LIVRO GRATUITO: não pode ser vendido.

Informações:

www.williamdouglas.com.br

www.impetus.com.br

Redes:

 /site_wd

 /PaginaWilliamDouglas

 /sitewilliamdouglas

Prezado(a) Amigo(a),

Este livro é um presente para você. Nele separei alguns dos trechos que mais ajudaram em minha jornada. A maior parte foi extraída da Bíblia, livro que mudou a minha vida, minha forma de entender o mundo e minhas perspectivas. Ela traz lições muito úteis para a vida pessoal, profissional, financeira e emocional, onde você poderá encontrar poder, sabedoria e orientação para o cotidiano e para buscar sua realização e felicidade.

Este livro é gratuito, uma forma de agradecer pelo bem que recebi. Ele tem várias partes, todas autônomas:

- 1) dicas sobre “**Onde encontrar auxílio, quando...**” (p. 1);
- 2) **Salmos** escolhidos (p. 47);
- 3) o livro de **Provérbios**, que condensa a sabedoria do Rei Salomão (p. 77);
- 4) **orações** que contêm mensagens de grande sabedoria (p. 117);
- 5) **textos interessantes** retirados da Bíblia e de outros autores (p. 123);
- 6) **artigos** de minha autoria, que abordam diferentes situações e onde passo um pouco da minha experiência (p. 141);
- 7) breves explicações sobre a Bíblia e o resumo de sua mensagem (p. 173).

Se quiser ler mais sobre estes temas, visite minha página pessoal, www.williamdouglas.com.br e/ou minhas redes sociais.

Espero que você goste deste presente.

Com votos de saúde, paz e felicidade, e fraternalmente,

William Douglas





SUMÁRIO

1 – ONDE ENCONTRAR AUXÍLIO, QUANDO.....1

O que a Bíblia fala sobre os problemas naturais da vida. Aqui você também encontrará referências a alguns Salmos e aos artigos na Parte 6.

2 – SALMOS ESCOLHIDOS.....47

Nota: a lista de Salmos dividida por tema está disponível na Parte I deste livro.

3 – O LIVRO DE PROVÉRBIOS77

Um excelente manual de vida, estudo, trabalho, relacionamentos e vida profissional/financeira.

4 – AS ORAÇÕES MAIS INSPIRADAS DE TODOS OS TEMPOS... 117

Orações famosas. Manifestações de atitude e fé.

5 – TEXTOS INTERESSANTES123

Textos bíblicos famosos e outros

6 – ARTIGOS.....141

Temas que considero interessantes e importantes para o sucesso, bem estar e qualidade de vida.

7 – TEXTOS DE APOIO173

Breves explicações sobre a Bíblia, o resumo de sua mensagem, as chamadas “4 Leis Espirituais”, a importância da comunhão na igreja e uma lição de “como orar”.

Onde encontrar auxílio, quando...

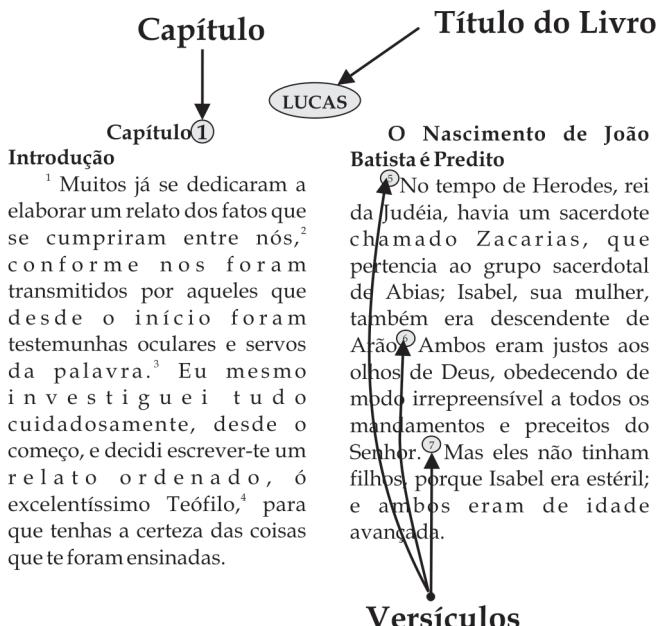
Agradecido	4
Amargurado ou crítico	4
Ameaçado de infortúnio.....	5
Angustiado	6
Ansioso	8
Ausentando-se do lar / Viajando.....	9
Cansado.....	9
Com problemas na justiça	10
Contrito.....	11
Culpado	12
Deprimido	12
Desanimado	13
Desempregado	13
Desencorajado	14
Desviado.....	16
Dificuldade para perdoar (dar/receber).....	16
Em dificuldades.....	17
Em dúvida.....	18
Em momento de decisão	21
Em perigo.....	22
Enfermo ou na dor.....	22
Enfrentando preconceitos.....	22
Enfrentando vícios.....	22
Entre sucesso e pobreza	23
Falta de fé.....	23
Falta confiança.....	23
Faltam os amigos	23

Honestade	24
Lidando com hipocrisia/mentiras	25
Líder	25
Morte	25
a) Enfrentando a morte	25
b) Medo da morte	26
Necessitando de orientação	26
Necessitando de paz	28
Necessitando da proteção de Deus	30
Necessitando de regras para viver.....	31
Passando por sofrimento ou perseguição	34
Perdido.....	34
Precisa controlar a língua.....	34
Precisa controlar o temperamento	35
Precisa de perdão (dar/receber)	35
Precisa dominar o orgulho / Vaidade	35
Preocupado	36
Quer descobrir a vontade de Deus	37
Receoso	38
Sente-se desamparado	39
Sentir inveja	39
Sozinho	39
Tentado	40
Triste	41
Vencido	42
Vingativo.....	42
Vida profissional	42

Como localizar um texto na Bíblia

Por exemplo: se está escrito **Lucas 1:5,7**, o texto indicado é o livro de Lucas, Capítulo 1, versículos de 5 a 7.

Os Capítulos têm números maiores e os versículos números pequenos, dentro do texto.





1

Onde encontrar auxílio, quando...



Separei textos para momentos difíceis pelos quais passamos. Há um índice alfabético específico, no verso desta página, com problemas naturais da vida e o que a Bíblia fala sobre eles. Aqui você também encontrará meus Salmos prediletos e referências aos artigos na Parte 6 deste livro (p. 141).

Observação: os textos estão transcritos logo após o verbete.

Onde encontrar auxílio, quando...

Agradecido	4
Amargurado ou crítico	4
Ameaçado de infortúnio.....	5
Angustiado	6
Ansioso	8
Ausentando-se do lar / Viajando.....	9
Cansado.....	9
Com problemas na justiça	10
Contrito.....	11
Culpado	12
Deprimido	12
Desanimado	13
Desempregado	13
Desencorajado	14
Desviado.....	16
Dificuldade para perdoar (dar/receber).....	16
Em dificuldades.....	17
Em dúvida.....	18
Em momento de decisão	21
Em perigo.....	22
Enfermo ou na dor.....	22
Enfrentando preconceitos.....	22
Enfrentando vícios.....	22
Entre sucesso e pobreza	23
Falta de fé.....	23
Falta confiança.....	23
Faltam os amigos	23

Honestidade	24
Lidando com hipocrisia/mentiras	25
Líder	25
Morte.....	25
a) Enfrentando a morte	25
b) Medo da morte.....	26
Necessitando de orientação	26
Necessitando de paz	28
Necessitando da proteção de Deus	30
Necessitando de regras para viver.....	31
Passando por sofrimento ou perseguição	34
Perdido.....	34
Precisa controlar a língua	35
Precisa controlar o temperamento	35
Precisa de perdão (dar/receber)	35
Precisa dominar o orgulho / Vaidade	35
Preocupado.....	36
Quer descobrir a vontade de Deus	37
Receoso	38
Sente-se desamparado	39
Sentir inveja	39
Sozinho.....	39
Tentado	40
Triste.....	41
Vencido	41
Vingativo.....	42
Vida profissional	42



ONDE ENCONTRAR AUXÍLIO, Quando...

AGRADECIDO

I Pedro 1.3

3 Bendito seja o Deus e Pai de nosso Senhor Jesus Cristo! Conforme a sua grande misericórdia, ele nos regenerou para uma esperança viva, por meio da ressurreição de Jesus Cristo dentre os mortos,

I Tessalonicenses 5.18

18 Deem graças em todas as circunstâncias, pois esta é a vontade de Deus para vocês em Cristo Jesus.

Hebreus 13.15

15 Por meio de Jesus, portanto, ofereçamos continuamente a Deus um sacrifício de louvor, que é fruto de lábios que confessam o seu nome.

Salmo 100, p. 69

Salmo 103, p. 69

Salmo 118, p. 72

Salmo 126, p. 75

Salmo 150, p. 76

Outros Salmos: 136, 138

AMARGURADO OU CRÍTICO

II Samuel 22.7

7 Na minha angústia, clamei ao Senhor; clamei ao meu Deus. Do seu templo ele ouviu a minha voz;

o meu grito de socorro chegou aos seus ouvidos.

I Samuel 30.6

6 Davi ficou profundamente angustiado, pois os homens falavam em apedrejá-lo; todos estavam amargurados por causa de seus filhos e de suas filhas. Davi, porém, fortaleceu-se no SENHOR, o seu Deus.

Hebreus 12.15

15 Cuidem que ninguém se exclua da graça de Deus; que nenhuma raiz de amargura brote e cause perturbação, contaminando muitos;

I Coríntios 13

1 Ainda que eu fale as línguas dos homens e dos anjos, se não tiver amor, serei como o sino que ressoa ou como o prato que retine.

2 Ainda que eu tenha o dom de profecia e saiba todos os mistérios e todo o conhecimento, e tenha uma fé capaz de mover montanhas, se não tiver amor, nada serei.

3 Ainda que eu dê aos pobres tudo o que possuo e entregue o meu corpo para ser queimado, se não tiver amor, nada disso me valerá.

4 O amor é paciente, o amor é bondoso. Não inveja, não se vangloria, não se orgulha.



5 Não maltrata, não procura seus interesses, não se ira facilmente, não guarda rancor.

6 O amor não se alegra com a injustiça, mas se alegra com a verdade.

7 Tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta.

8 O amor nunca perece; mas as profecias desaparecerão, as línguas cessarão, o conhecimento passará.

9 Pois em parte conhecemos e em parte profetizamos;

10 quando, porém, vier o que é perfeito, o que é imperfeito desaparecerá.

11 Quando eu era menino, falava como menino, pensava como menino e raciocinava como menino. Quando me tornei homem, deixei para trás as coisas de menino.

12 Agora, pois, vemos apenas um reflexo obscuro, como em espelho; mas, então, veremos face a face. Agora conheço em parte; então, conhecerei plenamente, da mesma forma como sou plenamente conhecido.

13 Assim, permanecem agora estes três: a fé, a esperança e o amor. O maior deles, porém, é o amor.

AMEAÇADO DE INFORTÚNIO

Lucas 8.22,25

22 Certo dia Jesus disse aos seus discípulos: "Vamos para o outro lado do lago". Eles entraram num barco e partiram.

23 Enquanto navegavam, ele adormeceu. Abateu-se sobre o lago um forte vendaval, de modo que o barco estava sendo inundado, e eles corriam grande perigo.

24 Os discípulos foram acordá-lo, clamando: "Mestre, Mestre, vamos morrer!" Ele se levantou e repreendeu o vento e a violência das águas; tudo se acalmou e ficou tranquilo.

25 "Onde está a sua fé?", perguntou ele aos seus discípulos. Amedrontados e admirados, eles perguntaram uns aos outros: "Quem é este que até aos ventos e às águas dá ordens, e eles lhe obedecem?"

Habacuque 3.17,18

17 Mesmo não florescendo a figueira, e não havendo uvas nas videiras, mesmo falhando a safra de azeitonas, não havendo produção de alimento nas lavouras, nem ovelhas no curral nem bois nos estábulos, 18 ainda assim eu exultarei no SENHOR e me alegrarei no Deus da minha salvação.

Provérbios 13.21

21 O infortúnio persegue o pecador, mas a prosperidade é a recompensa do justo.

II Crônicas 20.12

12 Ah! Nosso Deus, porventura não os julgarás? Porque em nós não há força perante esta grande multidão que vem contra nós, e não sabemos



6 • Onde encontrar auxílio quando...

o que faremos; porém os nossos olhos estão postos em ti.

Salmo 91, p. 69

Salmo 118.5,9, p. 72

Outros Salmos: 3, 11, 17

apenas minhas. Ao contrário, o Pai, que vive em mim, está realizando a sua obra.

11 Creiam em mim quando digo que estou no Pai e que o Pai está em mim; ou pelo menos creiam por causa das mesmas obras.

12 Digo-lhes a verdade: Aquele que crê em mim fará também as obras que tenho realizado. Fará coisas ainda maiores do que estas, porque eu estou indo para o Pai.

13 E eu farei o que vocês pedirem em meu nome, para que o Pai seja glorificado no Filho.

14 O que vocês pedirem em meu nome, eu farei.

15 Se vocês me amam, obedecerão aos meus mandamentos.

16 E eu pedirei ao Pai, e ele lhes dará outro Conselheiro para estar com vocês para sempre,

17 o Espírito da verdade. O mundo não pode recebê-lo, porque não o vê nem o conhece. Mas vocês o conhecem, pois ele vive com vocês e estará em vocês.

18 Não os deixarei órfãos; voltarei para vocês.

ANGUSTIADO

Mateus 5.4

4 Bem-aventurados os que choram pois serão consolados.

João 14.1 e João 14.5,18

1 “Não se perturbe o coração de vocês. Creiam em Deus; creiam também em mim.

5 Disse-lhe Tomé: “Senhor, não sabemos para onde vais; como então podemos saber o caminho?”

6 Respondeu Jesus: “Eu sou o caminho, a verdade e a vida. Ninguém vem ao Pai, a não ser por mim.

7 Se vocês realmente me conhecesssem, conheceriam também o meu Pai. Já agora vocês o conhecem e o têm visto”.

8 Disse Filipe: “Senhor, mostra-nos o Pai, e isso nos basta”.

9 Jesus respondeu: “Você não me conhece, Filipe, mesmo depois de eu ter estado com vocês durante tanto tempo? Quem me vê, vê o Pai. Como você pode dizer: ‘Mostra-nos o Pai’?

10 Você não crê que eu estou no Pai e que o Pai está em mim? As palavras que eu lhes digo não são

II Coríntios 1.3,4

3 Bendito seja o Deus e Pai de nosso Senhor Jesus Cristo, Pai das misericórdias e Deus de toda consolação,

4 que nos consola em todas as nossas tribulações, para que, com a consolação que recebemos de Deus, possamos consolar os que estão passando por tribulações.



I Tessalonicenses 4.13,18

13 Irmãos, não queremos que vocês sejam ignorantes quanto aos que dormem, para que não se entristeçam como os outros que não têm esperança.

14 Se cremos que Jesus morreu e ressurgiu, cremos também que Deus trará, mediante Jesus e com ele, aqueles que nele dormiram.

15 Dizemos a vocês, pela palavra do SENHOR, que nós, os que estivermos vivos, os que ficarmos até a vinda do SENHOR, certamente não precederemos os que dormem. 16 Pois, dada a ordem, com a voz do anjo e o ressoar da trombeta de Deus, o próprio Senhor descerá dos céus, e os mortos em Cristo ressuscitarão primeiro.

17 Depois nós, os que estivermos vivos seremos arrebatados com eles nas nuvens, para o encontro com o Senhor nos ares. E assim estaremos com o Senhor para sempre.

18 Consolem-se uns aos outros com essas palavras.

II Crônicas 20.12

12 Ó Nosso Deus, não irá Tu julgá-los? Pois não temos força para enfrentar esse exército imenso que está nos atacando. Não sabemos o que fazer, mas os nossos olhos se voltam para Ti".

II Samuel 22.7

7 Na minha angústia, clamei ao SENHOR; clamei ao meu Deus. Do seu templo ele ouviu a minha voz;

o meu grito de socorro chegou aos seus ouvidos.

II Coríntios 12.10

10 Por isso, por amor de Cristo, regozijo-me nas fraquezas, nos insultos, nas necessidades, nas perseguições, nas angústias. Pois, quando sou fraco é que sou forte.

Salmo 77.2,3

2 Quando estou angustiado, busco o SENHOR; de noite estendo as mãos sem cessar; a minha alma está inconsolável!

3 Lembro-me de ti, ó Deus, e suspiro; começo a meditar, e o meu espírito desfalece.

Salmo 86.7

7 No dia da minha angústia clamarei a ti, pois tu me responderás.

Salmo 22, p. 54

Salmo 42, p. 63

Salmo 51, p. 64

Salmo 69, p. 66

Outros Salmos: 88, 142

ANSIOSO

Filipenses 4.6

6 Não andem ansiosos por coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplicas, e com ação de graças, apresentem seus pedidos a Deus.

Mateus 6.25,34

25 Portanto eu lhes digo: Não se preocupem com sua própria vida, quanto ao que comer ou beber; nem com seu próprio corpo, quanto ao que vestir. Não é a vida mais importante que a comida, e o corpo mais importante que a roupa?

26 Observem as aves do céu: não semeiam nem colhem nem armazenam em celeiros; contudo, o Pai celestial as alimenta. Não têm vocês muito mais valor do que elas?

27 Quem de vocês, por mais que se preocupe, pode acrescentar uma hora que seja à sua vida?

28 Por que vocês se preocupam com roupas? Vejam como crescem os lírios do campo. Eles não trabalham nem tecem.

29 Contudo, eu lhes digo que nem Salomão, em todo o seu esplendor, vestiu-se como um deles.

30 Se Deus veste assim a erva do campo, que hoje existe e amanhã é lançada ao fogo, não vestirá muito mais a vocês, homens de pequena fé?

31 Portanto, não se preocupem, dizendo: ‘Que vamos comer?’ ou ‘Que vamos beber?’ ou ‘Que vamos vestir?’

32 Pois os pagões é que correm atrás dessas coisas; mas o Pai celestial sabe que vocês precisam delas.

33 Busquem, pois, em primeiro lugar o Reino de Deus e a sua justiça, e todas essas coisas lhes serão acrescentadas.

34 Portanto, não se preocupem com o amanhã, pois o amanhã trará as

susas próprias preocupações. Basta a cada dia o seu próprio mal.”

Lucas 10.38,42

38 Caminhando Jesus e os seus discípulos, chegaram a um povoado, onde certa mulher chamada Marta o recebeu em sua casa.

39 Maria, sua irmã, ficou sentada aos pés do SENHOR, ouvindo a sua palavra.

40 Marta, porém, estava ocupada com muito serviço. E, aproximando-se dele, perguntou: “Senhor, não te importas que minha irmã tenha me deixado sozinha com o serviço? Dize-lhe que me ajude!”

41 Respondeu o SENHOR: “Marta! Marta! Você está preocupada e inquieta com muitas coisas;

42 todavia apenas uma é necessária. Maria escolheu a boa parte, e esta não lhe será tirada”.

I Pedro 5.5,7

5 Da mesma forma, jovens, sujeitem-se aos mais velhos. Sejam todos humildes uns para com os outros, porque “Deus se opõe aos orgulhosos, mas concede graça aos humildes”.

6 Portanto, humilhem-se debaixo da poderosa mão de Deus, para que ele os exalte no tempo devido.

7 Lancem sobre ele toda a sua ansiedade, porque ele tem cuidado de vocês.



Provérbios 12.25

25 O coração ansioso deprime o homem, mas uma palavra bondosa o anima.

Salmo 27, p. 57

Salmo 37, p. 60

Salmo 46, p. 63

Salmo 100.3, p. 69

Outros Salmos: 13, 40

fuga; pois o SENHOR irá à frente de vocês; o Deus de Israel será a sua retaguarda.

Salmo 1, p. 49

Salmo 15, p. 51

Salmo 19, p. 53

Salmo 32, p. 58

Salmo 91, p. 69

Salmo 121, p. 74

Outros Salmos: 3, 5, 12, 48

AUSENTANDO-SE DO LAR / VIAJANDO

Mateus 10.16,20

16 Eu os estou enviando como ovelhas entre lobos. Portanto, sejam astutos como as serpentes e sem malícia como as pombas.

17 Tenham cuidado, pois os homens os entregaráo aos tribunais e os açoitarão nas sinagogas deles.

18 Por minha causa vocês serão levados à presença de governadores e reis como testemunhas a eles e aos gentios.

19 Mas quando os prenderem, não se preocupem quanto ao que dizer, ou como dizê-lo. Naquela hora lhes será dado o que dizer,

20 pois não serão vocês que estarão falando, mas o Espírito do Pai de vocês falará por intermédio de vocês.

Isaías 52.12

12 Mas vocês não partirão apressadamente, nem sairão em

CANSADO

Mateus 11.28,30

28 “Venham a mim, todos os que estão cansados e sobrecarregados, e eu lhes darei descanso.

29 Tomem sobre vocês o meu jugo e aprendam de mim, pois sou manso e humilde de coração, e vocês encontrarão descanso para as suas almas.

30 Pois o meu jugo é suave e o meu fardo é leve.”

I Coríntios 15.58

58 Portanto, meus amados irmãos, mantenham-se firmes, e que nada os abale. Sejam sempre dedicados à obra do SENHOR, pois vocês sabem que, no SENHOR, o trabalho de vocês não será inútil.

Gálatas 6.9,10

9 E não nos cansemos de fazer o bem, pois no tempo próprio colheremos, se não desanimarmos.



10 Portanto, enquanto temos oportunidade, façamos o bem a todos, especialmente aos da família da fé.

Isaías 40.28,31

28 Será que você não sabe? Nunca ouviu falar? O SENHOR é o Deus eterno, o Criador de toda a terra. Ele não se cansa nem fica exausto; sua sabedoria é insondável.

29 Ele fortalece o cansado e dá grande vigor ao que está sem forças.

30 Até os jovens se cansam e ficam exaustos, e os moços tropeçam e caem;

31 mas aqueles que esperam no SENHOR renovam as suas forças.

Voam alto como águias; correm e não ficam exaustos, andam e não se cansam.

Salmo 126.5,6

5 Aqueles que semeiam com lágrimas, com cantos de alegria colherão.

6 Aquele que sai chorando enquanto lança a semente, voltará com cantos de alegria, trazendo os seus feixes.

Salmo 6, p. 49

Salmo 23, p. 55

Salmo 27, p. 57

Salmo 90, p. 68

Outros Salmos: 63

COM PROBLEMAS NA JUSTIÇA

Lucas 18.1,8

1 Então Jesus contou aos seus discípulos uma parábola, para

mostrar-lhes que eles deviam orar sempre e nunca desanimar.

2 Ele disse: Em certa cidade havia um juiz que não temia a Deus nem se importava com os homens.

3 E havia naquela cidade uma viúva que se dirigia continuamente a ele, suplicando-lhe: “Faze-me justiça contra o meu adversário”.

4 Por algum tempo ele se recusou. Mas finalmente disse a si mesmo: “Embora eu não tema a Deus e nem me importe com os homens,

5 esta viúva está me aborrecendo; vou fazer-lhe justiça para que ela não venha mais me importunar”.

6 E o SENHOR continuou: “Ouçam o que diz o juiz injusto.

7 Acaso Deus não fará justiça aos seus escolhidos, que clamam a ele dia e noite? Continuará fazendo-os esperar?

8 Eu lhes digo: Ele lhes fará justiça, e depressa. Contudo, quando o Filho do homem vier, encontrará fé na terra?”.

Lucas 12.57,59

57 “Por que vocês não julgam por si mesmos o que é justo?

58 Quando algum de vocês estiver indo com seu adversário para o magistrado, faça tudo para se reconciliar com ele no caminho; para que ele não o arraste ao juiz, o juiz o entregue ao oficial de justiça, e o oficial de justiça o jogue na prisão.

59 Eu lhe digo que você não sairá de lá enquanto não pagar o último centavo”.



Salmos 26, p. 56

Salmo 37, p. 60

Outros Salmos: 35, 120, 2, 7, 14,
58, 49, 82

CONTRITO

Lucas 11.1,13

1 Certo dia Jesus estava orando em determinado lugar. Tendo terminado, um dos seus discípulos lhe disse: “Senhor, ensina-nos a orar, como João ensinou aos discípulos dele”.

2 Ele lhes disse: “Quando vocês orarem, digam: ‘Pai! Santificado seja o teu nome. Venha o teu Reino.

3 Dá-nos cada dia o nosso pão cotidiano.

4 Perdoa-nos os nossos pecados, pois também perdoamos a todos os que nos devem. E não nos deixes cair em tentação’.”

5 Então lhes disse: “Suponham que um de vocês tenha um amigo e que recorra a ele à meia-noite e diga: ‘Amigo, empreste-me três pães,

6 porque um amigo meu chegou de viagem, e não tenho nada para lhe oferecer’.

7 E o que estiver dentro responda: ‘Não me incomode. A porta já está fechada, e eu e meus filhos já estamos deitados. Não posso me levantar e lhe dar o que me pede’.

8 Eu lhes digo: Embora ele não se levante para dar-lhe o pão por ser seu amigo, por causa da importunação se levantará e lhe dará tudo o que precisar.

9 Por isso lhes digo: Peçam, e lhes será dado; busquem, e encontrarão; batam, e a porta lhes será aberta.

10 Pois todo o que pede, recebe; o que busca, encontra; e àquele que bate, a porta será aberta.

11 Qual pai, entre vocês, se o filho lhe pedir um peixe, em lugar disso lhe dará uma cobra?

12 Ou se pedir um ovo, lhe dará um escorpião?

13 Se vocês, apesar de serem maus, sabem dar boas coisas aos seus filhos, quanto mais o Pai que está nos céus dará o Espírito Santo a quem o pedir!”

João 17.6,20

6 “Eu revelei teu nome àqueles que do mundo me deste. Eles eram teus; tu os deste a mim, e eles têm obedecido à tua palavra.

7 Agora eles sabem que tudo o que me deste vem de ti.

8 Pois eu lhes transmiti as palavras que me deste, e eles as aceitaram. Eles reconheceram de fato que vim de ti e creram que me enviaste.

9 Eu rogo por eles. Não estou rogando pelo mundo, mas por aqueles que me deste, pois são teus.

10 Tudo o que tenho é teu, e tudo o que tens é meu. E eu tenho sido glorificado por meio deles.

11 Não ficarei mais no mundo, mas eles ainda estão no mundo, e eu vou para ti. Pai santo, protege-os em teu nome, o nome que me deste, para que sejam um, assim como somos um.

12 Enquanto estava com eles, eu os protegi e os guardei no nome que me deste. Nenhum deles se



12 • Onde encontrar auxílio quando...

perdeu, a não ser aquele que estava destinado à perdição, para que se cumprisse a Escritura.

13 Agora vou para ti, mas digo estas coisas enquanto ainda estou no mundo, para que eles tenham a plenitude da minha alegria.

14 Dei-lhes a tua palavra, e o mundo os odiou, pois eles não são do mundo, como eu também não sou.

15 Não rogo que os tires do mundo, mas que os protejas do Maligno.

16 Eles não são do mundo, como eu também não sou.

17 Santifica-os na verdade; a tua palavra é a verdade.

18 Assim como me enviaste ao mundo, eu os enviei ao mundo.

19 Em favor deles eu me santifico, para que também eles sejam santificados pela verdade.

20 "Minha oração não é apenas por eles. Rogo também por aqueles que crerão em mim, por meio da mensagem deles,

21 para que todos sejam um, Pai, como tu estás em mim e eu em ti. Que eles também estejam em nós, para que o mundo creia que tu me enviaste.

22 Dei-lhes a glória que me deste, para que eles sejam um, assim como nós somos um:

23 eu neles e tu em mim. Que eles sejam levados à plena unidade, para que o mundo saiba que tu me enviaste, e os amaste como igualmente me amaste.

24 "Pai, quero que os que me deste estejam comigo onde eu estou e vejam a minha glória, a glória que

me deste porque me amaste antes da criação do mundo.

25 "Pai justo, embora o mundo não te conheça, eu te conheço, e estes sabem que me enviaste.

26 Eu os fiz conhecer o teu nome, e continuarei a fazê-lo, a fim de que o amor que tens por mim esteja neles, e eu neles esteja".

Lucas 17.3,5

3 Tomem cuidado. "Se o seu irmão pecar, repreenda-o e, se ele se arrepender, perdoe-lhe.

4 Se pecar contra você sete vezes no dia, e sete vezes voltar a você e disser: 'Estou arrependido', perdoe-lhe".

5 Os apóstolos disseram ao SENHOR: "Aumenta a nossa fé!"

Salmo 4, p. 49

Salmo 32, p. 58

Salmo 42, p. 63

Salmo 51, p. 64

CULPADO

Salmo 19, p. 53

Salmo 32, p. 58

Salmo 38, p. 61

Salmo 51, p. 64

DEPRIMIDO

Lucas 8.22,25

22 Certo dia Jesus disse aos seus discípulos: "Vamos para o outro lado



do lago". Eles entraram num barco e partiram.

23 Enquanto navegavam, ele adormeceu. Abateu-se sobre o lago um forte vendaval, de modo que o barco estava sendo inundado, e eles corriam grande perigo.

24 Os discípulos foram acordá-lo, clamando: "Mestre, Mestre, vamos morrer!" Ele se levantou e repreendeu o vento e a violência das águas; tudo se acalmou e ficou tranquilo.

25 "Onde está a sua fé?", perguntou ele aos seus discípulos. Amedrontados e admirados, eles perguntaram uns aos outros: "Quem é este que até aos ventos e às águas dá ordens, e eles lhe obedecem?"

Salmo 27, p. 57

Salmo 34, p. 59

Salmo 42, p. 63

Salmo 43, p. 63

Salmo 91, p. 69

Salmo 118.5, 9, p. 72

Outros Salmos: 88, 143

videiras, mesmo falhando a safra de azeitonas, não havendo produção de alimento nas lavouras, nem ovelhas no curral nem bois nos estabulos,

18 ainda assim eu exultarei no SENHOR e me alegra reino Deus da minha salvação.

19 O SENHOR, o Soberano, é a minha força; ele faz os meus pés como os do cervo; faz-me andar em lugares altos.

Lucas 12.22,31

22 Dirigindo-se aos seus discípulos, Jesus acrescentou: "Portanto eu lhes digo: não se preocupem com suas próprias vidas, quanto ao que comer; nem com seus próprios corpos, quanto ao que vestir.

23 A vida é mais importante do que a comida, e o corpo, mais do que as roupas.

24 Observem os pássaros: não semeiam nem colhem, não têm armazéns nem celeiros; contudo, Deus os alimenta. E vocês têm muito mais valor do que as aves!

25 Quem de vocês, por mais que se preocupe, pode acrescentar uma hora que seja à sua vida?

26 Visto que vocês não podem sequer fazer uma coisa tão pequena, por que se preocupar com o restante?

27 "Observem como crescem os lírios. Eles não trabalham nem tecem. Contudo, eu lhes digo que nem Salomão, em todo o seu esplendor, vestiu-se como um deles.

DEANIMADO

Salmo 43, p. 63

Outros Salmos: 29, 45

DESEMPREGADO

Habacuque 3.17,19

17 Mesmo não florescendo a figueira, e não havendo uvas nas

28 Se Deus veste assim a erva do campo, que hoje existe e amanhã é lançada ao fogo, quanto mais vestirá vocês, homens de pequena fé!

29 Não busquem ansiosamente o que hão de comer ou beber; não se preocupem com isso.

30 Pois o mundo pagão é que corre atrás dessas coisas; mas o Pai sabe que vocês precisam delas.

31 Busquem, pois, o Reino de Deus, e essas coisas lhes serão acrescentadas.

Salmo 16, p. 51

Salmo 18, p. 51

Salmo 23, p. 55

Salmo 27, p. 57

Salmo 37.25, p. 60

Outros Salmos: 17

32 Aquele que não poupou seu próprio Filho, mas o entregou por todos nós, como não nos dará juntamente com ele, e de graça, todas as coisas?

Josué 1.1,9

1 Depois da morte de Moisés, servo do SENHOR, disse o SENHOR a Josué, filho de Num, auxiliar de Moisés:

2 “Meu servo Moisés está morto. Agora, pois, você e todo este povo preparem-se para atravessar o rio Jordão e entrar na terra que eu estou para dar aos israelitas.

3 Como prometi a Moisés, todo lugar onde puserem os pés eu darei a vocês.

4 Seu território se estenderá do deserto ao Líbano, e do grande rio, o Eufrates, toda a terra dos hititas, até o mar Grande, no oeste.

5 Ninguém conseguirá resistir a você todos os dias da sua vida. Assim como estive com Moisés, estarei com você; nunca o deixarei, nunca o abandonarei.

6 Seja forte e corajoso, porque você conduzirá este povo para herdar a terra que prometi sob juramento aos seus antepassados.

7 Somente seja forte e muito corajoso! Tenha o cuidado de obedecer a toda a lei que o meu servo Moisés lhe ordenou; não se desvie dela, nem para a direita nem para a esquerda, para que você seja bem-sucedido por onde quer que andar.

DESENCORAJADO

Provérbios 3.26

26 Pois o SENHOR será a sua segurança e o impedirá de cair em armadilha.

Jeremias 12.5

5 Se você correu com homens e eles cansaram, como poderá competir com cavalos? Se você tropeça em terreno seguro, o que fará nos matagais junto ao Jordão?

Romanos 8.31,32

31 Que diremos, pois, diante dessas coisas? Se Deus é por nós, quem será contra nós?

8 Não deixe de falar as palavras deste Livro da Lei e de meditar nelas de dia e de noite, para que você cumpra fielmente tudo o que nele está escrito. Só então os seus caminhos prosperarão e você será bem-sucedido.

9 Não fui eu que lhe ordenei? Seja forte e corajoso! Não se apavore, nem desanime, pois o SENHOR, o seu Deus, estará com você por onde você andar".

Mateus 5.11,12

11 "Bem-aventurados serão vocês quando, por minha causa, os insultarem, os perseguirem e levantarem todo tipo de calúnia contra vocês.

12 Alegrem-se e regozijem-se, porque grande é a sua recompensa nos céus, pois da mesma forma perseguiram os profetas que viveram antes de vocês.

II Coríntios 4.8,18

8 De todos os lados somos pressionados, mas não desanimados; ficamos perplexos, mas não desesperados;

9 somos perseguidos, mas não abandonados; abatidos, mas não destruídos.

10 Trazemos sempre em nosso corpo o morrer de Jesus, para que a vida de Jesus também seja revelada em nosso corpo.

11 Pois nós, que estamos vivos, somos sempre entregues à morte por amor a Jesus, para que a sua vida também se manifeste em nosso corpo mortal.

12 De modo que em nós atua a morte; mas em vocês, a vida.

13 Está escrito: "Cri, por isso falei". Com esse mesmo espírito de fé nós também cremos e, por isso, falamos, 14 Porque sabemos que aquele que ressuscitou o Senhor Jesus dentre os mortos, também nos ressuscitará com Jesus e nos apresentará com vocês.

15 Tudo isso é para o bem de vocês, para que a graça, que está alcançando um número cada vez maior de pessoas, faça que transbordem as ações de graças para a glória de Deus.

16 Por isso não desanimamos. Embora exteriormente estejamos a desgastar-nos, interiormente estamos sendo renovados dia após dia,

17 pois os nossos sofrimentos leves e momentâneos estão produzindo para nós uma glória eterna que pesa mais do que todos eles.

18 Assim, fixamos os olhos, não naquilo que se vê, mas no que não se vê, pois o que se vê é transitório, mas o que não se vê é eterno.

Filipenses 4.4,7

4 Alegrem-se sempre no SENHOR. Novamente direi: Alegrem-se!

5 Seja a amabilidade de vocês conhecida por todos. Perto está o SENHOR.

6 Não andem ansiosos por coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplicas, e com ação de graças, apresentem seus pedidos a Deus.

7 E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará o coração e a mente de vocês em Cristo Jesus.

Salmo 6, p. 49

Salmo 18, p. 51

Salmo 23, p. 55

Salmo 55,22, p. 65

Salmo 125, p. 74

Outros Salmos: 13, 28, 29

8 Se afirmarmos que estamos sem pecado, enganamos a nós mesmos, e a verdade não está em nós.

9 Se confessarmos os nossos pecados, ele é fiel e justo para perdoar os nossos pecados e nos purificar de toda injustiça.

Tiago 5,19,20

19 Meus irmãos, se algum de vocês se desviar da verdade e alguém o trouxer de volta,

20 lembrem-se disso: Quem converte um pecador do erro do seu caminho, salvará a vida dessa pessoa e fará que muitíssimos pecados sejam perdoados.

DESVIADO

Isaías 1,18

18 “Venham, vamos refletir juntos”, diz o SENHOR. “Embora os seus pecados sejam vermelhos como escarlate, eles se tornarão brancos como a neve; embora sejam rubros como púrpura, como a lã se tornarão.

I João 1,4,9

4 Escrevemos estas coisas para que a nossa alegria seja completa.

5 Esta é a mensagem que dele ouvimos e transmitimos a vocês: Deus é luz; nele não há treva alguma.

6 Se afirmarmos que temos comunhão com ele, mas andamos nas trevas, mentimos e não praticamos a verdade.

7 Se, porém, andarmos na luz, como ele está na luz, temos comunhão uns com os outros, e o sangue de Jesus, seu Filho, nos purifica de todo pecado.

Salmo 23, p. 55

Salmo 51, p. 64

Outros Salmos: 139

DIFÍCULDADE PARA PERDOAR (DAR / RECEBER)

Mateus 6,14,15

14 Pois se perdoarem as ofensas uns dos outros, o Pai celestial também lhes perdoará.

15 Mas se não perdoarem uns aos outros, o Pai celestial não lhes perdoará as ofensas.

Mateus 7,1,5

1 “Não julguem, para que vocês não sejam julgados.

2 Pois da mesma forma que julgarem, vocês serão julgados; e a

medida que usarem, também será usada para medir vocês.

3 “Por que você repara no cisco que está no olho do seu irmão, e não se dá conta da viga que está em seu próprio olho?

4 Como você pode dizer ao seu irmão: ‘Deixe-me tirar o cisco do seu olho’, quando há uma viga no seu?

5 Hipócrita, tire primeiro a viga do seu olho, e então você verá claramente para tirar o cisco do olho do seu irmão.

Lucas 17.3,4

3 Tomem cuidado. “Se o seu irmão pecar, repreenda-o e, se ele se arrepender, perdoe-lhe.

4 Se pecar contra você sete vezes no dia, e sete vezes voltar a você e disser: ‘Estou arrependido’, perdoe-lhe”.

1 João 1.9

9 Se confessarmos os nossos pecados, ele é fiel e justo para perdoar os nossos pecados e nos purificar de toda injustiça.

Salmo 15, p. 51

Salmo 32, p. 58

Salmo 38, p. 61

Salmo 41, p. 62

Salmo 51, p. 64

Salmo 69, p. 66

Salmo 86, p. 67

Salmo 103, p. 69

Outros Salmos: 40, 11, 7, 35, 70, 130

EM DIFICULDADES

João 14.12,14

12 Digo-lhes a verdade: Aquele que crê em mim fará também as obras que tenho realizado. Fará coisas ainda maiores do que estas, porque eu estou indo para o Pai.

13 E eu farei o que vocês pedirem em meu nome, para que o Pai seja glorificado no Filho.

14 O que vocês pedirem em meu nome, eu farei.

Hebreus 7.25

25 Portanto, ele é capaz de salvar definitivamente aqueles que, por meio dele, aproximam-se de Deus, pois vive sempre para interceder por eles.

Mateus 6.25,34

25 “Portanto eu lhes digo: Não se preocupem com sua própria vida, quanto ao que comer ou beber; nem com seu próprio corpo, quanto ao que vestir. Não é a vida mais importante que a comida, e o corpo mais importante que a roupa?

26 Observem as aves do céu: não semeiam nem colhem nem armazenam em celeiros; contudo, o Pai celestial as alimenta. Não têm vocês muito mais valor do que elas?

27 Quem de vocês, por mais que se preocupe, pode acrescentar uma hora que seja à sua vida?

28 “Por que vocês se preocupam com roupas? Vejam como crescem os lírios do campo. Eles não trabalham nem tecem.



29 Contudo, eu lhes digo que nem Salomão, em todo o seu esplendor, vestiu-se como um deles.

30 Se Deus veste assim a erva do campo, que hoje existe e amanhã é lançada ao fogo, não vestirá muito mais a vocês, homens de pequena fé?

31 Portanto, não se preocupem, dizendo: ‘Que vamos comer?’ ou ‘Que vamos beber?’ ou ‘Que vamos vestir?’

32 Pois os pagãos é que correm atrás dessas coisas; mas o Pai celestial sabe que vocês precisam delas.

33 Busquem, pois, em primeiro lugar o Reino de Deus e a sua justiça, e todas essas coisas lhes serão acrescentadas.

34 Portanto, não se preocupem com o amanhã, pois o amanhã trará as suas próprias preocupações. Basta a cada dia o seu próprio mal”.

Hebreus 4.16

16 Assim sendo, aproximemo-nos do trono da graça com toda a confiança, a fim de recebermos misericórdia e encontrarmos graça que nos ajude no momento da necessidade.

Salmo 16, p. 51

Salmo 31, p. 57

Salmo 34, p. 59

Salmo 37, p. 60

Salmo 38, p. 61

Salmo 42, p. 63

Salmo 55, p. 65

Salmo 86, p. 67

Outros Salmos: 11, 102, 142, 145

EM DÚVIDA

Jeremias 40.4

4 Mas hoje eu o liberto das correntes que prendem as suas mãos. Se você quiser, venha comigo para a Babilônia e eu cuidarei de você; se, porém, não quiser, pode ficar. Veja! Toda esta terra está diante de você; vá para onde melhor lhe parecer.

Mateus 8.26

26 Ele perguntou: “Por que vocês estão com tanto medo, homens de pequena fé?” Então ele se levantou e repreendeu os ventos e o mar, e fez-se completa bonança.

Hebreus 11

1 Ora, a fé é a certeza daquilo que esperamos e a prova das coisas que não vemos.

2 Pois foi por meio dela que os antigos receberam bom testemunho.

3 Pela fé entendemos que o universo foi formado pela palavra de Deus, de modo que aquilo se vê não foi feito do que é visível.

4 Pela fé Abel ofereceu a Deus um sacrifício superior ao de Caim. Pela fé ele foi reconhecido como justo, quando Deus aprovou as suas ofertas. Embora esteja morto, por meio da fé ainda fala.

5 Pela fé Enoque foi arrebatado, de modo que não experimentou a morte; “e já não foi encontrado, porque Deus o havia arrebatado”, pois antes de ser arrebatado recebeu testemunho de que tinha agrado a Deus.

6 Sem fé é impossível agradar a Deus, pois quem dele se aproxima precisa crer que ele existe e que recompensa aqueles que o buscam.

7 Pela fé Noé, quando avisado a respeito de coisas que ainda não se viam, movido por santo temor, construiu uma arca para salvar sua família. Por meio da fé ele condenou o mundo e tornou-se herdeiro da justiça que é segundo a fé.

8 Pela fé Abraão, quando chamado, obedeceu e dirigiu-se a um lugar que mais tarde receberia como herança, embora não soubesse para onde estava indo.

9 Pela fé peregrinou na terra prometida como se estivesse em terra estranha; viveu em tendas, bem como Isaque e Jacó, co-herdeiros da mesma promessa.

10 Pois ele esperava a cidade que tem alicerces, cujo arquiteto e edificador é Deus.

11 Pela fé Abraão – e também a própria Sara, apesar de estéril e avançada em idade – recebeu poder para gerar um filho, porque considerou fiel aquele que lhe havia feito a promessa.

12 Assim, daquele homem já sem vitalidade originaram-se descendentes tão numerosos como as estrelas do céu e tão incontáveis como a areia da praia do mar.

13 Todos estes viveram pela fé, e morreram sem receber o que tinha sido prometido; viram-no de longe e de longe o saudaram, reconhecendo

que eram estrangeiros e peregrinos na terra.

14 Os que assim falam mostram que estão buscando uma pátria.

15 Se estivessem pensando naquela de onde saíram, teriam oportunidade de voltar.

16 Em vez disso, esperavam eles uma pátria melhor, isto é, a pátria celestial. Por essa razão Deus não se envergonha de ser chamado o Deus deles, e lhes preparou uma cidade.

17 Pela fé Abraão, quando Deus o pôs à prova, ofereceu Isaque como sacrifício. Aquele que havia recebido as promessas estava a ponto de sacrificar o seu único filho,

18 Embora Deus lhe tivesse dito: “Por meio de Isaque a sua descendência será considerada”.

19 Abraão levou em conta que Deus pode ressuscitar os mortos e, figuradamente, recebeu Isaque de volta dentre os mortos.

20 Pela fé Isaque abençoou Jacó e Esau com respeito ao futuro deles.

21 Pela fé Jacó, à beira da morte, abençoou cada um dos filhos de José e adorou a Deus, apoiado na extremidade do seu bordão.

22 Pela fé José, no fim da vida, fez menção do êxodo dos israelitas do Egito e deu instruções acerca dos seus próprios ossos.

23 Pela fé Moisés, recém-nascido, foi escondido durante três meses por seus pais, pois estes viram que ele não era uma criança comum, e não temeram o decreto do rei.

24 Pela fé Moisés, já adulto, recusou ser chamado filho da filha do faraó,
25 Preferindo ser maltratado com o povo de Deus a desfrutar os prazeres do pecado durante algum tempo.
26 Por amor de Cristo, considerou sua desonra uma riqueza maior do que os tesouros do Egito, porque contemplava a sua recompensa.
27 Pela fé saiu do Egito, não temendo a ira do rei, e perseverou, porque via aquele que é invisível.
28 Pela fé celebrou a Páscoa e fez a aspersão do sangue, para que o destruidor não tocasse nos filhos mais velhos dos israelitas.
29 Pela fé o povo atravessou o mar Vermelho como em terra seca; mas, quando os egípcios tentaram fazê-lo, morreram afogados.
30 Pela fé caíram os muros de Jericó, depois de serem rodeados durante sete dias.
31 Pela fé a prostituta Raabe, por ter acolhido os espiões, não foi morta com os que haviam sido desobedientes.
32 Que mais direi? Não tenho tempo para falar de Gideão, Baraque, Sansão, Jefté, Davi, Samuel e os profetas,
33 Os quais pela fé conquistaram reinos, praticaram a justiça, alcançaram o cumprimento de promessas, fecharam a boca de leões,
34 Apagaram o poder do fogo e escaparam do fio da espada; da fraqueza tiraram força, tornaram-se

poderosos na batalha e puseram em fuga exércitos estrangeiros.

35 Houve mulheres que, pela ressurreição, tiveram de volta os seus mortos. Uns foram torturados e recusaram ser libertados, para poderem alcançar uma ressurreição superior;

36 Outros enfrentaram zombaria e açoites; outros ainda foram acorrentados e colocados na prisão,

37 Apedrejados, serrados ao meio, postos à prova, mortos ao fio da espada. Andaram errantes, vestidos de pele de ovelhas e de cabras, necessitados, afligidos e maltratados.

38 O mundo não era digno deles. Vagaram pelos desertos e montes, pelas cavernas e grutas.

39 Todos estes receberam bom testemunho por meio da fé; no entanto, nenhum deles recebeu o que havia sido prometido.

40 Deus havia planejado algo melhor para nós, para que conosco fossem eles aperfeiçoados.

Tiago 1.6

6 Peça-a, porém, com fé, sem duvidar, pois aquele que duvida é semelhante à onda do mar, levada e agitada pelo vento.

Provérbios 3.5,18

5 Confie no SENHOR de todo o seu coração e não se apoie em seu próprio entendimento;

6 reconheça o SENHOR em todos os seus caminhos, e ele endireitará as suas veredas.

7 Não seja sábio aos seus próprios olhos; tema o SENHOR e evite o mal.
 8 Isso lhe dará saúde ao corpo e vigor aos ossos.
 9 Honre o SENHOR com todos os seus recursos e com os primeiros frutos de todas as suas plantações;
 10 os seus celeiros ficarão plenamente cheios, e os seus barris transbordarão de vinho.
 11 Meu filho, não despreze a disciplina do SENHOR nem se magoe com a sua repreensão,
 12 pois o SENHOR disciplina a quem ama, assim como o pai faz ao filho de quem deseja o bem.
 13 Como é feliz o homem que acha a sabedoria, o homem que obtém entendimento,
 14 pois a sabedoria é mais proveitosa do que a prata e rende mais do que o ouro.
 15 É mais preciosa do que rubis; nada do que você possa desejar se compara a ela.
 16 Na mão direita, a sabedoria lhe garante vida longa; na mão esquerda, riquezas e honra.
 17 Os caminhos da sabedoria são caminhos agradáveis, e todas as suas veredas são paz.
 18 A sabedoria é árvore que dá vida a quem a abraça; quem a ela se apega será abençoado.

Salmo 34, p. 59

Salmo 37, p. 60

Outros Salmos: 94

EM MOMENTO DE DECISÃO

Provérbios 2,4,11

4 se procurar a sabedoria como se procura a prata e buscá-la como quem busca um tesouro escondido,
 5 então você entenderá o que é temer o SENHOR e achará o conhecimento de Deus.
 6 Pois o SENHOR é quem dá sabedoria; de sua boca procedem o conhecimento e o discernimento.
 7 Ele reserva a sensatez para o justo; como um escudo protege quem anda com integridade,
 8 pois guarda a vereda do justo e protege o caminho de seus fiéis.
 9 Então você entenderá o que é justo, direito e certo, e aprenderá os caminhos do bem.
 10 Pois a sabedoria entrará em seu coração, e o conhecimento será agradável à sua alma.
 11 O bom senso o guardará, e o discernimento o protegerá.

Provérbios 3,5,18, p. 20

Salmo 111,10

10 O temor do SENHOR é o princípio da sabedoria; todos os que cumprem os seus preceitos revelam bom senso. Ele será louvado para sempre!

Salmo 1, p. 49

Salmo 119, p. 73

EM PERIGO

Salmo 11

ENFERMO OU NA DOR

Romanos 8.28 e Romanos 8.38,39

28 Sabemos que Deus age em todas as coisas para o bem daqueles que o amam, dos que foram chamados de acordo com o seu propósito.

38 Pois estou convencido de que nem morte nem vida, nem anjos nem demônios, nem o presente nem o futuro, nem quaisquer poderes,
39 Nem altura nem profundidade, nem qualquer outra coisa na criação será capaz de nos separar do amor de Deus que está em Cristo Jesus, nosso SENHOR.

II Coríntios 12.9,10

9 Mas ele me disse: "Minha graça é suficiente para você, pois o meu poder se aperfeiçoa na fraqueza". Portanto, eu me gloriarei ainda mais alegremente em minhas fraquezas, para que o poder de Cristo repouse em mim.

10 Por isso, por amor de Cristo, regozijo-me nas fraquezas, nos insultos, nas necessidades, nas perseguições, nas angústias. Pois, quando sou fraco é que sou forte.

Tiago 5.14,15

14 Entre vocês há alguém que está doente? Que ele mande chamar os presbíteros da igreja, para que estes orem sobre ele e o unjam com óleo, em nome do SENHOR.

15 A oração feita com fé curará o doente; o SENHOR o levantará. E se houver cometido pecados, ele será perdoado.

Salmo 6, p. 49

Salmo 38, p. 61

Salmo 41, p. 62

Salmo 139, p. 75

ENFRENTANDO PRECONCEITOS

Atos 10.34,35

34 Então Pedro começou a falar: "Agora percebo verdadeiramente que Deus não trata as pessoas com parcialidade,

35 mas de todas as nações aceita todo aquele que o teme e faz o que é justo".

Salmo 1, p. 49

Outros Salmos: 3, 7, 54, 57

ENFRENTANDO VÍCIOS

I Coríntios 10.13

13 Não sobreveio a vocês tentação que não fosse comum aos homens. E Deus é fiel; ele não permitirá que vocês sejam tentados além do que podem suportar. Mas, quando forem tentados, ele mesmo lhes providenciará um escape, para que o possam suportar.

Levítico 18.30

30 Obedeçam aos meus preceitos, e não pratiquem os costumes



repugnantes praticados antes de vocês, nem se contaminem com eles. Eu sou o SENHOR, o Deus de vocês.

I Coríntios 15.33

33 Não se deixem enganar: “As más companhias corrompem os bons costumes”.

Outros Salmos: 2, 11

ENTRE SUCESSO E POBREZA

Salmo 10, p. 50
Salmo 18, p. 51
Salmo 112, p. 72
Salmo 127, p. 75
Salmo 128, p. 75
Outros Salmos: 9, 12

13 os quais não nasceram por descendência natural, nem pela vontade da carne nem pela vontade de algum homem, mas nasceram de Deus.

Hebreus 11, p. 18

Salmo 10, p. 50
Salmo 19, p. 53
Salmo 25.2, p. 55
Salmo 27, p. 57
Salmo 37.3, 5, p. 60
Salmo 42.5, p. 63
Outros Salmos: 5, 8, 14, 52, 133

FALTA CONFIANÇA

Salmo 46, p. 63
Outros Salmos: 71

FALTA DE FÉ

Marcos 11.22,24

22 Respondeu Jesus: Tenham fé em Deus.

23 Eu lhes asseguro que se alguém disser a este monte: “Levante-se e atire-se no mar”, e não duvidar em seu coração, mas crer que acontecerá o que diz, assim lhe será feito.

24 Portanto, eu lhes digo: Tudo o que vocês pedirem em oração, creiam que já o receberam, e assim lhes sucederá.

João 1.12,13

12 Contudo, aos que o receberam, aos que creram em seu nome, deu-lhes o direito de se tornarem filhos de Deus,

FALTAM OS AMIGOS

Lucas 17.3,4
3 Tomem cuidado. “Se o seu irmão pecar, repreenda-o e, se ele se arrepende, perdoe-lhe.
4 Se pecar contra você sete vezes no dia, e sete vezes voltar a você e disser: ‘Estou arrependido’, perdoe-lhe”.

Romanos 12.14,17 e 12.19,21

14 Abençoem aqueles que os perseguem; abençoem, e não os amaldiçoem.

15 Alegram-se com os que se alegram; chorem com os que choram.

16 Tenham uma mesma atitude uns para com os outros. Não sejam orgulhosos, mas estejam dispostos a associar-se a pessoas de posição inferior. Não sejam sábios aos seus próprios olhos.

17 Não retribuam a ninguém mal por mal. Procurem fazer o que é correto aos olhos de todos.

19 Amados, nunca procurem vingar-se, mas deixem com Deus a ira, pois está escrito: "Minha é a vingança; eu retribuirei", diz o SENHOR.

20 Ao contrário: "Se o seu inimigo tiver fome, dê-lhe de comer; se tiver sede, dê-lhe de beber. Fazendo isso, você amontoará brasas vivas sobre a cabeça dele".

21 Não se deixem vencer pelo mal, mas vençam o mal com o bem.

II Timóteo 4.16,18

16 Na minha primeira defesa, ninguém apareceu para me apoiar; todos me abandonaram. Que isso não lhes seja cobrado.

17 Mas o SENHOR permaneceu ao meu lado e me deu forças, para que por mim a mensagem fosse plenamente proclamada e todos os gentios a ouvissem. E eu fui libertado da boca do leão.

18 O SENHOR me livrará de toda obra maligna e me levará a salvo para o seu Reino celestial. A ele seja a glória para todo o sempre. Amém.

Salmo 113.5,9

5 Quem é como o SENHOR, o nosso Deus, que reina em seu trono nas alturas,

6 mas se inclina para contemplar o que acontece nos céus e na terra?

7 Ele levanta do pó o necessitado e ergue do lixo o pobre,

8 para fazê-los sentar-se com príncipes, com os príncipes do seu povo.

9 Dá um lar à estéril, e dela faz uma feliz mãe de filhos. Aleluia!

Salmo 16, p. 51

Salmo 41.9,13, p. 62

HONESTIDADE

Lucas 16.10,12

10 "Quem é fiel no pouco, também é fiel no muito, e quem é desonesto no pouco, também é desonesto no muito.

11 Assim, se vocês não forem dignos de confiança em lidar com as riquezas deste mundo ímpio, quem lhes confiará as verdadeiras riquezas?

12 E se vocês não forem dignos de confiança em relação ao que é dos outros, quem lhes dará o que é de vocês?

Lucas 17.1,9

1 Jesus disse aos seus discípulos: "É inevitável que aconteçam coisas que levem o povo a tropeçar, mas ai da pessoa por meio de quem elas acontecem.

2 Seria melhor que ela fosse lançada no mar com uma pedra de moinho amarrada no pescoço, do que levar um desses pequeninos a pecar.

3 Tomem cuidado. “Se o seu irmão pecar, repreenda-o e, se ele se arrepender, perdoe-lhe.

4 Se pecar contra você sete vezes no dia, e sete vezes voltar a você e disser: ‘Estou arrependido’, perdoe-lhe”.

5 Os apóstolos disseram ao SENHOR: “Aumenta a nossa fé!”

6 Ele respondeu: “Se vocês tiverem fé do tamanho de uma semente de mostarda, poderão dizer a esta amoreira: ‘Arranque-se e plante-se no mar’, e ela lhes obedecerá.

7 “Qual de vocês que, tendo um servo que esteja arando ou cuidando das ovelhas, lhe dirá, quando ele chegar do campo: ‘Venha agora e sente-se para comer’?

8 Pelo contrário, não dirá: ‘Prepare o meu jantar, apronte-se e sirva-me enquanto como e bebo; depois disso você pode comer e beber’?

9 Será que ele agradecerá ao servo por ter feito o que lhe foi ordenado?

Lucas 20,21,25

21 Assim, os espiões lhe perguntaram: “Mestre, sabemos que falas e ensinas o que é correto, e que não mostras parcialidade, mas ensinas o caminho de Deus conforme a verdade.

22 É certo pagar imposto a César ou não?”

23 Ele percebeu a astúcia deles e lhes disse:

24 “Mostrem-me um denário. De quem é a imagem e a inscrição que há nele?”

25 “De César”, responderam eles. Ele lhes disse: “Portanto, deem a

César o que é de César, e a Deus o que é de Deus”.

Salmo 19, p. 53

Salmo 25, p. 55

Salmo 41, p. 62

Outros Salmos: 24

LIDANDO COM HIPOCRISIA/ MENTIRA

Salmo 26, p. 56

**Outros Salmos: 28, 40, 50, 5, 12,
120**

LÍDER

Salmo 23, p. 55

Salmo 126, p. 75

Outros Salmos: 72

MORTE

(Ver também, Artigos p. 141)

a) Enfrentando a morte

Jó 5,24,27

24 E saberás que a tua tenda está em paz; e visitarás a tua habitação, e não pecarás.

25 Também saberás que se multiplicará a tua descendência e a tua posteridade como a erva da terra, 26 na velhice irás à sepultura, como se recolhe o feixe de trigo a seu tempo.

27 Eis que isto já o havemos inquirido, e assim é; ouve-o, e medita nisso para teu bem.

João 11.25,26

25 Disse-lhe Jesus: Eu sou a ressurreição e a vida. Aquele que crê em mim, ainda que morra, viverá; 26 e quem vive e crê em mim, não morrerá eternamente. Você crê nisso?

Romanos 8.38,39

38 Pois estou convencido de que nem morte nem vida, nem anjos nem demônios, nem o presente nem o futuro, nem quaisquer poderes, 39 nem altura nem profundidade, nem qualquer outra coisa na criação será capaz de nos separar do amor de Deus que está em Cristo Jesus, nosso SENHOR.

Salmo 6, p. 49

Salmo 46, p. 63

b) Medo da morte

João 8.51,52

51 Asseguro-lhes que, se alguém obedecer à minha palavra, jamais verá a morte.

52 Diante disso, os judeus exclamaram: Agora sabemos que você está endemoninhado! Abraão morreu, bem como os profetas, mas você diz que se alguém obedecer à sua palavra, nunca experimentará a morte.

I Tessalonicenses 4.13,18

13 Irmãos, não queremos que vocês sejam ignorantes quanto aos que dormem, para que não se entristeçam como os outros que não têm esperança.

14 Se cremos que Jesus morreu e ressurgiu, cremos também que Deus trará, mediante Jesus e com ele, aqueles que nele dormiram.

15 Dizemos a vocês, pela palavra do SENHOR, que nós, os que estivermos vivos, os que ficarmos até a vinda do SENHOR, certamente não precederemos os que dormem.

16 Pois, dada a ordem, com a voz do anjo e o ressoar da trombeta de Deus, o próprio SENHOR descerá dos céus, e os mortos em Cristo ressuscitarão primeiro.

17 Depois nós, os que estivermos vivos seremos arrebatados com eles nas nuvens, para o encontro com o SENHOR nos ares. E assim estaremos com o SENHOR para sempre.

18 Consolem-se uns aos outros com essas palavras.

Salmo 6, p. 49

Salmo 23, p. 55

Salmo 90, p. 68

Outros Salmos: 83, 71

NECESSITANDO DE ORIENTAÇÃO

Provérbios 2.1,6

1 Meu filho, se você aceitar as minhas palavras e guardar no coração os meus mandamentos; 2 se der ouvidos à sabedoria e inclinar o coração para o discernimento; 3 se clamar por entendimento e por discernimento gritar bem alto;

4 se procurar a sabedoria como se procura a prata e buscá-la como quem busca um tesouro escondido,
 5 então você entenderá o que é temer o SENHOR e achará o conhecimento de Deus.

6 Pois o SENHOR é quem dá sabedoria; de sua boca procedem o conhecimento e o discernimento.

Provérbios 13.20

20 Aquele que anda com os sábios será cada vez mais sábio, mas o companheiro dos tolos acabará mal.

Jó 28.28

28 Disse então ao homem: "No temor do Senhor está a sabedoria, e evitar o mal é ter entendimento".

Efésios 3.16,20

16 Oro para que, com as suas gloriosas riquezas, ele os fortaleça no íntimo do seu ser com poder, por meio do seu Espírito,
 17 Para que Cristo habite no coração de vocês mediante a fé; e oro para que, estando arraigados e alicerçados em amor,
 18 Vocês possam, juntamente com todos os santos, compreender a largura, o comprimento, a altura e a profundidade,

19 E conhecer o amor de Cristo que excede todo conhecimento, para que vocês sejam cheios de toda a plenitude de Deus.

20 Aquele que é capaz de fazer infinitamente mais do que tudo o

que pedimos ou pensamos, de acordo com o seu poder que atua em nós.

Tiago 1.5

5 Se algum de vocês tem falta de sabedoria, peça-a a Deus, que a todos dá livremente, de boa vontade; e lhe será concedida.

Eclesiastes 3.1,12

- 1 Para tudo há uma ocasião certa; há um tempo certo para cada propósito debaixo do céu:
- 2 Tempo de nascer e tempo de morrer, tempo de plantar e tempo de arrancar o que se plantou,
- 3 Tempo de matar e tempo de curar, tempo de derrubar e tempo de construir,
- 4 Tempo de chorar e tempo de rir, tempo de prantear e tempo de dançar,
- 5 Tempo de espalhar pedras e tempo de ajuntá-las, tempo de abraçar e tempo de se conter,
- 6 Tempo de procurar e tempo de desistir, tempo de guardar e tempo de jogar fora,
- 7 Tempo de rasgar e tempo de costurar, tempo de calar e tempo de falar,
- 8 Tempo de amar e tempo de odiar, tempo de lutar e tempo de viver em paz.
- 9 O que ganha o trabalhador com todo o seu esforço?
- 10 Tenho visto o fardo que Deus impôs aos homens.
- 11 Ele fez tudo apropriado ao seu tempo. Também pôs no coração do

homem o anseio pela eternidade; mesmo assim ele não consegue compreender inteiramente o que Deus fez.

12 Descobri que não há nada melhor para o homem do que ser feliz e praticar o bem enquanto vive.

Provérbios 20.18

18 Os conselhos são importantes para quem quiser fazer planos, e quem sai à guerra precisa de orientação.

Eclesiastes 10.8,12

8 Quem cava um poço cairá nele; quem derruba um muro será picado por uma cobra.

9 Quem arranca pedras, com elas se ferirá; quem racha lenha se arrisca.

10 Se o machado está cego e sua lâmina não foi afiada, é preciso golpear com mais força; agir com sabedoria assegura o sucesso.

11 Se a cobra morder antes de ser encantada, para que servirá o encantador?

12 As palavras do sábio lhe trazem benefícios, mas os lábios do insensato o destroem.

Salmo 31.3

3 Sim, tu és a minha rocha e a minha fortaleza; por amor do teu nome, conduze-me e guia-me.

Salmo 4, p. 49

Salmo 10, p. 50

Salmo 19, p. 53

Salmo 25, p. 55

Salmo 32, p. 58

Outros Salmos: 12, 73, 17

NECESSITANDO DE PAZ

João 14.1,4 e João 14.27

1 “Não se perturbe o coração de vocês. Creiam em Deus; creiam também em mim.

2 Na casa de meu Pai há muitos aposentos; se não fosse assim, eu lhes teria dito. Vou preparar-lhes lugar.

3 E se eu for e lhes preparar lugar, voltarei e os levarei para mim, para que vocês estejam onde eu estiver.

4 “Vocês conhecem o caminho para onde vou”.

27 Deixo-lhes a paz; a minha paz lhes dou. Não a dou como o mundo a dá. Não se perturbem os seus corações, nem tenham medo.

João 16.33

33 “Eu lhes disse essas coisas para que em mim vocês tenham paz. Neste mundo vocês terão aflições; contudo, tenham ânimo! Eu venci o mundo”.

Romanos 5.1,5

1 Tendo sido, pois, justificados pela fé, temos paz com Deus, por nosso Senhor Jesus Cristo,

2 Por meio de quem obtivemos acesso pela fé a esta graça na qual agora estamos firmes; e nos gloriamos na esperança da glória de Deus.

3 Não só isso, mas também nos gloriamos nas tribulações, porque sabemos que a tribulação produz perseverança;

4 A perseverança, um caráter aprovado; e o caráter aprovado, esperança.

5 E a esperança não nos decepciona, porque Deus derramou seu amor em nossos corações, por meio do Espírito Santo que ele nos concedeu.

Filipenses 4.6,7

6 Não andem ansiosos por coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplicas, e com ação de graças, apresentem seus pedidos a Deus.

7 E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará o coração e a mente de vocês em Cristo Jesus.

Efésios 2.13,19

13 Mas agora, em Cristo Jesus, vocês, que antes estavam longe, foram aproximados mediante o sangue de Cristo.

14 Pois ele é a nossa paz, o qual de ambos fez um e destruiu a barreira, o muro de inimizade,

15 Anulando em seu corpo a Lei dos mandamentos expressa em ordenanças. O objetivo dele era criar em si mesmo, dos dois, um novo homem, fazendo a paz,

16 E reconciliar com Deus os dois em um corpo, por meio da cruz, pela qual ele destruiu a inimizade.

17 Ele veio e anunciou paz a vocês que estavam longe e paz aos que estavam perto,

18 Pois por meio dele tanto nós como vocês temos acesso ao Pai, por um só Espírito.

19 Portanto, vocês já não são estrangeiros nem forasteiros, mas concidadãos dos santos e membros da família de Deus.

Colossenses 3.15

15 Que a paz de Cristo seja o juiz em seu coração, visto que vocês foram chamados para viver em paz, como membros de um só corpo. E sejam agraciados.

Números 6.22,27

22 O SENHOR disse a Moisés:

23 “Diga a Arão e aos seus filhos: Assim vocês abençoarão os israelitas:

24 “O SENHOR te abençoe e te guarde;

25 o SENHOR faça resplandecer o seu rosto sobre ti e te conceda graça;

26 o SENHOR volte para ti o seu rosto e te dê paz.

27 “Assim eles invocarão o meu nome sobre os israelitas, e eu os abençoarei”.

Salmo 119.165

165 Os que amam a tua lei desfrutam paz, e nada há que os faça tropeçar.

Salmo 4, p. 49

Outros Salmos: 3

**NECESSITANDO DA
PROTEÇÃO DE DEUS**

Provérbios 1.33

33 Mas quem me ouvir viverá em segurança e estará tranquilo, sem temer nenhum mal".

Deuteronômio 4.7

7 Pois, que grande nação tem um Deus tão próximo como o SENHOR, o nosso Deus, sempre que o invocamos?

Filipenses 4.19

19 O meu Deus suprirá todas as necessidades de vocês, de acordo com as suas gloriosas riquezas em Cristo Jesus.

Salmo 5

1 Escuta, SENHOR, as minhas palavras, considera o meu gemer

2 Atenta para o meu grito de socorro, meu Rei e meu Deus, pois é a ti que imploro.

3 De manhã ouves, SENHOR, o meu clamor; de manhã te apresento a minha oração e aguardo com esperança.

4 Tu não és um Deus que tenha prazer na injustiça; contigo o mal não pode habitar.

5 Os arrogantes não são aceitos na tua presença; odeias todos os que praticam o mal.

6 Destróis os mentirosos; os assassinos e os traiçoeiros o SENHOR detesta.

7 Eu, porém, pelo teu grande amor, entrarei em tua casa; com temor me inclinarei para o teu santo templo.

8 Conduze-me, SENHOR, na tua justiça, por causa dos meus inimigos; aplaina o teu caminho diante de mim.

9 Nos lábios deles não há palavra confiável; suas mentes só tramam destruição. Suas gargantas são um túmulo aberto; com suas línguas enganam sutilmente.

10 Condena-os, ó Deus! Caiam eles por suas próprias maquinações. Expulsa-os por causa dos seus muitos crimes, pois se rebelaram contra ti.

11 Alegrem-se, porém, todos os que se refugiam em ti; cantem sempre de alegria! Estende sobre eles a tua proteção. Em ti exultem os que amam o teu nome.

12 Pois tu, SENHOR, abençoas o justo; o teu favor o protege como um escudo.

Salmo 40.17

17 Quanto a mim, sou pobre e necessitado, mas o SENHOR preocupa-se comigo. Tu és o meu socorro e o meu libertador; meu Deus, não te demores!

Salmo 4, p. 49

Salmo 16, p. 51

Salmo 18, p. 51

Salmo 23, p. 55

Salmo 27, p. 57

- Salmo 31, p. 57**
Salmo 34.7, p. 59
Salmo 91, p. 69
Salmo 124, p. 74
Salmo 125, p. 74
Outros Salmos: 3, 7, 17

NECESSITANDO DE REGRAS PARA VIVER

Mateus 7,7,8

- 7 “Peçam, e lhes será dado; busquem, e encontrarão; batam, e a porta lhes será aberta.
 8 Pois todo o que pede, recebe; o que busca, encontra; e àquele que bate, a porta será aberta.

Êxodo 20

- 1 E Deus falou todas estas palavras:
 2 “Eu sou o SENHOR, o teu Deus, que te tirou do Egito, da terra da escravidão.
 3 “Não terás outros deuses além de mim.
 4 “Não farás para ti nenhum ídolo, nenhuma imagem de qualquer coisa no céu, na terra, ou nas águas debaixo da terra.
 5 Não te prostrarás diante deles nem lhes prestarás culto, porque eu, o SENHOR, o teu Deus, sou Deus zeloso, que castigo os filhos pelos pecados de seus pais até a terceira e quarta geração daqueles que me desprezam,
 6 Mas trato com bondade até mil gerações aos que me amam e obedecem aos meus mandamentos.

7 “Não tomarás em vão o nome do SENHOR, o teu Deus, pois o SENHOR não deixará impune quem tomar o seu nome em vão.

8 Lembra-te do dia de sábado, para santificá-lo.

9 Trabalharás seis dias e neles farás todos os teus trabalhos,

10 Mas o sétimo dia é o sábado dedicado ao SENHOR, o teu Deus. Nesse dia não farás trabalho algum, nem tu, nem teus filhos ou filhas, nem teus servos ou servas, nem teus animais, nem os estrangeiros que morarem em tuas cidades.

11 Pois em seis dias o SENHOR fez os céus e a terra, o mar e tudo o que neles existe, mas no sétimo dia descansou. Portanto, o SENHOR abençoou o sétimo dia e o santificou.

12 Honra teu pai e tua mãe, a fim de que tenhas vida longa na terra que o SENHOR, o teu Deus, te dá.

13 Não matarás.

14 Não adulterarás.

15 Não furtarás.

16 Não darás falso testemunho contra o teu próximo.

17 Não cobiçarás a casa do teu próximo. Não cobiçarás a mulher do teu próximo, nem seus servos ou servas, nem seu boi ou jumento, nem coisa alguma que lhe pertença”.

I Pedro 3.8

- 8 Quanto ao mais, tenham todos o mesmo modo de pensar, sejam compassivos, amem-se fraternalmente, sejam misericordiosos e humildes.

Romanos 12

1 Portanto, irmãos, rogo-lhes pelas misericórdias de Deus que se ofereçam em sacrifício vivo, santo e agradável a Deus; este é o culto racional de vocês.

2 Não se amoldem ao padrão deste mundo, mas transformem-se pela renovação da sua mente, para que sejam capazes de experimentar e comprovar a boa, agradável e perfeita vontade de Deus.

3 Por isso, pela graça que me foi dada digo a todos vocês: Ninguém tenha de si mesmo um conceito mais elevado do que deve ter; mas, ao contrário, tenha um conceito equilibrado, de acordo com a medida da fé que Deus lhe concedeu.

4 Assim como cada um de nós tem um corpo com muitos membros e esses membros não exercem todos a mesma função,

5 Assim também em Cristo nós, que somos muitos, formamos um corpo, e cada membro está ligado a todos os outros.

6 Temos diferentes dons, de acordo com a graça que nos foi dada. Se alguém tem o dom de profetizar, use-o na proporção da sua fé.

7 Se o seu dom é servir, sirva; se é ensinar, ensine;

8 Se é dar ânimo, que assim faça; se é contribuir, que contribua generosamente; se é exercer liderança, que a exerça com zelo; se é mostrar misericórdia, que o faça com alegria.

9 O amor deve ser sincero. Odeiem o que é mau; apeguem-se ao que é bom.

10 Dediquem-se uns aos outros com amor fraternal. Prefiram dar honra aos outros mais do que a si próprios.

11 Nunca lhes falte o zelo, sejam fervorosos no espírito, sirvam ao SENHOR.

12 Alegrem-se na esperança, sejam pacientes na tribulação, perseverem na oração.

13 Compartilhem o que vocês têm com os santos em suas necessidades. Pratiquem a hospitalidade.

14 Abençoem aqueles que os perseguem; abençoem, e não os amaldiçoem.

15 Alegrem-se com os que se alegram; chorem com os que choram.

16 Tenham uma mesma atitude uns para com os outros. Não sejam orgulhosos, mas estejam dispostos a associar-se a pessoas de posição inferior. Não sejam sábios aos seus próprios olhos.

17 Não retribuam a ninguém mal por mal. Procurem fazer o que é correto aos olhos de todos.

18 Façam todo o possível para viver em paz com todos.

19 Amados, nunca procurem vingar-se, mas deixem com Deus a ira, pois está escrito: “Minha é a vingança; eu retribuirei”, diz o SENHOR.

20 Ao contrário: “Se o seu inimigo tiver fome, dê-lhe de comer; se tiver sede, dê-lhe de beber. Fazendo isso, você amontoará brasas vivas sobre a cabeça dele”.

21 Não se deixem vencer pelo mal, mas vençam o mal com o bem.

I Timóteo 6

1 Todos os que estão sob o jugo da escravidão devem considerar seus senhores como dignos de todo o respeito, para que o nome de Deus e o nosso ensino não sejam blasfemados.

2 Os que têm senhores crentes não devem ter por eles menos respeito, pelo fato de serem irmãos; ao contrário, devem servi-los ainda melhor, porque os que se beneficiam do seu serviço são fiéis e amados. Ensine e recomende essas coisas.

3 Se alguém ensina falsas doutrinas e não concorda com a sã doutrina de nosso Senhor Jesus Cristo e com o ensino que é segundo a piedade, 4 é orgulhoso e nada entende. Esse tal mostra um interesse doentio por controvérsias e contendas acerca de palavras, que resultam em inveja, brigas, difamações, suspeitas malignas

5 e atritos constantes entre aqueles que têm a mente corrompida e que são privados da verdade, os quais pensam que a piedade é fonte de lucro.

6 De fato, a piedade com contentamento é grande fonte de lucro,

7 Pois nada trouxemos para este mundo e dele nada podemos levar;

8 Por isso, tendo o que comer e com que vestir-nos, estejamos com isso satisfeitos.

9 Os que querem ficar ricos caem em tentação, em armadilhas e em muitos desejos descontrolados e nocivos, que levam os homens

a mergulharem na ruína e na destruição,

10 Pois o amor ao dinheiro é a raiz de todos os males.

Algumas pessoas, por cobiçarem o dinheiro, desviaram-se da fé e se atormentaram com muitos sofrimentos.

11 Você, porém, homem de Deus, fuja de tudo isso e busque a justiça, a piedade, a fé, o amor, a perseverança e a mansidão.

12 Combata o bom combate da fé. Tome posse da vida eterna, para a qual você foi chamado e fez a boa confissão na presença de muitas testemunhas.

13 Diante de Deus, que a tudo dá vida, e de Cristo Jesus, que diante de Pôncio Pilatos fez a boa confissão, eu lhe recomendo:

14 Guarde este mandamento imaculado e irrepreensível, até a manifestação de nosso Senhor Jesus Cristo,

15 A qual Deus fará se cumprir no seu devido tempo. Ele é o bendito e único Soberano, o Rei dos reis e SENHOR dos senhores,

16 O único que é imortal e habita em luz inacessível, a quem ninguém viu nem pode ver. A ele sejam honra e poder para sempre. Amém.

17 Ordene aos que são ricos no presente mundo que não sejam arrogantes, nem ponham sua esperança na incerteza da riqueza, mas em Deus, que de tudo nos provê ricamente, para a nossa satisfação.

18 Ordene-lhes que pratiquem o bem, sejam ricos em boas obras, generosos e prontos a repartir.

19 Dessa forma, eles acumularão um tesouro para si mesmos, um firme fundamento para a era que há de vir, e assim alcançarão a verdadeira vida.

20 Timóteo, guarde o que lhe foi confiado. Evite as conversas inúteis e profanas e as ideias contraditórias do que é falsamente chamado conhecimento;

21 Professando-o, alguns desviaram-se da fé. A graça seja com vocês.

Salmo 15, p. 51

Salmo 18, p. 51

Salmo 19, p. 53

Salmo 25, p. 55

Salmo 103, p. 69

Salmo 128, p. 75

Outros Salmos: 2, 8, 29, 97

PASSANDO POR SOFRIMENTO OU PERSEGUIÇÃO

II Coríntios 4.8,9

8 De todos os lados somos pressionados, mas não desanimados; ficamos perplexos, mas não desesperados;

9 somos perseguidos, mas não abandonados; abatidos, mas não destruídos.

Isaías 41.10

10 Por isso não tema, pois estou com você; não tenha medo, pois sou o seu Deus. Eu o fortalecerei

e o ajudarei; eu o segurarei com a minha mão direita vitoriosa.

Salmo 23, p. 55

Salmo 25, p. 55

Salmo 34, p. 59

Salmo 69, p. 66

Outros Salmos: 142

PERDIDO

Salmo 23, p. 55

Salmo 25, p. 55

Salmo 90, p. 68

Salmo 139, p. 75

Outros Salmos: 14, 39

PRECISA CONTROLAR A LÍNGUA

Tiago 3.1,5

1 Meus irmãos, não sejam muitos de vocês mestres, pois vocês sabem que nós, os que ensinamos, seremos julgados com maior rigor.

2 Todos tropeçamos de muitas maneiras. Se alguém não tropeça no falar, tal homem é perfeito, sendo também capaz de dominar todo o seu corpo.

3 Quando colocamos freios na boca dos cavalos para que eles nos obedecam, podemos controlar o animal todo.

4 Tomem também como exemplo os navios; embora sejam tão grandes e impelidos por fortes ventos, são dirigidos por um leme muito pequeno, conforme a vontade do piloto.

5 Semelhantemente, a língua é um pequeno órgão do corpo, mas se vangloria de grandes coisas. Vejam como um grande bosque é incendiado por uma simples fagulha.

Provérbios 15.1,2

1 A resposta calma desvia a fúria, mas a palavra ríspida desperta a ira.
2 A língua dos sábios torna atraente o conhecimento, mas a boca dos tolos derrama insensatez.

Provérbios 10.19

19 Quando são muitas as palavras, o pecado está presente, mas quem controla a língua é sensato.

Outros Salmos: 35, 36, 49, 52

9 Não permita que a ira domine depressa o seu espírito, pois a ira se aloja no íntimo dos tolos.

Outros Salmos: 35, 56, 120, 64

PERDÃO (DAR/RECEBER)

* Ver Dificuldade para Perdoar, p. 16

PRECISA DOMINAR O ORGULHO / VAIDADE

Mateus 23.12

22 Pois todo aquele que a si mesmo se exaltar será humilhado, e todo aquele que a si mesmo se humilhar será exaltado.

Provérbios 6.16,19

16 Há seis coisas que o SENHOR odeia, sete coisas que ele detesta:
17 olhos altivos, língua mentirosa, mãos que derramam sangue inocente,
18 coração que traça planos perver-sos, pés que se apressam para fazer o mal,
19 a testemunha falsa que espalha mentiras e aquele que provoca discórdia entre irmãos.

Provérbios 29.22,23

22 O homem irado provoca brigas, e o de gênio violento comete muitos pecados.

23 O orgulho do homem o humilha, mas o de espírito humilde obtém honra.

Provérbios 25.28

28 Como a cidade com seus muros derrubados, assim é quem não sabe dominar-se.

Eclesiastes 7.8,9

8 O fim das coisas é melhor que o seu início, e o paciente é melhor que o orgulhoso.

Provérbios 29.23

23 O orgulho do homem o humilha, mas o de espírito humilde obtém honra.

Romanos 12.3

3 Pois pela graça que me foi dada digo a todos vocês: ninguém

tenha de si mesmo um conceito mais elevado do que deve ter; mas, ao contrário, tenha um conceito equilibrado, de acordo com a medida da fé que Deus lhe concedeu.

Isaías 5.21

21 Ai dos que são sábios aos seus próprios olhos e inteligentes em sua própria opinião.

Salmo 19, p. 53

Outros Salmos: 14, 30, 49, 56, 133, 147

PREOCUPADO

Mateus 6.19,34

19 “Não acumulem para vocês tesouros na terra, onde a traça e a ferrugem destroem, e onde os ladrões arrombam e furtam.

20 Mas acumulem para vocês tesouros nos céus, onde a traça e a ferrugem não destroem, e onde os ladrões não arrombam nem furtam.

21 Pois onde estiver o seu tesouro, aí também estará o seu coração.

22 Os olhos são a candeia do corpo. Se os seus olhos forem bons, todo o seu corpo será cheio de luz.

23 Mas se os seus olhos forem maus, todo o seu corpo será cheio de trevas. Portanto, se a luz que está dentro de você são trevas, que tremendas trevas são!

24 Ninguém pode servir a dois senhores; pois odiará um e amará

o outro, ou se dedicará a um e desprezará o outro. Vocês não podem servir a Deus e ao Dinheiro.

25 Portanto eu lhes digo: Não se preocupem com sua própria vida, quanto ao que comer ou beber; nem com seu próprio corpo, quanto ao que vestir. Não é a vida mais importante que a comida, e o corpo mais importante que a roupa?

26 Observem as aves do céu: não semeiam nem colhem nem armazenam em celeiros; contudo, o Pai celestial as alimenta. Não têm vocês muito mais valor do que elas?

27 Quem de vocês, por mais que se preocupe, pode acrescentar uma hora que seja à sua vida?

28 Por que vocês se preocupam com roupas? Vejam como crescem os lírios do campo. Eles não trabalham nem tecem.

29 Contudo, eu lhes digo que nem Salomão, em todo o seu esplendor, vestiu-se como um deles.

30 Se Deus veste assim a erva do campo, que hoje existe e amanhã é lançada ao fogo, não vestirá muito mais a vocês, homens de pequena fé?

31 Portanto, não se preocupem, dizendo: ‘Que vamos comer?’ ou ‘Que vamos beber?’ ou ‘Que vamos vestir?’

32 Pois os pagãos é que correm atrás dessas coisas; mas o Pai celestial sabe que vocês precisam delas.

33 Busquem, pois, em primeiro lugar o Reino de Deus e a sua justiça, e todas essas coisas lhes serão acrescentadas.

34 Portanto, não se preocupem com o amanhã, pois o amanhã trará as suas próprias preocupações. Basta a cada dia o seu próprio mal.

I Pedro 5.6,7

6 Portanto, humilhem-se debaixo da poderosa mão de Deus, para que ele os exalte no tempo devido.

7 Lancem sobre ele toda a sua ansiedade, porque ele tem cuidado de vocês.

Salmo 4, p. 49

Salmo 37, p. 60

Salmo 55.22, p. 65

Salmo 127, p. 75

todos os mandamentos, qual é o mais importante?"

29 Respondeu Jesus: "O mais importante é este: 'Ouve, ó Israel, o SENHOR, o nosso Deus, o SENHOR é o único SENHOR.'

30 Ame o SENHOR, o seu Deus de todo o seu coração, de toda a sua alma, de todo o seu entendimento e de todas as suas forças'.

31 O segundo é este: 'Ame o seu próximo como a si mesmo'. Não existe mandamento maior do que estes".

32 "Muito bem, mestre", disse o homem. "Estás certo ao dizeres que Deus é único e que não existe outro além dele.

33 Amá-lo de todo o coração, de todo o entendimento e de todas as forças, e amar ao próximo como a si mesmo é mais importante do que todos os sacrifícios e ofertas".

QUER DESCOBRIR A VONTADE DE DEUS

Êxodo 31,1,5

1 Disse então o Senhor a Moisés:
2 "Eu escolhi a Bezalel, filho de Uri, filho de Hur, da tribo de Judá,
3 e o enchi do Espírito de Deus, dando-lhes destreza, habilidade e plena capacidade artística
4 para desenhar e executar trabalhos em ouro, prata e bronze,
5 para talhar e esculpir pedras, para entalhar madeira e executar todo tipo de obra artesanal.

Marcos 12,28,33

28 Um dos mestres da lei aproximou-se e os ouviu discutindo. Notando que Jesus lhes dera uma boa resposta, perguntou-lhe: "De

Romanos 13,9;13-14

9 Pois estes mandamentos: "Não adulterarás", "Não matarás", "Não furtarás", "Não cobiçarás", e qualquer outro mandamento, todos se resumem neste preceito: "Ame o seu próximo como a si mesmo".

13 Comportemo-nos com decência, como quem age à luz do dia, não em orgias e bebedeiras, não em imoralidade sexual e depravação, não em desavença e inveja.

14 Ao contrário, revistam-se do Senhor Jesus Cristo, e não fiquem premeditando como satisfazer os desejos da carne.

Miquéias 6.8

8 Ele mostrou a você, ó homem, o que é bom e o que o SENHOR exige: pratique a justiça, ame a fidelidade e ande humildemente com o seu Deus.

Provérbios 3.5,7

5 Confia no SENHOR de todo o teu coração, e não te estribes no teu próprio entendimento.

6 Reconhece-o em todos os teus caminhos, e ele endireitará as tuas veredas.

7 Não sejas sábio a teus próprios olhos; teme ao SENHOR e aparta-te do mal.

Salmo 109, p. 70

Outros Salmos: 9, 14, 28, 35

3 Dou graças a Deus, a quem sirvo com a consciência limpa, como o serviram os meus antepassados, ao lembrar-me constantemente de você, noite e dia, em minhas orações.

4 Lembro-me das suas lágrimas e desejo muito vê-lo, para que a minha alegria seja completa.

5 Recordo-me da sua fé não fingida, que primeiro habitou em sua avó Lóide e em sua mãe, Eunice, e estou convencido de que também habita em você.

6 Por essa razão, torno a lembrar-lhe que mantenha viva a chama do dom de Deus que está em você mediante a imposição das minhas mãos.

7 Pois Deus não nos deu espírito de covardia, mas de poder, de amor e de equilíbrio.

RECEOSO

Mateus 10.28

28 Não tenham medo dos que matam o corpo, mas não podem matar a alma. Antes, tenham medo daquele que pode destruir tanto a alma como o corpo no inferno.

II Timóteo 1.1,7

1 Paulo, apóstolo de Cristo Jesus pela vontade de Deus, segundo a promessa da vida que está em Cristo Jesus,
2 A Timóteo, meu amado filho: Graça, misericórdia e paz da parte de Deus Pai e de Cristo Jesus, nosso SENHOR.

Hebreus 13.5,6

5 Conservem-se livres do amor ao dinheiro e contentem-se com o que vocês têm, porque Deus mesmo disse: “Nunca o deixarei, nunca o abandonarei”.

6 Podemos, pois, dizer com confiança: “O SENHOR é o meu ajudador, não temerei. O que me podem fazer os homens?”

Salmo 4, p. 49

Salmo 34.4, p. 59

Salmo 46, p. 63

Salmo 91, p. 69

Salmo 118, p. 72

Outros Salmos: 3, 27, 48, 56

SENTE-SE DESAMPARADO

Gênesis 28.15

15 Estou com você e cuidarei de você, aonde quer que vá; e eu o trarei de volta a esta terra. Não o deixarei enquanto não fizer o que lhe prometi.

Salmo 111, p. 71

Outros Salmos: 60

divertir?" Isso também é absurdo; é um trabalho por demais ingrato!

9 É melhor ter companhia do que estar sozinho, porque maior é a recompensa do trabalho de duas pessoas.

10 Se um cair, o amigo pode ajudá-lo a levantar-se. Mas pobre do homem que cai e não tem quem o ajude a levantar-se!

11 E se dois dormirem juntos, vão manter-se aquecidos. Como, porém, manter-se aquecido sozinho?

12 Um homem sozinho pode ser vencido, mas dois conseguem defender-se. Um cordão de três dobras não se rompe com facilidade.

SENTIR INVEJA

Salmo 37, p. 60

SOZINHO

Eclesiastes 4,4,12

4 Descobri que todo trabalho e toda realização surgem da competição que existe entre as pessoas. Mas isso também é absurdo, é correr atrás do vento.

5 O tolo cruza os braços e destrói a própria vida.

6 Melhor é ter um punhado com tranquilidade do que dois punhados à custa de muito esforço e de correr atrás do vento.

7 Descobri ainda outra situação absurda debaixo do sol:

8 Havia um homem totalmente solitário; não tinha filho nem irmão. Trabalhava sem parar! Contudo, os seus olhos não se satisfaziam com a sua riqueza. Ele sequer perguntava: "Para quem estou trabalhando tanto, e por que razão deixo de me

Hebreus 13,5,6

5 Conservem-se livres do amor ao dinheiro e contentem-se com o que vocês têm, porque Deus mesmo disse: "Nunca o deixarei, nunca o abandonarei".

6 Podemos, pois, dizer com confiança: "O Senhor é o meu ajudador, não temerei. O que me podem fazer os homens?"

Jeremias 33,3

3 Clame a mim e eu responderei e lhe direi coisas grandiosas e insondáveis que você não conhece.

Salmo 10, p. 50

Salmo 23, p. 55

Salmo 27, p. 57

Salmo 43, p. 63

Outros Salmos: 9, 12, 13, 40

TENTADO

Mateus 26.40,41

40 Depois, voltou aos seus discípulos e os encontrou dormindo. "Vocês não puderam vigiar comigo nem por uma hora?" perguntou ele a Pedro.

41 "Vigiem e orem para que não caiam em tentação. O espírito está pronto, mas a carne é fraca."

I Coríntios 10.12,14

12 Assim, aquele que julga estar firme, cuide-se para que não caia!

13 Não sobreveio a vocês tentação que não fosse comum aos homens. E Deus é fiel; ele não permitirá que vocês sejam tentados além do que podem suportar. Mas, quando forem tentados, ele mesmo lhes providenciará um escape, para que possam suportar.

14 Por isso, meus amados irmãos, fujam da idolatria.

Filipenses 4.8

8 Finalmente, irmãos, tudo o que for verdadeiro, tudo o que for nobre, tudo o que for correto, tudo o que for puro, tudo o que for amável, tudo o que for de boa fama, se houver algo de excelente ou digno de louvor, pensem nessas coisas.

Tiago 4.7

7 Portanto, submetam-se a Deus. Resistam ao Diabo, e ele fugirá de vocês.

II Pedro 2.2,9

2 Muitos seguirão os caminhos vergonhosos desses homens e, por causa deles, será difamado o caminho da verdade.

3 Em sua cobiça, tais mestres os explorarão com histórias que inventaram. Há muito tempo a sua condenação paira sobre eles, e a sua destruição não tarda.

4 Pois Deus não poupou os anjos que pecaram, mas os lançou no inferno, prendendo-os em abismos tenebrosos a fim de serem reservados para o juízo.

5 Ele não poupou o mundo antigo quando trouxe o Dilúvio sobre aquele povo ímpio, mas preservou Noé, pregador da justiça, e mais sete pessoas.

6 Também condenou as cidades de Sodoma e Gomorra, reduzindo-as a cinzas, tornando-as exemplo do que acontecerá aos ímpios;

7 mas livrou Ló, homem justo, que se afligia com o procedimento libertino dos que não tinham princípios morais

8 (pois, vivendo entre eles, todos os dias aquele justo se atormentava em sua alma justa por causa das maldades que via e ouvia).

9 Vemos, portanto, que o SENHOR sabe livrar os piedosos da provação e manter em castigo os ímpios para o dia do juízo,

II Pedro 3.17

17 Portanto, amados, sabendo disso, guardem-se para que não sejam levados pelo erro dos que não têm



princípios morais, nem percam a sua firmeza e caiam.

Tiago 1.13,14

13 Quando alguém for tentado, jamais deverá dizer: "Estou sendo tentado por Deus". Pois Deus não pode ser tentado pelo mal, e a ninguém tenta.

14 Cada um, porém, é tentado pelo próprio mau desejo, sendo por este arrastado e seduzido.

Salmo 1, p. 49

Salmo 139, p. 75

Outros Salmos: 30, 141

VENCIDO

Mateus 20.28

28 Como o Filho do homem, que não veio para ser servido, mas para servir e dar a sua vida em resgate por muitos".

Romanos 8.31,39

31 Que diremos, pois, diante dessas coisas? Se Deus é por nós, quem será contra nós?

32 Aquele que não poupou seu próprio Filho, mas o entregou por todos nós, como não nos dará juntamente com ele, e de graça, todas as coisas?

33 Quem fará alguma acusação contra os escolhidos de Deus? É Deus quem os justifica.

34 Quem os condenará? Foi Cristo Jesus que morreu; e mais, que ressuscitou e está à direita de Deus, e também intercede por nós.

35 Quem nos separará do amor de Cristo? Será tribulação, ou angústia, ou perseguição, ou fome, ou nudez, ou perigo, ou espada?

36 Como está escrito: "Por amor de ti enfrentamos a morte todos os dias; somos considerados como ovelhas destinadas ao matadouro".

37 Mas, em todas estas coisas somos mais que vencedores, por meio daquele que nos amou.

38 Pois estou convencido de que nem morte nem vida, nem anjos nem demônios nem o presente nem o futuro, nem quaisquer poderes,

TRISTE

Mateus 5.4

4 Bem-aventurados os que choram, pois serão consolados.

II Coríntios 1.3,4

3 Bendito seja o Deus e Pai de nosso Senhor Jesus Cristo, Pai das misericórdias e Deus de toda consolação,

4 que nos consola em todas as nossas tribulações, para que, com a consolação que recebemos de Deus, possamos consolar os que estão passando por tribulações.

Salmo 31.2, p. 57

Salmo 31.10, 17, p. 57

Salmo 43, p. 63

Outros Salmos: 13

39 Nem altura nem profundidade, nem qualquer outra coisa na criação será capaz de nos separar do amor de Deus que está em Cristo Jesus, nosso SENHOR.

I João 1.4,9

- 4 Escrevemos estas coisas para que a nossa alegria seja completa.
5 Esta é a mensagem que dele ouvimos e transmitimos a vocês: Deus é luz; nele não há treva alguma.
6 Se afirmarmos que temos comunhão com ele, mas andamos nas trevas, mentimos e não praticamos a verdade.
7 Se, porém, andarmos na luz, como ele está na luz, temos comunhão uns com os outros, e o sangue de Jesus, seu Filho, nos purificar de todo pecado.
8 Se afirmarmos que estamos sem pecado, enganamos a nós mesmos, e a verdade não está em nós.
9 Se confessarmos os nossos pecados, ele é fiel e justo para perdoar os nossos pecados e nos purificar de toda injustiça.

Eclesiastes 4.12

12 Um homem sozinho pode ser vencido, mas dois conseguem defender-se. Um cordão de três dobras não se rompe com facilidade.

Salmo 6, p. 49

Salmo 90, p. 68

Salmo 139, p. 75

Outros Salmos: 8

VINGATIVO

Salmo 109, p. 70

Outros Salmos: 3, 7

VIDA PROFISSIONAL

(Ver Textos Interessantes p. 123)

Provérbios 14.4

4 Onde não há boi o celeiro fica vazio, mas da força do boi vem a grande colheita.

Provérbios 22.29

29 Você já observou um homem habilidoso em seu trabalho? Será promovido ao serviço real; não trabalhará para gente obscura.

Provérbios 31.8,9

- 8 “Erga a voz em favor dos que não podem defender-se, seja o defensor de todos os desamparados.
9 Erga a voz e julgue com justiça; defendendo os direitos dos pobres e dos necessitados”.

I Coríntios 9.24,27

- 24 Vocês não sabem que de todos os que correm no estádio, apenas um ganha o prêmio? Corram de tal modo que alcancem o prêmio.
25 Todos os que competem nos jogos se submetem a um treinamento rigoroso, para obter uma coroa que logo perece; mas nós o fazemos para ganhar uma coroa que dura para sempre.

26 Sendo assim, não corro como quem corre sem alvo, e não luto como quem esmurga o ar.

27 Mas esmurga o meu corpo e faço dele meu escravo, para que, depois de ter pregado aos outros, eu mesmo não venha a ser reprovado.

Eclesiastes 10.8,12

8 Quem cava um poço cairá nele; quem derruba um muro será picado por uma cobra.

9 Quem arranca pedras, com elas se ferirá; quem racha lenha se arrisca.

10 Se o machado está cego e sua lâmina não foi afiada, é preciso golpear com mais força; agir com sabedoria assegura o sucesso.

11 Se a cobra morder antes de ser encantada, para que servirá o encantador?

12 As palavras do sábio lhe trazem benefícios, mas os lábios do insensato o destroem.

Efésios 6.5,9

5 Escravos, obedeçam a seus senhores terrenos com respeito e temor, com sinceridade de coração, como a Cristo.

6 Obedeçam-lhes não apenas para agradá-los quando eles os observam, mas como escravos de Cristo, fazendo de coração a vontade de Deus.

7 Sirvam aos seus senhores de boa vontade, como ao SENHOR, e não aos homens,

8 porque vocês sabem que o SENHOR recompensará a cada um pelo bem que praticar, seja escravo, seja livre.

9 Vocês, senhores, tratem seus escravos da mesma forma. Não os ameacem, uma vez que vocês sabem que o SENHOR deles e de vocês está nos céus, e ele não faz diferença entre as pessoas.

Lucas 5

1 Certo dia Jesus estava perto do lago de Genesaré, e uma multidão o comprimia de todos os lados para ouvir a palavra de Deus.

2 Viu à beira do lago dois barcos, deixados ali pelos pescadores, que estavam lavando as suas redes.

3 Entrou num dos barcos, o que pertencia a Simão, e pediu-lhe que o afastasse um pouco da praia. Então sentou-se, e do barco ensinava o povo.

4 Tendo acabado de falar, disse a Simão: “Vá para onde as águas são mais fundas”, e a todos: “Lancem as redes para a pesca”.

5 Simão respondeu: “Mestre, esforçamo-nos a noite inteira e não pegamos nada. Mas, porque és tu quem está dizendo isto, vou lançar as redes”.

6 Quando o fizeram, pegaram tal quantidade de peixe que as redes começaram a rasgar-se.

7 Então fizeram sinais a seus companheiros no outro barco, para que viessem ajudá-lo; e eles vieram e encheram ambos os barcos, a ponto de quase começarem a afundar.

8 Quando Simão Pedro viu isso, prostrou-se aos pés de Jesus e disse: “Afasta-te de mim, Senhor, porque sou um homem pecador!”

9 Pois ele e todos os seus companheiros estavam perplexos com a pesca que haviam feito, 10 como também Tiago e João, os filhos de Zebedeu, sócios de Simão. Então Jesus disse a Simão: “Não tenha medo; de agora em diante você será pescador de homens”.

11 Eles então arrastaram seus barcos para a praia, deixaram tudo e o seguiram.

12 Estando Jesus numa das cidades, passou um homem coberto de lepra. Quando viu a Jesus, prostrou-se com o rosto em terra e rogou-lhe: “Se quiseres, podes purificar-me”.

13 Jesus estendeu a mão e tocou nele, dizendo: “Quero. Seja purificado!” E imediatamente a lepra o deixou.

14 Então Jesus lhe ordenou: “Não conte isso a ninguém; mas vá mostrar-se ao sacerdote e ofereça pela sua purificação os sacrifícios que Moisés ordenou, para que sirva de testemunho”.

15 Todavia, as notícias a respeito dele se espalhavam ainda mais, de forma que multidões vinham para ouvi-lo e para serem curadas de suas doenças.

16 Mas Jesus retirava-se para lugares solitários, e orava.

17 Certo dia, quando ele ensinava, estavam sentados ali fariseus e mestres da lei, procedentes de todos os povoados da Galiléia, da Judéia e de Jerusalém. E o poder do Senhor estava com ele para curar os doentes.

18 Vieram alguns homens trazendo um paralítico numa maca e tentaram fazê-lo entrar na casa, para colocá-lo diante de Jesus.

19 Não conseguindo fazer isso, por causa da multidão, subiram ao terraço e o baixaram em sua maca, através de uma abertura, até o meio da multidão, bem em frente de Jesus. 20 Vendo a fé que eles tinham, Jesus disse: “Homem, os seus pecados estão perdoados”.

21 Os fariseus e os mestres da lei começaram a pensar: “Quem é esse que blasfema? Quem pode perdoar pecados, a não ser somente Deus?”

22 Jesus, sabendo o que eles estavam pensando, perguntou: “Por que vocês estão pensando assim?

23 Que é mais fácil dizer: ‘Os seus pecados estão perdoados’, ou: ‘Levante-se e ande’?

24 Mas, para que vocês saibam que o Filho do homem tem na terra autoridade para perdoar pecados” – disse ao paralítico – “eu lhe digo: levante-se, pegue a sua maca e vá para casa”.

25 Imediatamente ele se levantou na frente deles, pegou a maca em que estivera deitado e foi para casa louvando a Deus.

26 Todos ficaram atônitos e glorificavam a Deus, e, cheios de temor, diziam: “Hoje vimos coisas extraordinárias!”

27 Depois disso, Jesus saiu e viu um publicano chamado Levi, sentado na coleitoria, e disse-lhe: “Siga-me”.

28 Levi levantou-se, deixou tudo e o seguiu.

29 Então Levi ofereceu um grande banquete a Jesus em sua casa. Havia muita gente comendo com eles: publicanos e outras pessoas.

30 Mas os fariseus e aqueles mestres da lei que eram da mesma facção queixaram-se aos discípulos de Jesus: “Por que vocês comem e bebem com publicanos e ‘pecadores’?”

31 Jesus lhes respondeu: “Não são os que têm saúde que precisam de médico, mas sim os doentes.

32 Eu não vim chamar justos, mas pecadores ao arrependimento”.

33 E eles lhe disseram: “Os discípulos de João jejuam e oram frequentemente, bem como os discípulos dos fariseus; mas os teus vivem comendo e bebendo”.

34 Jesus respondeu: “Podem vocês fazer os convidados do noivo jejuar enquanto o noivo está com eles?

35 Mas virão dias quando o noivo lhes será tirado; naqueles dias jejuarão”.

36 Então lhes contou esta parábola: “Ninguém tira remendo de roupa nova e o costura em roupa velha; se o fizer, estragará a roupa nova, além do que o remendo da nova não se ajustará à velha.

37 E ninguém põe vinho novo em vasilhas de couro velhas; se o fizer, o vinho novo rebentará as vasilhas, se derramará, e as vasilhas se estragarão.

38 Pelo contrário, vinho novo deve ser posto em vasilhas de couro novas.

39 E ninguém, depois de beber o vinho velho, prefere o novo, pois diz: ‘O vinho velho é melhor!’”

Lucas 6.46,49

46 E por que me chamais, SENHOR, SENHOR, e não fazeis o que eu digo?

47 Qualquer que vem a mim e ouve as minhas palavras, e as ob-serva, eu vos mostrarei a quem é semelhante:

48 É semelhante ao homem que edificou uma casa, e cavou, e abriu bem fundo, e pôs os alicerces sobre a rocha; e, vindo a enchente, bateu com ímpeto a corrente naquela casa, e não a pôde abalar, porque estava fundada sobre a rocha.

49 Mas o que ouve e não pratica é semelhante ao homem que edificou uma casa sobre terra, sem alicerces, na qual bateu com ímpeto a corrente, e logo caiu; e foi grande a ruína daquela casa.

Salmo 126.5,6

5 Aqueles que semeiam com lágrimas, com cantos de alegria colherão.

6 Aquele que sai chorando enquanto lança a semente, voltará com cantos de alegria, trazendo os seus feixes.

Salmo 15, p. 51

Salmo 16, p. 51

Salmo 46, p. 63

Salmo 112, p. 72

Outros Salmos: 11, 17, 33, 49





2

Salmos Escolhidos*



* A Bíblia contém 150 Salmos, dos quais selecionei alguns para você.







SALMOS

SALMO 1

- 1 Como é feliz aquele que não segue o conselho dos ímpios, não imita a conduta dos pecadores, nem se assenta na roda dos zombadores!
- 2 Ao contrário, sua satisfação está na lei do SENHOR, e nessa lei medita dia e noite.
- 3 É como árvore plantada à beira de águas correntes: Dá fruto no tempo certo e suas folhas não murcham. Tudo o que ele faz prospera!
- 4 Não é o caso dos ímpios! São como palha que o vento leva.
- 5 Por isso os ímpios não resistirão no julgamento, nem os pecadores na comunidade dos justos.
- 6 Pois o SENHOR aprova o caminho dos justos, mas o caminho dos ímpios leva à destruição!

SALMO 4

- 1 Responde-me quando clamo, ó Deus que me fazes justiça! Dá-me alívio da minha angústia; tem misericórdia de mim e ouve a minha oração.
- 2 Até quando vocês, ô poderosos, ultrajarão a minha honra? Até quando estarão amando ilusões e buscando mentiras?
- 3 Saibam que o SENHOR escolheu o piedoso; o SENHOR ouvirá quando eu o invocar.

4 Quando vocês ficarem irados, não pequem; ao deitar-se reflitam nisso, e aquietem-se.

[Pausa]

5 Ofereçam sacrifícios como Deus exige e confiem no SENHOR.

6 Muitos perguntam: "Quem nos fará desfrutar o bem?" Faze, ó SENHOR, resplandecer sobre nós a luz do teu rosto!

7 Encheste o meu coração de alegria, alegria maior do que a daqueles que têm fartura de trigo e de vinho.

8 Em paz me deito e logo adormeço, pois só tu, SENHOR, me fazes viver em segurança.

SALMO 6

- 1 SENHOR, não me castigues na tua ira nem me disciplines no teu furor.
- 2 Misericórdia, SENHOR, pois vou desfalecendo! Cura-me, SENHOR, pois os meus ossos tremem:
- 3 todo o meu ser estremece. Até quando, SENHOR, até quando?
- 4 Volta-te, SENHOR, e livra-me; salva-me por causa do teu amor leal.
- 5 Quem morreu não se lembra de ti. Entre os mortos, quem te louvará?

6 Estou exausto de tanto gemer.
De tanto chorar inundado de noite a
minha cama; de lágrimas encharco o
meu leito.

7 Os meus olhos se consomem
de tristeza; fraquejam por causa de
todos os meus adversários.

8 Afastem-se de mim todos vocês
que praticam o mal, porque o
SENHOR ouviu o meu choro.

9 O SENHOR ouviu a minha
súplica; o SENHOR aceitou a
minha oração.

10 Serão humilhados e aterrorizados
todos os meus inimigos; frustrados,
recuarão de repente.

SALMO 10

1 Senhor, por que estás tão longe?
Por que te escondes em tempos de
angústia?

2 Em sua arrogância o ímpio
persegue o pobre, que é apanhado
em suas tramas.

3 Ele se gaba de sua própria cobiça
e, em sua ganância, amaldiçoá e
insulta o Senhor.

4 Em sua presunção o ímpio não
o busca; não há lugar para Deus em
nenhum dos seus planos.

5 Os seus caminhos prosperam
sempre; tão acima da sua
compreensão estão as tuas leis que
ele faz pouco caso de todos os seus
adversários,

6 pensando consigo mesmo: "Nada
me abalará! Desgraça alguma me
atingirá, nem a mim nem aos meus
descendentes".

7 Sua boca está cheia de maldições,
mentiras e ameaças; violência e
maldade estão em sua língua.

8 Fica à espreita perto dos
povoados; em emboscadas mata os
inocentes, procurando às escondidas
as suas vítimas.

9 Fica à espreita como o leão
escondido; fica à espreita para
apanhar o necessitado; apanha o
necessitado e o arrasta para a sua
rede.

10 Agachado, fica de tocaia; as suas
vítimas caem em seu poder.

11 Pensa consigo mesmo: "Deus se
esqueceu; escondeu o rosto e nunca
verá isto".

12 Levanta-te, Senhor! Ergue a tua
mão, ó Deus! Não te esqueças dos
necessitados.

13 Por que o ímpio insulta a Deus,
dizendo no seu íntimo: "De nada me
pedirás contas!"?

14 Mas tu enxergas o sofrimento e
a dor; observa-os para tomá-los em
tuas mãos. A vítima deles entrega-se
a ti; tu és o protetor do órfão.

15 Quebra o braço do ímpio e
do perverso, pede contas de sua
impiedade até que dela nada mais se
ache.

16 O Senhor é rei para todo o
sempre; da sua terra desapareceram
os outros povos.

17 Tu, Senhor, ouves a súplica
dos necessitados; tu os reanimas e
atendes ao seu clamor.

18 Defendes o órfão e o oprimido,
a fim de que o homem, que é pó, já
não cause terror

SALMO 15

1 SENHOR, quem habitará no teu santuário? Quem poderá morar no teu santo monte?
 2 Aquele que é íntegro em sua conduta e pratica o que é justo, que de coração fala a verdade
 3 e não usa a língua para difamar, que nenhum mal faz ao seu semelhante e não lança calúnia contra o seu próximo,
 4 que rejeita quem merece desprezo, mas honra os que temem o SENHOR, que mantém a sua palavra, mesmo quando sai prejudicado,
 5 que não empresta o seu dinheiro visando lucro nem aceita suborno contra o inocente. Quem assim procede nunca será abalado!

SALMO 16

1 Protege-me, ó Deus, pois em ti me refugio.
 2 Ao SENHOR declaro: "Tu és o meu Senhor; não tenho bem nenhum além de ti".
 3 Quanto aos fiéis que há na terra, eles é que são os notáveis em quem está todo o meu prazer.
 4 Grande será o sofrimento dos que correm atrás de outros deuses. Não participarei dos seus sacrifícios de sangue, e os meus lábios nem mencionarão os seus nomes.
 5 SENHOR, tu és a minha porção e o meu cálice; és tu que garantes o meu futuro.

6 As divisas caíram para mim em lugares agradáveis: Tenho uma bela herança!
 7 Bendirei o SENHOR, que me aconselha; na escura noite o meu coração me ensina!
 8 Sempre tenho o SENHOR diante de mim. Com ele à minha direita, não serei abalado.
 9 Por isso o meu coração se alegra e no íntimo exulta; mesmo o meu corpo reposará tranquilo,
 10 porque tu não me abandonarás no sepulcro, nem permitirás que o teu santo sofra decomposição.
 11 Tu me farás conhecer a vereda da vida, a alegria plena da tua presença, eterno prazer à tua direita.

SALMO 18

1 Ele disse: Eu te amo, ó SENHOR, minha força.
 2 O SENHOR é a minha rocha, a minha fortaleza e o meu libertador; o meu Deus é o meu rochedo, em quem me refugio. Ele é o meu escudo e o poder que me salva, a minha torre alta.
 3 Clamo ao SENHOR, que é digno de louvor, e estou salvo dos meus inimigos.
 4 As cordas da morte me enredaram; as torrentes da destruição me surpreenderam.
 5 As cordas do Sheol me envolveram; os laços da morte me alcançaram.
 6 Na minha aflição clamei ao SENHOR; gritei por socorro ao meu

Deus. Do seu templo ele ouviu a minha voz; meu grito chegou à sua presença, aos seus ouvidos.

7 A terra tremeu e agitou-se, e os fundamentos dos montes se abalaram; estremeceram porque ele se irou.

8 Das suas narinas subiu fumaça; da sua boca saíram brasas vivas e fogo consumidor.

9 Ele abriu os céus e desceu; nuvens escuras estavam sob os seus pés.

10 Montou um querubim e voou, deslizando sobre as asas do vento.

11 Fez das trevas o seu esconderijo, das escuras nuvens, cheias de água, o abrigo que o envolia.

12 Com o fulgor da sua presença as nuvens se desfizeram em granizo e raios,

13 quando dos céus trovejou o SENHOR, e ressoou a voz do Altíssimo.

14 Atirou suas flechas e dispersou meus inimigos, com seus raios os derrotou.

15 O fundo do mar apareceu, e os fundamentos da terra foram expostos pela tua repreensão, ó SENHOR, com o forte sopro das tuas narinas.

16 Das alturas estendeu a mão e me segurou; tirou-me das águas profundas.

17 Livrou-me do meu inimigo poderoso, dos meus adversários, fortes demais para mim.

18 Eles me atacaram no dia da minha desgraça, mas o SENHOR foi o meu amparo.

19 Ele me deu total libertação; livrou-me porque me quer bem.

20 O SENHOR me tratou conforme a minha justiça; conforme a pureza das minhas mãos recompensou-me.

21 Pois segui os caminhos do SENHOR; não agi como ímpio, afastando-me do meu Deus.

22 Todas as suas ordenanças estão diante de mim; não me desviei dos seus decretos.

23 Tenho sido irrepreensível para com ele e guardei-me de praticar o mal.

24 O SENHOR me recompensou conforme a minha justiça, conforme a pureza das minhas mãos diante dos seus olhos.

25 Ao fiel te revelas fiel, ao irrepreensível te revelas irrepreensível,

26 ao puro te revelas puro, mas com o perverso reages à altura.

27 Salvas os que são humildes, mas humilha os de olhos altivos.

28 Tu, SENHOR, manténs acesa a minha lâmpada; o meu Deus transforma em luz as minhas trevas.

29 Com o teu auxílio posso atacar uma tropa; com o meu Deus posso transpor muralhas.

30 Este é o Deus cujo caminho é perfeito; a palavra do SENHOR é comprovadamente genuína. Ele é um escudo para todos os que nele se refugiam.

31 Pois quem é Deus além do SENHOR? E quem é rocha senão o nosso Deus?

32 Ele é o Deus que me reveste de força e torna perfeito o meu caminho.

33 Torna os meus pés ágeis como os da corça, sustenta-me firme nas alturas.

34 Ele treina as minhas mãos para a batalha e os meus braços para vergar um arco de bronze.

35 Tu me dás o teu escudo de vitória; tua mão direita me sustém; desces ao meu encontro para exaltar-me.

36 Deixaste livre o meu caminho, para que não se torçam os meus tornozelos.

37 Persegui os meus inimigos e os alcancei; e não voltei enquanto não foram destruídos.

38 Massacrei-os, e não puderam levantar-se; jazem debaixo dos meus pés.

39 Deste-me força para o combate; subjugaste os que se rebelaram contra mim.

40 Puseste os meus inimigos em fuga e exterminei os que me odiavam.

41 Gritaram por socorro, mas não houve quem os salvasse; clamaram ao SENHOR, mas ele não respondeu.

42 Eu os reduzi a pó, pó que o vento leva. Pisei-os como à lama das ruas.

43 Tu me livraste de um povo em revolta; fizeste-me o cabeça de nações; um povo que não conheci sujeita-se a mim.

44 Assim que me ouvem, me obedecem; são estrangeiros que se submetem a mim.

45 Todos eles perderam a coragem; tremendo, saem das suas fortalezas.

46 O SENHOR vive! Bendita seja a minha Rocha! Exaltado seja Deus, o meu Salvador!

47 Este é o Deus que em meu favor executa vingança, que a mim sujeita nações.

48 Tu me livraste dos meus inimigos; sim, fizeste-me triunfar sobre os meus agressores, e de homens violentos me libertaste.

49 Por isso eu te louvarei entre as nações, ó SENHOR; cantarei louvores ao teu nome.

50 Ele dá grandes vitórias ao seu rei; é bondoso com o seu ungido, com Davi e os seus descendentes para sempre.

SALMO 19

1 Os céus declaram a glória de Deus; o firmamento proclama a obra das suas mãos.

2 Um dia fala disso a outro dia; uma noite o revela a outra noite.

3 Sem discurso nem palavras, não se ouve a sua voz.

4 Mas a sua voz ressoa por toda a terra, e as suas palavras, até os confins do mundo. Nos céus ele armou uma tenda para o sol,

5 que é como um noivo que sai de seu aposento e se lança em sua carreira com a alegria de um herói.

6 Sai de uma extremidade dos céus e faz o seu trajeto até a outra; nada escapa ao seu calor.

7 A lei do SENHOR é perfeita, e revigora a alma. Os testemunhos do SENHOR são dignos de confiança, e tornam sábios os inexperientes.

8 Os preceitos do SENHOR são justos, e dão alegria ao coração. Os

mandamentos do SENHOR são lícitos, e trazem luz aos olhos.

9 O temor do SENHOR é puro, e dura para sempre. As ordenanças do SENHOR são verdadeiras, são todas elas justas.

10 São mais desejáveis do que o ouro, do que muito ouro puro; são mais doces do que o mel, do que as gotas do favo.

11 Por elas o teu servo é advertido; há grande recompensa em obedecer-lhes.

12 Quem pode discernir os próprios erros? Absolve-me dos que desconheço!

13 Também guarda o teu servo dos pecados intencionais; que eles não me dominem! Então serei íntegro, inocente de grande transgressão.

14 Que as palavras da minha boca e a meditação do meu coração sejam agradáveis a ti, SENHOR, minha Rocha e meu Resgatador!

SALMO 22

1 Meu Deus! Meu Deus! Por que me abandonaste? Por que estás tão longe de salvar-me, tão longe dos meus gritos de angústia?

2 Meu Deus! Eu clamo de dia, mas não respondes; de noite, e não recebo alívio!

3 Tu, porém, és o Santo, és rei, és o louvor de Israel.

4 Em ti os nossos antepassados puseram a sua confiança; confiaram, e os livraste.

5 Clamaram a ti, e foram libertos; em ti confiaram, e não se decepcionaram.

6 Mas eu sou verme, e não homem, motivo de zombaria e objeto de desprezo do povo.

7 Caçoam de mim todos os que me veem; balançando a cabeça, lançam insultos contra mim, dizendo:

8 “Recorra ao SENHOR! Que o SENHOR o liberte! Que ele o livre, já que lhe quer bem!”

9 Contudo, tu mesmo me tiraste do ventre; deste-me segurança junto ao seio de minha mãe.

10 Desde que nasci fui entregue a ti; desde o ventre materno és o meu Deus.

11 Não fiques distante de mim, pois a angústia está perto e não há ninguém que me socorra.

12 Muitos touros me cercam, sim, rodeiam-me os poderosos de Basã.

13 Como leão voraz rugindo, escancaram a boca contra mim.

14 Como água me derramei, e todos os meus ossos estão desconjuntados. Meu coração se tornou como cera; derreteu-se no meu íntimo.

15 Meu vigor secou-se como um caco de barro, e a minha língua gruda no céu da boca; deixaste-me no pó, à beira da morte.

16 Cães me rodearam! Um bando de homens maus me cercou! Perfuraram minhas mãos e meus pés.

17 Posso contar todos os meus ossos, mas eles me encaram com desprezo.

18 Dividiram as minhas roupas entre si, e lançaram sortes pelas minhas vestes.

19 Tu, porém, SENHOR, não fiques distante! Ó minha força, vem logo em meu socorro!

20 Livra-me da espada, livra a minha vida do ataque dos cães.
 21 Salva-me da boca dos leões, e dos chifres dos bois selvagens. E tu me respondeste.
 22 Proclamarei o teu nome a meus irmãos; na assembleia te louvarei.
 23 Louvem-no, vocês que temem o SENHOR! Glorifiquem-no, todos vocês, descendentes de Jacó! Tremam diante dele, todos vocês, descendentes de Israel!
 24 Pois não menosprezou nem repudiou o sofrimento do afliito; não escondeu dele o rosto, mas ouviu o seu grito de socorro.
 25 De ti vem o tema do meu louvor na grande assembleia; na presença dos que te temem cumprirei os meus votos.
 26 Os pobres comerão até ficarem satisfeitos; aqueles que buscam o SENHOR o louvarão! Que vocês tenham vida longa!
 27 Todos os confins da terra se lembrarão e se voltarão para o SENHOR, e todas as famílias das nações se prostrarão diante dele,
 28 pois do SENHOR é o reino; ele governa as nações.
 29 Todos os ricos da terra se banquetejarão e o adorarão; haverão de ajoelhar-se diante dele todos os que descem ao pó, cuja vida se esvai.
 30 A posteridade o servirá; gerações futuras ouvirão falar do SENHOR,
 31 e a um povo que ainda não nasceu proclamarão seus feitos de justiça, pois ele agiu poderosamente.

SALMO 23

1 O SENHOR é o meu pastor; de nada terei falta.
 2 Em verdes pastagens me faz repousar e me conduz a águas tranquilas;
 3 restaura-me o vigor. Guia-me nas veredas da justiça por amor do seu nome.
 4 Mesmo quando eu andar por um vale de trevas e morte, não temerei perigo algum, pois tu estás comigo; a tua vara e o teu cajado me protegem.
 5 Preparas um banquete para mim à vista dos meus inimigos. Tu me honras, ungindo a minha cabeça com óleo e fazendo transbordar o meu cálice.
 6 Sei que a bondade e a fidelidade me acompanharão todos os dias da minha vida, e voltarei à casa do SENHOR enquanto eu viver.

SALMO 25

1 A ti, SENHOR, elevo a minha alma.
 2 Em ti confio, ó meu Deus. Não deixes que eu seja humilhado, nem que os meus inimigos triunfem sobre mim!
 3 Nenhum dos que esperam em ti ficará decepcionado; decepcionados ficarão aqueles que, sem motivo, agem traiçoeiramente.
 4 Mostra-me, SENHOR, os teus caminhos, ensina-me as tuas veredas;
 5 guia-me com a tua verdade e ensina-me, pois tu és Deus, meu Salvador, e a minha esperança está em ti o tempo todo.

6 Lembra-te, SENHOR, da tua compaixão e da tua misericórdia, que tens mostrado desde a antiguidade.

7 Não te lembres dos pecados e transgressões da minha juventude; conforme a tua misericórdia, lembra-te de mim, pois tu, SENHOR, és bom.

8 Bom e justo é o SENHOR; por isso mostra o caminho aos pecadores.

9 Conduz os humildes na justiça e lhes ensina o seu caminho.

10 Todos os caminhos do SENHOR são amor e fidelidade para com os que cumprem os preceitos da sua aliança.

11 Por amor do teu nome, SENHOR, perdoa o meu pecado, que é tão grande!

12 Quem é o homem que teme o SENHOR? Ele o instruirá no caminho que deve seguir.

13 Viverá em prosperidade, e os seus descendentes herdarão a terra.

14 O SENHOR confia os seus segredos aos que o temem, e os leva a conhecer a sua aliança.

15 Os meus olhos estão sempre voltados para o SENHOR, pois só ele tira os meus pés da armadilha.

16 Volta-te para mim e tem misericórdia de mim, pois estou só e aflito.

17 As angústias do meu coração se multiplicaram; liberta-me da minha aflição.

18 Olha para a minha tribulação e o meu sofrimento, e perdoa todos os meus pecados.

19 Vê como aumentaram os meus inimigos e com que fúria me odeiam!

20 Guarda a minha vida e livra-me! Não me deixes decepcionado, pois eu me refugio em ti.

21 Que a integridade e a retidão me protejam, porque a minha esperança está em ti.

22 Ó Deus, liberta Israel de todas as suas aflições!

SALMO 26

1 Faze-me justiça, SENHOR, pois tenho vivido com integridade. Tenho confiado no SENHOR, sem vacilação.

2 Sonda-me, SENHOR, e prova-me, examina o meu coração e a minha mente;

3 pois o teu amor está sempre diante de mim, e continuamente sigo a tua verdade.

4 Não me associo com homens falsos, nem ando com hipócritas; 5 detesto o ajuntamento dos malfeiteiros, e não me assento com os ímpios.

6 Lavo as mãos na inocência, e do teu altar, SENHOR, me aproximo 7 cantando hinos de gratidão e falando de todas as tuas maravilhas.

8 Eu amo, SENHOR, o lugar da tua habitação, onde a tua glória habita.

9 Não me dês o destino dos pecadores, nem o fim dos assassinos; 10 suas mãos executam planos perversos, praticam suborno abertamente.

11 Mas eu vivo com integridade; livra-me e tem misericórdia de mim.

12 Os meus pés estão firmes na retidão; na grande assembleia bendirei o SENHOR.

SALMO 27

1 O SENHOR é a minha luz e a minha salvação; de quem terei temor? O SENHOR é o meu forte refúgio; de quem terei medo?

2 Quando homens maus avançarem contra mim para destruir-me, eles, meus inimigos e meus adversários, é que tropeçarão e cairão.

3 Ainda que um exército se acampe contra mim, meu coração não temerá; ainda que se declare guerra contra mim, mesmo assim estarei confiante.

4 Uma coisa pedi ao SENHOR; é o que procuro: que eu possa viver na casa do SENHOR todos os dias da minha vida, para contemplar a bondade do SENHOR e buscar sua orientação no seu templo.

5 Pois no dia da adversidade ele me guardará protegido em sua habitação; no seu tabernáculo me esconderá e me porá em segurança sobre um rochedo.

6 Então triunfarei sobre os inimigos que me cercam. Em seu tabernáculo oferecerei sacrifícios com aclamações; cantarei e louvarei ao SENHOR.

7 Ouve a minha voz quando clamo, ó SENHOR; tem misericórdia de mim e responde-me.

8 A teu respeito diz o meu coração: Busque a minha face! A tua face, SENHOR, buscarei.

9 Não escondas de mim a tua face, não rejeites com ira o teu servo; tu tens sido o meu ajudador. Não me desampares nem me abandones, ó Deus, meu salvador!

10 Ainda que me abandonem pai e mãe, o SENHOR me acolherá.

11 Ensina-me o teu caminho, SENHOR; conduze-me por uma vereda segura por causa dos meus inimigos.

12 Não me entregues ao capricho dos meus adversários, pois testemunhas falsas se levantam contra mim, respirando violência.

13 Apesar disso, esta certeza eu tenho: viverei até ver a bondade do SENHOR na terra.

14 Espere no SENHOR. Seja forte! Coragem! Espere no SENHOR.

SALMO 31

1 Em ti, SENHOR, me refugio; nunca permitas que eu seja humilhado; livra-me pela tua justiça.

2 Inclina os teus ouvidos para mim, vem livrar-me depressa! Sê minha rocha de refúgio, uma fortaleza poderosa para me salvar.

3 Sim, tu és a minha rocha e a minha fortaleza; por amor do teu nome, conduze-me e guia-me.

4 Tira-me da armadilha que me preparam, pois tu és o meu refúgio.

5 Nas tuas mãos entrego o meu espírito; resgata-me, SENHOR, Deus da verdade.

6 Odeio aqueles que se apegam a ídolos inúteis; eu, porém, confio no SENHOR.

7 Exultarei com grande alegria por teu amor, pois viste a minha aflição e conheceste a angústia da minha alma.

8 Não me entregaste nas mãos dos meus inimigos; deste-me segurança e liberdade.

9 Misericórdia, SENHOR!

Estou em desespero! A tristeza me consome a vista, o vigor e o apetite.

10 Minha vida é consumida pela angústia, e os meus anos pelo gemido; minha aflição esgota as minhas forças, e os meus ossos se enfraquecem.

11 Por causa de todos os meus adversários, sou motivo de ultraje para os meus vizinhos e de medo para os meus amigos; os que me veem na rua fogem de mim.

12 Sou esquecido por eles como se estivesse morto; tornei-me como um pote quebrado.

13 Ouço muitos cochicharem a meu respeito; o pavor me domina, pois conspiram contra mim, tramando tirar-me a vida.

14 Mas eu confio em ti, SENHOR, e digo: Tu és o meu Deus.

15 O meu futuro está nas tuas mãos; livra-me dos meus inimigos e daqueles que me perseguem.

16 Faze o teu rosto resplandecer sobre o teu servo; salva-me por teu amor leal.

17 Não permitas que eu seja humilhado, SENHOR, pois tenho clamado a ti; mas que os ímpios sejam humilhados, e calados fiquem no Sheol.

18 Sejam emudecidos os seus lábios mentirosos, pois com arrogância e desprezo humilham os justos.

19 Como é grande a tua bondade, que reservaste para aqueles que te temem, e que, à vista dos homens, concedes àqueles que se refugiam em ti!

20 No abrigo da tua presença os esconde das intrigas dos homens; na tua habitação os proteges das línguas acusadoras.

21 Bendito seja o SENHOR, pois mostrou o seu maravilhoso amor para comigo quando eu estava em uma cidade cercada.

22 Alarmado, eu disse: Fui excluído da tua presença! Contudo, ouviste as minhas súplicas quando clamei a ti por socorro.

23 Amem o SENHOR, todos vocês, os seus santos! O SENHOR preserva os fiéis, mas aos arrogantes dá o que merecem.

24 Sejam fortes e corajosos, todos vocês que esperam no SENHOR!

SALMO 32

1 Como é feliz aquele que tem suas transgressões perdoadas e seus pecados apagados!

2 Como é feliz aquele a quem o SENHOR não atribui culpa e em quem não há hipocrisia!

3 Enquanto eu mantinha escondidos os meus pecados, o meu corpo definjava de tanto gemer.

4 Pois dia e noite a tua mão pesava sobre mim; minhas forças foram-se esgotando como em tempo de seca.

5 Então reconheci diante de ti o meu pecado e não encobri as minhas culpas. Eu disse: Confessarei as

minhas transgressões ao SENHOR, e tu perdoaste a culpa do meu pecado.

6 Portanto, que todos os que são fiéis orem a ti enquanto podes ser encontrado; quando as muitas águas se levantarem, elas não os atingirão.

7 Tu és o meu abrigo; tu me preservarás das angústias e me cercarás de canções de livramento.

8 Eu o instruirei e o ensinarei no caminho que você deve seguir; eu o aconselharei e cuidarei de você.

9 Não sejam como o cavalo ou o burro, que não têm entendimento mas precisam ser controlados com freios e rédeas, caso contrário não obedecem.

10 Muitas são as dores dos ímpios, mas a bondade do SENHOR protege quem nele confia.

11 Alegrem-se no SENHOR e exultem, vocês que são justos!

Cantem de alegria, todos vocês que são retos de coração!

5 Os que olham para ele estão radiantes de alegria; seus rostos jamais mostrarão decepção.

6 Este pobre homem clamou, e o SENHOR o ouviu; e o libertou de todas as suas tribulações.

7 O anjo do SENHOR é sentinelas ao redor daqueles que o temem, e os livra.

8 Provem, e vejam como o SENHOR é bom. Como é feliz o homem que nele se refugia!

9 Temam o SENHOR, vocês que são os seus santos, pois nada falta aos que o temem.

10 Os leões podem passar necessidade e fome, mas os que buscam o SENHOR de nada têm falta.

11 Venham, meus filhos, ouçam-me; eu lhes ensinarei o temor do SENHOR.

12 Quem de vocês quer amar a vida e deseja ver dias felizes?

13 Guarde a sua língua do mal e os seus lábios da falsidade.

14 Afaste-se do mal e faça o bem; busque a paz com perseverança.

15 Os olhos do SENHOR voltam-se para os justos e os seus ouvidos estão atentos ao seu grito de socorro;

16 o rosto do SENHOR volta-se contra os que praticam o mal, para apagar da terra a memória deles.

17 Os justos clamam, o SENHOR os ouve e os livra de todas as suas tribulações.

18 O SENHOR está perto dos que têm o coração quebrantado e salva os de espírito abatido.

SALMO 34

1 Bendirei o SENHOR o tempo todo! Os meus lábios sempre o louvarão.

2 Minha alma se gloriará no SENHOR; ouçam os oprimidos e se alegrem.

3 Proclamem a grandeza do SENHOR comigo; juntos exaltemos o seu nome.

4 Busquei o SENHOR, e ele me respondeu; livrou-me de todos os meus temores.

19 O justo passa por muitas adversidades, mas o SENHOR o livra de todas;
 20 protege todos os seus ossos; nenhum deles será quebrado.
 21 A desgraça matará os ímpios; os que odeiam o justo serão condenados.
 22 O SENHOR redime a vida dos seus servos; ninguém que nele se refugia será condenado.

SALMO 37

1 Não se aborreça por causa dos homens maus e não tenha inveja dos perversos;
 2 pois como o capim logo secarão, como a relva verde logo murcharão.
 3 Confie no Senhor e faça o bem; assim você habitará na terra e desfrutará segurança.
 4 Deleite-se no Senhor, e ele atenderá aos desejos do seu coração.
 5 Entregue o seu caminho ao Senhor; confie nele, e ele agirá:
 6 Ele deixará claro como a alvorada que você é justo, e como o sol do meio-dia que você é inocente.
 7 Descanse no Senhor e aguarde por ele com paciência; não se aborreça com o sucesso dos outros, nem com aqueles que maquinam o mal.
 8 Evite a ira e rejeite a fúria; não se irrita: isso só leva ao mal.
 9 Pois os maus serão eliminados, mas os que esperam no Senhor receberão a terra por herança.
 10 Um pouco de tempo, e os ímpios não mais existirão; por mais que os procure, não serão encontrados.

11 Mas os humildes receberão a terra por herança e desfrutarão pleno bem-estar.
 12 Os ímpios tramam contra os justos e rosnam contra eles;
 13 o Senhor, porém, ri dos ímpios, pois sabe que o dia deles está chegando.
 14 Os ímpios desembainham a espada e preparam o arco para abaterem o necessitado e o pobre, para matarem os que andam na retidão.
 15 Mas as suas espadas lhes atravessará o coração, e os seus arcos serão quebrados.
 16 Melhor é o pouco do justo do que a riqueza de muitos ímpios;
 17 pois o braço forte dos ímpios será quebrado, mas o Senhor sustém os justos.
 18 O Senhor cuida da vida dos integros, e a herança deles permanecerá para sempre.
 19 Em tempos de adversidade não ficarão decepcionados; em dias de fome desfrutarão fartura.
 20 Mas os ímpios perecerão; Os inimigos do Senhor murcharão como a beleza dos campos; desvanecerão como fumaça.
 21 Os ímpios tomam emprestado e não devolvem, mas os justos dão com generosidade;
 22 aqueles que o Senhor abençoa receberão a terra por herança, mas os que ele amaldiçoa serão eliminados.

23 O Senhor firma os passos de um homem, quando a conduta deste o agrada;

24 ainda que tropece, não cairá, pois o Senhor o toma pela mão.

25 Já fui jovem e agora sou velho, mas nunca vi o justo desamparado, nem seus filhos mendigando o pão.

26 Ele é sempre generoso e empresta com boa vontade; seus filhos serão abençoados.

27 Desvie-se do mal e faça o bem; e você terá sempre onde morar.

28 Pois o Senhor ama quem pratica a justiça, e não abandonará os seus fiéis. Para sempre serão protegidos, mas a descendência dos ímpios será eliminada; 29 os justos herdarão a terra e nela habitarão para sempre.

30 A boca do justo profere sabedoria, e a sua língua fala conforme a justiça.

31 Ele traz no coração a lei do seu Deus; nunca pisará em falso.

32 O ímpio fica à espreita do justo, querendo matá-lo;

33 mas o Senhor não o deixará cair em suas mãos, nem permitirá que o condenem quando julgado.

34 Espere no Senhor e siga a sua vontade. Ele o exaltará, dando-lhe a terra por herança; quando os ímpios forem eliminados, você o verá.

35 Vi um homem ímpio e cruel florescendo como frondosa árvore nativa,

36 mas logo desapareceu e não mais existia; embora eu o procurasse, não pôde ser encontrado.

37 Considere o íntegro, observe o justo; há futuro para o homem de paz.

38 Mas todos os rebeldes serão destruídos; futuro para os ímpios, nunca haverá.

39 Do Senhor vem a salvação dos justos; ele é a sua fortaleza na hora da adversidade.

40 O Senhor os ajuda e os livra; ele os livra dos ímpios e os salva, porque nele se refugiam.

SALMO 38

1 SENHOR, não me repreendas no teu furor nem me disciplines na tua ira.

2 Pois as tuas flechas me atravessaram, e a tua mão me atingiu.

3 Por causa de tua ira, todo o meu corpo está doente; não há saúde nos meus ossos por causa do meu pecado.

4 As minhas culpas me afogam; são como um fardo pesado e insuportável.

5 Minhas feridas cheiram mal e supuram por causa da minha insensatez.

6 Estou encurvado e muitíssimo abatido; o dia todo saio vagueando e pranteando.

7 Estou ardendo em febre; todo o meu corpo está doente.

8 Sinto-me muito fraco e totalmente esmagado; meu coração geme de angústia.

9 SENHOR, diante de ti estão todos os meus anseios; o meu suspiro não te é oculto.

10 Meu coração palpita, as forças me faltam; até a luz dos meus olhos se foi.

11 Meus amigos e companheiros me evitam por causa da doença que me aflige; ficam longe de mim os meus vizinhos.

12 Os que desejam matar-me preparam armadilhas, os que me querem prejudicar anunciam a minha ruína; passam o dia planejando traição.

13 Como um surdo, não ouço, como um mudo, não abro a boca.

14 Fiz-me como quem não ouve, e em cuja boca não há resposta.

15 SENHOR, em ti espero; tu me responderás, ó SENHOR meu Deus!

16 Pois eu disse: Não permitas que eles se divirtam à minha custa, nem triunfem sobre mim quando eu tropeçar.

17 Estou a ponto de cair, e a minha dor está sempre comigo.

18 Confesso a minha culpa; em angústia estou por causa do meu pecado.

19 Meus inimigos, porém, são muitos e poderosos; é grande o número dos que me odeiam sem motivo.

20 Os que me retribuem o bem com o mal caluniam-me porque é o bem que procuro.

21 SENHOR, não me abandones! Não fiques longe de mim, ó meu Deus!

22 Apressa-te a ajudar-me, Senhor, meu Salvador!

SALMO 41

1 Como é feliz aquele que se interessa pelo pobre! O Senhor o livra em tempos de adversidade.

2 O Senhor o protegerá e preservará a sua vida; ele o fará feliz na terra e não o entregará ao desejo dos seus inimigos.

3 O Senhor o susterá em seu leito de enfermidade, e da doença o restaurará.

4 Eu disse: Misericórdia, Senhor, cura-me, pois pequei contra ti.

5 Os meus inimigos dizem maldosamente a meu respeito: “Quando ele vai morrer? Quando vai desaparecer o seu nome?”

6 Sempre que alguém vem visitar-me, fala com falsidade, enche o coração de calúnias e depois sai espalhando-as.

7 Todos os que me odeiam juntam-se e cochicham contra mim, imaginando que o pior me acontecerá.

8 “Uma praga terrível o derrubou; está de cama, e jamais se levantara”.

9 Até o meu melhor amigo, em quem eu confiava e que partilhava do meu pão, voltou-se contra mim.

10 Mas, tu, Senhor, tem misericórdia de mim; levanta-me, para que eu lhes retribua.

11 Sei que me queres bem, pois o meu inimigo não triunfa sobre mim.

12 Por causa da minha integridade me susténs e me pões na tua presença para sempre.

13 Louvado seja o Senhor, o Deus de Israel, de eternidade a eternidade! Amém e amém!

SALMO 42

- 1 Como a corça anseia por águas correntes, a minha alma anseia por ti, ó Deus.
- 2 A minha alma tem sede de Deus, do Deus vivo. Quando poderei entrar para apresentar-me a Deus?
- 3 Minhas lágrimas têm sido o meu alimento de dia e de noite, pois me perguntam o tempo todo: "Onde está o seu Deus?"
- 4 Quando me lembro destas coisas choro angustiado. Pois eu costumava ir com a multidão, conduzindo a procissão à casa de Deus, com cantos de alegria e de ação de graças entre a multidão que festejava.
- 5 Por que você está assim tão triste, ó minha alma? Por que está assim tão perturbada dentro de mim? Ponha a sua esperança em Deus! Pois ainda o louvarei; ele é o meu Salvador e
- 6 o meu Deus. A minha alma está profundamente triste; por isso de ti me lembro desde a terra do Jordão, das alturas do Hermom, desde o monte Mizar.
- 7 Abismo chama abismo ao rugir das tuas cachoeiras; todas as tuas ondas e vagalhões se abateram sobre mim.
- 8 Conceda-me o SENHOR o seu fiel amor de dia; de noite esteja comigo a sua canção. É a minha oração ao Deus que me dá vida.
- 9 Direi a Deus, minha Rocha: Por que te esqueceste de mim? Por que devo sair vagueando e pranteando, oprimido pelo inimigo?

10 Até os meus ossos sofram agonia mortal quando os meus adversários zombam de mim, perguntando-me o tempo todo: "Onde está o seu Deus?"

11 Por que você está assim tão triste, ó minha alma? Por que está assim tão perturbada dentro de mim? Ponha a sua esperança em Deus! Pois ainda o louvarei; ele é o meu Salvador e o meu Deus.

SALMO 43

- 1 Faze-me justiça, ó Deus, e defende a minha causa contra um povo infiel; livra-me dos homens traidores e perversos.
- 2 Pois tu, ó Deus, és a minha fortaleza. Por que me rejeitaste? Por que devo sair vagueando e pranteando, oprimido pelo inimigo?
- 3 Envia a tua luz e a tua verdade; elas me guiarão e me levarão ao teu santo monte, ao lugar onde habitas.
- 4 Então irei ao altar de Deus, a Deus, a fonte da minha plena alegria. Com a harpa te louvarei, ó Deus, meu Deus!
- 5 Por que você está assim tão triste, ó minha alma? Por que está assim tão perturbada dentro de mim? Ponha a sua esperança em Deus! Pois ainda o louvarei; ele é o meu Salvador e o meu Deus.

SALMO 46

- 1 Deus é o nosso refúgio e a nossa fortaleza, auxílio sempre presente na adversidade.

- 2 Por isso não temeremos, ainda que a terra trema e os montes afundem no coração do mar,
- 3 ainda que estrondem as suas águas turbulentas e os montes sejam sacudidos pela sua fúria. [Pausa]
- 4 Há um rio cujos canais alegram a cidade de Deus, o Santo Lugar onde habita o Altíssimo.
- 5 Deus nela está! Não será abalada! Deus vem em seu auxílio desde o romper da manhã.
- 6 Nações se agitam, reinos se abalam; ele ergue a voz, e a terra se derrete.
- 7 O SENHOR dos Exércitos está conosco; o Deus de Jacó é a nossa torre segura. [Pausa]
- 8 Venham! Vejam as obras do SENHOR, seus feitos estarrecedores na terra.
- 9 Ele dá fim às guerras até os confins da terra; quebra o arco e despedeça a lança; destrói os escudos com fogo.
- 10 “Parem de lutar! Saibam que eu sou Deus! Serei exaltado entre as nações, serei exaltado na terra.”
- 11 O SENHOR dos Exércitos está conosco; o Deus de Jacó é a nossa torre segura.
- SALMO 51**
- 1 Tem misericórdia de mim, ó Deus, por teu amor; por tua grande compaixão apaga as minhas transgressões.
- 2 Lava-me de toda a minha culpa e purifica-me do meu pecado.
- 3 Pois eu mesmo reconheço as minhas transgressões, e o meu pecado sempre me persegue.
- 4 Contra ti, só contra ti, pequei e fiz o que tu reprovas, de modo que justa é a tua sentença e tens razão em condenar-me.
- 5 Sei que sou pecador desde que nasci, sim, desde que me concebeu minha mãe.
- 6 Sei que desejas a verdade no íntimo; e no coração me ensinas a sabedoria.
- 7 Purifica-me com hissopo, e ficarei puro; lava-me, e mais branco do que a neve serei.
- 8 Faze-me ouvir de novo júbilo e alegria, e os ossos que esmagaste exultarão.
- 9 Esconde o rosto dos meus pecados e apaga todas as minhas iniquidades.
- 10 Cria em mim um coração puro, ó Deus, e renova dentro de mim um espírito estável.
- 11 Não me expulses da tua presença, nem tires de mim o teu Santo Espírito.
- 12 Devolve-me a alegria da tua salvação e sustenta-me com um espírito pronto a obedecer.
- 13 Então ensinarei os teus caminhos aos transgressores, para que os pecadores se voltem para ti.
- 14 Livra-me da culpa dos crimes de sangue, ó Deus, Deus da minha salvação! E a minha língua aclamará a tua justiça.

15 Ó SENHOR, dá palavras aos meus lábios, e a minha boca anunciará o teu louvor.

16 Não te deleitas em sacrifícios nem te agradas em holocaustos, se não eu os traria.

17 Os sacrifícios que agradam a Deus são um espírito quebrantado; um coração quebrantado e contrito, ó Deus, não desprezarás.

18 Por tua boa vontade faze Sião prosperar; ergue os muros de Jerusalém.

19 Então te agradarás dos sacrifícios sinceros, das ofertas queimadas e dos holocaustos; e novilhos serão oferecidos sobre o teu altar.

SALMO 55

1 Escuta a minha oração, ó Deus, não ignores a minha súplica;

2 ouve-me e responde-me! Os meus pensamentos me perturbam, e estou atordoado

3 diante do barulho do inimigo, diante da gritaria dos ímpios; pois aumentam o meu sofrimento e, irados, mostram seu rancor.

4 O meu coração está acelerado; os pavores da morte me assaltam.

5 Temor e tremor me dominam; o medo tomou conta de mim.

6 Então eu disse: “Quem dera eu tivesse asas como a pomba; voaria até encontrar repouso!

7 Sim, eu fugiria para bem longe, e no deserto eu teria o meu abrigo. Pausa

8 Eu me apressaria em achar refúgio longe do vendaval e da tempestade”.

9 Destroi os ímpios, Senhor, confunde a língua deles, pois vejo violência e brigas na cidade.

10 Dia e noite eles rondam por seus muros; nella permeiam o crime e a maldade.

11 A destruição impera na cidade; a opressão e a fraude jamais deixam suas ruas.

12 Se um inimigo me insultasse, eu poderia suportar; se um adversário se levantasse contra mim, eu poderia defender-me;

13 mas logo você, meu colega, meu companheiro, meu amigo chegado, 14 você, com quem eu partilhava agradável comunhão enquanto íamos com a multidão festiva para a casa de Deus!

15 Que a morte apanhe os meus inimigos de surpresa! Desçam eles vivos para a sepultura, pois entre eles o mal acha guarda.

16 Eu, porém, clamo a Deus, e o Senhor me salvará.

17 À tarde, pela manhã e ao meio-dia choro angustiado, e ele ouve a minha voz.

18 Ele me guarda ileso na batalha, ainda que muitos estejam contra mim.

19 Deus, que reina desde a eternidade, me ouvirá e os castigará. Pausa Pois jamais mudam sua conduta e não têm temor de Deus.

20 Aquele homem se voltou contra os seus aliados, violando o seu acordo.

21 Macia como manteiga é a sua fala, mas a guerra está no seu coração; suas palavras são mais

suaves que o óleo, mas são afiadas como punhais.
 22 Entregue suas preocupações ao Senhor, e ele o susterá; jamais permitirá que o justo venha a cair.
 23 Mas tu, ó Deus, farás descer à cova da destruição aqueles assassinos e traidores, os quais não viverão a metade dos seus dias. Quanto a mim, porém, confio em ti.

SALMO 68.20

20 O nosso Deus é um deus que salva; ele é o Soberano, ele é o SENHOR que nos livra da morte.

SALMO 69

1 Salva-me, ó Deus!, pois as águas subiram até o meu pescoço.
 2 Nas profundezas lamenatas eu me afundo; não tenho onde firmar os pés. Entrei em águas profundas; as correntezas me arrastam.
 3 Cansei-me de pedir socorro; minha garganta se abrasa. Meus olhos fraquejam de tanto esperar pelo meu Deus.
 4 Os que sem razão me odeiam são mais do que os fios de cabelo da minha cabeça; muitos são os que me prejudicam sem motivo, muitos, os que procuram destruir-me. Sou forçado a devolver o que não roubei.
 5 Tu bem sabes como fui insensato, ó Deus; a minha culpa não te é encoberta.
 6 Não se decepcionem por minha causa aqueles que esperam em ti, ó

SENHOR, SENHOR dos Exércitos! Não se frustrem por minha causa os que te buscam, ó Deus de Israel!

7 Pois por amor a ti suporto zombaria, e a vergonha cobre-me o rosto.
 8 Sou um estrangeiro para os meus irmãos, um estranho até para os filhos da minha mãe;
 9 pois o zelo pela tua casa me consome, e os insultos daqueles que te insultam caem sobre mim.

10 Até quando choro e jejuo, tenho que suportar zombaria;
 11 quando ponho vestes de lamento, sou objeto de chacota.
 12 Os que se ajuntam na praça falam de mim, e sou a canção dos bêbados.

13 Mas eu, SENHOR, no tempo oportuno, elevo a ti minha oração; responde-me, por teu grande amor, ó Deus, com a tua salvação infalível!

14 Tira-me do atoleiro, não me deixes afundar; liberta-me dos que me odeiam e das águas profundas.
 15 Não permitas que as correntezas me arrastem, nem que as profundezas me engulam, nem que a cova feche sobre mim a sua boca!
 16 Responde-me, SENHOR, pela bondade do teu amor; por tua grande misericórdia, volta-te para mim.
 17 Não escondas do teu servo a tua face; responde-me depressa, pois estou em perigo.
 18 Aproxima-te e resgata-me; livra-me por causa dos meus inimigos.

19 Tu bem sabes como sofro zombaria, humilhação e vergonha; conheces todos os meus adversários.

20 A zombaria partiu-me o coração; estou em desespero! Supliquei por socorro, nada recebi; por consoladores, e a ninguém encontrei.

21 Puseram fel na minha comida e para matar-me a sede deram-me vinagre.

22 Que a mesa deles se lhes transforme em laço; torne-se retribuição e armadilha.

23 Escureçam-se os seus olhos para que não consigam ver; faze-lhes tremer o corpo sem parar.

24 Despeja sobre eles a tua ira; que o teu furor ardente os alcance.

25 Fique deserto o lugar deles; não haja ninguém que habite nas suas tendas.

26 Pois perseguem aqueles que tu feres e comentam a dor daqueles a quem castigas.

27 Acrescenta-lhes pecado sobre pecado; não os deixes alcançar a tua justiça.

28 Sejam eles tirados do livro da vida e não sejam incluídos no rol dos justos.

29 Grande é a minha aflição e a minha dor! Proteja-me, ó Deus, a tua salvação!

30 Louvarei o nome de Deus com cânticos e proclamarei sua grandeza com ações de graças;

31 isso agradará o SENHOR mais do que bois, mais do que touros com seus chifres e cascos.

32 Os necessitados o verão e se alegrarão; a vocês que buscam a Deus, vida ao seu coração!

33 O SENHOR ouve o pobre e não despreza o seu povo aprisionado.

34 Louvem-no os céus e a terra, os mares e tudo o que neles se move,

35 pois Deus salvará Sião e reconstruirá as cidades de Judá. Então o povo ali viverá e tomará posse da terra;

36 a descendência dos seus servos a herdará, e nela habitarão os que amam o seu nome.

SALMO 86

1 Inclina os teus ouvidos, ó Senhor, e responde-me, pois sou pobre e necessitado.

2 Guarda a minha vida, pois sou fiel a ti. Tu és o meu Deus; salva o teu servo que em ti confia!

3 Misericórdia, Senhor, pois clamo a ti sem cessar.

4 Alegra o coração do teu servo, pois a ti, Senhor, elevo a minha alma.

5 Tu és bondoso e perdoador, Senhor, rico em graça para com todos os que te invocam.

6 Escuta a minha oração, Senhor; atenta para a minha súplica!

7 No dia da minha angústia clamarei a ti, pois tu me responderás.

8 Nenhum dos deuses é comparável a ti, Senhor, nenhum deles pode fazer o que tu fazes.

9 Todas as nações que tu formaste virão e te adorarão, Senhor, glorificarão o teu nome.

10 Pois tu és grande e realizas feitos maravilhosos; só tu és Deus!

11 Ensina-me o teu caminho, Senhor, para que eu ande na tua verdade; dá-me um coração inteiramente fiel, para que eu tema o teu nome.

12 De todo o meu coração te louvarei, Senhor, meu Deus; glorificarei o teu nome para sempre.

13 Pois grande é o teu amor para comigo; tu me livraste das profundezas do Sheol.

14 Os arrogantes estão me atacando, ó Deus; um bando de homens cruéis, gente que não faz caso de ti procura tirar-me a vida.

15 Mas tu, Senhor, és Deus compassivo e misericordioso, muito paciente, rico em amor e em fidelidade.

16 Volta-te para mim! Tem misericórdia de mim! Concede a tua força a teu servo e salva o filho da tua serva.

17 Dá-me um sinal da tua bondade, para que os meus inimigos vejam e sejam humilhados, pois tu, Senhor, me ajudaste e me consolaste.

SALMO 90

1 SENHOR, tu és o nosso refúgio, sempre, de geração em geração.

2 Antes de nascerem os montes e de criares a terra e o mundo, de eternidade a eternidade tu és Deus.

3 Fazes os homens voltarem ao pó, dizendo: "Retornem ao pó, seres humanos!"

4 De fato, mil anos para ti são como o dia de ontem que passou, como as horas da noite.

5 Como uma correnteza, tu arrastas os homens; são breves como o sono; são como a relva que brota ao amanhecer;

6 germina e brota pela manhã, mas, à tarde, murcha e seca.

7 Somos consumidos pela tua ira e aterrorizados pelo teu furor.

8 Conheces as nossas iniquidades; não escapam os nossos pecados secretos à luz da tua presença.

9 Todos os nossos dias passam debaixo do teu furor; vão-se como um murmurário.

10 Os anos de nossa vida chegam a setenta, ou a oitenta para os que têm mais vigor; entretanto, são anos difíceis e cheios de sofrimento, pois a vida passa depressa, e nós voamos!

11 Quem conhece o poder da tua ira? Pois o teu furor é tão grande como o temor que te é devido.

12 Ensina-nos a contar os nossos dias para que o nosso coração alcance sabedoria.

13 Volta-te, SENHOR! Até quando será assim? Tem compaixão dos teus servos!

14 Satisfaze-nos pela manhã com o teu amor leal, e todos os nossos dias cantaremos felizes.

15 Dá-nos alegria pelo tempo que nos affigiste, pelos anos em que tanto sofremos.

16 Sejam manifestos os teus feitos aos teus servos, e aos filhos deles o teu esplendor!

17 Esteja sobre nós a bondade do nosso Deus Soberano. Consolida, para nós, a obra de nossas mãos; consolida a obra de nossas mãos!

SALMO 91

1 Aquele que habita no abrigo do Altíssimo e descansa à sombra do Todo-poderoso

2 pode dizer ao SENHOR: "Tu és o meu refúgio e a minha fortaleza, o meu Deus, em quem confio".

3 Ele o livrará do laço do caçador e do veneno mortal.

4 Ele o cobrirá com as suas penas, e sob as suas asas você encontrará refúgio; a fidelidade dele será o seu escudo protetor.

5 Você não temerá o pavor da noite, nem a flecha que voa de dia, 6 nem a peste que se move sorrateira nas trevas, nem a praga que devasta ao meio-dia.

7 Mil poderão cair ao seu lado, dez mil à sua direita, mas nada o atingirá.

8 Você simplesmente olhará, e verá o castigo dos ímpios.

9 Se você fizer do Altíssimo o seu abrigo, do SENHOR o seu refúgio, 10 nenhum mal o atingirá, desgraça alguma chegará à sua tenda.

11 Porque a seus anjos ele dará ordens a seu respeito, para que o protejam em todos os seus caminhos;

12 com as mãos eles o segurarão, para que você não tropece em alguma pedra.

13 Você pisará o leão e a cobra; pisoteará o leão forte e a serpente.

14 "Porque ele me ama, eu o resgatarei; eu o protegerei, pois conhece o meu nome.

15 Ele clamará a mim, e eu lhe darei resposta, e na adversidade estarei com ele; vou lhe dar honra.

16 Vida longa eu lhe darei, e lhe mostrarei a minha salvação."

SALMO 100

1 Aclamem o SENHOR todos os habitantes da terra!

2 Prestem culto ao SENHOR com alegria; entrem na sua presença com cânticos alegres.

3 Reconheçam que o SENHOR é o nosso Deus. Ele nos fez e somos dele: somos o seu povo, e rebanho do seu pastoreio.

4 Entrem por suas portas com ações de graças, e em seus átrios, com louvor; deem-lhe graças e bendigam o seu nome.

5 Pois o SENHOR é bom e o seu amor leal é eterno; a sua fidelidade permanece por todas as gerações.

SALMO 103

1 Bendiga o SENHOR a minha alma! Bendiga o SENHOR todo o meu ser!

2 Bendiga o SENHOR a minha alma! Não esqueça nenhuma de suas bênçãos!

3 É ele que perdoa todos os seus pecados e cura todas as suas doenças,
 4 que resgata a sua vida da sepultura e o coroa de bondade e compaixão,
 5 que enche de bens a sua existência, de modo que a sua juventude se renova como a águia.
 6 O SENHOR faz justiça e defende a causa dos oprimidos.
 7 Ele manifestou os seus caminhos a Moisés, os seus feitos aos israelitas.
 8 O SENHOR é compassivo e misericordioso, mui paciente e cheio de amor.
 9 Não acusa sem cessar nem fica ressentido para sempre;
 10 não nos trata conforme os nossos pecados nem nos retribui conforme as nossas iniquidades.
 11 Pois como os céus se elevam acima da terra, assim é grande o seu amor para com os que o temem;
 12 e como o Oriente está longe do Ocidente, assim ele afasta para longe de nós as nossas transgressões.
 13 Como um pai tem compaixão de seus filhos, assim o SENHOR tem compaixão dos que o temem;
 14 pois ele sabe do que somos formados; lembra-se de que somos pó.
 15 A vida do homem é semelhante à relva; ele floresce como a flor do campo, 16 que se vai quando sopra o vento e nem se sabe mais o lugar que ocupava.
 17 Mas o amor leal do SENHOR, o seu amor eterno, está com os que o temem, e a sua justiça com os filhos dos seus filhos,

18 com os que guardam a sua aliança e se lembram de obedecer aos seus preceitos.

19 O SENHOR estabeleceu o seu trono nos céus, e como rei domina sobre tudo o que existe.

20 Bendigam o SENHOR, vocês, seus anjos poderosos, que obedecem à sua palavra.

21 Bendigam o SENHOR todos os seus exércitos, vocês, seus servos, que cumprem a sua vontade.

22 Bendigam o SENHOR todas as suas obras em todos os lugares do seu domínio. Bendiga o SENHOR a minha alma!

SALMO 109

1 Ó Deus, a quem louvo, não fiques indiferente,

2 pois homens ímpios e falsos dizem calúnias contra mim, e falam mentiras a meu respeito.

3 Eles me cercaram com palavras carregadas de ódio; atacaram-me sem motivo.

4 Em troca da minha amizade eles me acusam, mas eu permaneço em oração.

5 Retribuem-me o bem com o mal, e a minha amizade com ódio.

6 Designe-se um ímpio para ser seu oponente; à sua direita esteja um acusador

7 Seja declarado culpado no julgamento, e que até a sua oração seja considerada pecado.

8 Seja a sua vida curta, e outro ocupe o seu lugar.

- 9 Fiquem órfãos os seus filhos e a sua esposa, viúva.
- 10 Vivam os seus filhos vagando como mendigos, e saiam rebuscando o pão longe de suas casas em ruínas.
- 11 Que um credor se aposse de todos os seus bens, e estranhos saqueiem o fruto do seu trabalho.
- 12 Que ninguém o trate com bondade nem tenha misericórdia dos seus filhos órfãos.
- 13 Sejam exterminados os seus descendentes e desapareçam os seus nomes na geração seguinte.
- 14 Que o SENHOR se lembre da iniquidade dos seus antepassados, e não se apague o pecado de sua mãe.
- 15 Estejam os seus pecados sempre perante o SENHOR, e na terra ninguém jamais se lembre da sua família.
- 16 Pois ele jamais pensou em praticar um ato de bondade, mas perseguiu até a morte o pobre, o necessitado e o de coração partido.
- 17 Ele gostava de amaldiçoar; venha sobre ele a maldição! Não tinha prazer em abençoar: afaste-se dele a bênção!
- 18 Ele vestia a maldição como uma roupa: entre ela em seu corpo como água e em seus ossos como óleo.
- 19 Envolve-o como um manto e aperte-o sempre como um cinto.
- 20 Assim retribua o SENHOR aos meus acusadores, aos que me caluniam.
- 21 Mas tu, Soberano SENHOR, intervém em meu favor, por causa do teu nome. Livra-me, pois é sublime o teu amor leal!
- 22 Sou pobre e necessitado e, no íntimo, o meu coração está abatido.
- 23 Vou definhando como a sombra vespertina; para longe sou lançado, como um gafanhoto.
- 24 De tanto jejuar os meus joelhos fraquejam e o meu corpo definha de magreza.
- 25 Sou objeto de zombaria para os meus acusadores; logo que me veem, meneiam a cabeça.
- 26 Socorro, SENHOR, meu Deus! Salva-me pelo teu amor leal!
- 27 Que eles reconheçam que foi a tua mão, que foste tu, SENHOR, que o fizeste.
- 28 Eles podem amaldiçoar, tu, porém, me abençoas. Quando atacarem, serão humilhados, mas o teu servo se alegrará.
- 29 Sejam os meus acusadores vestidos de desonra; que a vergonha os cubra como um manto.
- 30 Em alta voz, darei muitas graças ao SENHOR; no meio da assembleia eu o louvarei,
- 31 pois ele se põe ao lado do pobre para salvá-lo daqueles que o condenam.

SALMO 11

- 1 Aleluia! Darei graças ao Senhor de todo o coração na reunião da congregação dos justos.
- 2 Grandes são as obras do Senhor; nelas meditam todos os que as apreciam.
- 3 Os seus feitos manifestam majestade e esplendor, e a sua justiça dura para sempre.

- 4 Ele fez proclamar as suas maravilhas; o Senhor é misericordioso e compassivo.
- 5 Deu alimento aos que o temiam, pois sempre se lembra de sua aliança.
- 6 Mostrou ao seu povo os seus feitos poderosos, dando-lhes as terras das nações.
- 7 As obras das suas mãos são fiéis e justas; todos os seus preceitos merecem confiança.
- 8 Estão firmes para sempre, estabelecidos com fidelidade e retidão.
- 9 Ele trouxe redenção ao seu povo e firmou a sua aliança para sempre. Santo e temível é o seu nome!
- 10 O temor do Senhor é o princípio da sabedoria; todos os que cumprem os seus preceitos revelam bom senso. Ele será louvado para sempre!

SALMO 112

- 1 Aleluia! Como é feliz o homem que teme o SENHOR e tem grande prazer em seus mandamentos!
- 2 Seus descendentes serão poderosos na terra, serão uma geração abençoada, de homens íntegros.
- 3 Grande riqueza há em sua casa, e a sua justiça dura para sempre.
- 4 A luz raia nas trevas para o íntegro, para quem é misericordioso, compassivo e justo.
- 5 Feliz é o homem que empresta com generosidade e que com honestidade conduz os seus negócios.
- 6 O justo jamais será abalado; para sempre se lembrarão dele.

- 7 Não temerá más notícias; seu coração está firme, confiante no SENHOR.
- 8 O seu coração está seguro e nada temerá. No final, verá a derrota dos seus adversários.
- 9 Reparte generosamente com os pobres; a sua justiça dura para sempre; seu poder será exaltado em honra.
- 10 O ímpio o vê e fica irado, range os dentes e definha. O desejo dos ímpios se frustrará.

SALMO 118

- 1 Deem graças ao Senhor porque ele é bom; o seu amor dura para sempre.
- 2 Que Israel diga: “O seu amor dura para sempre!”
- 3 Os sacerdotes digam: “O seu amor dura para sempre!”
- 4 Os que temem o Senhor digam: “O seu amor dura para sempre!”
- 5 Na minha angústia clamei ao Senhor; e o Senhor me respondeu, dando-me ampla liberdade.
- 6 O Senhor está comigo, não temerei. O que me podem fazer os homens?
- 7 O Senhor está comigo; ele é o meu ajudador. Verei a derrota dos meus inimigos.
- 8 É melhor buscar refúgio no Senhor do que confiar nos homens.
- 9 É melhor buscar refúgio no Senhor do que confiar em príncipes.
- 10 Todas as nações me cercaram, mas em nome do Senhor eu as derrotei.
- 11 Cercaram-me por todos os lados, mas em nome do Senhor eu as derrotei.

12 Cercaram-me como um enxame de abelhas, mas logo se extinguiram como espinheiros em chamas. Em nome do Senhor eu as derrotei!

13 Empurram-me para forçar a minha queda, mas o Senhor me ajudou.

14 O Senhor é a minha força e o meu cântico; ele é a minha salvação.

15 Alegres brados de vitória ressoam nas tendas dos justos: “A mão direita do Senhor age com poder!”

16 A mão direita do Senhor é exaltada! A mão direita do Senhor age com poder!

17 Não morrerei; mas vivo ficarei para anunciar os feitos do Senhor.

18 O Senhor me castigou com severidade, mas não me entregou à morte.

19 Abram as portas da justiça para mim, pois quero entrar para dar graças ao Senhor.

20 Esta é a porta do Senhor, pela qual entram os justos.

21 Dou-te graças, porque me respondeste e foste a minha salvação.

22 A pedra que os construtores rejeitaram tornou-se a pedra angular.

23 Isso vem do Senhor, e é algo maravilhoso para nós.

24 Este é o dia em que o Senhor agiu; alegremo-nos e exultemos neste dia.

25 Salva-nos, Senhor! Nós imploramos. Faze-nos prosperar, Senhor! Nós suplicamos.

26 Bendito é o que vem em nome do Senhor. Da casa do Senhor nós os abençoamos.

27 O Senhor é Deus, fez resplandecer sobre nós a sua luz.

Juntem-se ao cortejo festivo, levando ramos até as pontas do altar.

28 Tu és o meu Deus; graças te darei! Ó meu Deus, eu te exaltarei!

29 Deem graças ao Senhor, porque ele é bom; o seu amor dura para sempre.

SALMO 119.97-112;157

97 Como eu amo a tua lei! Medito nela o dia inteiro.

98 Os teus mandamentos me tornam mais sábio que os meus inimigos, porquanto estão sempre comigo.

99 Tenho mais discernimento que todos os meus mestres, pois medito nos teus testemunhos.

100 Tenho mais entendimento que os anciões, pois obedeço aos teus preceitos.

101 Afasto os pés de todo caminho mau para obedecer à tua palavra.

102 Não me afasto das tuas ordenanças, pois tu mesmo me ensinas.

103 Como são doces para o meu paladar as tuas palavras! Mais do que o mel para a minha boca!

104 GANHO entendimento por meio dos teus preceitos; por isso odeio todo caminho de falsidade.

105 A tua palavra é lâmpada que ilumina os meus passos e luz que clareia o meu caminho.

106 Prometi sob juramento e o cumprirei: vou obedecer às tuas justas ordenanças.

107 Passei por muito sofrimento; preserva, Senhor, a minha vida, conforme a tua promessa.

108 Aceita, Senhor, a minha oferta de louvor dos meus lábios, e ensina-me as tuas ordenanças.

109 A minha vida está sempre em perigo, mas não me esqueço da tua lei.

110 Os ímpios preparam uma armadilha contra mim, mas não me desviei dos teus preceitos.

111 Os teus testemunhos são a minha herança permanente; são a alegria do meu coração.

112 Dispusei o meu coração para cumprir os teus decretos até o fim.

157 Muitos são os meus adversários e os meus perseguidores, mas eu não me desvio dos teus estatutos.

SALMO 121

1 Levanto os meus olhos para os montes e pergunto: De onde me vem o socorro?

2 O meu socorro vem do SENHOR, que fez os céus e a terra.

3 Ele não permitirá que você tropece; o seu protetor se manterá alerta,

4 sim, o protetor de Israel não dormirá; ele está sempre alerta!

5 O SENHOR é o seu protetor; como sombra que o protege, ele está à sua direita.

6 De dia o sol não o ferirá, nem a lua, de noite.

7 O SENHOR o protegerá de todo o mal, protegerá a sua vida.

8 O SENHOR protegerá a sua saída e a sua chegada, desde agora e para sempre.

SALMO 124

1 Se o SENHOR não estivesse do nosso lado; que Israel o repita:

2 Se o SENHOR não estivesse do nosso lado quando os inimigos nos atacaram,

3 eles já nos teriam engolido vivos, quando se enfureceram contra nós;

4 as águas nos teriam arrastado e as torrentes nos teriam afogado;

5 sim, as águas violentas nos teriam afogado!

6 Bendito seja o SENHOR, que não nos entregou para sermos dilacerados pelos dentes deles.

7 Como um pássaro escapamos da armadilha do caçador; a armadilha foi quebrada, e nós escapamos.

8 O nosso socorro está no nome do SENHOR, que fez os céus e a terra.

SALMO 125

1 Os que confiam no SENHOR são como o monte Sião, que não se pode abalar, mas permanece para sempre.

2 Como os montes cercam Jerusalém, assim o SENHOR protege o seu povo, desde agora e para sempre.

3 O cetro dos ímpios não prevalecerá sobre a terra dada aos justos; se assim fosse, até os justos praticariam a injustiça.

4 SENHOR, trata com bondade os que fazem o bem, os que têm coração íntegro.

5 Mas aos que se desviam por caminhos tortuosos, o SENHOR infligirá o castigo dado aos malfeiteiros. Haja paz em Israel!

SALMO 126

- 1 Quando o SENHOR trouxe os cativos de volta a Sião, foi como um sonho.
- 2 Então a nossa boca encheu-se de riso, e a nossa língua de cantos de alegria. Até nas outras nações se dizia: "O SENHOR fez coisas grandiosas por este povo".
- 3 Sim, coisas grandiosas fez o SENHOR por nós, por isso estamos alegres.
- 4 SENHOR, restaura-nos, assim como enches o leito dos ribeiros no deserto.
- 5 Aqueles que semeiam com lágrimas, com cantos de alegria colherão.
- 6 Aquele que sai chorando enquanto lança a semente, voltará com cantos de alegria, trazendo os seus feixes.

SALMO 127

- 1 Se não for o SENHOR o construtor da casa, será inútil trabalhar na construção. Se não é o SENHOR que vigia a cidade, será inútil a sentinelas montar guarda.
- 2 Será inútil levantar cedo e dormir tarde, trabalhando arduamente por alimento. O SENHOR concede o sono àqueles a quem ele ama.
- 3 Os filhos são herança do SENHOR, uma recompensa que ele dá.
- 4 Como flechas nas mãos do guerreiro são os filhos nascidos na juventude.

5 Como é feliz o homem que tem a sua aljava cheia deles! Não será humilhado quando enfrentar seus inimigos no tribunal.

SALMO 128

- 1 Como é feliz quem teme o SENHOR, quem anda em seus caminhos!
- 2 Você comerá do fruto do seu trabalho, e será feliz e próspero.
- 3 Sua mulher será como videira frutífera em sua casa; seus filhos serão como brotos de oliveira ao redor da sua mesa.
- 4 Assim será abençoado o homem que teme o SENHOR!
- 5 Que o SENHOR o abençoe desde Sião, para que você veja a prosperidade de Jerusalém todos os dias da sua vida,
- 6 e veja os filhos dos seus filhos. Haja paz em Israel!

SALMO 139

- 1 SENHOR, tu me sondas e me conheces.
- 2 Sabes quando me sento e quando me levanto; de longe percebes os meus pensamentos.
- 3 Sabes muito bem quando trabalho e quando descanso; todos os meus caminhos são bem conhecidos por ti.
- 4 Antes mesmo que a palavra me chegue à língua, tu já a conheces inteiramente, SENHOR.

5 Tu me cercas, por trás e pela frente, e pões a tua mão sobre mim.
 6 Tal conhecimento é maravilhoso demais e está além do meu alcance; é tão elevado que não o posso atingir.
 7 Para onde poderia eu escapar do teu Espírito? Para onde poderia fugir da tua presença?
 8 Se eu subir aos céus, lá estás; se eu fizer a minha cama na sepultura, também lá estás.
 9 Se eu subir com as asas da alvorada e morar na extremidade do mar, 10 mesmo ali a tua mão direita me guiará e me sustará.
 11 Mesmo que eu diga que as trevas me encobrirão, e que a luz se tornará noite ao meu redor,
 12 verei que nem as trevas são escuras para ti. A noite brilhará como o dia, pois para ti as trevas são luz.
 13 Tu criaste o íntimo do meu ser e me teceste no ventre de minha mãe.
 14 Eu te louvo porque me fizeste de modo especial e admirável. Tuas obras são maravilhosas! Digo isso com convicção.
 15 Meus ossos não estavam escondidos de ti quando em secreto fui formado e entretecido como nas profundezas da terra.
 16 Os teus olhos viram o meu embrião; todos os dias determinados para mim foram escritos no teu livro antes de qualquer deles existir.
 17 Como são preciosos para mim os teus pensamentos, ó Deus! Como é grande a soma deles!

18 Se eu os contasse, seriam mais do que os grãos de areia. Se terminasse de contá-los, eu ainda estaria contigo.
 19 Quem dera matasses os ímpios, ó Deus! Afastem-se de mim os assassinos!
 20 Porque falam de ti com maldade; em vão rebelam-se contra ti.
 21 Acaso não odeio os que te odeiam, SENHOR? E não detesto os que se revoltam contra ti?
 22 Tenho por eles ódio implacável! Considero-os inimigos meus!
 23 Sonda-me, ó Deus, e conhece o meu coração; prova-me, e conhece as minhas inquietações.
 24 Vê se em minha conduta algo te ofende, e dirige-me pelo caminho eterno.

SALMO 150

1 Aleluia! Louvem a Deus no seu santuário, louvem-no em seu magnífico firmamento.
 2 Louvem-no pelos seus feitos poderosos, louvem-no segundo a imensidão de sua grandeza!
 3 Louvem-no ao som de trombeta, louvem-no com a lira e a harpa,
 4 louvem-no com tamborins e danças, louvem-no com instrumentos de cordas e com flautas,
 5 louvem-no com címbalos sonoros, louvem-no com címbalos ressonantes.
 6 Tudo o que tem vida louve o SENHOR! Aleluia!

3

Provérbios

Sugestão: a sabedoria é uma escolha e está disponível para todos que a procurem. Se você quer ser sábio, sugiro que adquira a rotina de ler o livro de Provérbios todos os dias e procure praticar seus ensinamentos. Ao acordar, almoçar ou ir dormir, leia o “Capítulo do dia”: no dia 5 do mês leia o capítulo 5, no dia 6 o capítulo 6 e assim por diante. Aplique os ensinamentos do Rei Salomão e você verá como eles trazem sabedoria, lucidez, paz, vitória, respeito, saúde e prosperidade.





PROVÉRBIOS

CAPÍTULO 1

Propósito

- 1 Estes são os provérbios de Salomão, filho de Davi, rei de Israel.
- 2 Eles ajudarão a experimentar a sabedoria e a disciplina; a compreender as palavras que dão entendimento;
- 3 a viver com disciplina e sensatez, fazendo o que é justo, direito e correto;
- 4 ajudarão a dar prudência aos inexperientes e conhecimento e bom senso aos jovens.
- 5 Se o sábio lhes der ouvidos, aumentará seu conhecimento, e quem tem discernimento obterá orientação
- 6 para compreender provérbios e parábolas, ditados e enigmas dos sábios.
- 7 O temor do SENHOR é o princípio^a do conhecimento, mas os insensatos desprezam a sabedoria e a disciplina.

Advertências da Sabedoria

- 8 Ouça, meu filho, a instrução de seu pai e não despreze o ensino de sua mãe.
- 9 Eles serão um enfeite para a sua cabeça, um adorno para o seu pescoço.

^a 1.7 Ou *a chave*; também em 9.10.

- 10 Meu filho, se os maus tentarem seduzi-lo, não ceda!
- 11 Se disserem: “Venha conosco; fiquemos de tocaia para matar alguém, vamos divertir-nos armado emboscada contra quem de nada suspeita!
- 12 Vamos engoli-los vivos, como a sepultura^b engole os mortos; vamos destruí-los inteiros, como são destruídos os que descem à cova;
- 13 acharemos todo tipo de objetos valiosos e encheremos as nossas casas com o que roubarmos;
- 14 junte-se ao nosso bando; dividiremos em partes iguais tudo o que conseguirmos!”
- 15 Meu filho, não vá pela vereda dessa gente! Afaste os pés do caminho que eles seguem,
- 16 pois os pés deles correm para fazer o mal, estão sempre prontos para derramar sangue.
- 17 Assim como é inútil estender a rede se as aves o observam,
- 18 também esses homens não percebem que fazem tocaia contra a própria vida; armam emboscadas contra eles mesmos!
- 19 Tal é o caminho de todos os gananciosos; quem assim procede a si mesmo se destrói.

^b 1.12 Hebraico: *Sheol*. Essa palavra também pode ser traduzida por profundezas, poço ou morte; também em 5.5; 7.27 e 9.18.

Convite à Sabedoria

20 A sabedoria clama em alta voz nas ruas, ergue a voz nas praças públicas;

21 nas esquinas das ruas barulhentas^c ela clama, nas portas da cidade faz o seu discurso:

22 “Até quando vocês, inexperientes, irão contentar-se com a sua inexperiência? Você们, zombadores, até quando terão prazer na zombaria? E você们, tolos, até quando desprezarem o conhecimento?

23 Se acatarem a minha repreensão, eu lhes darei um espírito de sabedoria e lhes revelarei os meus pensamentos.

24 Você们, porém, rejeitaram o meu convite; ninguém se importou quando estendi minha mão!

25 Visto que desprezaram totalmente o meu conselho e não quiseram aceitar a minha repreensão,

26 eu, de minha parte, vou rir-me da sua desgraça; zombarei quando o que temem se abater sobre você们,

27 quando aquilo que temem abater-se sobre você们 como uma tempestade, quando a desgraça os atingir como um vendaval, quando a angústia e a dor os dominarem.

28 Então você们 me chamarão, mas não responderei; procurarão por mim, mas não me encontrarão.

29 Visto que desprezaram o conhecimento e recusaram o temor do SENHOR,

^c 1.21 A Septuaginta diz *no alto dos muros*.

30 não quiseram aceitar o meu conselho e fizeram pouco caso da minha advertência,

31 comerão do fruto da sua conduta e se fartarão de suas próprias maquinações.

32 Pois a inconstância dos inexperientes os matará, e a falsa segurança dos tolos os destruirá;

33 mas quem me ouvir viverá em segurança e estará tranquilo, sem temer nenhum mal”.

CAPÍTULO 2**O Valor da Sabedoria**

1 Meu filho, se você aceitar as minhas palavras e guardar no coração os meus mandamentos;

2 se der ouvidos à sabedoria e inclinar o coração para o discernimento;

3 se clamar por entendimento e por discernimento gritar bem alto;

4 se procurar a sabedoria como se procura a prata e buscá-la como quem busca um tesouro escondido,

5 então você entenderá o que é temer o SENHOR e achará o conhecimento de Deus.

6 Pois o SENHOR é quem dá sabedoria; de sua boca procedem o conhecimento e o discernimento.

7 Ele reserva a sensatez para o justo; como um escudo protege quem anda com integridade,

8 pois guarda a vereda do justo e protege o caminho de seus fiéis.

9 Então você entenderá o que é justo, direito e certo, e aprenderá os caminhos do bem.

10 Pois a sabedoria entrará em seu coração, e o conhecimento será agradável à sua alma.

11 O bom senso o guardará, e o discernimento o protegerá.

12 A sabedoria o livrará do caminho dos maus, dos homens de palavras perversas,

13 que abandonam as veredas retas para andarem por caminhos de trevas,

14 têm prazer em fazer o mal, exultam com a maldade dos perversos,

15 andam por veredas tortuosas e no caminho se extraviam.

16 Ela também o livrará da mulher imoral, da pervertida^a que seduz com suas palavras,

17 que abandona aquele que desde a juventude foi seu companheiro e ignora a aliança que fez diante de Deus^b.

18 A mulher imoral se dirige para a morte, que é a sua casa, e os seus caminhos levam às sombras^c.

19 Os que a procuram jamais voltarão, nem tornarão a encontrar as veredas da vida.

20 A sabedoria o fará andar nos caminhos dos homens de bem e a manter-se nas veredas dos justos.

21 Pois os justos habitarão na terra, e os íntegros nela permanecerão;

22 mas os ímpios serão eliminados da terra, e dela os infiéis serão arrancados.

^a 2.16 Hebraico: *estrangeira*.

^b 2.17 Ou *aliança de seu Deus*.

^c 2.18 Hebraico: *refaim*. Isto é, os espíritos dos mortos.

CAPÍTULO 3

Conselhos da Sabedoria

1 Meu filho, não se esqueça da minha lei, mas guarde no coração os meus mandamentos,

2 pois eles prolongarão a sua vida por muitos anos e lhe darão prosperidade e paz.

3 Que o amor e a fidelidade jamais o abandonem; prenda-os ao redor do seu pescoço, escreva-os na tábua do seu coração.

4 Então você terá o favor de Deus e dos homens, e boa reputação.

5 Confie no SENHOR de todo o seu coração e não se apóie em seu próprio entendimento;

6 reconheça o SENHOR em todos os seus caminhos, e ele endireitará^d as suas veredas.

7 Não seja sábio aos seus próprios olhos; tema o SENHOR e evite o mal.

8 Isso lhe dará saúde ao corpo e vigor aos ossos.

9 Honre o SENHOR com todos os seus recursos e com os primeiros frutos de todas as suas plantações;

10 os seus celeiros ficarão plenamente cheios, e os seus barris transbordarão de vinho.

11 Meu filho, não despreze a disciplina do SENHOR nem se magoe com a sua repreensão,

12 pois o SENHOR disciplina a quem ama, assim como o pai faz ao filho de quem deseja o bem.

^d 3.25 Ou *provocada pelos ímpios*.

13 Como é feliz o homem que acha a sabedoria, o homem que obtém entendimento,

14 pois a sabedoria é mais proveitosa do que a prata e rende mais do que o ouro.

15 É mais preciosa do que rubis; nada do que você possa desejar se compara a ela.

16 Na mão direita, a sabedoria lhe garante vida longa; na mão esquerda, riquezas e honra.

17 Os caminhos da sabedoria são caminhos agradáveis, e todas as suas veredas são paz.

18 A sabedoria é árvore que dá vida a quem a abraça; quem a ela se apega será abençoado.

19 Por sua sabedoria o SENHOR lançou os alicerces da terra, por seu entendimento fixou no lugar os céus;

20 por seu conhecimento as fontes profundas se rompem, e as nuvens gotejam o orvalho.

21 Meu filho, guarde consigo a sensatez e o equilíbrio, nunca os perca de vista;

22 trarão vida a você e serão um enfeite para o seu pescoço.

23 Então você seguirá o seu caminho em segurança, e não tropeçará;

24 quando se deitar, não terá medo, e o seu sono será tranqüilo.

25 Não terá medo da calamidade repentina nem da ruína que atinge os ímpios^e,

^e 4.7 Ou *A sabedoria é suprema*.

26 pois o SENHOR será a sua segurança e o impedirá de cair em armadilha.

27 Quanto lhe for possível, não deixe de fazer o bem a quem dele precisa.

28 Não diga ao seu próximo: "Volte amanhã, e eu lhe darei algo", se pode ajudá-lo hoje.

29 Não planeje o mal contra o seu próximo, que confiantemente mora perto de você.

30 Não acuse alguém sem motivo, se ele não lhe fez nenhum mal.

31 Não tenha inveja de quem é violento nem adote nenhum dos seus procedimentos,

32 pois o SENHOR detesta o perverso, mas o justo é seu grande amigo.

33 A maldição do SENHOR está sobre a casa dos ímpios, mas ele abençoa o lar dos justos.

34 Ele zomba dos zombadores, mas concede graça aos humildes.

35 A honra é herança dos sábios, mas o SENHOR expõe os tolos ao ridículo.

CAPÍTULO 4

A Sabedoria é Suprema

1 Ouçam, meus filhos, a instrução de um pai; estejam atentos, e obterão discernimento.

2 O ensino que lhes ofereço é bom; por isso não abandonem a minha instrução.

3 Quando eu era menino, ainda pequeno, em companhia de meu pai, um filho muito especial para minha mãe,

4 ele me ensinava e me dizia:
“Apegue-se às minhas palavras de
todo o coração; obedeça aos meus
mandamentos, e você terá vida.

5 Procure obter sabedoria e
entendimento; não se esqueça das
minhas palavras nem delas se afaste.

6 Não abandone a sabedoria, e ela
o protegerá; ame-a, e ela cuidará de
você.

7 O conselho da sabedoria é:^a
Procure obter sabedoria; use tudo
o que você possui para adquirir
entendimento.

8 Dedique alta estima à sabedoria,
e ela o exaltará; abrace-a, e ela o
honrará.

9 Ela porá um belo diadema sobre
a sua cabeça e lhe dará de presente
uma coroa de esplendor^b.

10 Ouça, meu filho, e aceite o que
digo, e você terá vida longa.

11 Eu o conduzi pelo caminho
da sabedoria e o encaminhei por
veredas retas.

12 Assim, quando você por elas
seguir, não encontrará obstáculos;
quando correr, não tropeçará.

13 Apegue-se à instrução, não a
abandone; guarde-a bem, pois dela
depende a sua vida.

14 Não siga pela vereda dos ímpios
nem ande no caminho dos maus.

15 Evite-o, não passe por ele; afaste-
se e não se detenha.

16 Porque eles não conseguem
dormir enquanto não fazem o mal;

perdem o sono se não causarem a
ruína de alguém.

17 Pois eles se alimentam de maldade,
e se embriagam de violência.

18 A vereda do justo é como a luz
da alvorada, que brilha cada vez
mais até a plena claridade do dia.

19 Mas o caminho dos ímpios é
como densas trevas; nem sequer
sabem em que tropeçam.

20 Meu filho, escute o que lhe digo;
preste atenção às minhas palavras.

21 Nunca as perca de vista; guarde-
as no fundo do coração,

22 pois são vida para quem as
encontra e saúde para todo o seu ser.

23 Acima de tudo, guarde o seu
coração^b, pois dele depende toda a
sua vida.

24 Afaste da sua boca as palavras
perversas; fique longe dos seus lábios
a maldade.

25 Olhe sempre para a frente,
mantenha o olhar fixo no que está
adiante de você.

26 Veja bem por onde anda, e os
seus passos serão seguros.

27 Não se desvie nem para a direita
nem para a esquerda; afaste os seus
pés da maldade.

CAPÍTULO 5

Advertência contra o Adulterio

1 Meu filho, dê atenção à minha
sabedoria, incline os ouvidos para
perceber o meu discernimento.

^a 4.23 Ou os seus pensamentos.

^b 5.20 Ou de uma mulher casada.

- 2 Assim você manterá o bom senso, e os seus lábios guardarão o conhecimento.
- 3 Pois os lábios da mulher imoral destilam mel; sua voz é mais suave que o azeite,
- 4 mas no final é amarga como fel, afiada como uma espada de dois gumes.
- 5 Os seus pés descem para a morte; os seus passos conduzem diretamente para a sepultura.
- 6 Ela nem percebe que anda por caminhos tortuosos, e não enxerga a vereda da vida.
- 7 Agora, então, meu filho, ouça-me; não se desvie das minhas palavras.
- 8 Fique longe dessa mulher; não se aproxime da porta de sua casa,
- 9 para que você não entregue aos outros o seu vigor nem a sua vida a algum homem cruel,
- 10 para que estranhos não se fartem do seu trabalho e outros não se enriqueçam à custa do seu esforço.
- 11 No final da vida você gemerá, com sua carne e seu corpo desgastados.
- 12 Você dirá: “Como odiei a disciplina! Como o meu coração rejeitou a repreensão!
- 13 Não ouvi os meus mestres nem escutei os que me ensinavam.
- 14 Cheguei à beira da ruína completa, à vista de toda a comunidade”.
- 15 Beba das águas da sua cisterna, das águas que brotam do seu próprio poço.

- 16 Por que deixar que as suas fontes transbordem pelas ruas, e os seus ribeiros pelas praças?
- 17 Que elas sejam exclusivamente suas, nunca repartidas com estranhos.
- 18 Seja bendita a sua fonte! Alegre-se com a esposa da sua juventude.
- 19 Gazela amorosa, corça graciosa; que os seios de sua esposa sempre o fartem de prazer, e sempre o embriaguem os carinhos dela.
- 20 Por que, meu filho, ser desencaminhado pela mulher imoral? Por que abraçar o seio de uma leviana^a?
- 21 O SENHOR vê os caminhos do homem e examina todos os seus passos.
- 22 As maldades do ímpio o prendem; ele se torna prisioneiro das cordas do seu pecado.
- 23 Certamente morrerá por falta de disciplina; andará cambaleando por causa da sua insensatez.

CAPÍTULO 6

Advertências contra a Insensatez

- 1 Meu filho, se você serviu de fiador do seu próximo, se, com um aperto de mãos, empenhou-se por um estranho
- 2 e caiu na armadilha das palavras que você mesmo disse, está prisioneiro do que falou.
- 3 Então, meu filho, uma vez que você caiu nas mãos do seu próximo, vá e humilhe-se; insista, incomode o seu próximo!

^a 6.24 Ou *adúltera*; também em 7.5.

- 4 Não se entregue ao sono, não procure descansar.
- 5 Livre-se como a gazela se livra do caçador, como a ave do laço que a pode prender.
- 6 Observe a formiga, preguiçoso, reflita nos caminhos dela e seja sábio!
- 7 Ela não tem nem chefe, nem supervisor, nem governante,
- 8 e ainda assim armazena as suas provisões no verão e na época da colheita ajunta o seu alimento.
- 9 Até quando você vai ficar deitado, preguiçoso? Quando se levantará de seu sono?
- 10 Tirando uma soneca, cochilando um pouco, cruzando um pouco os braços para descansar,
- 11 a sua pobreza o surpreenderá como um assaltante, e a sua necessidade lhe sobrevirá como um homem armado.
- 12 O perverso não tem caráter. Anda de um lado para o outro dizendo coisas maldosas;
- 13 pisca o olho, arrasta os pés e faz sinais com os dedos;
- 14 tem no coração o propósito de enganar; planeja sempre o mal e semeia discórdia.
- 15 Por isso a desgraça se abaterá repentinamente sobre ele; de um golpe será destruído, irremediavelmente.
- 16 Há seis coisas que o SENHOR odeia, sete coisas que ele detesta:
- 17 olhos altivos, língua mentirosa, mãos que derramam sangue inocente,
- 18 coração que traça planos perversos, pés que se apressam para fazer o mal,
- 19 a testemunha falsa que espalha mentiras e aquele que provoca discórdia entre irmãos.

Advertências contra o Adulterio

- 20 Meu filho, obedeça aos mandamentos de seu pai e não abandone o ensino de sua mãe.
- 21 Amarre-os sempre junto ao coração; ate-os ao redor do pescoço.
- 22 Quando você andar, eles o guiarão; quando dormir, o estarão protegendo; quando acordar, falarão com você.
- 23 Pois o mandamento é lâmpada, a instrução é luz, e as advertências da disciplina são o caminho que conduz à vida;
- 24 eles o protegerão da mulher imoral, e dos falsos elogios da mulher leviana^a.
- 25 Não cobice em seu coração a sua beleza nem se deixe seduzir por seus olhares,
- 26 pois o preço de uma prostituta é um pedaço de pão, mas a adultera sai à caça de vidas preciosas.
- 27 Pode alguém colocar fogo no peito sem queimar a roupa?
- 28 Pode alguém andar sobre brasas sem queimar os pés?
- 29 Assim acontece com quem se deita com mulher alheia; ninguém que a toque ficará sem castigo.

^a 6.30 Ou a fome.

30 O ladrão não é desprezado se, faminto, rouba para matar a fome.^a

31 Contudo, se for pego, deverá pagar sete vezes o que roubou, embora isso lhe custe tudo o que tem em casa.

32 Mas o homem que comete adultério não tem juízo; todo aquele que assim procede a si mesmo se destrói.

33 Sofrerá ferimentos e vergonha, e a sua humilhação jamais se apagará, 34 pois o ciúme desperta a fúria do marido, que não terá misericórdia quando se vingar.

35 Não aceitará nenhuma compensação; os melhores presentes não o acalmarão.

CAPÍTULO 7

Advertência contra a Mulher Adúltera

1 Meu filho, obedeça às minhas palavras e no íntimo guarde os meus mandamentos.

2 Obedeça aos meus mandamentos, e você terá vida; guarde os meus ensinos como a menina dos seus olhos.

3 Amarre-os aos dedos; escreva-os na tábua do seu coração.

4 Diga à sabedoria: “Você é minha irmã”, e chame ao entendimento seu parente;

5 eles o manterão afastado da mulher imoral, da mulher leviana^b com suas palavras sedutoras.

6 Da janela de minha casa olhei através da grade

7 e vi entre os inexperientes, no meio dos jovens, um rapaz sem juízo.

8 Ele vinha pela rua, próximo à esquina de certa mulher, andando em direção à casa dela.

9 Era crepúsculo, o entardecer do dia, chegavam as sombras da noite, crescia a escuridão.

10 A mulher veio então ao seu encontro, vestida como prostituta, cheia de astúcia no coração.

11 (Ela é espalhafatosa e provocadora, seus pés nunca param em casa;

12 uma hora na rua, outra nas praças, em cada esquina fica à espreita.)

13 Ela agarrou o rapaz, beijou-o e lhe disse descaradamente:

14 “Tenho em casa a carne dos sacrifícios de comunhão^c, que hoje fiz para cumprir os meus votos.

15 Por isso saí para encontrá-lo; vim à sua procura e o encontrei!

16 Estendi sobre o meu leito cobertas de linho fino do Egito.

17 Perfumei a minha cama com mirra, aloés e canela.

18 Venha, vamos embriagar-nos de carícias até o amanhecer; gozemos as delícias do amor!

19 Pois o meu marido não está em casa; partiu para uma longa viagem.

20 Levou uma bolsa cheia de prata e não voltará antes da lua cheia.

^a 7.5 Ou adúltera.

^b 7.14 Ou de paz.

^c 7.22 Hebraico: *como o acorrentado que vai para o castigo de um tolo*.

- 21 Com a sedução das palavras o persuadiu, e o atraiu com o dulçor dos lábios.
- 22 Imediatamente ele a seguiu como o boi levado ao matadouro, ou como o cervo que vai cair no laço^a
- 23 até que uma flecha lhe atravessasse o fígado, ou como o pássaro que salta para dentro do alçapão, sem saber que isso lhe custará a vida.
- 24 Então, meu filho, ouça-me; dê atenção às minhas palavras.
- 25 Não deixe que o seu coração se volte para os caminhos dela, nem se perca em tais veredas.
- 26 Muitas foram as suas vítimas; os que matou são uma grande multidão.
- 27 A casa dela é um caminho que desce para a sepultura, para as moradas da morte.

CAPÍTULO 8

O Chamado da Sabedoria

- 1 A sabedoria está clamando, o discernimento ergue a sua voz;
- 2 nos lugares altos, junto ao caminho, nos cruzamentos ela se coloca;
- 3 ao lado das portas, à entrada da cidade, portas adentro, ela clama em alta voz:
- 4 “A vocês, homens, eu clamo; a todos levanto a minha voz.
- 5 Vocês, inexperientes, adquiram a prudência; e vocês, tolos, tenham bom senso.

^a 8.22 Ou me possuia.

- 6 Ouçam, pois tenho coisas importantes para dizer; os meus lábios falarão do que é certo.
- 7 Minha boca fala a verdade, pois a maldade causa repulsa aos meus lábios.
- 8 Todas as minhas palavras são justas; nenhuma delas é distorcida ou perversa.
- 9 Para os que têm discernimento, são todas claras, e retas para os que têm conhecimento.
- 10 Prefiram a minha instrução à prata, e o conhecimento ao ouro puro,
- 11 pois a sabedoria é mais preciosa do que rubis; nada do que vocês possam desejar compara-se a ela.
- 12 “Eu, a sabedoria, moro com a prudência, e tenho o conhecimento que vem do bom senso.
- 13 Temer o SENHOR é odiar o mal; odeio o orgulho e a arrogância, o mau comportamento e o falar perverso.
- 14 Meu é o conselho sensato; a mim pertencem o entendimento e o poder.
- 15 Por meu intermédio os reis governam, e as autoridades exercem a justiça;
- 16 também por meu intermédio governam os nobres, todos os juízes da terra.
- 17 Amo os que me amam, e quem me procura me encontra.
- 18 Comigo estão riquezas e honra, prosperidade e justiça duradouras.
- 19 Meu fruto é melhor do que o ouro, do que o ouro puro; o que ofereço é superior à prata escolhida.

20 Ando pelo caminho da retidão,
pelas veredas da justiça,
21 concedendo riqueza aos que me
amam e enchendo os seus tesouros.
22 “O SENHOR me criou^a como o
princípio de seu caminho, antes das
suas obras mais antigas;
23 fui formada desde a eternidade,
desde o princípio, antes de existir a
terra.
24 Nasci quando ainda não havia
abismos, quando não existiam fontes
de águas;
25 antes de serem estabelecidos os
montes e de existirem colinas eu nasci.
26 Ele ainda não havia feito a terra,
nem os campos, nem o pó com o
qual formou o mundo.
27 Quando ele estabeleceu os céus, lá
estava eu; quando traçou o horizonte
sobre a superfície do abismo,
28 quando colocou as nuvens em
cima e estabeleceu as fontes do
abismo,
29 quando determinou as fronteiras do
mar para que as águas não violassem a
sua ordem, quando marcou os limites
dos alicerces da terra,
30 eu estava ao seu lado, e era o
seu arquiteto; dia a dia eu era o seu
prazer e me alegrava continuamente
com a sua presença.
31 Eu me alegrava com o mundo
que ele criou, e a humanidade me
dava alegria.
32 “Ouçam-me agora, meus filhos:
Como são felizes os que guardam os
meus caminhos!

^a 8.22 Ou domínio.

33 Ouçam a minha instrução, e
serão sábios. Não a desprezem.
34 Como é feliz o homem que me
ouve, vigiando diariamente à minha
porta, esperando junto às portas da
minha casa.
35 Pois todo aquele que me
encontra, encontra a vida e recebe o
favor do SENHOR.
36 Mas aquele que de mim se afasta,
a si mesmo se agride; todos os que
me odeiam amam a morte”.

CAPÍTULO 9

Os Convites da Sabedoria e da Insensatez

1 A sabedoria construiu sua casa;
ergueu suas sete colunas.
2 Matou animais para a refeição,
preparou seu vinho e arrumou sua
mesa.
3 Enviou suas servas para fazerem
convites desde o ponto mais alto da
cidade, clamando:
4 “Venham todos os
inexperientes!” Aos que não têm
bom senso ela diz:
5 “Venham comer a minha comida
e beber o vinho que preparei.
6 Deixem a insensatez, e vocês
terão vida; andem pelo caminho do
entendimento.
7 “Quem corrige o zombador traz
sobre si o insulto; quem repreende o
ímpio mancha o próprio nome.
8 Não repreenda o zombador, caso
contrário ele o odiará; reprenda o
sábio, e ele o amará.

- 9 Instrua o homem sábio, e ele será ainda mais sábio; ensine o homem justo, e ele aumentará o seu saber.
- 10 “O temor do SENHOR é o princípio^a da sabedoria, e o conhecimento do Santo é entendimento.
- 11 Pois por meu intermédio os seus dias serão multiplicados, e o tempo da sua vida se prolongará.
- 12 Se você for sábio, o benefício será seu; se for zombador, sofrerá as consequências”.
- 13 A insensatez é pura exibição, sedução e ignorância”.
- 14 Sentada à porta de sua casa, no ponto mais alto da cidade,
- 15 clama aos que passam por ali seguindo o seu caminho:
- 16 “Venham todos os inexperientes!” Aos que não têm bom senso ela diz:
- 17 “A água roubada é doce, e o pão que se come escondido é saboroso!”
- 18 Mas eles nem imaginam que ali estão os espíritos dos mortos^b, que os seus convidados estão nas profundezas da sepultura.
- 2 Os tesouros de origem desonesta não servem para nada, mas a retidão livra da morte.
- 3 O SENHOR não deixa o justo passar fome, mas frustra a ambição dos ímpios.
- 4 As mãos preguiçosas empobrecem o homem, porém as mãos diligentes lhe trazem riqueza.
- 5 Aquele que faz a colheita no verão é filho sensato, mas aquele que dorme durante a ceifa é filho que causa vergonha.
- 6 As bênçãos coroam a cabeça dos justos, mas a boca dos ímpios abriga a violência.
- 7 A memória deixada pelos justos será uma bênção, mas o nome dos ímpios apodrecerá.
- 8 Os sábios de coração aceitam mandamentos, mas a boca do insensato o leva à ruína.
- 9 Quem anda com integridade anda com segurança, mas quem segue veredas tortuosas será descoberto.
- 10 Aquele que pisca maliciosamente ausa tristeza, e a boca do insensato o leva à ruína.
- 11 A boca do justo é fonte de vida, mas a boca dos ímpios abriga a violência.
- 12 O ódio provoca dissensão, mas o amor cobre todos os pecados.
- 13 A sabedoria está nos lábios dos que têm discernimento, mas a vara é para as costas daquele que não tem juízo.
- 14 Os sábios acumulam conhecimento, mas a boca do insensato é um convite à ruína.

CAPÍTULO 10

Provérbios de Salomão

1 Provérbios de Salomão: O filho sábio dá alegria ao pai; o filho tolo dá tristeza à mãe.

^a 9.10 Ou *a chave*.

^b 9.18 Ou *as sombras*.

- 15 A riqueza dos ricos é a sua cidade fortificada, mas a pobreza é a ruína dos pobres.
- 16 O salário do justo lhe traz vida, mas a renda do ímpio lhe traz castigo.
- 17 Quem acolhe a disciplina mostra o caminho da vida, mas quem ignora a repreensão desencaminha outros.
- 18 Quem esconde o ódio tem lábios mentirosos, e quem espalha calúnia é tolo.
- 19 Quando são muitas as palavras, o pecado está presente, mas quem controla a língua é sensato.
- 20 A língua dos justos é prata escolhida, mas o coração dos ímpios quase não tem valor.
- 21 As palavras dos justos dão sustento a muitos, mas os insensatos morrem por falta de juízo.
- 22 A bênção do SENHOR traz riqueza, e não inclui dor alguma.
- 23 O tolo encontra prazer na má conduta, mas o homem cheio de entendimento deleita-se na sabedoria.
- 24 O que o ímpio teme lhe acontecerá; o que os justos desejam lhes será concedido.
- 25 Passada a tempestade, o ímpio já não existe, mas o justo permanece firme para sempre.
- 26 Como o vinagre para os dentes e a fumaça para os olhos, assim é o preguiçoso para aqueles que o enviam.
- 27 O temor do SENHOR prolonga a vida, mas a vida do ímpio é abreviada.
- 28 O que o justo almeja redonda em alegria, mas as esperanças dos ímpios dão em nada.
- 29 O caminho do SENHOR é o refúgio dos íntegros, mas é a ruína dos que praticam o mal.
- 30 Os justos jamais serão desarraigados, mas os ímpios pouco duram na terra.
- 31 A boca do justo produz sabedoria, mas a língua perversa será extirpada.
- 32 Os lábios do justo sabem o que é próprio, mas a boca dos ímpios só conhece a perversidade.

CAPÍTULO 11

- 1 O SENHOR repudia balanças desonestas, mas os pesos exatos lhe dão prazer.
- 2 Quando vem o orgulho, chega a desgraça, mas a sabedoria está com os humildes.
- 3 A integridade dos justos os guia, mas a falsidade dos infieis os destrói.
- 4 De nada vale a riqueza no dia da ira divina, mas a retidão livra da morte.
- 5 A retidão dos irrepreensíveis lhes abre um caminho reto, mas os ímpios são abatidos por sua própria impiedade.
- 6 A justiça dos justos os livra, mas o desejo dos infieis os aprisiona.
- 7 Quando morre o ímpio, sua esperança perece; tudo o que ele esperava do seu poder dá em nada.
- 8 O justo é salvo das tribulações, e estas são transferidas para o ímpio.

- 9 Com a boca o ímpio pretende destruir o próximo, mas pelo seu conhecimento o justo se livra.
- 10 Quando os justos prosperam, a cidade exulta; quando os ímpios perecem, há cantos de alegria.
- 11 Pela bênção dos justos a cidade é exaltada, mas pela boca dos ímpios é destruída.
- 12 O homem que não tem juízo ridiculariza o seu próximo, mas o que tem entendimento refreia a língua.
- 13 Quem muito fala trai a confidência, mas quem merece confiança guarda o segredo.
- 14 Sem diretrizes a nação cai; o que a salva é ter muitos conselheiros.
- 15 Quem serve de fiador certamente sofrerá, mas quem se nega a fazê-lo está seguro.
- 16 A mulher bondosa conquista o respeito, mas os homens cruéis^a só conquistam riquezas.
- 17 Quem faz o bem aos outros, a si mesmo o faz; o homem cruel causa o seu próprio mal.
- 18 O ímpio recebe salários enganosos, mas quem semeia a retidão colhe segura recompensa.
- 19 Quem permanece na justiça viverá, mas quem sai em busca do mal corre para a morte.
- 20 O SENHOR detesta os perversos de coração, mas os de conduta irrepreensível dão-lhe prazer.
- 21 Esteja certo de que os ímpios não ficarão sem castigo, mas os justos serão poupadados.
- 22 Como anel de ouro em focinho de porco, assim é a mulher bonita, mas indiscreta.
- 23 O desejo dos justos resulta em bem; a esperança dos ímpios, em ira.
- 24 Há quem dê generosamente, e vê aumentar suas riquezas; outros retêm o que deveriam dar, e caem na pobreza.
- 25 O generoso prosperará; quem dá alívio aos outros, alívio receberá.
- 26 O povo amaldiçoá aquele que esconde o trigo, mas a bênção coroa aquele que logo se dispõe a vendê-lo.
- 27 Quem procura o bem será respeitado; já o mal vai de encontro a quem o busca.
- 28 Quem confia em suas riquezas certamente cairá, mas os justos florescerão como a folhagem verdejante.
- 29 Quem causa problemas à sua família herdará somente vento; o insensato será servo do sábio.
- 30 O fruto da retidão é árvore de vida, e aquele que conquista almas^b é sábio.
- 31 Se os justos recebem na terra a punição que merecem, quanto mais o ímpio e o pecador!

CAPÍTULO 12

- 1 Todo o que ama a disciplina ama o conhecimento, mas aquele que odeia a repreensão é tolo.

^a 11.16 Ou valentes.

^b 11.30 Ou pessoas.

- 2 O homem bom obtém o favor do SENHOR, mas o que planeja maldades o SENHOR condena.
- 3 Ninguém consegue se firmar mediante a impiedade, e não se pode desarraigar o justo.
- 4 A mulher exemplar é a coroa do seu marido, mas a de comportamento vergonhoso é como câncer em seus ossos.
- 5 Os planos dos justos são retos, mas o conselho dos ímpios é enganoso.
- 6 As palavras dos ímpios são emboscadas mortais, mas quando os justos falam há livramento.
- 7 Os ímpios são derrubados e desaparecem, mas a casa dos justos permanece firme.
- 8 O homem é louvado segundo a sua sabedoria, mas o que tem o coração perverso é desprezado.
- 9 Melhor é não ser ninguém e, ainda assim, ter quem o sirva, do que fingir ser alguém e não ter comida.
- 10 O justo cuida bem dos seus rebanhos, mas até os atos mais bondosos dos ímpios são cruéis.
- 11 Quem trabalha a sua terra terá fartura de alimento, mas quem vai atrás de fantasias não tem juízo.
- 12 Os ímpios cobiçam o despojo tomado pelos maus, mas a raiz do justo floresce.
- 13 O mau se enreda em seu falar pecaminoso, mas o justo não cai nessas dificuldades.
- 14 Do fruto de sua boca o homem se beneficia, e o trabalho de suas mãos será recompensado.
- 15 O caminho do insensato parece-lhe justo, mas o sábio ouve os conselhos.
- 16 O insensato revela de imediato o seu aborrecimento, mas o homem prudente ignora o insulto.
- 17 A testemunha fiel dá testemunho honesto, mas a testemunha falsa conta mentiras.
- 18 Há palavras que ferem como espada, mas a língua dos sábios traz a cura.
- 19 Os lábios que dizem a verdade permanecem para sempre, mas a língua mentirosa dura apenas um instante.
- 20 O engano está no coração dos que maquinam o mal, mas a alegria está entre os que promovem a paz.
- 21 Nenhum mal atingirá o justo, mas os ímpios estão cobertos de problemas.
- 22 O SENHOR odeia os lábios mentirosos, mas se deleita com os que falam a verdade.
- 23 O homem prudente não alardeia o seu conhecimento, mas o coração dos tolos derrama insensatez.
- 24 As mãos diligentes governarão, mas os preguiçosos acabarão escravos.
- 25 O coração ansioso deprime o homem, mas uma palavra bondosa o anima.

26 O homem honesto é cauteloso em suas amizades^a, mas o caminho dos ímpios os leva a perder-se.

27 O preguiçoso não aproveita a sua caça, mas o diligente dá valor a seus bens.

28 No caminho da justiça está a vida; essa é a vereda que nos preserva da morte.

CAPÍTULO 13

1 O filho sábio acolhe a instrução do pai, mas o zombador não ouve a repreensão.

2 Do fruto de sua boca o homem desfruta coisas boas, mas o que os infiéis desejam é violência.

3 Quem guarda a sua boca guarda a sua vida, mas quem fala demais acaba se arruinando.

4 O preguiçoso deseja e nada consegue, mas os desejos do diligente são amplamente satisfeitos.

5 Os justos odeiam o que é falso, mas os ímpios trazem vergonha e desgraça.

6 A retidão protege o homem íntegro, mas a impiedade derruba o pecador.

7 Alguns fingem que são ricos e nada têm; outros fingem que são pobres, e têm grande riqueza.

8 As riquezas de um homem servem de resgate para a sua vida, mas o pobre nunca recebe ameaças.

9 A luz dos justos resplandece esplendidamente, mas a lâmpada dos ímpios apaga-se.

10 O orgulho só gera discussões, mas a sabedoria está com os que tomam conselho.

11 O dinheiro ganho com desonestidade diminuirá, mas quem o ajunta aos poucos terá cada vez mais.

12 A esperança que se retarda deixa o coração doente, mas o anseio satisfeito é árvore de vida.

13 Quem zomba da instrução pagará por ela, mas aquele que respeita o mandamento será recompensado.

14 O ensino dos sábios é fonte de vida, e afasta o homem das armadilhas da morte.

15 O bom entendimento conquista favor, mas o caminho do infiel é áspero^b.

16 Todo homem prudente age com base no conhecimento, mas o tolo expõe a sua insensatez.

17 O mensageiro ímpio cai em dificuldade, mas o enviado digno de confiança traz a cura.

18 Quem despreza a disciplina cai na pobreza e na vergonha, mas quem acolhe a repreensão recebe tratamento honroso.

19 O anseio satisfeito agrada a alma, mas o tolo detesta afastar-se do mal.

20 Aquele que anda com os sábios será cada vez mais sábio, mas o companheiro dos tolos acabará mal.

^a 12.26 Ou é um guia para o seu próximo.

^b 13.15 Ou não permanece.

21 O infortúnio persegue o pecador, mas a prosperidade é a recompensa do justo.

22 O homem bom deixa herança para os filhos de seus filhos, mas a riqueza do pecador é armazenada para os justos.

23 A lavoura do pobre produz alimento com fartura, mas por falta de justiça ele o perde.

24 Quem se nega a castigar seu filho não o ama; quem o ama não hesita em discipliná-lo.

25 O justo come até satisfazer o apetite, mas os ímpios permanecem famintos.

7 Mantenha-se longe do tolo, pois você não achará conhecimento no que ele falar.

8 A sabedoria do homem prudente é discernir o seu caminho, mas a insensatez dos tolos é enganosa.

9 Os insensatos zombam da ideia de reparar o pecado cometido, mas a boa vontade está entre os justos.

10 Cada coração conhece a sua própria amargura, e não há quem possa partilhar sua alegria.

11 A casa dos ímpios será destruída, mas a tenda dos justos florescerá.

12 Há caminho que parece certo ao homem, mas no final conduz à morte.

13 Mesmo no riso o coração pode sofrer, e a alegria pode terminar em tristeza.

14 Os infiéis receberão a retribuição de sua conduta, mas o homem bom será recompensado.

15 O inexperiente acredita em qualquer coisa, mas o homem prudente vê bem onde pisa.

16 O sábio é cauteloso^a e evita o mal, mas o tolo é impetuoso e irresponsável.

17 Quem é irritadiço faz tolices, e o homem cheio de astúcias é odiado.

18 Os inexperientes herdaram a insensatez, mas o conhecimento é a coroa dos prudentes.

19 Os maus se inclinarão diante dos homens de bem, e os ímpios, às portas da justiça.

^a 14.16 Ou teme o Senhor.

CAPÍTULO 14

1 A mulher sábia edifica a sua casa, mas com as próprias mãos a insensata derruba a sua.

2 Quem anda direito teme o SENHOR, mas quem segue caminhos enganosos o despreza.

3 A conversa do insensato traz a vara para as suas costas, mas os lábios dos sábios os protegem.

4 Onde não há boi o celeiro fica vazio, mas da força do boi vem a grande colheita.

5 A testemunha sincera não engana, mas a falsa transborda em mentiras.

6 O zombador busca sabedoria e nada encontra, mas o conhecimento vem facilmente ao que tem discernimento.

20 Os pobres são evitados até por seus vizinhos, mas os amigos dos ricos são muitos.

21 Quem despreza o próximo comete pecado, mas como é feliz quem trata com bondade os necessitados!

22 Não é certo que se perdem os que só pensam no mal? Mas os que planejam o bem encontram^a amor e fidelidade.

23 Todo trabalho árduo traz proveito, mas o só falar leva à pobreza.

24 A riqueza dos sábios é a sua coroa, mas a insensatez dos tolos produz apenas insensatez.

25 A testemunha que fala a verdade salva vidas, mas a testemunha falsa é enganosa.

26 Aquele que teme o SENHOR possui uma fortaleza segura, refúgio para os seus filhos.

27 O temor do SENHOR é fonte de vida, e afasta das armadilhas da morte.

28 Uma grande população é a glória do rei, mas, sem súditos, o príncipe está arruinado.

29 O homem paciente dá prova de grande entendimento, mas o precipitado revela insensatez.

30 O coração em paz dá vida ao corpo, mas a inveja apodrece os ossos.

31 Oprimir o pobre é ultrajar o seu Criador, mas tratar com bondade o necessitado é honrar a Deus.

^a 14.22 Ou demonstram.

32 Quando chega a calamidade, os ímpios são derrubados; os justos, porém, até em face da morte encontram refúgio.

33 A sabedoria repousa no coração dos que têm discernimento, e mesmo entre os tolos ela se deixa conhecer^b.

34 A justiça engrandece a nação, mas o pecado é uma vergonha para qualquer povo.

35 O servo sábio agrada o rei, mas o que procede vergonhosamente incorre em sua ira.

CAPÍTULO 15

1 A resposta calma desvia a fúria, mas a palavra ríspida desperta a ira.

2 A língua dos sábios torna atraente o conhecimento, mas a boca dos tolos derrama insensatez.

3 Os olhos do SENHOR estão em toda parte, observando atentamente os maus e os bons.

4 O falar amável é árvore de vida, mas o falar enganoso esmaga o espírito.

5 O insensato faz pouco caso da disciplina de seu pai, mas quem acolhe a repreensão revela prudência.

6 A casa do justo contém grande tesouro, mas os rendimentos dos ímpios lhes trazem inquietação.

7 As palavras dos sábios espalham conhecimento; mas o coração dos tolos não é assim.

^b 14.33 A Septuaginta e a Versão Siríaca dizem mas no coração dos tolos ela não é conhecida.

8 O SENHOR detesta o sacrifício dos ímpios, mas a oração do justo o agrada.

9 O SENHOR detesta o caminho dos ímpios, mas ama quem busca a justiça.

10 Há uma severa lição para quem abandona o seu caminho; quem despreza a repreensão morrerá.

11 A Sepultura e a Destruição^a estão abertas diante do SENHOR; quanto mais os corações dos homens!

12 O zombador não gosta de quem o corrige, nem procura a ajuda do sábio.

13 A alegria do coração transparece no rosto, mas o coração angustiado oprime o espírito.

14 O coração que sabe discernir busca o conhecimento, mas a boca dos tolos alimenta-se de insensatez.

15 Todos os dias do oprimido são infelizes, mas o coração bem disposto está sempre em festa.

16 É melhor ter pouco com o temor do SENHOR do que grande riqueza com inquietação.

17 É melhor ter verduras na refeição onde há amor do que um boi gordo acompanhado de ódio.

18 O homem irritável provoca dissensão, mas quem é paciente acalma a discussão.

19 O caminho do preguiçoso é cheio de espinhos, mas o caminho do justo é uma estrada plana.

^a 15.11 Hebraico: *Sheol* e *Abodom*. *Sheol* também pode ser traduzido por profundezas, pô ou morte; também no versículo 24.

20 O filho sábio dá alegria a seu pai, mas o tolo despreza a sua mãe.

21 A insensatez alegra quem não tem bom senso, mas o homem de entendimento procede com retidão.

22 Os planos fracassam por falta de conselho, mas são bem-sucedidos quando há muitos conselheiros.

23 Dar resposta apropriada^b é motivo de alegria; e como é bom um conselho na hora certa!

24 O caminho da vida conduz para cima quem é sensato, para que ele não desça à sepultura.

25 O SENHOR derruba a casa do orgulhoso, mas mantém intactos os limites da propriedade da viúva.

26 O SENHOR detesta os pensamentos dos maus, mas se agrada de palavras ditas sem maldade.

27 O avarento põe sua família em apuros, mas quem repudia o suborno viverá.

28 O justo pensa bem antes de responder, mas a boca dos ímpios jorra o mal.

29 O SENHOR está longe dos ímpios, mas ouve a oração dos justos.

30 Um olhar animador dá alegria ao coração, e as boas notícias revigoram os ossos.

31 Quem ouve a repreensão construtiva terá lugar permanente entre os sábios.

32 Quem recusa a disciplina faz pouco caso de si mesmo, mas quem ouve a repreensão obtém entendimento.

^b 15.23 Ou Expressar a própria opinião.

33 O temor do SENHOR ensina a sabedoria,^a e a humildade antecede a honra.

CAPÍTULO 16

1 Ao homem pertencem os planos do coração, mas do SENHOR vem a resposta da língua.

2 Todos os caminhos do homem lhe parecem puros, mas o SENHOR avalia o espírito.

3 Consagre ao SENHOR tudo o que você faz, e os seus planos serão bem-sucedidos.

4 O SENHOR faz tudo com um propósito; até os ímpios para o dia do castigo.

5 O SENHOR detesta os orgulhosos de coração. Sem dúvida serão punidos.

6 Com amor e fidelidade se faz expiação pelo pecado; com o temor do SENHOR o homem evita o mal.

7 Quando os caminhos de um homem são agradáveis ao SENHOR, ele faz que até os seus inimigos vivam em paz com ele.

8 É melhor ter pouco com retidão do que muito com injustiça.

9 Em seu coração o homem planeja o seu caminho, mas o SENHOR determina os seus passos.

10 Os lábios do rei falam com grande autoridade; sua boca não deve trair a justiça.

^a 16.33 Ou *A sabedoria ensina o temor do Senhor.*

11 Balanças e pesos honestos vêm do SENHOR; todos os pesos da bolsa são feitos por ele.

12 Os reis detestam a prática da maldade, por quanto o trono se firma pela justiça.

13 O rei se agrada dos lábios honestos, e dá valor ao homem que fala a verdade.

14 A ira do rei é um mensageiro da morte, mas o homem sábio a acalmará.

15 Alegria no rosto do rei é sinal de vida; seu favor é como nuvem de chuva na primavera.

16 É melhor obter sabedoria do que ouro! É melhor obter entendimento do que prata!

17 A vereda do justo evita o mal; quem guarda o seu caminho preserva a sua vida.

18 O orgulho vem antes da destruição; o espírito altivo, antes da queda.

19 Melhor é ter espírito humilde entre os oprimidos do que partilhar despojos com os orgulhosos.

20 Quem examina cada questão com cuidado prospera^b, e feliz é aquele que confia no SENHOR.

21 O sábio de coração é considerado prudente; quem fala com equilíbrio promove a instrução^c.

22 O entendimento é fonte de vida para aqueles que o têm, mas a insensatez traz castigo aos insensatos.

^b 16.20 Ou *Quem acolhe a palavra prospera; ou ainda Quem considera atentamente o que fala prospera.*

^c 16.21 Ou *consegue convencer;* também no versículo 23.

- 23 O coração do sábio ensina a sua boca, e os seus lábios promovem a instrução.
- 24 As palavras agradáveis são como um favo de mel, são doces para a alma e trazem cura para os ossos.
- 25 Há caminho que parece reto ao homem, mas no final conduz à morte.
- 26 O apetite do trabalhador o obriga a trabalhar; a sua fome o impulsiona.
- 27 O homem sem caráter maquina o mal; suas palavras são um fogo devorador.
- 28 O homem perverso provoca dissensão, e o que espalha boatos afasta bons amigos.
- 29 O violento recruta o seu próximo e o leva por um caminho ruim.
- 30 Quem pisca os olhos planeja o mal; quem franze os lábios já o vai praticar.
- 31 O cabelo grisalho é uma coroa de esplendor, e se obtém mediante uma vida justa.
- 32 Melhor é o homem paciente do que o guerreiro, mais vale controlar o seu espírito do que conquistar uma cidade.
- 33 A sorte é lançada no colo, mas a decisão vem do SENHOR.
- 2 O servo sábio dominará sobre o filho de conduta vergonhosa, e participará da herança como um dos irmãos.
- 3 O crisol é para a prata e o forno é para o ouro, mas o SENHOR prova o coração.
- 4 O ímpio dá atenção aos lábios maus; o mentiroso dá ouvidos à língua destruidora.
- 5 Quem zomba dos pobres mostra desprezo pelo Criador deles; quem se alegra com a desgraça não ficará sem castigo.
- 6 Os filhos dos filhos são uma coroa para os idosos, e os pais são o orgulho dos seus filhos.
- 7 Os lábios arrogantes^b não ficam bem ao insensato; muito menos os lábios mentirosos ao governante!
- 8 O suborno é um recurso fascinante para aquele que o oferece; aonde quer que vá, ele tem sucesso.
- 9 Aquele que cobre uma ofensa promove amor, mas quem a lança em rosto separa bons amigos.
- 10 A repreensão faz marca mais profunda no homem de entendimento do que cem açoites no tolo.
- 11 O homem mau só pende para a rebeldia; por isso um oficial impiedoso será enviado contra ele.
- 12 Melhor é encontrar uma ursa da qual roubaram os filhotes do que um tolo em sua insensatez.

CAPÍTULO 17

1 Melhor é um pedaço de pão seco com paz e tranquilidade do que uma casa onde há banquetes^a, e muitas brigas.

^a 17.1 Hebraico: *sacrícios*.

^b 17.7 Ou *eloquentes*.

13 Quem retribui o bem com o mal, jamais deixará de ter mal no seu lar.

14 Começar uma discussão é como abrir brecha em um dique; por isso resolva a questão antes que surja a contenda.

15 Absolver o ímpio e condenar o justo são coisas que o SENHOR odeia.

16 De que serve o dinheiro na mão do tolo, já que ele não quer obter sabedoria?

17 O amigo ama em todos os momentos; é um irmão na adversidade.

18 O homem sem juízo com um aperto de mãos se compromete e se torna fiador do seu próximo.

19 Quem ama a discussão ama o pecado; quem constrói portas altas^c está procurando a sua ruína.

20 O homem de coração perverso não prospera, e o de língua enganosa cai na desgraça.

21 O filho tolo só dá tristeza, e nenhuma alegria tem o pai do insensato.

22 O coração bem disposto é remédio eficiente, mas o espírito oprimido resseca os ossos.

23 O ímpio aceita às escondidas o suborno para desviar o curso da justiça.

24 O homem de discernimento mantém a sabedoria em vista, mas os olhos do tolo vagueiam até os confins da terra.

^c 17.19 Ou quem se orgulha.

25 O filho tolo é a tristeza do seu pai e a amargura daquela que o deu à luz.

26 Não é bom castigar o inocente, nem açoitar quem merece ser honrado.

27 Quem tem conhecimento é comedido no falar, e quem tem entendimento é de espírito sereno.

28 Até o insensato passará por sábio, se ficar quieto, e, se contiver a língua, parecerá que tem discernimento.

CAPÍTULO 18

1 Quem se isola busca interesses egoístas e se rebela contra a sensatez.

2 O tolo não tem prazer no entendimento, mas sim em expor os seus pensamentos.

3 Com a impiedade vem o desprezo, e com a desonra vem a vergonha.

4 As palavras do homem são águas profundas, mas a fonte da sabedoria é um ribeiro que transborda.

5 Não é bom favorecer os ímpios para privar da justiça o justo.

6 As palavras do tolo provocam briga, e a sua conversa atrai açoites.

7 A conversa do tolo é a sua desgraça, e seus lábios são uma armadilha para a sua alma.

8 As palavras do caluniador são como petiscos deliciosos; descem até o íntimo do homem.

9 Quem relaxa em seu trabalho é irmão do que o destrói.

- 10 O nome do SENHOR é uma torre forte; os justos correm para ela e estão seguros.
- 11 A riqueza dos ricos é a sua cidade fortificada, eles a imaginam como um muro que é impossível escalar.
- 12 Antes da sua queda o coração do homem se envaidece, mas a humildade antecede a honra.
- 13 Quem responde antes de ouvir comete insensatez e passa vergonha.
- 14 O espírito do homem o sustenta na doença, mas o espírito deprimido, quem o levantará?
- 15 O coração do que tem discernimento adquire conhecimento; os ouvidos dos sábios saem à sua procura.
- 16 O presente abre o caminho para aquele que o entrega e o conduz à presença dos grandes.
- 17 O primeiro a apresentar a sua causa parece ter razão, até que outro venha à frente e o questione.
- 18 Lançar sortes resolve contendas e decide questões entre poderosos.
- 19 Um irmão ofendido é mais inacessível do que uma cidade fortificada, e as discussões são como as portas trancadas de uma cidadela.
- 20 Do fruto da boca enche-se o estômago do homem; o produto dos lábios o satisfaz.
- 21 A língua tem poder sobre a vida e sobre a morte; os que gostam de usá-la comerão do seu fruto.
- 22 Quem encontra uma esposa encontra algo excelente; recebeu uma bênção do SENHOR.

- 23 O pobre implora misericórdia, mas o rico responde com aspereza.
- 24 Quem tem muitos amigos pode chegar à ruína, mas existe amigo mais apegado que um irmão.

CAPÍTULO 19

- 1 Melhor é o pobre que vive com integridade do que o tolo que fala perversamente.
- 2 Não é bom ter zelo sem conhecimento, nem ser precipitado e perder o caminho.
- 3 É a insensatez do homem que arruina a sua vida, mas o seu coração se ira contra o SENHOR.
- 4 A riqueza traz muitos amigos, mas até o amigo do pobre o abandona.
- 5 A testemunha falsa não ficará sem castigo, e aquele que despeja mentiras não sairá livre.
- 6 Muitos adulam o governante, e todos são amigos de quem dá presentes.
- 7 O pobre é desprezado por todos os seus parentes, quanto mais por seus amigos! Embora os procure, para pedir-lhes ajuda, não os encontra em lugar nenhum.
- 8 Quem obtém sabedoria amasse a si mesmo; quem acalenta o entendimento prospera.
- 9 A testemunha falsa não ficará sem castigo, e aquele que despeja mentiras perecerá.
- 10 Não fica bem o tolo viver no luxo; quanto pior é o servo dominar príncipes!

11 A sabedoria do homem lhe dá paciência; sua glória é ignorar as ofensas.

12 A ira do rei é como o rugido do leão, mas a sua bondade é como o orvalho sobre a relva.

13 O filho tolo é a ruína de seu pai, e a esposa briguenta é como uma goteira constante.

14 Casas e riquezas herdam-se dos pais, mas a esposa prudente vem do SENHOR.

15 A preguiça leva ao sono profundo, e o preguiçoso passa fome.

16 Quem obedece aos mandamentos preserva a sua vida, mas quem despreza os seus caminhos morrerá.

17 Quem trata bem os pobres empresta ao SENHOR, e ele o recompensará.

18 Discipline seu filho, pois nisso há esperança; não queira a morte dele.

19 O homem de gênio difícil precisa do castigo; se você o poupar, terá que poupar-lo de novo.

20 Ouça conselhos e aceite instruções, e acabará sendo sábio.

21 Muitos são os planos no coração do homem, mas o que prevalece é o propósito do SENHOR.

22 O que se deseja ver em um homem é amor perene;^a melhor é ser pobre do que mentiroso.

23 O temor do SENHOR conduz à vida: quem o teme pode descansar em paz, livre de problemas.

^a 19.22 Ou *A ambição de um homem é sua vergonha.*

24 O preguiçoso põe a mão no prato, e não se dá ao trabalho de levá-la à boca!

25 Açoite o zombador, e os inexperientes aprenderão a prudência; reprenda o homem de discernimento, e ele obterá conhecimento.

26 O filho que rouba o pai e expulsa a mãe é causador de vergonha e desonra.

27 Se você parar de ouvir a instrução, meu filho, irá afastar-se das palavras que dão conhecimento.

28 A testemunha corrupta zomba da justiça, e a boca dos ímpios tem fome de iniqüidade.

29 Os castigos estão preparados para os zombadores, e os açoites para as costas dos tolos.

CAPÍTULO 20

1 O vinho é zombador e a bebida fermentada provoca brigas; não é sábio deixar-se dominar por eles.

2 O medo que o rei provoca é como o do rugido de um leão; quem o irrita põe em risco a própria vida.

3 É uma honra dar fim a contendas, mas todos os insensatos envolvem-se nelas.

4 O preguiçoso não ara a terra na estação própria^b; mas na época da colheita procura, e não acha nada.

5 Os propósitos do coração do homem são águas profundas, mas quem tem discernimento os traz à tona.

^b 20.4 Hebraico: *por causa do frio.*

6 Muitos se dizem amigos leais, mas um homem fiel, quem poderá achar?

7 O homem justo leva uma vida íntegra; como são felizes os seus filhos!

8 Quando o rei se assenta no trono para julgar, com o olhar esmiúça todo o mal.

9 Quem poderá dizer: "Purifiquei o coração; estou livre do meu pecado"?

10 Pesos adulterados e medidas falsificadas são coisas que o SENHOR detesta.

11 Até a criança mostra o que é por suas ações; o seu procedimento revelará se ela é pura e justa.

12 Os ouvidos que ouvem e os olhos que vêem foram feitos pelo SENHOR.

13 Não ame o sonho, senão você acabará ficando pobre; fique deserto, e terá alimento de sobra.

14 "Não vale isso! Não vale isso!", diz o comprador, mas, quando se vai, gaba-se do bom negócio.

15 Mesmo onde há ouro e rubis em grande quantidade, os lábios que transmitem conhecimento são uma rara preciosidade.

16 Tome-se a veste de quem serve de fiador ao estranho; sirva ela de penhor de quem dá garantia a uma mulher leviana^a.

17 Saborosa é a comida que se obtém com mentiras, mas depois dá areia na boca.

18 Os conselhos são importantes para quem quiser fazer planos, e quem sai à guerra precisa de orientação.

19 Quem vive contando casos não guarda segredo; por isso, evite quem fala demais.

20 Se alguém amaldiçoar seu pai ou sua mãe, a luz de sua vida se extinguirá na mais profunda escuridão.

21 A herança que se obtém com ganância no princípio,^b no final não será abençoada.

22 Não diga: "Eu o farei pagar pelo mal que me fez!" Espere pelo SENHOR, e ele dará a vitória a você.

23 O SENHOR detesta pesos adulterados, e balanças falsificadas não o agradam.

24 Os passos do homem são dirigidos pelo SENHOR. Como poderia alguém discernir o seu próprio caminho?

25 É uma armadilha consagrar algo precipitadamente, e só pensar nas consequências depois que se fez o voto.

26 O rei sábio abana os ímpios, e passa sobre eles a roda de debulhar.

27 O espírito do homem é a lâmpada do SENHOR, e vasculha cada parte do seu ser.

28 A bondade e a fidelidade preservam o rei; por sua bondade ele dá firmeza ao seu trono.

^a 20.16 Ou a um desconhecido.

^b 20.21 Ou A herança que se obtém às pressas no início.

29 A beleza dos jovens está na sua força; a glória dos idosos, nos seus cabelos brancos.

30 Os golpes e os ferimentos eliminam o mal; os açoites limpam as profundezas do ser.

CAPÍTULO 21

1 O coração do rei é como um rio controlado pelo SENHOR; ele o dirige para onde quer.

2 Todos os caminhos do homem lhe parecem justos, mas o SENHOR pesa o coração.

3 Fazer o que é justo e certo é mais aceitável ao SENHOR do que oferecer sacrifícios.

4 A vida de pecado dos ímpios se vê no olhar orgulhoso e no coração arrogante.

5 Os planos bem elaborados levam à fartura; mas o apressado sempre acaba na miséria.

6 A fortuna obtida com língua mentirosa é ilusão fugidia e armadilha mortal.

7 A violência dos ímpios os arrastará, pois recusam-se a agir corretamente.

8 O caminho do culpado é tortuoso, mas a conduta do inocente é reta.

9 Melhor é viver num canto sob o telhado do que repartir a casa com uma mulher briguenta.

10 O desejo do perverso é fazer o mal; ele não tem dó do próximo.

11 Quando o zombador é castigado, o inexperiente obtém sabedoria; quando o sábio recebe instrução, obtém conhecimento.

12 O justo observa a casa dos ímpios e os faz cair na desgraça.

13 Quem fecha os ouvidos ao clamor dos pobres também clamará e não terá resposta.

14 O presente que se faz em segredo acalma a ira, e o suborno oferecido às ocultas apazigua a maior fúria.

15 Quando se faz justiça, o justo se alegra, mas os malfeiteiros se apavoram.

16 Quem se afasta do caminho da sensatez repousará na companhia dos mortos.

17 Quem se entrega aos prazeres passará necessidade; quem se apega ao vinho e ao azeite jamais será rico.

18 O ímpio serve de resgate para o justo, e o infiel, para o homem íntegro.

19 Melhor é viver no deserto do que com uma mulher briguenta e amargurada^a.

20 Na casa do sábio há comida e azeite armazenados, mas o tolo devora tudo o que pode.

21 Quem segue a justiça e a lealdade encontra vida, justiça e honra.

22 O sábio conquista a cidade dos valentes e derruba a fortaleza em que eles confiam.

23 Quem é cuidadoso no que fala evita muito sofrimento.

24 O vaidoso e arrogante chama-se zombador; ele age com extremo orgulho.

^a 21.19 Ou do que ser importunado por uma mulher briguenta.

25 O preguiçoso morre de tanto desejar e de nunca pôr as mãos no trabalho.

26 O dia inteiro ele deseja mais e mais, enquanto o justo reparte sem cessar.

27 O sacrifício dos ímpios já por si é detestável; tanto mais quando oferecido com más intenções.

28 A testemunha falsa perecerá, mas o testemunho do homem bem informado permanecerá.^a

29 O ímpio mostra no rosto a sua arrogância, mas o justo mantém em ordem o seu caminho.

30 Não há sabedoria alguma, nem discernimento algum, nem plano algum que possa opor-se ao SENHOR.

31 Prepara-se o cavalo para o dia da batalha, mas o SENHOR é que dá a vitória.

5 No caminho do perverso há espinhos e armadilhas; quem quer proteger a própria vida mantém-se longe dele.

6 Instrua a criança segundo os objetivos que você tem para ela, e mesmo com o passar dos anos^a não se desviará deles.

7 O rico domina sobre o pobre; quem toma emprestado é escravo de quem empresta.

8 Quem semeia a injustiça colhe a maldade; o castigo da sua arrogância será completo.

9 Quem é generoso será abençoado, pois reparte o seu pão com o pobre.

10 Quando se manda embora o zombador, a briga acaba; cessam as contendas e os insultos.

11 Quem ama a sinceridade de coração e se expressa com elegância será amigo do rei.

12 Os olhos do SENHOR protegem o conhecimento, mas ele frustra as palavras dos infieis.

13 O preguiçoso diz: "Há um leão lá fora!" "Serei morto na rua!"

14 A conversa da mulher imoral é uma cova profunda; nela cairá quem estiver sob a ira do SENHOR.

15 A insensatez está ligada ao coração da criança, mas a vara da disciplina a livrará dela.

16 Tanto quem opriime o pobre para enriquecer-se como quem

CAPÍTULO 22

1 A boa reputação vale mais que grandes riquezas; desfrutar de boa estima vale mais que prata e ouro.

2 O rico e o pobre têm isto em comum: o SENHOR é o Criador de ambos.

3 O prudente percebe o perigo e busca refúgio; o inexperiente segue adiante e sofre as consequências.

4 A recompensa da humildade e do temor do SENHOR são a riqueza, a honra e a vida.

^a 21.28 Hebraico: *o homem que sabe ouvir falará para sempre.*

^a 22.6 Ou no caminho que deve seguir, e mesmo quando envelhecer.

faz cortesia ao rico, com certeza passarão necessidade.^a

Ditados dos Sábios

17 Preste atenção e ouça os ditados dos sábios, e aplique o coração ao meu ensino.

18 Será uma satisfação guardá-los no íntimo e tê-los todos na ponta da língua.

19 Para que você confie no SENHOR, a você hoje ensinarei.

20 Já não lhe escrevi conselhos e instruções^b,

21 ensinando-lhe palavras dignas de confiança, para que você responda com a verdade a quem o enviou?

22 Não explore os pobres por serem pobres, nem oprima os necessitados no tribunal,

23 pois o SENHOR será o advogado deles, e despojará da vida os que os despojarem.

24 Não se associe com quem vive de mau humor, nem ande em companhia de quem facilmente se ira;

25 do contrário você acabará imitando essa conduta e cairá em armadilha mortal.

26 Não seja como aqueles que, com um aperto de mãos, empenham-se com outros e se tornam fiaidores de dívidas;

27 se você não tem como pagá-las, por que correr o risco de perder até a cama em que dorme?

^a 22.16 Ou *Quem oprime o pobre faz com que ele ganhe mais; quem faz cortesia ao rico só promove a própria necessidade.*

^b 22.20 Ou *escrevi trinta ditados; ou ainda escrevi ditados excelentes.*

28 Não mude de lugar os antigos marcos que limitam as propriedades e que foram colocados por seus antepassados.

29 Você já observou um homem habilidoso em seu trabalho? Será promovido ao serviço real; não trabalhará para gente obscura.

CAPÍTULO 23

1 Quando você se assentar para uma refeição com alguma autoridade, observe com atenção quem está diante de você,

2 e encoste a faca à sua própria garganta, se estiver com grande apetite.

3 Não deseje as iguarias que lhe oferece, pois podem ser enganosas.

4 Não esgote suas forças tentando ficar rico; tenha bom senso!

5 As riquezas desaparecem assim que você as contempla; elas criam asas e voam como águias pelo céu.

6 Não aceite a refeição de um hospedeiro invejoso^c, nem deseje as iguarias que lhe oferece;

7 pois ele só pensa nos gastos. Ele lhe diz: “Coma e beba!”, mas não fala com sinceridade.

8 Você vomitará o pouco que comeu, e desperdiçará a sua cordialidade.

9 Não vale a pena conversar com o tolo, pois ele despreza a sabedoria do que você fala.

^c 23.6 Hebraico: *de olhos maus.*

10 Não mude de lugar os antigos marcos de propriedade, nem invada as terras dos órfãos,
 11 pois aquele que defende os direitos^a deles é forte. Ele lutará contra você para defendê-los.
 12 Dedique à disciplina o seu coração, e os seus ouvidos às palavras que dão conhecimento.
 13 Não evite disciplinar a criança; se você a castigar com a vara, ela não morrerá.
 14 Castigue-a, você mesmo, com a vara, e assim a livrará da sepultura^b.
 15 Meu filho, se o seu coração for sábio, o meu coração se alegrará.
 16 Sentirei grande alegria quando os seus lábios falam com retidão.
 17 Não inveje os pecadores em seu coração; melhor será que tema sempre o SENHOR.
 18 Se agir assim, certamente haverá bom futuro para você, e a sua esperança não falhará.
 19 Ouça, meu filho, e seja sábio; guie o seu coração pelo bom caminho.
 20 Não ande com os que se encaram de vinho, nem com os que se empanturram de carne.
 21 Pois os bêbados e os glutões se empobrecerão, e a sonolência os vestirá de trapos.
 22 Ouça o seu pai, que o gerou; não despreze sua mãe quando ela envelhecer.

^a **23.11** Hebraico: *o resgatador*.
^b **23.14** Hebraico: *Sheol*. Essa palavra também pode ser traduzida por profundezas, pó ou morte.

23 Compre a verdade e não abra mão dela, nem tampouco da sabedoria, da disciplina e do discernimento.
 24 O pai do justo exultará de júbilo; quem tem filho sábio nele se alegra.
 25 Bom será que se alegrem seu pai e sua mãe e que exalte a mulher que o deu à luz!
 26 Meu filho, dê-me o seu coração; mantenha os seus olhos em meus caminhos,
 27 pois a prostituta é uma cova profunda, e a mulher pervertida^c é um poço estreito.
 28 Como o assaltante, ela fica de tocaia, e multiplica entre os homens os infieis.
 29 De quem são os ais? De quem as tristezas? E as brigas, de quem são? E os ferimentos desnecessários? De quem são os olhos vermelhos?
 30 Dos que se demoram bebendo vinho, dos que andam à procura de bebida misturada.
 31 Não se deixe atrair pelo vinho quando está vermelho, quando cintila no copo e escorre suavemente!
 32 No fim, ele morde como serpente e envenena como víbora.
 33 Seus olhos verão coisas estranhas, e sua mente imaginará coisas distorcidas.
 34 Você será como quem dorme no meio do mar, como quem se deita no alto das cordas do mastro.

^c **23.27** Ou *adúltera*.
^d **23.29** Ou *embacados*.

35 E dirá: “Espancaram-me, mas eu nada senti! Bateram em mim, mas nem percebi! Quando acordarei para que possa beber mais uma vez?”

CAPÍTULO 24

- 1 Não tenha inveja dos ímpios, nem deseje a companhia deles;
- 2 pois destruição é o que planejam no coração, e só falam de violência.
- 3 Com sabedoria se constrói a casa, e com discernimento se consolida.
- 4 Pelo conhecimento os seus cômodos se enchem do que é precioso e agradável.
- 5 O homem sábio é poderoso, e quem tem conhecimento aumenta a sua força;
- 6 quem sai à guerra precisa de orientação, e com muitos conselheiros se obtém a vitória.
- 7 A sabedoria é elevada demais para o insensato; ele não sabe o que dizer nas assembleias.
- 8 Quem maquina o mal será conhecido como criador de intrigas.
- 9 A intriga do insensato é pecado, e o zombador é detestado pelos homens.
- 10 Se você vacila no dia da dificuldade, como será limitada a sua força!
- 11 Liberte os que estão sendo levados para a morte; socorra os que caminham trêmulos para a matança!
- 12 Mesmo que você diga: “Não sabíamos o que estava acontecendo!” Não o perceberia aquele que pesa os corações? Não

o saberia aquele que preserva a sua vida? Não retribuirá ele a cada um segundo o seu procedimento?

13 Coma mel, meu filho. É bom. O favo é doce ao paladar.

14 Saiba que a sabedoria também será boa para a sua alma; se você a encontrar, certamente haverá futuro para você, e a sua esperança não vai decepcioná-lo.

15 Não fique de tocaia, como faz o ímpio, contra a casa do justo, e não destrua o seu local de repouso,

16 pois ainda que o justo caia sete vezes, tornará a erguer-se, mas os ímpios são arrastados pela calamidade.

17 Não se alegre quando o seu inimigo cair, nem exulte o seu coração quando ele tropeçar,

18 para que o SENHOR não veja isso, e se desgrade, e desvie dele a sua ira.

19 Não se aborreça por causa dos maus, nem tenha inveja dos ímpios, 20 pois não há futuro para o mau, e a lâmpada dos ímpios se apagará.

21 Tema o SENHOR e o rei, meu filho, e não se associe aos dissidentes,

22 pois terão repentina destruição, e quem pode imaginar a ruína que o SENHOR e o rei podem causar?

Outros Ditados de Sabedoria

23 Aqui vão outros ditados dos sábios: Agir com parcialidade nos julgamentos não é nada bom.

24 Quem disser ao ímpio: “Você é justo”, será amaldiçoado pelos povos e sofrerá a indignação das nações.

25 Mas os que condenam o culpado terão vida agradável; receberão grandes bênçãos.

26 A resposta sincera é como beijo^a nos lábios.^b

27 Termine primeiro o seu trabalho a céu aberto; deixe pronta a sua lavoura. Depois constitua família^c.

28 Não testemunhe sem motivo contra o seu próximo nem use os seus lábios para enganá-lo.

29 Não diga: “Farei com ele o que fez comigo; ele pagará pelo que fez”.

30 Passei pelo campo do preguiçoso, pela vinha do homem sem juízo; 31 havia espinheiros por toda parte, o chão estava coberto de ervas daninhas e o muro de pedra estava em ruínas.

32 Observei aquilo, e fiquei pensando; olhei, e aprendi esta lição:

33 “Vou dormir um pouco”, você diz. “Vou cochilar um momento; vou cruzar os braços e descansar mais um pouco”,

34 mas a pobreza lhe sobrevirá como um assaltante, e a sua miséria como um homem armado.

^a 24.26 Ou é prova de amizade.

^b 24.26 Ou Quem dá um veredito correto sela os lábios.

^c 24.27 Hebraico: construa sua casa.

CAPÍTULO 25

Outros Provérbios de Salomão

1 Estes são outros provérbios de Salomão, compilados pelos servos de Ezequias, rei de Judá:

2 A glória de Deus é ocultar certas coisas; tentar descobri-las é a glória dos reis.

3 Assim como o céu é elevado e a terra é profunda, também o coração dos reis é insondável.

4 Quando se retira a escória da prata, nesta se tem material para o^d ourives;

5 quando os ímpios são retirados da presença do rei, a justiça firma o seu trono.

6 Não se engrandeça na presença do rei, e não reivindique lugar entre os homens importantes;

7 é melhor que o rei lhe diga: “Suba para cá!”, do que ter que humilhá-lo diante de uma autoridade. O que você viu com os olhos

8 não leve precipitadamente ao tribunal, pois o que você fará, se o seu próximo o desacreditar?

9 Procure resolver sua causa diretamente com o seu próximo, e não revele o segredo de outra pessoa, 10 caso contrário, quem o ouvir poderá reclamar-lhe, e você jamais perderá sua má reputação.

11 A palavra proferida no tempo certo é como frutas de ouro incrustadas numa escultura^e de prata.

^d 25.4 Ou aí surge um vaso da parte do.

^e 25.11 Ou moldura.

12 Como brinco de ouro e enfeite de ouro fino é a repreensão dada com sabedoria a quem se dispõe a ouvir.

13 Como o frescor da neve na época da colheita é o mensageiro de confiança para aqueles que o enviam; ele revigora o ânimo de seus senhores.

14 Como nuvens e ventos sem chuva é aquele que se gaba de presentes que não deu.

15 Com muita paciência pode-se convencer a autoridade, e a língua branda quebra até ossos^a.

16 Se você encontrar mel, coma apenas o suficiente, para que não fique enjoado e vomite.

17 Não faça visitas freqüentes à casa do seu vizinho para que ele não se canse de você e passe a odiá-lo.

18 Como um pedaço de pau, uma espada ou uma flecha aguda é o que dá falso testemunho contra o seu próximo.

19 Como dente estragado ou pé deslocado é a confiança nobre hipócrita na hora da dificuldade.

20 Como tirar a própria roupa em um dia de frio, ou derramar vinagre em uma ferida, é cantar com o coração entristecido.

21 Se o seu inimigo tiver fome, dê-lhe de comer; se tiver sede, dê-lhe de beber.

22 Fazendo isso, você amontoará brasas vivas sobre a cabeça dele, e o SENHOR recompensará você.

^a 25.15 Ou vence a resistência.

^b 25.19 Ou do.

23 Como o vento norte traz chuva, assim a língua fingida traz o olhar irado.

24 Melhor é viver em um canto sob o telhado do que repartir a casa com uma mulher briguenta.

25 Como água fresca para a garganta sedenta é a boa notícia que chega de uma terra distante.

26 Como fonte contaminada ou nascente poluída, assim é o justo que fraqueja diante do ímpio.

27 Comer mel demais não é bom, nem é honroso buscar a própria honra.

28 Como a cidade com seus muros derrubados, assim é quem não sabe dominar-se.

CAPÍTULO 26

1 Como neve no verão ou chuva na colheita, assim a honra é imprópria para o tolo.

2 Como o pardal que voa em fuga, e a andorinha que esvoaça veloz, assim a maldição sem motivo justo não pega.

3 O chicote é para o cavalo, o freio, para o jumento, e a vara, para as costas do tolo!

4 Não responda ao insensato com igual insensatez, do contrário você se igualará a ele.

5 Responda ao insensato como a sua insensatez merece, do contrário ele pensará que é mesmo um sábio.

6 Como cortar o próprio pé ou beber veneno, assim é enviar mensagem pelas mãos do tolo.

- 7 Como pendem inúteis as pernas do coxo, assim é o provérbio na boca do tolo.
- 8 Como amarrar uma pedra na atiradeira, assim é prestar honra ao insensato.
- 9 Como ramo de espinhos nas mãos do bêbado, assim é o provérbio na boca do insensato.
- 10 Como o arqueiro que atira ao acaso, assim é quem contrata o tolo ou o primeiro que passa.
- 11 Como o cão volta ao seu vômito, assim o insensato repeete a sua insensatez.
- 12 Você conhece alguém que se julga sábio? Há mais esperança para o insensato do que para ele.
- 13 O preguiçoso diz: "Lá está um leão no caminho, um leão feroz rugindo nas ruas!"
- 14 Como a porta gira em suas dobradiças, assim o preguiçoso se revira em sua cama.
- 15 O preguiçoso coloca a mão no prato, mas acha difícil demais levá-la de volta à boca.
- 16 O preguiçoso considera-se mais sábio do que sete homens que respondem com bom senso.
- 17 Como alguém que pega pelas orelhas um cão qualquer, assim é quem se mete em discussão alheia.
- 18 Como o louco que atira brasas e flechas mortais,
- 19 assim é o homem que engana o seu próximo e diz: "Eu estava só brincando!"
- 20 Sem lenha a fogueira se apaga; sem o caluniador morre a contenda.
- 21 O que o carvão é para as brasas e a lenha para a fogueira, o amigo de brigas é para atiçar discórdias.
- 22 As palavras do caluniador são como petiscos deliciosos; descem saborosos até o íntimo.
- 23 Como uma camada de esmalte^a sobre um vaso de barro, os lábios amistosos podem ocultar um coração mau.
- 24 Quem odeia disfarça as suas intenções com os lábios, mas no coração abriga a falsidade.
- 25 Embora a sua conversa seja mansa, não acredite nele, pois o seu coração está cheio de maldade.
- 26 Ele pode fingir e esconder o seu ódio, mas a sua maldade será exposta em público.
- 27 Quem faz uma cova, nela cairá; se alguém rola uma pedra, esta rolará de volta sobre ele.
- 28 A língua mentirosa odeia aqueles a quem fere, e a boca lisonjeira provoca a ruína.

CAPÍTULO 27

- 1 Não se gabe do dia de amanhã, pois você não sabe o que este ou aquele dia poderá trazer.
- 2 Que outros façam elogios a você, não a sua própria boca; outras pessoas, não os seus próprios lábios.
- 3 A pedra é pesada e a areia é um fardo, mas a irritação causada pelo insensato é mais pesada do que as duas juntas.

^a 26.23 Ou de escória de prata.

- 4 O rancor é cruel e a fúria é destruidora, mas quem consegue suportar a inveja?
- 5 Melhor é a repreensão feita abertamente do que o amor oculto.
- 6 Quem fere por amor mostra lealdade, mas o inimigo multiplica beijos.
- 7 Quem está satisfeito despreza o mel, mas para quem tem fome até o amargo é doce.
- 8 Como a ave que vagueia longe do ninho, assim é o homem que vagueia longe do lar.
- 9 Perfume e incenso trazem alegria ao coração; do conselho sincero do homem nasce uma bela amizade.
- 10 Não abandone o seu amigo nem o amigo de seu pai; quando for atingido pela adversidade não vá para a casa de seu irmão; melhor é o vizinho próximo do que o irmão distante.
- 11 Seja sábio, meu filho, e traga alegria ao meu coração; poderei então responder a quem me desprezar.
- 12 O prudente percebe o perigo e busca refúgio; o inexperiente segue adiante e sofre as consequências.
- 13 Tome-se a veste de quem serve de fiador ao estranho; sirva ela de penhor de quem dá garantia a uma mulher leviana^a.
- 14 A bênção dada aos gritos cedo de manhã, como maldição é recebida.
- 15 A esposa briguenta é como o gotejar constante num dia chuvoso;

^a 27.13 Ou a um desconhecido.

- 16 detê-la é como deter o vento, como apanhar óleo com a mão.
- 17 Assim como o ferro afia o ferro, o homem afia o seu companheiro.
- 18 Quem cuida de uma figueira comerá de seu fruto, e quem trata bem o seu senhor receberá tratamento de honra.
- 19 Assim como a água reflete o rosto, o coração reflete quem somos nós.
- 20 O Sheol e a Destruição^b são insaciáveis, como insaciáveis são os olhos do homem.
- 21 O crisol é para a prata e o forno é para o ouro, mas o que prova o homem são os elogios que recebe.
- 22 Ainda que você moa o insensato, como trigo no pilão, a insensatez não se afastará dele.
- 23 Esforce-se para saber bem como suas ovelhas estão, dê cuidadosa atenção aos seus rebanhos,
- 24 pois as riquezas não duram para sempre, e nada garante que a coroa passe de uma geração a outra.
- 25 Quando o feno for retirado, surgirem novos brotos e o capim das colinas for colhido,
- 26 os cordeiros lhe fornecerão roupa, e os bodes lhe renderão o preço de um campo.
- 27 Haverá fartura de leite de cabra para alimentar você e sua família, e para sustentar as suas servas.

^b 27.20 Hebraico: *Sheol* e *Abadom*. *Sheol* pode ser traduzido por sepultura, profundezas, poço ou morte.

CAPÍTULO 28

- 1 O ímpio foge, embora ninguém o persiga, mas os justos são corajosos como o leão.
- 2 Os pecados de uma nação fazem mudar sempre os seus governantes, mas a ordem se mantém com um líder sábio e sensato.
- 3 O pobre que se torna poderoso e opriime os pobres é como a tempestade súbita que destrói toda a plantação.
- 4 Os que abandonam a lei elogiam os ímpios, mas os que obedecem à lei lutam contra eles.
- 5 Os homens maus não entendem a justiça, mas os que buscam o SENHOR a entendem plenamente.
- 6 Melhor é o pobre íntegro em sua conduta do que o rico perverso em seus caminhos.
- 7 Quem obedece à lei é filho sábio, mas o companheiro dos glutões envergonha o pai.
- 8 Quem aumenta sua riqueza com juros exorbitantes ajunta para algum outro, que será bondoso com os pobres.
- 9 Se alguém se recusa a ouvir a lei, até suas orações serão detestáveis.
- 10 Quem leva o homem direito pelo mau caminho cairá ele mesmo na armadilha que preparou, mas o que não se deixa corromper terá boa recompensa.
- 11 O rico pode até se julgar sábio, mas o pobre que tem discernimento o conhece a fundo.

- 12 Quando os justos triunfam, há prosperidade geral^a, mas, quando os ímpios sobem ao poder, os homens tratam de esconder-se.
- 13 Quem esconde os seus pecados não prospera, mas quem os confessa e os abandona encontra misericórdia.
- 14 Como é feliz o homem constante no temor do SENHOR! Mas quem endurece o coração cairá na desgraça.
- 15 Como um leão que ruge ou um urso feroz é o ímpio que governa um povo necessitado.
- 16 O governante sem discernimento aumenta as opressões, mas os que odeiam o ganho desonesto prolongarão o seu governo.
- 17 O assassino atormentado pela culpa será fugitivo até a morte; que ninguém o proteja!
- 18 Quem procede com integridade viverá seguro, mas quem procede com perversidade de repente cairá.
- 19 Quem lavra sua terra terá comida com fartura, mas quem persegue fantasias se fartará de miséria.
- 20 O fiel será ricamente abençoado, mas quem tenta enriquecer-se depressa não ficará sem castigo.
- 21 Agir com parcialidade não é bom; pois até por um pedaço de pão o homem se dispõe a fazer o mal.
- 22 O invejoso é ávido por riquezas, e não percebe que a pobreza o aguarda.

^a 28.12 Ou grande alegria.

- 23 Quem repreende o próximo obterá por fim mais favor do que aquele que só sabe bajular.
- 24 Quem rouba seu pai ou sua mãe e diz: "Não é errado", é amigo de quem destrói.
- 25 O ganancioso provoca brigas, mas quem confia no SENHOR prosperará.
- 26 Quem confia em si mesmo é insensato, mas quem anda segundo a sabedoria não corre perigo.
- 27 Quem dá aos pobres não passará necessidade, mas quem fecha os olhos para nãovê-los sofrerá muitas maldições.
- 28 Quando os ímpios sobem ao poder, o povo se esconde; mas, quando eles sucumbem, os justos florescem.

CAPÍTULO 29

- 1 Quem insiste no erro depois de muita repreensão, será destruído, sem aviso e irremediavelmente.
- 2 Quando os justos florescem, o povo se alegra; quando os ímpios governam, o povo geme.
- 3 O homem que ama a sabedoria dá alegria a seu pai, mas quem anda com prostitutas dá fim à sua fortuna.
- 4 O rei que exerce a justiça dá estabilidade ao país, mas o que gosta de subornos o leva à ruína.
- 5 Quem adula seu próximo está armando uma rede para os pés dele.

- 6 O pecado do homem mau o apanha na sua própria armadilha^a, mas o justo pode cantar e alegrar-se.
- 7 Os justos levam em conta os direitos dos pobres, mas os ímpios nem se importam com isso.
- 8 Os zombadores agitam a cidade, mas os sábios a apaziguam.
- 9 Se o sábio for ao tribunal contra o insensato, não haverá paz, pois o insensato se enfurecerá e zombará.
- 10 Os violentos odeiam os honestos e procuram matar o homem íntegro.
- 11 O tolo dá vazão à sua ira, mas o sábio domina-se.
- 12 Para o governante que dá ouvidos a mentiras, todos os seus oficiais são ímpios.
- 13 O pobre e o opressor têm algo em comum: o SENHOR dá vista a ambos.
- 14 Se o rei julga os pobres com justiça, seu trono estará sempre seguro.
- 15 A vara da correção dá sabedoria, mas a criança entregue a si mesma envergonha a sua mãe.
- 16 Quando os ímpios prosperam, prospera o pecado, mas os justos verão a queda deles.
- 17 Discipline seu filho, e este lhe dará paz; trará grande prazer à sua alma.
- 18 Onde não há revelação divina, o povo se desvia; mas como é feliz quem obedece à lei!

^a 29.6 Ou No pecado do homem mau há uma armadilha.

19 Meras palavras não bastam para corrigir o escravo; mesmo que entenda, não reagirá bem.

20 Você já viu alguém que se precipita no falar? Há mais esperança para o insensato do que para ele.

21 Se alguém mima seu escravo desde jovem, no fim terá tristezas.

22 O homem irado provoca brigas, e o de gênio violento comete muitos pecados.

23 O orgulho do homem o humilha, mas o de espírito humilde obtém honra.

24 O cúmplice do ladrão odeia a si mesmo; posto sob juramento, não ousa testemunhar.

25 Quem teme o homem cai em armadilhas, mas quem confia no SENHOR está seguro.

26 Muitos desejam os favores^b do governante, mas é do SENHOR que procede a justiça.

27 Os justos detestam os desonestos, já os ímpios detestam os íntegros.

3 Não aprendi sabedoria, nem tenho conhecimento do Santo.

4 Quem subiu aos céus e desceu? Quem ajuntou nas mãos os ventos? Quem embrulhou as águas em sua capa? Quem fixou todos os limites da terra? Qual é o seu nome, e o nome do seu filho? Conte-me, se você sabe!

5 “Cada palavra de Deus é comprovadamente pura; ele é um escudo para quem nele se refugia.

6 Nada acrescente às palavras dele, do contrário, ele o repreenderá e mostrará que você é mentiroso.

7 “Duas coisas peço que me dês antes que eu morra:

8 Mantém longe de mim a falsidade e a mentira; não me dês nem pobreza nem riqueza; dá-me apenas o alimento necessário.

9 Se não, tendo demais, eu te negaria e te deixaria, e diria: ‘Quem é o SENHOR?’ Se eu ficasse pobre, poderia vir a roubar, desonrando assim o nome do meu Deus.

10 “Não fale mal do servo ao seu senhor; do contrário, o servo o amaldiçoará, e você levará a culpa.

11 “Existem os que amaldiçoam seu pai e não abençoam sua mãe;

12 os que são puros aos seus próprios olhos e que ainda não foram purificados da sua impureza;

13 os que têm olhos altivos e olhar desdenhoso;

14 pessoas cujos dentes são espadas e cujas mandíbulas estão armadas de facas para devorarem os

CAPÍTULO 30

Ditados de Agur

1 Ditados de Agur, filho de Jaque; oráculo^a: Este homem declarou a Itiel; a Itiel e a Ucal:^b

2 “Sou o mais tolo dos homens; não tenho o entendimento de um ser humano.

^b 29.26 Hebraico: *a face*.

^a 30.1 Ou *Jaque de Massá*.

^b 30.1 Ou *Estou exausto, ó Deus; estou exausto, ó Deus, quase desfalecendo*.

necessitados desta terra e os pobres da humanidade.

15 “Duas filhas tem a sanguessuga. ‘Dê! Dê!', gritam elas. “Há três coisas que nunca estão satisfeitas, quatro que nunca dizem: ‘É o bastante!’:

16 o Sheol^c, o ventre estéril, a terra, cuja sede nunca se aplaca, e o fogo, que nunca diz: ‘É o bastante!’

17 “Os olhos de quem zomba do pai, e, zombando, nega obediência à mãe, serão arrancados pelos corvos do vale, e serão devorados pelos filhotes do abutre.

18 “Há três coisas misteriosas demais para mim, quatro que não consigo entender:

19 o caminho do abutre no céu, o caminho da serpente sobre a rocha, o caminho do navio em alto mar, e o caminho do homem com uma moça.

20 “Este é o caminho da adúltera: ela come e limpa a boca, e diz: ‘Não fiz nada de errado’.

21 “Três coisas fazem tremer a terra, e quatro ela não pode suportar:

22 o escravo que se torna rei, o insensato farto de comida,

23 a mulher desprezada que por fim se casa, e a escrava que toma o lugar de sua senhora.

24 “Quatro seres da terra são pequenos, e, no entanto, muito sábios:

25 as formigas, criaturas de pouca força, contudo, armazena姆 sua comida no verão;

^c 30.16 Essa palavra pode ser traduzida por sepultura, profundezas, pó ou morte.

26 os coelhos, criaturas sem nenhum poder, contudo, habitam nos penhascos;

27 os gafanhotos, que não têm rei, contudo, avançam juntos em fileiras;

28 a lagartixa, que se pode apanhar com as mãos, contudo, encontra-se nos palácios dos reis.

29 “Há três seres de andar elegante, quatro que se movem com passo garboso:

30 o leão, que é poderoso entre os animais e não foge de ninguém;

31 o galo de andar altivo; o bode; e o rei à frente do seu exército.

32 “Se você agiu como tolo e exaltou-se a si mesmo, ou se planejou o mal, tape a boca com a mão!

33 Pois assim como bater o leite produz manteiga, e assim como torcer o nariz produz sangue, também suscitar a raiva produz contenda”.

CAPÍTULO 31

Ditados do Rei Lemuel

1 Ditados do rei Lemuel; uma exortação que sua mãe lhe fez^b:

2 “Ó meu filho, filho do meu ventre, filho de meus votos,^c

3 não gaste sua força com mulheres, seu vigor com aquelas que destroem reis.

4 “Não convém aos reis, ó Lemuel; não convém aos reis beber vinho,

^b 31.1 Ou *Ditados de Lemuel, rei de Massá, os quais sua mãe lhe ensinou.*

^c 31.2 Ou *resposta às minhas orações.*

não convém aos governantes desejar bebida fermentada,
 5 para não suceder que bebam e se esqueçam do que a lei determina, e deixem de fazer justiça aos oprimidos.
 6 Dê bebida fermentada aos que estão prestes a morrer, vinho aos que estão angustiados;
 7 para que bebam e se esqueçam da sua pobreza, e não mais se lembrem da sua infelicidade.
 8 “Erga a voz em favor dos que não podem defender-se, seja o defensor de todos os desamparados.
 9 Erga a voz e julgue com justiça; defende os direitos dos pobres e dos necessitados”.

Epílogo: A Mulher Exemplar

10 Uma esposa exemplar; feliz quem a encontrar! É muito mais valiosa que os rubis.
 11 Seu marido tem plena confiança nela e nunca lhe falta coisa alguma.
 12 Ela só lhe faz o bem, e nunca o mal, todos os dias da sua vida.
 13 Escolhe a lã e o linho e com prazer trabalha com as mãos.
 14 Como os navios mercantes, ela traz de longe as suas provisões.
 15 Antes de clarear o dia ela se levanta, prepara comida para todos os de casa, e dá tarefas às suas servas.
 16 Ela avalia um campo e o compra; com o que ganha planta uma vinha.
 17 Entrega-se com vontade ao seu trabalho; seus braços são fortes e vigorosos.

^a 31.10 Os versículos 10-31 são um poema organizado em ordem alfabética, no hebraico.

18 Administra bem o seu comércio lucrativo, e a sua lâmpada fica acesa durante a noite.
 19 Nas mãos segura o fuso e com os dedos pega a roca.
 20 Acolhe os necessitados e estende as mãos aos pobres.
 21 Não teme por seus familiares quando chega a neve, pois todos eles vestem agasalhos^b.
 22 Faz cobertas para a sua cama; veste-se de linho fino e de púrpura.
 23 Seu marido é respeitado na porta da cidade, onde toma assento entre as autoridades da sua terra.
 24 Ela faz vestes de linho e as vende, e fornece cintos aos comerciantes.
 25 Reveste-se de força e dignidade; sorri diante do futuro.
 26 Fala com sabedoria e ensina com amor.
 27 Cuida dos negócios de sua casa e não dá lugar à preguiça.
 28 Seus filhos se levantam e a elogiam; seu marido também a elogia, dizendo:
 29 “Muitas mulheres são exemplares, mas você a todas supera”.
 30 A beleza é enganosa, e a formosura é passageira; mas a mulher que teme o SENHOR será elogiada.
 31 Que ela receba a recompensa merecida, e as suas obras sejam elogiadas à porta da cidade.

^c 31.21 Ou roupas vermelhas.

4

Orações

As orações, além de uma manifestação de fé e um contato com a divindade, expressam desejos e valores que podem ser muito elucidativos e engrandecedores. As orações que separei aqui não são apenas uma conversa com Deus, mas também uma lição de vida. Além da resposta de Deus a quem o procura (coisa que uns acreditam, outros não), as orações mostram atitudes, propósitos e comportamentos que por si já são capazes de transformar a realidade.

Oração da Serenidade

Deus, conceda-me serenidade para aceitar as coisas que não posso mudar.
 Coragem para mudar as coisas que eu posso e sabedoria para saber a diferença.
 Vivendo um dia de cada vez, desfrutando um momento de cada vez.
 Aceitando as dificuldades como o caminho para alcançar a paz.
 Considerando o mundo pecador como ele é, e não como eu gostaria que fosse.
 Confiando que endireitarás todas as coisas se eu me submeter à tua vontade.
 Para que eu possa ser moderadamente feliz nesta vida.
 E sumamente feliz contigo na Eternidade.
 Amém.

(Renhold Neibuhr)

Oração da Paz

SENHOR, fazei-me instrumento de vossa paz.
 Onde houver ódio, que eu leve o amor;
 Onde houver ofensa, que eu leve o perdão;
 Onde houver discórdia, que eu leve a união;
 Onde houver dúvida, que eu leve a fé;
 Onde houver erro, que eu leve a verdade;
 Onde houver desespero, que eu leve a esperança;
 Onde houver tristeza, que eu leve a alegria;
 Onde houver trevas, que eu leve a luz.
 Ó Mestre, fazei que eu procure mais
 Consolar, que ser consolado;
 compreender, que ser compreendido;
 amar, que ser amado.
 Pois, é dando que se recebe,
 é perdoando que se é perdoado,
 e é morrendo que se vive para a vida eterna.

(Francisco de Assis)

Que Eu Chegue a Ti, Senhor

Que eu chegue a Ti, SENHOR, por um caminho seguro e reto; caminho que não se desvie nem na prosperidade nem na adversidade, de tal forma que eu te dê graças nas horas prósperas e, nas adversas, conserve a paciência, não me deixando exaltar pelas primeiras nem abater pelas outras. Que nada me alegre ou entristeça, exceto o que me conduza a Ti ou que de Ti me separe. Que eu não deseje agradar nem receie desagradar senão a Ti.

Concede-me a graça de erguer continuamente o coração a Ti e que, quando eu caia, me arrependa. Torna-me, SENHOR meu Deus, obediente, rico e casto; paciente, sem reclamação; humilde, sem fingimento; alegre, sem dissipação; triste, sem abatimento; reservado, sem rigidez; ativo, sem leviandade; animado pelo temor, sem desânimo; sincero, sem duplicidade; fazendo o bem sem presunção; corrigindo o próximo sem altivez; edificando-o com palavras e exemplos, sem falsidade, um coração firme, que nenhuma adversidade abale; um coração livre, que nenhuma paixão subjugue.

Concede-me, SENHOR meu Deus, uma inteligência que Te conheça, uma vontade que Te busque, uma sabedoria que Te encontre, uma vida que Te agrade, uma perseverança que Te espere com confiança e uma confiança que Te possua, enfim. Amém.

(Tomás de Aquino)

A oração completa está disponível na página: www.williamdouglas.com.br



Oração do Pai Nossa – Lucas 11.1-4

Certo dia Jesus estava orando em determinado lugar. Tendo terminado, um dos seus discípulos lhe disse: “SENHOR, ensina-nos a orar, como João ensinou aos discípulos dele”.

Ele lhes disse: “Quando vocês orarem, digam: ‘Pai! Santificado seja o teu nome. Venha o teu Reino.

Dá-nos cada dia o nosso pão cotidiano.

Perdoa-nos os nossos pecados, pois também perdoamos a todos os que nos devem. E não nos deixes cair em tentação’.”

Oração do Pai Nossa – Mateus 6.9-13

Vocês, orem assim: ‘Pai nosso, que estás nos céus! Santificado seja o teu nome.

Venha o teu Reino; seja feita a tua vontade, assim na terra como no céu.

Dá-nos hoje o nosso pão de cada dia.

Perdoa as nossas dívidas, assim como perdoamos aos nossos devedores.

E não nos deixes cair em tentação, mas livra-nos do mal, porque tu é o Reino, o poder e a glória para sempre.

Amém.’

O Amor – I Coríntios 13

Ainda que eu fale as línguas dos homens e dos anjos, se não tiver amor, serei como o sino que ressoa ou como o prato que retine. Ainda que eu tenha o dom de profecia e saiba todos os mistérios e todo o conhecimento, e tenha uma fé capaz de mover montanhas, se não tiver amor, nada serei. Ainda que eu dê aos pobres tudo o que posso e entregue o meu corpo para ser queimado, se não tiver amor, nada disso me valerá. O amor é paciente, o amor é bondoso. Não inveja, não se vangloria, não se orgulha. Não maltrata, não procura seus interesses, não se ira facilmente, não guarda rancor. O amor não se alegra com a injustiça, mas se alegra com a verdade. Tudo sofre, tudo crê, tudo espera,

tudo suporta. O amor nunca perece; mas as profecias desaparecerão, as línguas cessarão, o conhecimento passará. Pois em parte conhecemos e em parte profetizamos; quando, porém, vier o que é perfeito, o que é imperfeito desaparecerá. Quando eu era menino, falava como menino, pensava como menino e raciocinava como menino. Quando me tornei homem, deixei para trás as coisas de menino. Agora, pois, vemos apenas um reflexo obscuro, como em espelho; mas, então, veremos face a face. Agora conheço em parte; então, conhecerei plenamente, da mesma forma como sou plenamente conhecido. Assim, permanecem agora estes três: a fé, a esperança e o amor. O maior deles, porém, é o amor.

Oração do amor

SENHOR, ilumina meus olhos
 para que eu veja os defeitos
 da minha alma e, vendo-os, para
 que eu não comente os defeitos alheios.
 SENHOR, leva de mim a tristeza
 E não a entregueis a mais ninguém...
 Encha meu coração com a divina fé, para sempre louvar
 o Vosso nome e arranca de mim o orgulho e a presunção.
 SENHOR, fazei de mim um ser humano realmente justo...
 Dá-me a esperança de vencer minhas ilusões todas.
 Planta em meu coração a sementeira do amor
 E ajuda-me a fazer feliz o maior número possível de pessoas
 Para ampliar seus dias risonhos e resumir suas noites tristonhas...
 Transforma meus rivais em companheiros, meus companheiros
 em amigos e meus amigos em entes queridos...
 Não permita que eu seja
 um cordeiro perante os fortes, nem um leão perante os fracos...
 Dá-me, SENHOR, o sabor de perdoar
 E afasta de mim o desejo de vingança, mantendo sempre
 em meu coração somente o amor.

(Anônimo)



5

Textos interessantes



Sermão do Monte

Mateus 5

- 1 Vendo as multidões, Jesus subiu ao monte e se assentou. Seus discípulos aproximaram-se dele,
- 2 e ele começou a ensiná-los, dizendo:
- 3 “Bem-aventurados os pobres em espírito, pois deles é o Reino dos céus.
- 4 Bem-aventurados os que choram, pois serão consolados.
- 5 Bem-aventurados os humildes, pois eles receberão a terra por herança.
- 6 Bem-aventurados os que têm fome e sede de justiça, pois serão satisfeitos.
- 7 Bem-aventurados os misericordiosos, pois obterão misericórdia.
- 8 Bem-aventurados os puros de coração, pois verão a Deus.
- 9 Bem-aventurados os pacificadores, pois serão chamados filhos de Deus.
- 10 Bem-aventurados os perseguidos por causa da justiça, pois deles é o Reino dos céus.
- 11 “Bem-aventurados serão vocês quando, por minha causa os insultarem, perseguirem e levantarem todo tipo de calúnia contra vocês.
- 12 Alegrem-se e regozijem-se, porque grande é a recompensa de vocês nos céus, pois da mesma forma perseguiiram os profetas que viveram antes de vocês”.
- 13 “Vocês são o sal da terra. Mas se o sal perder o seu sabor, como restaurá-lo? Não servirá para nada, exceto para ser jogado fora e pisado pelos homens.
- 14 “Vocês são a luz do mundo. Não se pode esconder uma cidade construída sobre um monte.
- 15 E, também, ninguém acende uma candeia e a coloca debaixo de uma vasilha. Pelo contrário, coloca-a no lugar apropriado, e assim ilumina a todos os que estão na casa.
- 16 Assim brilhe a luz de vocês diante dos homens, para que vejam as suas boas obras e glorifiquem ao Pai de vocês, que está nos céus”.
- 17 “Não pensem que vim abolir a Lei ou os Profetas; não vim abolir, mas cumprir.
- 18 Digo-lhes a verdade: Enquanto existirem céus e terra, de forma alguma desaparecerá da Lei a menor letra ou o menor traço, até que tudo se cumpra.
- 19 Todo aquele que desobedecer a um desses mandamentos, ainda que dos menores, e ensinar os outros a fazerem o mesmo, será chamado menor no Reino dos céus; mas todo aquele que praticar e ensinar estes mandamentos será chamado grande no Reino dos céus.
- 20 Pois eu lhes digo que se a justiça de vocês não for muito superior à dos fariseus e mestres da lei, de modo nenhum entrarão no Reino dos céus”.



21 “Vocês ouviram o que foi dito aos seus antepassados: ‘Não matarás’, e ‘quem matar estará sujeito a julgamento’.

22 Mas eu lhes digo que qualquer que se irar contra seu irmão estará sujeito a julgamento. Também, qualquer que disser a seu irmão: ‘Racá’, será levado ao tribunal. E qualquer que disser: ‘Louco!’, corre o risco de ir para o fogo do inferno.

23 “Portanto, se você estiver apresentando sua oferta diante do altar e ali se lembrar de que seu irmão tem algo contra você,

24 deixe sua oferta ali, diante do altar, e vá primeiro reconciliar-se com seu irmão; depois volte e apresente sua oferta.

25 “Entre em acordo depressa com seu adversário que pretende levá-lo ao tribunal. Faça isso enquanto ainda estiver com ele a caminho, pois, caso contrário, ele poderá entregá-lo ao juiz, e o juiz ao guarda, e você poderá ser jogado na prisão.

26 Eu lhe garanto que você não sairá de lá enquanto não pagar o último centavo”.

27 “Vocês ouviram o que foi dito: ‘Não adulterarás’.

28 Mas eu lhes digo: qualquer que olhar para uma mulher para desejá-la, já cometeu adultério com ela no seu coração.

29 Se o seu olho direito o fizer pecar, arranque-o e lance-o fora. É melhor perder uma parte do seu corpo do que ser todo ele lançado no inferno.

30 E se a sua mão direita o fizer pecar, corte-a e lance-a fora. É melhor perder uma parte do seu corpo do que ir todo ele para o inferno”.

31 “Foi dito: ‘Aquele que se divorciar de sua mulher deverá dar-lhe certidão de divórcio’.

32 Mas eu lhes digo que todo aquele que se divorciar de sua mulher, exceto por imoralidade sexual, faz que ela se torne adúltera, e quem se casar com a mulher divorciada estará cometendo adultério”.

33 “Vocês também ouviram o que foi dito aos seus antepassados: ‘Não jure falsamente, mas cumpra os juramentos que você fez diante do Senhor’.

34 Mas eu lhes digo: Não jurem de forma alguma: nem pelo céu, porque é o trono de Deus;

35 nem pela terra, porque é o estrado de seus pés; nem por Jerusalém, porque é a cidade do grande Rei.

36 E não jure pela sua cabeça, pois você não pode tornar branco ou preto nem um fio de cabelo.

37 Seja o seu ‘sim’, ‘sim’, e o seu ‘não’, ‘não’; o que passar disso vem do Maligno”.

38 “Vocês ouviram o que foi dito: ‘Olho por olho e dente por dente’.

39 Mas eu lhes digo: Não resistam ao perverso. Se alguém o ferir na face direita, ofereça-lhe também a outra.

40 E se alguém quiser processá-lo e tirar-lhe a túnica, deixe que leve também a capa.

41 Se alguém o forçar a caminhar com ele uma milha, vá com ele duas.

42 Dê a quem lhe pede, e não volte as costas àquele que deseja pedir-lhe algo emprestado".

43 "Vocês ouviram o que foi dito: 'Ame o seu próximo e odeie o seu inimigo'.

44 Mas eu lhes digo: Amem os seus inimigos e orem por aqueles que os perseguem,

45 para que vocês venham a ser filhos de seu Pai que está nos céus. Porque ele faz raiar o seu sol sobre maus e bons e derrama chuva sobre justos e injustos.

46 Se vocês amarem aqueles que os amam, que recompensa receberão? Até os publicanos fazem isso!

47 E se vocês saudarem apenas os seus irmãos, o que estarão fazendo de mais? Até os pagãos fazem isso!

48 Portanto, sejam perfeitos como perfeito é o Pai celestial de vocês".

Mateus 6

1 "Tenham o cuidado de não praticar suas 'obras de justiça' diante dos outros para serem vistos por eles. Se fizerem isso, vocês não terão nenhuma recompensa do Pai celestial.

2 "Portanto, quando você der esmola, não anuncie isso com trombetas, como fazem os hipócritas nas sinagogas e nas ruas, a fim de serem honrados pelos outros. Eu lhes garanto que eles já receberam sua plena recompensa.

3 Mas quando você der esmola, que a sua mão esquerda não saiba o que está fazendo a direita,

4 de forma que você preste a sua ajuda em segredo. E seu Pai, que vê o que é feito em segredo, o recompensará".

5 "E quando vocês orarem, não sejam como os hipócritas. Eles gostam de ficar orando em pé nas sinagogas e nas esquinas, a fim de serem vistos pelos outros. Eu lhes asseguro que eles já receberam sua plena recompensa.

6 Mas quando você orar, vá para seu quarto, feche a porta e ore a seu Pai, que está no secreto. Então seu Pai, que vê no secreto, o recompensará.

7 E quando orarem, não fiquem sempre repetindo a mesma coisa, como fazem os pagãos. Eles pensam que por muito falarem serão ouvidos.

8 Não sejam iguais a eles, porque o seu Pai sabe do que vocês precisam, antes mesmo de o pedirem.

9 Vocês, orem assim: 'Pai nosso, que estás nos céus! Santificado seja o teu nome.

10 Venha o teu Reino; seja feita a tua vontade, assim na terra como no céu.

11 Dá-nos hoje o nosso pão de cada dia.

- 12 Perdoa as nossas dívidas, assim como perdoamos aos nossos devedores.
- 13 E não nos deixes cair em tentação, mas livra-nos do mal, porque teu é o Reino, o poder e a glória para sempre. Amém'.
- 14 Pois se perdoarem as ofensas uns dos outros, o Pai celestial também lhes perdoará.
- 15 Mas se não perdoarem uns aos outros, o Pai celestial não lhes perdoará as ofensas".
- 16 "Quando jejuarem, não mostrem uma aparência triste como os hipócritas, pois eles mudam a aparência do rosto a fim de que os homens vejam que eles estão jejuando. Eu lhes digo verdadeiramente que eles já receberam sua plena recompensa.
- 17 Ao jejuar, ponha óleo sobre a cabeça e lave o rosto,
- 18 para que não pareça aos outros que você está jejuando, mas apenas a seu Pai, que vê no secreto. E seu Pai, que vê no secreto, o recompensará".
- 19 "Não acumulem para vocês tesouros na terra, onde a traça e a ferrugem destroem, e onde os ladrões arrombam e furtam.
- 20 Mas acumulem para vocês tesouros no céu, onde a traça e a ferrugem não destroem, e onde os ladrões não arrombam nem furtam.
- 21 Pois onde estiver o seu tesouro, aí também estará o seu coração.
- 22 "Os olhos são a candeia do corpo. Se os seus olhos forem bons, todo o seu corpo será cheio de luz.
- 23 Mas se os seus olhos forem maus, todo o seu corpo será cheio de trevas. Portanto, se a luz que está dentro de você são trevas, que tremendas trevas são!
- 24 "Ninguém pode servir a dois senhores; pois odiará a um e amará o outro, ou se dedicará a um e desprezará o outro. Vocês não podem servir a Deus e ao Dinheiro".
- 25 "Portanto eu lhes digo: não se preocupem com suas próprias vidas, quanto ao que comer ou beber; nem com seus próprios corpos, quanto ao que vestir. Não é a vida mais importante do que a comida, e o corpo mais importante do que a roupa?
- 26 Observem as aves do céu: não semeiam nem colhem nem armazenam em celeiros; contudo, o Pai celestial as alimenta. Não têm vocês muito mais valor do que elas?
- 27 Quem de vocês, por mais que se preocupe, pode acrescentar uma hora que seja à sua vida?
- 28 "Por que vocês se preocupam com roupas? Vejam como crescem os lírios do campo. Eles não trabalham nem tecem.
- 29 Contudo, eu lhes digo que nem Salomão, em todo o seu esplendor, vestiu-se como um deles.



30 Se Deus veste assim a erva do campo, que hoje existe e amanhã é lançada ao fogo, não vestirá muito mais a vocês, homens de pequena fé?

31 Portanto, não se preocupem, dizendo: ‘Que vamos comer?’ ou ‘que vamos beber?’ ou ‘que vamos vestir?’

32 Pois os pagões é que correm atrás dessas coisas; mas o Pai celestial sabe que vocês precisam delas.

33 Busquem, pois, em primeiro lugar o Reino de Deus e a sua justiça, e todas essas coisas lhes serão acrescentadas.

34 Portanto, não se preocupem com o amanhã, pois o amanhã se preocupará consigo mesmo. Basta a cada dia o seu próprio mal”.

Mateus 7

1 “Não julguem, para que vocês não sejam julgados.

2 Pois da mesma forma que julgarem, vocês serão julgados; e a medida que usarem, também será usada para medir vocês.

3 “Por que você repara no cisco que está no olho do seu irmão, e não se dá conta da viga que está em seu próprio olho?

4 Como você pode dizer ao seu irmão: ‘Deixe-me tirar o cisco do seu olho’, quando há uma viga no seu?

5 Hipócrita, tire primeiro a viga do seu olho, e então você verá claramente para tirar o cisco do olho do seu irmão.

6 “Não deem o que é sagrado aos cães, nem atirem suas pérolas aos porcos; caso contrário, estes as pisarão e, aqueles, voltando-se contra vocês, os despedaçarão”.

7 “Peçam, e lhes será dado; busquem, e encontrarão; batam, e a porta lhes será aberta.

8 Pois todo o que pede, recebe; o que busca, encontra; e àquele que bate, a porta será aberta.

9 “Qual de vocês, se seu filho pedir pão, lhe dará uma pedra?

10 Ou se pedir peixe, lhe dará uma cobra?

11 Se vocês, apesar de serem maus, sabem dar boas coisas aos seus filhos, quanto mais o Pai de vocês, que está nos céus, dará coisas boas aos que lhe pedirem!

12 Assim, em tudo, façam aos outros o que vocês querem que eles lhes façam; pois esta é a Lei e os Profetas”.

13 “Entrem pela porta estreita, pois larga é a porta e amplo o caminho que leva à perdição, e são muitos os que entram por ela.



14 Como é estreita a porta, e apertado o caminho que leva à vida! São poucos os que a encontram".

15 "Cuidado com os falsos profetas. Eles vêm a vocês vestidos de peles de ovelhas, mas por dentro são lobos devoradores.

16 Vocês os reconhecerão por seus frutos. Pode alguém colher uvas de um espinheiro ou figos de ervas daninhas?

17 Semelhantemente, toda árvore boa dá frutos bons, mas a árvore ruim dá frutos ruins.

18 A árvore boa não pode dar frutos ruins, nem a árvore ruim pode dar frutos bons.

19 Toda árvore que não produz bons frutos é cortada e lançada ao fogo.

20 Assim, pelos seus frutos vocês os reconhecerão!

21 "Nem todo aquele que me diz: 'Senhor, Senhor', entrará no Reino dos céus, mas apenas aquele que faz a vontade de meu Pai que está nos céus.

22 Muitos me dirão naquele dia: 'Senhor, Senhor, não profetizamos nós em teu nome? Em teu nome não expulsamos demônios e não realizamos muitos milagres?'

23 Então eu lhes direi claramente: 'Nunca os conheci. Afastem-se de mim vocês, que praticam o mal!"

24 "Portanto, quem ouve estas minhas palavras e as pratica é como um homem prudente que construiu a sua casa sobre a rocha.

25 Caiu a chuva, transbordaram os rios, sopraram os ventos e deram contra aquela casa, e ela não caiu, porque tinha seus alicerces na rocha.

26 Mas quem ouve estas minhas palavras e não as pratica é como um insensato que construiu a sua casa sobre a areia.

27 Caiu a chuva, transbordaram os rios, sopraram os ventos e deram contra aquela casa, e ela caiu. E foi grande a sua queda".

28 Quando Jesus acabou de dizer essas coisas, as multidões estavam maravilhadas com o seu ensino,

29 porque ele as ensinava como quem tem autoridade, e não como os mestres da lei.



Parábola do Filho Pródigo (A parábola dos dois filhos perdidos)

Lucas 15

- 1 Todos os publicanos e “pecadores” estavam se reunindo para ouvi-lo.
- 2 Mas os fariseus e os mestres da lei o criticavam: “Este homem recebe pecadores e come com eles”.
- 3 Então Jesus lhes contou esta parábola:
- 4 “Qual de vocês que, possuindo cem ovelhas, e perdendo uma, não deixa as noventa e nove no campo e vai atrás da ovelha perdida, até encontrá-la?
- 5 E quando a encontra, coloca-a alegremente sobre os ombros
- 6 e vai para casa. Ao chegar, reúne seus amigos e vizinhos e diz: ‘Alegrem-se comigo, pois encontrei minha ovelha perdida’.
- 7 Eu lhes digo que, da mesma forma, haverá mais alegria no céu por um pecador que se arrepende do que por noventa e nove justos que não precisam arrepender-se.”
- 8 “Ou, qual é a mulher que, possuindo dez dracmas e, perdendo uma delas, não acende uma candeia, varre a casa e procura atentamente, até encontrá-la?
- 9 E quando a encontra, reúne suas amigas e vizinhas e diz: ‘Alegrem-se comigo, pois encontrei minha moeda perdida’.
- 10 Eu lhes digo que, da mesma forma, há alegria na presença dos anjos de Deus por um pecador que se arrepende”.
- 11 Jesus continuou: “Um homem tinha dois filhos.
- 12 O mais novo disse ao seu pai: ‘Pai, quero a minha parte da herança’. Assim, ele repartiu sua propriedade entre eles.
- 13 “Não muito tempo depois, o filho mais novo reuniu tudo o que tinha, e foi para uma região distante; e lá desperdiçou os seus bens vivendo irresponsavelmente.
- 14 Depois de ter gasto tudo, houve uma grande fome em toda aquela região, e ele começou a passar necessidade.
- 15 Por isso foi empregar-se com um dos cidadãos daquela região, que o mandou para o seu campo a fim de cuidar de porcos.
- 16 Ele desejava encher o estômago com as vagens de alfarrobeira que os porcos comiam, mas ninguém lhe dava nada.
- 17 “Caindo em si, ele disse: ‘Quantos empregados de meu pai têm comida de sobra, e eu aqui, morrendo de fome!
- 18 Eu me porei a caminho e voltarei para meu pai, e lhe direi: Pai, pequei contra o céu e contra ti.



19 Não sou mais digno de ser chamado teu filho; trata-me como um dos teus empregados'.

20 A seguir, levantou-se e foi para seu pai. "Estando ainda longe, seu pai o viu e, cheio de compaixão, correu para seu filho, e o abraçou e beijou.

21 "O filho lhe disse: 'Pai, pequei contra o céu e contra ti. Não sou mais digno de ser chamado teu filho'.

22 "Mas o pai disse aos seus servos: 'Depressa! Tragam a melhor roupa e vistam nele. Coloquem um anel em seu dedo e calçados em seus pés.'

23 Tragam o novilho gordo e matem-no. Vamos fazer uma festa e comemorar.

24 Pois este meu filho estava morto e voltou à vida; estava perdido e foi achado'. E começaram a festejar.

25 "Enquanto isso, o filho mais velho estava no campo. Quando se aproximou da casa, ouviu a música e a dança.

26 Então chamou um dos servos e perguntou-lhe o que estava acontecendo.

27 Este lhe respondeu: 'Seu irmão voltou, e seu pai matou o novilho gordo, porque o recebeu de volta são e salvo'.

28 "O filho mais velho encheu-se de ira, e não quis entrar. Então seu pai saiu e insistiu com ele.

29 Mas ele respondeu ao seu pai: 'Olha! todos esses anos tenho trabalhado como um escravo ao teu serviço e nunca desobedeci às tuas ordens. Mas tu nunca me deste nem um cabrito para eu festejar com os meus amigos.'

30 Mas quando volta para casa esse seu filho, que esbanjou os teus bens com as prostitutas, matas o novilho gordo para ele! '

31 "Disse o pai: 'Meu filho, você está sempre comigo, e tudo o que tenho é seu.'

32 Mas nós tínhamos que comemorar e alegrar-nos, porque este seu irmão estava morto e voltou à vida, estava perdido e foi achado'."

Parábola do Bom Samaritano

Lucas 10.23,37

23 Então ele se voltou para os seus discípulos e lhes disse em particular: "Felizes são os olhos que veem o que vocês veem.

24 Pois eu lhes digo que muitos profetas e reis desejaram ver o que vocês estão vendo, mas não viram; e ouvir o que vocês estão ouvindo, mas não ouviram".

25 Certa ocasião, um perito na lei levantou-se para pôr Jesus à prova e lhe perguntou: "Mestre, o que preciso fazer para herdar a vida eterna?"

26 "O que está escrito na Lei?", respondeu Jesus. "Como você a lê?"



27 Ele respondeu: “Ame o Senhor, o seu Deus de todo o seu coração, de toda a sua alma, de todas as suas forças e de todo o seu entendimento” e ‘Ame o seu próximo como a si mesmo’”.

28 Disse Jesus: “Você respondeu corretamente. Faça isso, e viverá”.

29 Mas ele, querendo justificar-se, perguntou a Jesus: “E quem é o meu próximo?”

30 Em resposta, disse Jesus: “Um homem descia de Jerusalém para Jericó, quando caiu nas mãos de assaltantes. Estes lhe tiraram as roupas, espancaram-no e se foram, deixando-o quase morto.

31 Aconteceu estar descendo pela mesma estrada um sacerdote. Quando viu o homem, passou pelo outro lado.

32 E assim também um levita; quando chegou ao lugar e o viu, passou pelo outro lado.

33 Mas um samaritano, estando de viagem, chegou onde se encontrava o homem e, quando o viu, teve piedade dele.

34 Aproximou-se, enfaixou-lhe as feridas, derramando nelas vinho e óleo. Depois colocou-o sobre o seu próprio animal, levou-o para uma hospedaria e cuidou dele.

35 No dia seguinte, deu dois denários ao hospedeiro e disse-lhe: ‘Cuide dele. Quando voltar lhe pagarei todas as despesas que você tiver’.

36 “Qual destes três você acha que foi o próximo do homem que caiu nas mãos dos assaltantes?”

37 “Aquele que teve misericórdia dele”, respondeu o perito na lei. Jesus lhe disse: “Vá e faça o mesmo”.

Dez leprosos

Lucas 17.11,17

11 A caminho de Jerusalém, Jesus passou pela divisa entre Samaria e Galiléia.

12 Ao entrar num povoado, dez leprosos dirigiram-se a ele. Ficaram a certa distância

13 e gritaram em alta voz: “Jesus, Mestre, tem piedade de nós!”

14 Ao vê-los, ele disse: “Vão mostrar-se aos sacerdotes”. Enquanto eles iam, foram purificados.

15 Um deles, quando viu que estava curado, voltou, louvando a Deus em alta voz.

16 Prostrou-se aos pés de Jesus e lhe agradeceu. Este era samaritano.

17 Jesus perguntou: “Não foram purificados todos os dez? Onde estão os outros nove?

Zaqueu, o fiscal corrupto

Lucas 17,1,9

- 1 Jesus disse aos seus discípulos: “É inevitável que aconteçam coisas que levem o povo a tropeçar, mas ai da pessoa por meio de quem elas acontecem.
- 2 Sería melhor que ela fosse lançada no mar com uma pedra de moinho amarrada no pescoco, do que levar um desses pequeninos a pecar.
- 3 Tomem cuidado. “Se o seu irmão pecar, repreenda-o e, se ele se arrepender, perdoe-lhe.
- 4 Se pecar contra você sete vezes no dia, e sete vezes voltar a você e disser: ‘Estou arrependido’, perdoe-lhe”.
- 5 Os apóstolos disseram ao Senhor: “Aumenta a nossa fé!”
- 6 Ele respondeu: “Se vocês tiverem fé do tamanho de uma semente de mostarda, poderão dizer a esta amoreira: ‘Arranke-se e plante-se no mar’, e ela lhes obedecerá.
- 7 “Qual de vocês que, tendo um servo que esteja arando ou cuidando das ovelhas, lhe dirá, quando ele chegar do campo: ‘Venha agora e sente-se para comer?’
- 8 Pelo contrário, não dirá: ‘Prepare o meu jantar, apronte-se e sirva-me enquanto como e bebo; depois disso você pode comer e beber?’
- 9 Será que ele agradecerá ao servo por ter feito o que lhe foi ordenado?

Administração do Tempo

Eclesiastes 3

- 1 Para tudo há uma ocasião certa; há um tempo certo para cada propósito debaixo do céu:
- 2 Tempo de nascer e tempo de morrer, tempo de plantar e tempo de arrancar o que se plantou,
- 3 tempo de matar e tempo de curar, tempo de derrubar e tempo de construir,
- 4 tempo de chorar e tempo de rir, tempo de prantear e tempo de dançar,
- 5 tempo de espalhar pedras e tempo de ajuntá-las, tempo de abraçar e tempo de se conter,
- 6 tempo de procurar e tempo de desistir, tempo de guardar e tempo de jogar fora,
- 7 tempo de rasgar e tempo de costurar, tempo de calar e tempo de falar,
- 8 tempo de amar e tempo de odiar, tempo de lutar e tempo de viver em paz.
- 9 O que ganha o trabalhador com todo o seu esforço?
- 10 Tenho visto o fardo que Deus impôs aos homens.



11 Ele fez tudo apropriado ao seu tempo. Também pôs no coração do homem o anseio pela eternidade; mesmo assim ele não consegue compreender inteiramente o que Deus fez.

12 Descobri que não há nada melhor para o homem do que ser feliz e praticar o bem enquanto vive.

13 Descobri também que poder comer, beber e ser recompensado pelo seu trabalho é um presente de Deus.

14 Sei que tudo o que Deus faz permanecerá para sempre; a isso nada se pode acrescentar, e disso nada se pode tirar. Deus assim faz para que os homens o temam.

15 Aquilo que é, já foi, e o que será, já foi anteriormente; Deus investigará o passado.

16 Descobri também que debaixo do sol: No lugar da justiça havia impiedade, no lugar da retidão, ainda mais impiedade.

17 Fiquei pensando: O justo e o ímpio, Deus julgará ambos, pois há um tempo para todo propósito, um tempo para tudo o que acontece.

18 Também pensei: Deus prova os homens para que vejam que são como os animais.

19 O destino do homem é o mesmo do animal; o mesmo destino os aguarda. Assim como morre um, também morre o outro. Todos têm o mesmo fôlego de vida; o homem não tem vantagem alguma sobre o animal. Nada faz sentido!

20 Todos vão para o mesmo lugar; vieram todos do pó, e ao pó todos retornarão.

21 Quem pode dizer se o fôlego do homem sobe às alturas e se o fôlego do animal desce para a terra?

22 Por isso concluí que não há nada melhor para o homem do que desfrutar do seu trabalho, porque esta é a sua recompensa. Pois, quem poderá fazê-lo ver o que acontecerá depois de morto?

Administração de Sonhos

Gênesis 37

1 Jacó habitou na terra de Canaã, onde seu pai tinha vivido como estrangeiro.

2 Esta é a história da família de Jacó: Quando José tinha dezessete anos, pastoreava os rebanhos com os seus irmãos. Ajudava os filhos de Bila e os filhos de Zilpa, mulheres de seu pai; e contava ao pai a má fama deles.

3 Ora, Israel gostava mais de José do que de qualquer outro filho, porque lhe havia nascido em sua velhice; por isso mandou fazer para ele uma túnica longa.

4 Quando os seus irmãos viram que o pai gostava mais dele do que de qualquer outro filho, odiaram-no e não conseguiam falar com ele amigavelmente.

5 Certa vez, José teve um sonho e, quando o contou a seus irmãos, eles passaram a odiá-lo ainda mais.

6 “Ouçam o sonho que tive”, disse-lhes.

7 “Estábamos amarrando os feixes de trigo no campo, quando o meu feixe se levantou e ficou em pé, e os seus feixes se ajuntaram ao redor do meu e se curvaram diante dele”.

8 Seus irmãos lhe disseram: “Então você vai reinar sobre nós? Quer dizer que você vai governar sobre nós?” E o odiaram ainda mais, por causa do sonho e do que tinha dito.

9 Depois teve outro sonho e o contou aos seus irmãos: “Tive outro sonho, e desta vez o sol, a lua e onze estrelas se curvavam diante de mim”.

10 Quando o contou ao pai e aos irmãos, o pai o repreendeu e lhe disse: “Que sonho foi esse que você teve? Será que eu, sua mãe, e seus irmãos viremos a nos curvar até o chão diante de você?”

11 Assim seus irmãos tiveram ciúmes dele; o pai, no entanto, refletia naquilo.

12 Os irmãos de José tinham ido cuidar dos rebanhos do pai, perto de Siquém,

13 e Israel disse a José: “Como você sabe, seus irmãos estão apascentando os rebanhos perto de Siquém. Quero que você vá até lá”. “Sim, senhor”, respondeu ele.

14 Disse-lhe o pai: “Vá ver se está tudo bem com os seus irmãos e com os rebanhos, e traga-me notícias”. Jacó o enviou quando estava no vale de Hebron. Mas José se perdeu quando se aproximava de Siquém;

15 um homem o encontrou vagueando pelos campos e lhe perguntou: “Que é que você está procurando?”

16 Ele respondeu: “Procuro meus irmãos. Pode me dizer onde eles estão apascentando os rebanhos?”

17 Respondeu o homem: “Eles já partiram daqui. Eu os ouvi dizer: ‘Vamos para Dotã’”. Assim José foi em busca dos seus irmãos e os encontrou perto de Dotã.

18 Mas eles o viram de longe e, antes que chegasse, planejaram matá-lo.

19 “Lá vem aquele sonhador!”, diziam uns aos outros.

20 “É agora! Vamos matá-lo e jogá-lo num destes poços, e diremos que um animal selvagem o devorou. Veremos então o que será dos seus sonhos.”

21 Quando Rúben ouviu isso, tentou livrá-lo das mãos deles, dizendo: “Não lhe tiremos a vida!”

22 E acrescentou: “Não derramem sangue. Joguem-no naquele poço no deserto, mas não toquem nele”. Rúben propôs isso com a intenção de livrá-lo e levá-lo de volta ao pai.

- 23 Chegando José, seus irmãos lhe arrancaram a túnica longa,
 24 agararam-no e o jogaram no poço, que estava vazio e sem água.
 25 Ao se assentarem para comer, viram ao longe uma caravana de ismaelitas
 que vinha de Gileade. Seus camelos estavam carregados de especiarias,
 bálsamo e mirra, que eles levavam para o Egito.
 26 Judá disse então a seus irmãos: “Que ganharemos se matarmos o nosso
 irmão e escondermos o seu sangue?
 27 Vamos vendê-lo aos ismaelitas. Não tocaremos nele, afinal é nosso irmão,
 é nosso próprio sangue”. E seus irmãos concordaram.
 28 Quando os mercadores ismaelitas de Midiã se aproximaram, seus irmãos
 tiraram José do poço e o venderam por vinte peças de prata aos ismaelitas, que
 o levaram para o Egito.
 29 Quando Rúben voltou ao poço e viu que José não estava lá, rasgou suas vestes
 30 e, voltando a seus irmãos, disse: “O jovem não está lá! Para onde irei
 agora?”
 31 Então eles mataram um bode, mergulharam no sangue a túnica de José
 32 e a mandaram ao pai com este recado: “Achamos isto. Veja se é a túnica
 de teu filho.”
 33 Ele a reconheceu e disse: “É a túnica de meu filho! Um animal selvagem o
 devorou! José foi despedaçado!”
 34 Então Jacó rasgou suas vestes, vestiu-se de pano de saco e chorou muitos
 dias por seu filho.
 35 Todos os seus filhos e filhas vieram consolá-lo, mas ele recusou ser
 consolado, dizendo: “Não! Chorando descerei à sepultura para junto de meu
 filho”. E continuou a chorar por ele.
 36 Nesse meio tempo, no Egito, os midianitas venderam José a Potifar, oficial
 do faraó e capitão da guarda.

Aproveitar a vida

Eclesiastes 8

- 1 Quem é como o sábio? Quem sabe interpretar as coisas? A sabedoria de um homem alcança o favor do rei e muda o seu semblante carregado.
 2 Este é o meu conselho: obedeça às ordens do rei porque você fez um juramento diante
 3 Não se apresse em deixar a presença do rei, nem se levante em favor de uma causa errada, visto que o rei faz o que bem entende.

4 Pois a palavra do rei é soberana, e ninguém lhe pode perguntar: "O que estás fazendo?"

5 Quem obedece às suas ordens não sofrerá mal algum, pois o coração sábio saberá a hora e a maneira certa de agir.

6 Por quanto há uma hora certa e também uma maneira certa de agir para cada situação. O sofrimento de um homem, no entanto, pesa muito sobre ele, visto que ninguém conhece o futuro. Quem lhe poderá dizer o que vai acontecer?

8 Ninguém tem o poder de dominar o próprio espírito; tampouco tem poder sobre o dia da sua morte de escapar dos efeitos da guerra; nem mesmo a maldade livra aqueles que a praticam.

9 Tudo isso vi quando me pus a refletir em tudo o que se faz debaixo do sol. Há ocasiões em que um homem domina sobre outros para a sua própria infelicidade.

10 Nessas ocasiões, vi ímpios serem sepultados e gente indo e vindo do lugar onde eles foram enterrados. Todavia, os que haviam praticado o bem foram esquecidos na cidade. Isso também não faz sentido.

11 Quando os crimes não são castigados logo, o coração do homem se enche de planos para fazer o mal.

12 O ímpio pode cometer uma centena de crimes e apesar disso, ter vida longa, mas sei muito bem que as coisas serão melhores para os que temem a Deus, para os que mostram respeito diante dele.

13 Para os ímpios, no entanto, nada irá bem, porque não temem a Deus, e os seus dias, como sombras, serão poucos.

14 Há mais uma coisa sem sentido na terra: justos que recebem o que os ímpios merecem, e ímpios que recebem o que os justos merecem. Isto também, penso eu, não faz sentido.

15 Por isso recomendo que se desfrute a vida, porque debaixo do sol não há nada melhor para o homem do que comer, beber e alegrar-se. Sejam esses os seus companheiros no seu duro trabalho durante todos os dias da vida que Deus lhe der debaixo do sol!

16 Quando voltei a mente para conhecer a sabedoria e observar as atividades do homem sobre a terra, daquele cujos olhos não vêm sono nem de dia nem de noite,

17 percebi tudo o que Deus tem feito. Ninguém é capaz de entender o que se faz debaixo do sol. Por mais que se esforce para descobrir o sentido das coisas, o homem não o encontrará. O sábio pode até afirmar que entende, mas, na realidade, não o consegue encontrar.

A força do Amor

Aos nossos mais implacáveis adversários, diremos: "Corresponderemos à Vossa capacidade de nos fazer sofrer com a nossa capacidade de suportar o sofrimento. Iremos ao encontro da Vossa força física com a nossa força do espírito. Fazei-nos o que quiserdes e continuaremos a amar-vos. O que não podemos, em boa consciência, é acatar as Vossas leis injustas, pois tal como temos obrigação moral de cooperar com o bem, também temos a de não cooperar com o mal. Podeis prender-nos e amar-Vos-emos ainda. Assaltais as nossas casas e ameaçais os nossos filhos, e continuaremos a amar-Vos. Enviais os Vossos embuçados perpetradores da violência para espantar a nossa comunidade quando chega a meia-noite, e, quase mortos, amar-vos-emos ainda. Tendes, porém, a certeza de que acabareis por ser vencidos pela nossa capacidade de sofrimento. E, quando um dia alcançarmos a vitória, ela não será só para nós; tanto apelaremos para a vossa consciência e para o Vosso coração que Vos conquistaremos também, e a nossa vitória será dupla vitória".

O amor é a força mais perdurable do mundo. Este poder criador, tão belamente exemplificado na vida de Nosso SENHOR Jesus Cristo, é o instrumento mais poderoso e eficaz para a paz e a segurança da humanidade. Diz-se que Napoleão Bonaparte, o grande gênio militar, recordando a sua anterior época e conquistas, teria observado: "Tanto Alexandre como César, Carlos Magno ou eu próprio, criamos grandes impérios. Mas onde se apoiam eles? Unicamente na força. Jesus, há séculos, iniciou a construção de um império fundado no amor, e vemos hoje ainda milhões de pessoas que morrem por Ele".

(Martin Luther King Jr.)

Palavras sobre a morte*

(...)

E assim, venho, nesta tarde, para dizer a todos aqui reunidos que, apesar da escuridão desta hora, não devemos nos desesperar. Não devemos endurecer (...). Não, não devemos perder a fé (...).

Permitam-se agora dirigir uma palavra às famílias de luto. É praticamente impossível dizer algo que possa consolá-los nesta hora tão

difícil e que possa dissipar as profundas nuvens de desilusão que encobrem os céus de suas mentes. Mas espero que vocês possam encontrar um pouco de conforto na universalidade desta experiência. A morte vem para todos os indivíduos. A morte é espantosamente democrática. Não serve aristocraticamente a poucos, mas democraticamente a todos. Morrem os reis e morrem os mendigos; morrem os ricos e os pobres; morrem os velhos e os jovens. A morte vem para o inocente e para o culpado. A morte é o irredutível denominador comum de todos os homens.

Espero que vocês possam encontrar algum conforto na afirmação cristã de que a morte não é um fim. A morte não é o ponto final da grandiosa sentença da vida, mas uma vírgula que a pontua diante de um significado mais sublime. A morte não é um beco sem saída que leva a humanidade a um estado de total anulação, mas uma porta aberta para a vida eterna. Permitam que essa fé audaciosa, que essa invencível suposição, lhes fortaleça nesses dias de provação.

Agora, para concluir, eu lhes digo: a vida é dura, às vezes tão dura quanto aço temperado. Há momentos difíceis e desesperadores. Como as águas dos rios, a vida tem períodos de seca e de inundação. Como o contínuo ciclo das estações, a vida tem o suave calor dos verões e o frio cortante dos invernos (Sim). E se nos mantivermos firmes, descobriremos que Deus está do nosso lado e que Deus pode nos levar da fadiga do desespero ao alívio da esperança e transformar os vales sombrios e desolados nas iluminadas veredas da paz interior.

*Sermão sobre a morte de quatro meninas proferido por Martin Luther King Jr. em 18 de setembro de 1963. O texto é parte da transcrição da palavra proferida por Martin Luther King Jr. no velório de três meninas assassinadas em uma igreja em ataque da Ku Klux Klan, em Birmingham. KING JR., Martin Luther. *Um apelo à consciência: os melhores discursos de Martin Luther King*. Org.: Clayborne Carson e Kris Shepard. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2006.

Os 10 mandamentos paradoxais*

1. As pessoas são ilógicas, irracionais e egocêntricas.
Ame-as, apesar de tudo.
2. Se você fizer o bem, as pessoas o acusarão de ter motivos egoístas ocultos.
Faça o bem, apesar de tudo.
3. Se você tiver sucesso, ganhará falsos amigos e inimigos verdadeiros.
Busque o sucesso, apesar de tudo.
4. O bem que você faz hoje será esquecido amanhã.
Faça o bem, apesar de tudo.
5. A honestidade e a franqueza o tornarão vulnerável.
Seja honesto e franco, apesar de tudo.
6. Os maiores homens e mulheres com as maiores ideias podem ser eliminados pelos menores homens e mulheres com as mentes mais estreitas.
Pense grande, apesar de tudo.
7. As pessoas favorecem os oprimidos, mas seguem somente os bem-sucedidos.
Lute pelos oprimidos, apesar de tudo.
8. Aquilo que você passa anos construindo poderá ser destruído da noite para o dia.
Construa, apesar de tudo.
9. As pessoas realmente precisam de ajuda, mas poderão atacá-lo se você as ajudar.
Ajude as pessoas, apesar de tudo.
10. Dê ao mundo o melhor de você e levará um soco na cara.
Dê ao mundo o melhor de você, apesar de tudo.

*Do original *The paradoxical commandments* escrito por Kent M. Keith, quando ainda era estudante do ensino médio, em 1968. Madre Teresa de Calcutá transcreveu essa oração, com algumas alterações, na parede de onde trabalhava dando à mesma divulgação que fez com que muitos atribuissem a ela a autoria do texto.

6

Artigos

Procurei sempre passar minhas experiências e as lições que aprendi através de meus livros, palestras e DVDs. Com o tempo, passei a ter no meu site, no Twitter, no Facebook e no Youtube instrumentos de disponibilização do essencial daquilo que aprendi e posso compartilhar. Aqui você encontrará alguns artigos de minha autoria, alguns deles resumidos, abordando temas que considero interessantes e importantes para o sucesso, bem estar e qualidade de vida. Caso queira ter acesso a mais material ou se cadastrar no Informativo, visite www.williamdouglas.com.br

O Que Você Busca na Vida?

O que você tem buscado? Que tipo de projeto tem sido agraciado com seu tempo, esforço, imaginação? Quais as coisas que você tem sacrificado para conseguir o que deseja? É uma boa troca?

A Páscoa é uma época de mudanças, de renovação. A primeira páscoa aconteceu quando o povo israelita saiu do Egito em busca da Terra Prometida. Abandonaram uma situação mediana: tinham algum conforto e segurança no Egito, mas eram escravos. Partir em busca de uma situação melhor, e de liberdade, exigiu um sacrifício e perdas temporárias. Foi uma troca, uma descida de condições para depois subir novamente, e ficar um pouco acima.

Nenhuma melhoria de vida ou de condição pode ser conseguida sem esforço, sacrifícios e trabalho. “Não há almoços de graça”, já foi dito. Em paralelo a essa realidade, é preciso cuidado para não trocar coisas boas por outras piores. É preciso atenção.

Para sair da terra de acomodação, do “algum conforto” para uma situação melhor, é preciso coragem. Às vezes nos acomodamos à “escravidão” suportável ao invés de ir em busca de outras realidades. Para concretizá-las é preciso coragem, e a disposição de enfrentar mares, desertos e batalhas. Mas depois de tudo há a liberdade, e a terra que “mane leite e mel”.

Acho que o povo caminhando no deserto foi uma das primeiras metáforas para os concorseiros. Eles, assim como quem faz concursos, buscavam algo melhor, uma terra diferente.

Sobre escolhas e buscas, sacrifícios e trocas, e indo buscar inspiração em uma parábola, Rubem Alves escreveu:

“Era uma vez um homem que se dedicava a ganhar dinheiro. Ganhar dinheiro era o seu prazer. O crescimento da sua fortuna lhe dava um delicioso sentimento de segurança quanto ao seu futuro. Assim, ele não gastava o que ganhava. Investia na bolsa de valores a fim de obter novos lucros e assim ter uma segurança maior ainda. Aconteceu que uns investimentos que fizera lhe deram lucros enormes, inesperados. Ele muito se alegrou e disse: ‘Finalmente posso parar de trabalhar. Finalmente o meu futuro está garantido. Oh, minha alma! Descansa, come, bebe, regala-te, ama...’



Mas Deus lhe disse: ‘Como és tolo... Não és dono do teu corpo e pensas que, com esse corpo que não te pertence podes possuir alguma coisa? Mas hoje vão pedir a tua vida! Deverias ter gasto o que ganhaste enquanto a vida lhes era dada. Agora que a tua vida te é tirada, o que ajuntaste vai para outros... De que vale a um homem ganhar o mundo todo se, para ganhá-lo, deixa a sua vida no presente escorrer por entre os dedos...’”

Buscar dinheiro e perder a saúde, a família ou a alegria são trocas tolas. Sacrificar parte do tempo e do lazer para ter mais conforto, uma troca sábia. Mas todas as trocas precisam ser medidas, e o “aproveitar a vida”, a família, as coisas, é, de fato, algo urgente a ser feito concomitantemente com a semeadura de dias melhores e com a construção de novas realidades.

Na Páscoa cristã, Jesus sacrificou-se em prol de uma nova realidade, em prol do próximo. Ele mesmo disse que “ninguém tem maior amor do que este: o dar a vida pela de seus amigos”. Foi um sacrifício de si mesmo em prol de algo em que Ele acreditava.

Costumo ver homens e mulheres dando sua vida em prol de algo que acreditam: uma causa, seus filhos.

Não é preciso ser a época da Páscoa para aprendermos com ela. Mais do que em qualquer festa, ou fase do ano, sempre temos a grande oportunidade de fazer escolhas, de cruzar oceanos e desertos para buscar a liberdade de escolher em que terra queremos morar.

Meus votos são de que você tenha coragem de empreender suas buscas, de escolher as melhores coisas a buscar. E, claro, que encontre, depois dos desertos, uma terra próspera e acolhedora. Ela está lá, à nossa espera.

Para outro texto sobre Buscas (Terra Prometida e Objetivos), acesse o site:
www.williamdouglas.com.br

Dicas para obter motivação

MOTIVAÇÃO

A primeira atitude de que alguém precisa para mudar de vida, melhorar sua situação ou realizar algum objetivo é a motivação. Uma pessoa motivada é mais feliz e produtiva. Motivação é a disposição para agir, podendo ser entendida simplesmente como “motivo para a ação” ou “motivos para agir”.

Você precisa de motivação. Ela é quem nos anima e ela é quem nos faz “segurar a barra” nas horas mais difíceis e recomeçar quando algo dá errado. Porém... isto você já sabe. O que todo mundo quer saber é:

Como conseguir motivação?

A motivação é pessoal: só você pode dizer o que lhe dá ânimo para trabalhar, prosseguir, crescer. As outras pessoas podem ajudar na motivação, mas não nos dá-la de presente.

A primeira motivação é você cuidar bem de si mesmo, ser feliz. Costumo dizer que você vai passar o resto da vida “consigo”, que pode se livrar de quem quiser, de qualquer coisa, menos de você mesmo. Por isso, deve cuidar bem de sua mente, corpo e projetos, sonhos, futuro.

Mas existem outras motivações.

Deus – Deus pode ser uma fonte de ânimo e consolo, de força para viver e prosseguir. Além disto, se você for uma pessoa com sucesso profissional e capaz, poderá servir mais ao trabalho para sua divindade.

Família – Ajudar a família, ter dinheiro e tempo para o parceiro amoroso, filhos, pais, irmãos, é uma das mais fortes injeções de disposição para o estudo e o trabalho.

Riqueza – Existem muitas formas de riqueza, sendo o dinheiro a menor delas. Paz, saúde, equilíbrio, família, sucesso, fama, ser benquisto e admirado, todas estas são formas de riqueza, que podem ser escolhidas por você e servirem como estímulo.

Dinheiro – O dinheiro nunca deve ser o motivo principal de uma escolha, mas é perfeitamente lícito e digno a pessoa querer ganhar dinheiro. Basta que seja dinheiro honesto. O dinheiro serve para comprar muitas coisas úteis e prazerosas. Assim, se você quer estudar para ter mais dinheiro para gastar, tudo bem, é um bom motivo.

Tempo – Quanto melhor você estudar e quanto mais resultado tiver, mais tempo você terá para fazer outras coisas. E as fará com mais tranquilidade e segurança.

Resolver problemas – Conheço amigos para os quais o concurso serviu para resolver problemas. Um deles, o Professor Carlos André Tamez, do Curso Aprovação, estudou para ser Auditor da Receita, pois morava no Rio de Janeiro e sua amada, em Curitiba. O concurso serviu para ele poder trabalhar na cidade que desejava. E conheço uma amiga para quem o concurso serviu para poder se separar sem depender de pensão do ex-marido. Para outro, o concurso foi a fonte de dinheiro para montar seu consultório dentário.

Segurança – O estudo e o trabalho trazem segurança, seja a de ter alternativas, seja a de ter emprego, dinheiro, aposentadoria etc. São bons motivos.

Motivação é tarefa de todos os dias!

Entenda que todo projeto de longo prazo terá momentos de grande ânimo, momentos normais e momentos de desânimo, e vontade de desistir. Sabendo disso de antemão, procure se preparar para os dias de baixa: eles virão e você vai precisar aprender a lidar com eles.

A motivação deve ser trabalhada diariamente. Todos os dias você pode e deve lembrar dos motivos que o estão fazendo estudar, ter planos, persistir.

A motivação deve ser redobrada nos momentos de crise, de desânimo e cansaço. Em geral, ela vai segurá-lo. Algumas vezes, você vai “surtar”, ter uma crise e parar um tempo. Tudo bem, tenha a crise, faça o que quiser, mas volte a estudar o mais rápido possível. De preferência, recomece no dia seguinte.

Dicas de motivação

- 1) Você pode criar técnicas para se animar. Eu usava uma xerox do contracheque (*hollerith*) de um amigo que já tinha sido aprovado. Quando eu começava a querer parar de estudar antes da hora, olhava o contracheque que eu queria para mim e conseguia continuar estudando mais um tempo. Conheço gente que tem a foto de um carro, de uma casa, uma nota de 100 dólares, a foto de onde quer passar as férias de seus sonhos. E tem gente com foto da esposa, do marido, dos filhos.
- 2) Outra dica importante: esteja perto de pessoas com alto astral, animadas, otimistas, e de pessoas com objetivos semelhantes. Evite muito contato com pessoas que não estejam trabalhando por seus sonhos, que vivam reclamando de tudo, que não queiram nada. Escolha as pessoas com as

quais você estará em contato e sintonizado. O canário aprende a cantar, ouvindo outro canário. E canários juntos cantam melhor. Esteja perto de quem cante ou goste de cantar.

Motivação: dor ou prazer.

O ser humano age basicamente por duas motivações primárias: obtenção de prazer ou fuga da dor. Quando alguém deixa de saborear uma apetitosa sobremesa, pode estar querendo evitar a dor de engordar; quando a saboreia, está buscando o prazer do paladar. Há pessoas que estudam para evitar dor (nota baixa, reprovação, fracasso) e pessoas que estudam para obter prazer (aprender, saber, acertar, crescer, ter sucesso na prova etc.). Embora o objetivo seja o mesmo (estudar), a motivação pode ser completamente diferente. Acontece que mesmo com um objetivo idêntico (por exemplo, passar no vestibular ou concurso público), o desempenho de quem tem motivação positiva (buscar prazer) é bastante superior ao daquele que atua por motivação negativa (evitar dor).

“Bom-Bom” e “Mau-Mau”

Quando menino, recordo-me de assistir a um desenho animado infantil chamado “Bom-Bom e Mau-Mau”. Engraçadíssimo, mas preconceituosíssimo também. O Bom-Bom era o típico anglo-saxão, alto, loiro, atlético e soridente, bonzinho e cavalheiro toda vida. O Mau-Mau era baixinho, feio, moreno, mais ou menos um Danny DeVito mexicano, e só fazia canalhice. Claro que era um enlatado norte-americano, mas o conceito continua: existem pessoas boas e pessoas más.

O primeiro problema era que os malvados, baixos, mesquinhos tinham a aparência física mais comum dos latinos. Aliás, a reparar nos filmes de Hollywood, as gangues são normalmente compostas de tipos latinos, orientais ou negros, salvo o chefe, que em geral é caucasiano (afinal, lidera uma “missão” para a raça superior, mesmo que para delinquir). Não bastasse o erro de impor traços físicos à virtude e à sua falta, o grande equívoco é desenhar pessoas que sejam exemplos de perfeição e, outras, da baixeza humana. Isso é uma grande tolice. Existem pessoas, apenas.

O Bom-Bom e o Mau-Mau estão dentro de nós. Como já foi dito, são dois cachorros que temos dentro de nós e vencerá esta batalha aquele que alimentarmos melhor, aquele que soltarmos da “casinha” e levarmos para a rua, para o desenrolar do cotidiano. O fato de uma pessoa tentar acertar e ficar do lado do bem cotidianamente pode levá-la ao equívoco de pensar ser o “Bom-Bom” e que aqueles que dela discordam sejam a encarnação do “Mau-Mau”.

O receio de ser visto como “Mau-Mau” leva todos a recusar qualquer fraqueza, gerando uma imagem falseada, irreal e, pior, um grande peso a ser carregado: o da realização do impossível. Nada mais perigoso que os moralistas, os “donos da verdade”. A verdade não deve ter donos, mas servos. Querer ser sempre perfeito é um peso terrível para quem tenta, e gera muitas dores em todo mundo.

Fernando Pessoa, na voz de Álvaro de Campos, no *Poema em Linha Reta*, chega a dizer: “Nunca conheci quem tivesse levado porrada./ Todos os meus conhecidos têm sido campeões em tudo./ E eu, tantas vezes reles, tantas vezes porco, tantas vezes vil,/ Eu tantas vezes irresponsivelmente parasita,/ Indesculpavelmente sujo. (...) Toda a gente que eu conheço e que fala comigo/ Nunca teve um ato ridículo, nunca sofreu enxovalho,/ Nunca foi senão príncipe – todos eles príncipes – na vida... (...) Arre, estou farto de semideuses!/ Onde é que há gente no mundo?”

Jesus, em outras palavras, referindo-se aos fariseus e aos mestres da lei, que se julgavam modelos de “Bom-Bom”, disse: “Digo-lhes a verdade: os publicanos e as meretrizes entrarão adiante de vós no reino de Deus” (Mateus 21.31). E o mesmo Cristo disse ter vindo “não para os sãos, mas para os doentes” (Marcos 2.17), e chamou para si os “cansados e oprimidos”, e não os fortes e vitoriosos (Mateus 11.28).

Não devemos nunca nos deprimir achando que somos só o “Mau-Mau”, nem nos acharmos melhor do que os outros pensando que somos o “Bom-Bom”. O caminho está sempre no equilíbrio e na vigilância serena. O leitor que se opõe imaginando-se um “Mau-Mau” tenha um alento, e, o que se julga um “Bom-Bom”, uma reflexão: somos humanos, apenas tendo dentro de nós todas as possibilidades – o belo e o feio, a grandeza e a vilania. E se nos recordarmos disso seremos mais tolerantes com o comportamento equivocado e falho, e comemoraremos mais a bondade nossa ou no homem ao lado. Faremos da virtude não nosso falso componente, mas nosso desafio, nossa meta. É de lembrar nossa natureza dúbia, nossa fragilidade física e moral, que poderemos vigiar diante do espelho o “Mau-Mau”, para que se comporte, e libertar, humilde e grato, nosso lado “Bom-Bom” no correr dos dias.

Como enfrentar a depressão

Creio que para falar sobre como passar em concursos a pessoa já deve ter sido reprovada e aprovada várias vezes. Tem, necessariamente de ter sentido cada uma das dores e alegrias dessa jornada longa, trabalhosa e gratificante. Apenas tem. Para falar de maratona, tem que ter corrido pelo menos uma. De filhos, *idem*. Feliz ou infelizmente, esse é um planeta onde antes de se falar deve se fazer. É assim que funciona.

E é por isso mesmo que vou me arvorar a falar sobre ela, a depressão. Por que eu já a tive. Diante da depressão, o mundo não faz sentido, nem nós, nem nossa vida, nem nada, mesmo as coisas boas. Um sono infinito, uma vontade de tudo acabar mesmo que precisemos, nós mesmos, dar um fim a isto. Dores loucas pelo corpo, fisgadas, uma afasia enorme, uma incessante sensação de que nada vale a pena. E remédios. Rivotril, Lexotan, Frontal... Vários, os laboratórios estão aí para isso mesmo. E, claro, consultas e, mais que tudo, culpa. Culpa por estar triste, culpa por estar assim, culpa por culpa. O mundo todo desabando, exigindo você... e tudo o que você quer é o direito de não querer mais coisa alguma. Apenas passar, ir, dormir.

É assim que funciona. Quem já viveu, sabe. E, em um mundo louco como esse nosso, parece que quem ainda não viveu pode esperar: cedo ou tarde passa por ela, a depressão. Claro, há graus e níveis. Não há quem não tenha tido um mal dia. O problema é que os jornais são depressivos, a miséria desse país e desse mundo também é e, somadas as frustrações cotidianas, são um grande incentivo ao desânimo total e irrestrito. E, claro, tentar melhorar de vida e enfrentar o cotidiano e mais o esforço extra pode ser algo também depressivo. Sim, rotinas, reveses, custos, insucessos, cansaço, inquietações e, óbvio, prazos longos. Tudo isso tem um extraordinário potencial depressivo. Então, por isso, cedo ou tarde, esse depressivo em recuperação teria que tocar no assunto. Já estive deprimido e sem ânimo algum e, se não tomar cuidado, estarei de novo.

E você, já a experimentou? Até Elias, um grande profeta da Bíblia, passou pelo atual mal do século (I Reis 19), desejando morrer e indo para uma caverna. No livro *Não sou a mulher maravilha* (Ed. Thomas Nelson Brasil), Sheila Walsh aborda o tema em um interessante capítulo chamado “Máscaras”. Acho que o primeiro problema da vida social é termos que usar máscaras de invencibilidade e força; e isto é depressivo.

Ela cita o Mágico de Oz, em especial Dorothy e seus amigos por buscarem a solução para seus problemas no Mágico que estava na cidade Esmeralda. E lá foram eles pela estrada de tijolos amarelos em busca da solução mágica para suas angústias. E, quando finalmente chegam à Cidade Esmeralda, descobrem que o Grande Oz usava uma máscara, que era um engodo. Diz a autora: “À primeira vista, a imagem do Mágico projetada na tela diante de Dorothy é impressionante e irresistível, mas quando Totó puxa a cortina, ela vê que o Grande Oz é só um velho falando em um microfone. Dorothy fica muito decepcionada, mas quando diz ao Mágico que ele é um homem ruim, a resposta é maravilhosa.”

O mágico diz:

“– Não, querida, sou um homem bom. Sou apenas um péssimo mágico.”

O livro traz boas lições. A primeira, é que o que muda Dorothy, o Espantalho, o Homem de Lata e o Leão não é o mágico, mas a viagem. Outra, que ao reconhecerem suas limitações e abandonarem as máscaras tiveram força e alento para, juntos, prosseguirem. Quero, agora, comentar esta lição e ir mais longe. Para isso, vou citar a fantástica experiência de Sheila Walsh:

“Já experimentei meus próprios momentos de péssimo mágico. Não conheço sua história ou quais eventos a levaram à situação em que você se encontra agora, mas será que já não se sentiu assim também? Será que você deu tanto duro para manter funcionando toda a fumaça e os espelhos, todos os pratos girando no ar, tentando ser mais do que consegue e, então, de repente, tudo caiu no chão à sua frente? Acredito que esses momentos são dádivas de Deus se estivermos dispostos a ver a mão dele.

Eles podem ser o começo de uma nova maneira de viver se deixarmos as máscaras caírem. Já escrevi extensivamente sobre minha experiência com depressão clínica em meu livro *Honestly* [Honestamente] e também abordei isso em *The Heartache No One Sees* [A dor que ninguém vê], então não vou me alongar aqui. Mas, se somos novas amigas, deixe-me dar uma breve noção de como Deus me transformou de uma péssima mágica, uma Mulher-Maravilha exausta, em uma mulher muito grata que finalmente entendeu que foi feita maravilhosamente.

Estava morando em Virginia Beach há cinco anos e estava feliz por morar perto do oceano novamente. Tinha crescido perto da praia e acho que ela pode ser pacífica e confortante até mesmo quando não estou em paz por dentro. Tinha aprendido a evitar a praia principal, mais popular, e encontrei meu cantinho sossegado longe da multidão. Sentei-me na

praia uma noite e olhei para as ondas quebrando na areia. Elas pareciam simbolizar o que estava acontecendo na minha vida. Tudo com que já tinha contado para construir minha identidade estava acabando.

Amanhã de manhã seria a co-anfitriã de minha última edição do *The 700 Club* [O Clube dos 700], e então dirigiria até Washington, D.C., e me internaria em um hospital psiquiátrico. Era o meu maior medo se concretizando. Se fosse diagnosticada com alguma coisa física, poderia facilmente compartilhar isso com os outros, receber apoio e perseverar. Um diagnóstico de depressão clínica aguda, entretanto, não era algo para se compartilhar. Estava muito envergonhada. Por anos havia baseado minha identidade na tentativa de ser a mulher cristã perfeita. Dava duro, tentava ajudar todas as pessoas que pudesse, nunca me atrasava para nada e nem reclamava de excesso de trabalho. Até tinha ajuda com minha máscara. Todas as manhãs eu me sentava na sala de maquiagem e Debbie fazia o melhor que podia para disfarçar minhas olheiras. Quando terminava, ela fazia meu cabelo. Aileen trazia meu terno passado, pendurando-o ao lado dos sapatos e joias certos.

Dei uma última olhada no espelho e caminhei pelo corredor até o camarim de Pat Robinson, onde orávamos com os produtores antes do show a cada manhã. Desempenhava meu papel por fora, mas por dentro estava me enfiando mais e mais em um buraco negro.

Tinha tentado me salvar, mas não pude. Tinha jejuado e orado, me energizado, e tomado vitaminas suficientes para uma horda de búfalos doentes. Desesperada, falei com meu amigo, Dr. Henry Cloud, e Henry disse que eu precisava conseguir ajuda, e bem rápido. Ele me pôs em contato com o médico e o hospital certos, conseguindo que fosse admitida na noite seguinte.

Não me lembro muito daquele último programa, mas me lembro de uma conversa final. Uma de minhas amigas que fazia parte do programa há muitos anos era uma pessoa respeitada e querida da equipe me pediu para reconsiderar:

– Se você fizer isso, Sheila, ninguém vai confiar em você novamente.

Vai vazar a informação de que esteve em uma ala psiquiátrica e isso vai perseguí-la pelo resto da vida.

Sabia que ela estava certa, mas não tinha escolha. Estava sentindo tanta dor e incômodo que decidi que o que quer que acontecesse não podia ser pior que viver assim. Depois do programa, vesti uma calça jeans, um suéter e saí pelos portões da Christian Broadcasting Network



[rede de televisão cristã] em meu carro. Estava dando adeus a tudo que considerava importante. Tinha um emprego que adorava e no qual era muito boa. Meus colegas confiavam em mim e me respeitavam. Não fazia ideia do que o futuro reservaria para mim ou se ao menos teria um.

Para aquelas de vocês que não estão familiarizadas com esta doença, a depressão não é ter pena de si mesma ou ter uns poucos dias ruins. É uma doença muito real que ocorre no cérebro quando algumas substâncias necessárias ao bom funcionamento dele estão faltando. É uma doença totalmente tratável, mas, infelizmente, muitas pessoas não procuram ajuda porque, como eu, têm vergonha de admitir que precisam de ajuda. É uma doença que afeta a família inteira – o que sofre e aqueles ao redor, pois frequentemente não entendem ou não sabem o que fazer para ajudar.

Tenho muitas memórias do mês que passei no hospital, mas há duas que se destacam para mim em especial.

Não dormi bem naquela primeira noite. Eu me sentia doente, com medo e sozinha. Mais ou menos às sete da manhã, vesti o roupão de banho por cima do pijama e vaguei pelo corredor até o hall dos pacientes. Havia seis ou sete pacientes lá, conversando e bebendo café descafeinado.

Quando entrei, eles ficaram em silêncio. Cada um parou o que estava fazendo e me olhou fixamente. A princípio, não fazia ideia por que estavam me encarando, então, de repente, dei conta que, estando em uma unidade administrada por médicos cristãos, era bem provável que eles assistissem *The 700 Club*. Não tinha pensado nessa possibilidade até invadir o espaço deles, e a dinâmica da sala mudou. Não sabia o que dizer, então não disse nada.

Finalmente um homem quebrou o silêncio.

- Você é Sheila Walsh?
- Sim.
- A da televisão?
- Sim.
- Nós assistimos a você aqui. Você deveria estar nos ajudando.

Nunca me esquecerei daquele momento. Naquele milésimo de segundo em que minha máscara caiu, o fracasso era um convite de Deus para começar uma vida nova, e eu o aceitei. Tudo o que eu consegui dizer foi:

- Sinto muito, eu também preciso de ajuda.

Eu também preciso de ajuda – cinco palavras, apenas cinco palavrinhas que pareciam ter o poder de cortar o fardo que vinha carregando por tanto tempo e deixei espatifar no chão. Naquele momento em que reconheci



publicamente que não era a Mulher-Maravilha ou o Grande Oz, descobri que é o suficiente ser humana. Deus não se sente diminuído por nossa humanidade e ninguém ganha nada fingindo ser uma deidade também.

Houve outro momento que me impactou profundamente e me mostrou o que Deus fará se tirarmos nossas máscaras. Eu estava no hospital havia quase duas semanas, progredindo bastante na busca dentro do meu armário interno por tudo que tinha escondido lá por anos. Eu me sentia como uma criança levando suas bonecas àquele que podia consertá-las. Uma noite, depois do jantar, fui à sala das enfermeiras para pegar meu secador de cabelo. Qualquer coisa que seja potencialmente perigosa aos pacientes é mantida trancada na caixa dos ‘pontiagudos’, mas pode ser retirada por um breve período de tempo.

Quando me aproximava da mesa, vi que eles estavam recebendo uma nova paciente que estava muito nervosa, então decidi voltar mais tarde. Quando saía, as duas filhas da nova paciente me reconheceram e começaram a chorar. Instintivamente, me aproximei delas. Quando a mãe delas levantou os olhos e me viu, jogou os braços em volta do meu pescoço e me abraçou forte. Ela era uma espectadora fiel de “The 700 Club” que precisava de ajuda desesperadamente, mas estava com muita vergonha de sua necessidade. Deus a pôs ali na mesma hora que eu para que soubesse que não estava sozinha e que não há problema algum em buscar ajuda.

Aprendi aquela noite que, quando tiramos as máscaras, podemos reconhecer a dor uns dos outros. Quando estamos dispostos a mostrar nossa fragilidade e deixar a luz de Cristo entrar em nós, a boa nova é pregada aos pobres de espírito, os cegos podem ver a verdade, e os aleijados e feridos podem andar de novo.

Não sei que máscaras você está usando. Não sei por que você acha que precisa delas. O que sei é que, se pela graça de Deus conseguir tirá-las, nunca as usará novamente. Pode ser que lhe seja custoso; foi para mim, mas valeu a pena. Houve alguns momentos em que as pessoas me disseram que estavam desapontadas comigo, particularmente porque ainda tomo medicação para depressão. Mas entendo isso e está tudo bem. Não preciso da aprovação de todo mundo que conheço. Tenho o amor poderoso do meu Pai e a companhia de outros que estão tendo o tecido de sua vida restaurado com amor pelo Mestre dos Alfaiates.

Mas se você já realizou mudanças significativas em sua vida, entende que quando mudamos, tudo à nossa volta muda também e, o mais significativo de tudo, nossos relacionamentos.”

Não sei se você está passando pelo problema, se já passou ou vai passar. Espero que não passe. Mas sei que se tentar manter máscaras de que é perfeito ou superior, ou imune à dor, ou que não tem medo, isso pode ter um alto custo. Máscaras são sempre pesadas, tiram o ar de quem as usa, atrapalham a visão. Sei que é preciso ter coragem para se assumir como concordeiro e ir em busca de uma vaga, quando a multidão se omite, ou ri, ou critica sua busca por uma melhoria de condição de vida. Sei que sempre vai aparecer alguém, de perto ou de longe, com soluções melhores e com críticas ácidas ou, pior, com aquele risinho ou carinha de deboche ou falta de confiança diante de você ou do que você está fazendo.

Sei que existe uma hora em que somos fracos e precisamos de ajuda. Não existem mágicos, nem super-heróis. E quis começar essa conversa de hoje dizendo que o primeiro colocado de vários concursos, o “guru”, também passou por isso. Quis tirar a minha máscara e dizer que tenho medo, que sofro, que foi uma lenha conseguir passar, enfrentar as cobranças, a insegurança, tudo. Mas, ao mesmo tempo, dizer que tudo isso passa. Nós permanecemos.

Você permanece e estará aqui no futuro. Portanto, espero que jogue fora as máscaras da perfeição, que aceite ajuda, que se permita mudar. Como disse Sheila, “quando mudamos, tudo à nossa volta muda também e, o mais significativo de tudo, nossos relacionamentos.”

Estou certo que existem vitórias, alegrias e relacionamentos à sua espera, logo depois da esquina. E desejo boa sorte a você, e coragem de ir até lá. É importante você saber ou, se for o caso, dizer para alguém com esse problema, que a depressão é só mais uma doença. Não é nenhuma vergonha tê-la. É só uma “gripe da alma”. Ela tem cura.

Você passa por ela e, cedo ou tarde, reencontra a alegria de viver, comprehende que estar vivo é, apesar de tudo, uma dádiva. Que as coisas valem a pena.

Você passa por ela e se reconstrói, se redescobre, e ainda termina mais sábio, forte e maduro do que era. Como já foi dito, tudo o que não me destrói, me fortalece. E quem diz isso já passou pelo desânimo, pela ideia de suicídio e outras dores, umas bem grandes. No final, tudo se ajeita, a vida segue e a paisagem, com suas flores e pedras, volta a ficar colorida.

Vamos manter a estrada colorida, e seguir nela, então.

Como conseguir uma vida melhor ("Toda Terra Prometida tem um deserto antes")

Mudar nossa vida para melhor exige esforço e algum tempo para ver os resultados desse esforço. Costumo dizer que **toda terra prometida tem um deserto antes**, ou seja, para chegar lá vai ser preciso algum período de peregrinação. Repassando: o povo de Israel precisou sair do Egito, cruzar o Mar Vermelho e passar 40 anos no deserto, para chegar a um lugar aprazível, onde era muito melhor viver.

Não sei qual é a "terra prometida" pela qual você anseia, seja uma melhora profissional, um concurso, um relacionamento, uma empresa, um novo estado de saúde ou peso corporal. Qualquer que seja o desafio, você precisará empreender uma jornada em direção ao que sonha.

Nesse passo, todos podemos aprender muito com a história dos israelitas e usar a experiência deles para melhorar alguma coisa em nossa vida ou ao nosso redor. Comecemos pela saída do Egito. O povo de Israel vivia no Egito e lá foi transformado em escravo. Seu crescimento populacional passou a ser visto como uma ameaça aos egípcios. A solução foi simples: matar todos os recém-nascidos do sexo masculino, lançando-os ao Nilo.

A mãe de Moisés, um recém-nascido judeu, colocou-o num cesto e pediu que a irmã dele, Miriã, o vigiasse de longe. O cesto foi encontrado pela filha do Faraó e Miriã, muito esperta, apresentou-se e perguntou se não queriam uma babá. Moisés, assim, cresceu sob a marca de duas culturas. Já adulto, tomou a defesa de um judeu que estava sendo açoitado, acabou matando um soldado egípcio e fugiu para o deserto.

Foi no deserto que Deus apareceu a Moisés, no meio de um arbusto que, mesmo pegando fogo, não se consumia. Ali ele recebeu a missão de levar o povo de Israel do Egito para Canaã, a Terra Prometida, onde manava leite e mel.

Assumindo o encargo, Moisés voltou para o Egito e apresentou ao seu povo os planos de Deus. Engana-se quem imagina que ele foi bem recebido. Ao contrário, foi visto por seu povo com desconfiança. E, perante os egípcios, como traidor. Traidor... E tolo. Afinal, Moisés abriu mão dos privilégios de ser considerado filho de Faraó. Daí em diante, todos conhecem a história: vieram as dez pragas e finalmente o povo foi autorizado a sair do Egito.

Tão logo os judeus tinham saído, Faraó muda de ideia e determina ao seu poderoso exército que persiga os judeus. Nessa hora, os retirantes estavam acampados às margens do Mar Vermelho. Ao saberem da aproximação das tropas egípcias, muitos judeus reclamaram de Moisés, dizendo que se era para morrer no deserto, melhor teria sido nem sair do Egito. Outros quiseram se suicidar, outros, se render e voltar para o regime de escravidão, que tinha lá suas comodidades.

Nessa hora, pressionado por todas essas circunstâncias, Moisés começa a orar a Deus, pedindo socorro. Deus, então, dá uma “bronca” em Moisés, dizendo: *“Por que clamas a mim, Moisés? Diga ao povo de Israel que marche. Estende a tua vara, toca o mar, que as águas se abrirão”*. Dito e feito. Moisés passa com o povo pelo meio do mar e salva-se do exército inimigo. E a história não acabou aí. Os judeus peregrinaram quarenta anos no deserto do Sinai antes de chegar à Terra Prometida. Foi um tempo de dureza, de sofrimento, de angústia e incertezas. E ao chegar lá, ainda foi preciso conquistar a terra.

A conquista do que você deseja também irá demandar planejamento, esforço, dedicação e tempo. Por isso mesmo, avalie quais são seus planos e desejos exatamente para descobrir se vale a pena lutar por eles ou deixar de lado. Se vale a pena, tenho algumas sugestões.

Separei 7 delas para você.

Primeiro: É preciso ter um plano. É preciso imaginar a Terra Prometida e querer ir para lá. O primeiro passo é sonhar. Sem uma meta ninguém faz nada.

Segundo: As pessoas podem não acreditar em você e nem em seus planos. Problema delas. Você tem que acreditar em si mesmo e no projeto, mesmo que seja o único, ou melhor, mesmo que sejamos só nós dois: você mesmo e o autor deste artigo. Alguns podem achar você um tolo, pelo preço que se dispôs a pagar. Não se impressione. Tolo é quem fica parado.

Terceiro: Você vai precisar, como Moisés, de abrir mão de alguns privilégios, de algum comodismo. Vai ter que abrir mão de uma série de atitudes e comportamentos contraproducentes. Não dá para melhorar profissionalmente ou passar em um concurso agindo como se fosse filho de um rei... É preciso muito esforço, disciplina, dedicação e, claro, estudo. Se o objetivo é melhorar seu casamento ou a relação com pais, filhos, parentes ou amigos, isso vai demandar concessões e paciência. Se o objetivo é emagrecer, mais uma vez os sacrifícios serão necessários, seja para comer menos, ou fazer uma dieta mais balanceada, ou fazer mais exercícios físicos.

Quarto: Não aja como aqueles judeus que reclamaram de Moisés. Eles queriam que Moisés resolvesse todos os problemas! Eles não estavam sequer ajudando quem liderava o processo de mudança. Assim, pare de reclamar dos outros e faça alguma coisa. Assuma o papel de protagonista da própria história. Jamais aceite a comodidade que a paralisia de projetos e de iniciativa oferece num primeiro momento.

Quinto: Não aja como Moisés, jogando toda a responsabilidade para Deus. Deus se interessa por você e vai operar milagres (afinal, Ele é quem abriu o mar), mas pare de ficar só com discursos e orações (só com projetos). É preciso tocar o mar para que ele se abra. É preciso abrir o mar, os livros, as provas etc. Passar em concursos é para quem tem sonhos... E tarefas. Faça sua parte. Marche!

Sexto: Antes de chegar a Canaã, havia um deserto. Todo ritual de passagem, em especial de passagem de uma situação ruim para uma melhor, exige um período de preparação e sacrifícios. O período de estudo, disciplina, muito estudo, muitos simulados etc., o próprio período de aprender a se preparar para concursos, tudo isso faz parte de um longo deserto que você precisa superar antes de chegar ao seu objetivo. Sem deserto não há Terra Prometida. Mas com um detalhe: asseguro que não serão necessários quarenta anos...

Sétimo: A Terra Prometida estava lá para os judeus, e estará lá para você. Tenho certeza que muitas vezes os judeus, que peregrinavam há anos no deserto, devem ter desanimado. Você, que está há algum tempo nesse projeto já deve ter passado por momentos difíceis, ou pode estar em um deles exatamente agora. O que dizer sobre isso? Amigo, a Terra Prometida continua lá, esperando-lhe! Faça sua jornada que você chega, não desanime. Calor? Cansaço? Sede? Tudo isso só vai realçar ainda mais sua vitória, que chegará se você fizer o mesmo que o povo judeu fez no deserto: caminhar. Caminhar na direção certa, caminhar com a ajuda de Deus, mas, inexoravelmente, caminhar até chegar.

Eu tenho certeza que você chegará ao seu destino, no tempo certo, após sua dose de deserto e de caminhada.

Outra coisa importante é saber que quando se resolve melhorar de vida a primeira fase parece ser de maior confusão, de mais trabalho. Parece, não... É! Quando você começa a estudar, a primeira fase é a de confusão e dificuldade. Se insistir, ela passa e você aprende. Na vida, é bem parecido. Repare quem resolve engraxar um sapato: a primeira fase é reunir os meios

e , em seguida, passar a graxa. Assim, no começo a pessoa “suja” ainda mais o sapato para depois ele ficar melhor. Uma obra em casa é a mesma coisa: primeiro tudo fica mais bagunçado, empoeirado, e tudo o mais. Mas por que as pessoas fazem isso? Elas fazem isso porque lá na frente tudo ficará melhor. Em suma, toda terra prometida tem um deserto antes.

Não só um deserto, mas também a necessidade de vontade de mudar, coragem para começar, planejamento, disposição para vencer obstáculos e dificuldades (Faraó, mar, jornada longa, deserto, inimigos...). Mas, aos que caminharem, está reservada a vitória.

Então, que você possa caminhar com fé e alegria, com dedicação e persistência, em direção aos seus sonhos.



Águia ou Galinha: que tipo de pessoa é você?

Dois grandes teólogos escreveram livros com o tema **a águia e a galinha**, cada qual com lições distintas e muito interessantes: Frei Leonardo Boff (Ed. Vozes) e o pastor Jorge Linhares (Ed. Getsêmani). Vou me valer de textos do segundo (LINHARES, Jorge. *Águia ou Galinha?* 27^a Ed. Belo Horizonte: Editora Getsêmani, 2005. p. 38-52), e em seguida, comparar suas lições com o concurso público, convidando você a avaliar se age como uma “águia” ou “galinha”.

“Galinha é caça. Águia é caçadora.” Você olha a matéria, os livros, as provas como alguém que vai lhe destruir ou como algo que você vai caçar e vencer?

“Galinha tem olhos laterais. A águia, não. Seus olhos são frontais.” Animais que caçam (ao invés de serem caçados) olham para frente, para focar o que desejam. Concursandos que ficam olhando demais para os lados, para os prazeres excessivos, para os problemas não focam. Águias e galinhas nascem com os olhos “prontos”, mas você pode escolher para que lado vai olhar: para o objetivo ou para os problemas, para o que traz resultados ou para o que atrapalha os resultados pretendidos.

“Galinha só enxerga de dia. Quando o sol se põe, vai para o galinheiro ou poleiro, condenada a virar canja de raposa, cachorro ou gambá. A águia enxerga tanto de dia quanto de noite.” E você, estuda de noite? Vira madrugadas?

“Águia é vigorosa; galinha, frágil.” Para cuidar da vida atual, para se organizar e AINDA CONSEGUIR estudar, fazer cursos, simulados etc. é preciso vigor e disposição.

“Galinha é medrosa. Águia é destemida, corajosa.” Estamos voltando à questão de ser caça ou caçador, mas também ao fato de que um bom concursando não deve temer a quantidade de matéria, nem a relação candidato-vaga, nem coisa alguma que esteja entre sua situação atual e a situação pretendida.

“Quando adoece, a galinha fica de asas caídas, jururu, dependente de socorro. Ninguém jamais viu uma águia doente. Quando debilitada, reúne todas as forças que tem para refugiar-se no alto. Não fica por aí à espera de piedade. Autocomiseração não combina com a águia.” E você está esperando piedade alheia ou prefere reunir suas forças para ir em busca do sonho?



“Galinha se alimenta de milho e restos. A águia, do alto, seleciona a presa, e desce como uma flecha sobre ela.” Aqui vale o cuidado com a qualidade dos cursos que faz e dos livros ou apostilas que lê. Não se “alimente” de coisa ruim, pois faz mal! Isto também vale para suas conversas e companhias, para os programas de TV que assiste e tudo o mais que influencie sua mente e sua preparação. O lazer é essencial, mas um bom lazer.

Se você se negar a ter uma visão e um comportamento limitados como os de uma galinha, pode ter certeza que terá o melhor desta terra.

Mas ainda há mais: “O ninho de galinha é feito de pena e capim. Da águia também. Mas sob o capim e as penas, retiradas do próprio peito, a águia coloca uma camada de espinhos.”

Às vezes é preciso ter, ou ao menos se lembrar, dos “espinhos” para que não nos acomodemos e para que levantemos voo. São os espinhos da vida, as necessidades, as contas, que algumas vezes nos impulsionam para a vitória. Não é raro ver pessoas com tudo a favor não passarem... Talvez por falta de espinhos no ninho, e pessoas com “espinhos” conseguirem passar nos concursos. Não sei se os espinhos são as contas, doença, separação ou o que for, mas espinhos não são limitadores para as águias.

A galinha aceita ficar presa, a águia não. Algumas pessoas aceitam uma situação de “prisão”, limitadora, enquanto outras ousam melhorar de vida. A galinha faz seu ninho ao nível do chão, sem pensar alto, coisa que uma águia não imagina. Ela voa, pensa e aninha-se no alto, que é para onde se dirige sempre.

Enquanto há várias espécies de galinha, temos na águia uma espécie rara. Concursandos organizados, estudiosos e que fazem o que é o certo são raros... e são os que passam, mais cedo ou mais tarde!

A diferença não é o que acontece com a águia ou com a galinha, mas como essas duas aves reagem ao que acontece com elas, como elas encaram sua existência e como lidam com ninhos, espinhos, alimentação, desafios etc. Por isso elas são tão diferentes.

O livro de Obadias, na Bíblia, diz “*Se te remontares como a águia, e puseres o teu ninho entre as estrelas...*” (Obadias 1.4). Este é o desafio: não importa como você foi até hoje, mas sim que se “remonte” como águia, que é o que você já é ou pode vir a ser. Para ser um concursoiro-águia, basta pensar e agir como um, pois “somos o que pensamos e fazemos”. Agindo assim, você voará mais alto e terá resultados palpáveis em sua vida pessoal profissional.

Ponha seu “ninho” entre as estrelas: você merece.

Caso Encerrado*

Um livro que li classifica as pessoas em “construtores” e “não construtores”. O primeiro grupo cria coisas, muda futuros, realiza-se. As pessoas “não construtoras” são as que, por alguma razão, acabam não conseguindo ter metas, ou concretizá-las, pelas mais diversas razões.

Você, por suas escolhas e atitudes, certamente pode fazer parte do grupo de construtores. Gostaria que fosse, então, um construtor de primeira linha e que não desanima diante dos desafios que vêm naturalmente. Não existe um carimbo de “CONSTRUTOR” e outro de “NÃO CONSTRUTOR” com o qual alguém bata na testa dos recém-nascidos. As pessoas é que vão escolhendo o que se tornarão através de suas atitudes, pensamentos e comportamentos.

A soma de atitudes e pensamentos define os comportamentos e estes geram os resultados. E, claro, somos nós quem definimos, pela escolha ou pela omissão, quais serão nossas atitudes (posturas diante da vida e dos desafios), nossos pensamentos (o primeiro “campo de batalha”) e nossos comportamentos (que, no final das contas, são o que muda a realidade material, o mundo externo).

Embora possam existir decisões pontuais, grandes, emblemáticas, em regra o que define os resultados é uma série de milhares de pequenas decisões cotidianas. Colhemos o que plantamos e essa é uma atividade do dia a dia, da rotina que adotamos.

Pois bem, um dos pontos a serem observados para sermos bons construtores, bons realizadores de ideias, bons alteradores da realidade, é a capacidade de dar um ponto final em algumas situações. É a ideia do “caso encerrado”.

Segundo o livro *Sucesso Feito para Durar – Histórias de pessoas que fazem a diferença* (Jerry Porras, Stewart Emery e Mark Thompson. Porto Alegre: Bookman, 2007):

“Os Construtores acabam optando por deixar algo para trás não porque o estejam negando, mas porque devem se manter focados no que estão construindo. Isso não significa que tudo foi perdoado, ou que a dor está completamente curada, ou que todas as injustiças que podem ter sofrido foram ignoradas. Eles tentam reescrever a história ou limpar sua ficha. Tampouco fingem que nada aconteceu. **Eles simplesmente decidem encerrar o caso e seguir adiante. Ficar obcecado com os**

* Se você é concursário, veja também na página 165, uma versão específica deste artigo.

ressentimentos mantém vivos esses mesmos ressentimentos; deixá-los para trás os obriga a morrer enquanto retomamos nossa vida.

Alguns chamam isso de ‘conclusão’ ou ‘absolvição’, o que, no entanto, implica que há perdão, resolução ou restituição – ou pelo menos uma apologia adequada. Infelizmente, quando acontecem coisas ruins, muito do que ocorre raras vezes é resolvido ou sanado completamente. Mesmo assim, os Construtores encontram um caminho para seguir adiante, de forma que possam criar seu futuro. A raiz da palavra ‘perdoar’ (*forgive*) é deixar para lá – encerrar.

‘Encerrar é uma palavra forte’, disse a reverenda Deborah Johnson. ‘Quando algo é encerrado, acabou. Quando está encerrado, não se dica voltando ao assunto’. Tal é a forma como as pessoas bem-sucedidas procedem. Elas não chamam isso necessariamente de perdão, mas, com efeito, deixam de fazer da culpa um meio de vida.’

É exatamente sobre este tema que pretendo desafiar e estimula você com este texto. Decida que vai encerrar, terminar, finalizar esta ou aquela coisa, lembrança ou pensamento. O trecho acima versa exatamente sobre a capacidade de colocar um ponto final sobre assuntos que incomodam de alguma forma, seja por trauma, injustiça ou revolta. Claro, isso não quer dizer esquecer a lição ou não extrair de acontecimentos ruins ou injustos algum aprendizado ou determinação para mudar o estado das coisas. O que não funciona é ficar se martirizando e vivendo no passado. Isso é um enorme desgaste emocional e desperdício de energia psíquica.

Muitas pessoas me escrevem relatando dificuldade em superar acontecimentos de suas vidas, sejam pessoais, sejam profissionais ou financeiros e até em relação a matérias e professores com as quais houve algum trauma. Tudo isso influencia a vida cotidiana e, claro, o desempenho de quem fica remoendo o passado.

Existem vários exemplos, neste artigo focarei nas questões pessoais (autoestima, autoconfiança, família, saúde etc.) que influenciam decisivamente em todas as instâncias de nossas vidas.

ALGUNS EXEMPLOS

- **Exemplo 1** – Um pai ou mãe que perdem um filho e não são capazes de recomeçar a sua vida, como se fazer isso fosse uma traição ao filho falecido.
- **Exemplo 2** – Um empreendedor que perdeu todas suas economias em um negócio ruinoso, ou por ter sido enganado pelo sócio, ou vítima de uma tragédia (incêndio, desastre etc.).

- **Exemplo 3** – Um homem ou mulher não conseguem reconstruir sua vida após uma separação, divórcio ou traição.
- **Exemplo 4** – Uma pessoa não consegue seguir adiante após algum fato muito desagradável, como uma humilhação pública ou uma demissão injusta. Conheço casos de pessoas cujas vidas ficaram literalmente paradas aguardando, por exemplo, um processo judicial cível ou trabalhista que, em tese, iria reparar a injustiça sofrida. Contudo, não estavam sendo capazes de deixar o processo andar e ir cuidar de suas vidas. E, com a morosidade do Judiciário, imagine o quanto problemático é deixar a vida parada até que um processo se resolva, já que todos sabem que isso pode demorar anos, até décadas.

Seguir em frente e fazer o que é possível, é uma simples e eficiente solução para lidar com seus conflitos dando um “basta” ao sofrimento, encerrando o assunto e abrindo espaço para mudanças e melhorias.

Como disse, separações, prejuízos, falências, traições, doença e morte são fatos corriqueiros da vida. Por mais dolorosos que seja, e são, seria imaturidade esperar que passaríamos pela vida sem sermos alcançados por esses acontecimentos. Eles simplesmente fazem parte da vida. Todo mundo passa por isso.

É preciso se lembrar que o melhor conceito de felicidade lembra que ela não decorre das circunstâncias, mas da nossa atitude diante das circunstâncias. Se você passou por situações como essa, lamento, mas... bem-vindo ao planeta, à realidade.

Fui traído muitas vezes, quebrei negócios por culpa minha, por culpa de sócios, por culpa do governo, minha mãe morreu de câncer, não realizei muitos de meus sonhos... é, eu também coleciono revezes. E você? Mas sei que ficar parado se lamentando não adianta, é preciso, como se diz, “levantar, sacudir a poeira e seguir em frente”. Em resumo, não adianta ficar se lamentando ou “chorando sobre o leite derramado”.

Não desperdice energia emocional, psíquica, com o que já passou e não volta mais. Para sua vida melhorar, junte o que tem hoje (no agora, não no ontem) e vá em direção ao futuro.

Aprenda com o passado, seja grato por ele e também pelo que tem hoje. Todas as perdas e dificuldades são grandes professores que podem ensinar como agir melhor no futuro.

A vida “é como um vapor que aparece por um pouco e logo desaparece”. Por isso mesmo, crie um carimbo mental de “caso encerrado” para usar

quando for necessário. Eu não sei onde você precisa bater esse carimbo, mas você sabe.

Encerre alguns “casos” para ter tempo e energia para cuidar da sua vida e do seu futuro.

Vou citar mais um pouco do livro:

“Agora, há uma coisa engraçada com essa ideia de encerrar o caso. Quando você está em um tribunal e em algum momento o juiz diz ‘caso encerrado’, isso não significa que o caso deixa de existir. Ainda existirá um registro dele nos livros. Mas o que irá acontecer é que não continuaremos tratando desse caso especificamente. Encerrado não significa que todas as partes envolvidas concordem com a resolução. Tampouco significa que não ocorreu um crime.’ Quando o juiz encerra o caso, é porque não haverá mais processo a partir desse ponto. ‘Acabou’, insistiu ela.

Queremos construir visando ao sucesso ou persistir no conflito? Em qual dessas escolhas as pessoas extraordinariamente bem-sucedidas investem no longo prazo? Será que elas passam seus dias comprometidas a criar conflitos feitos para durar, ou um sucesso feito para durar? Quando nos dispomos a deixar algo para trás, o ciclo é quebrado e ganhamos a liberdade. Caso encerrado.

‘O que isso exige, na maior parte das vezes, é que deixemos para lá a história do que aconteceu e nossa ligação com ela. De fato, quando deixamos tudo para trás, partimos livres para o futuro. Compreendemos que somos maiores do que aquilo que nos aconteceu’, sustenta a reverenda.”

Se você tiver alguma situação na qual essa conversa for aplicável ou útil sugiro criar o carimbo mental do “caso encerrado” e utilizá-lo, você estará se ajudando. Você deve ser o primeiro a se ajudar. Seu principal aliado é você mesmo! Conhecer-se é fundamental para adequar-se à rotina de estudos. Muitas vezes, será preciso abrir mão de festas, hábitos e excesso de contato com amigos, o que também pode ser uma hipótese de “dar casos por encerrado”. Tenha um limite saudável para o lazer e o que passar disso é... “caso encerrado”.

O budismo cita o princípio do vácuo, onde é preciso criar espaço para que coisas novas surjam. Para isso, é preciso jogar fora aquilo que é “velho”. A Bíblia também usa uma metáfora, a das roupas: “quanto ao trato passado, vos despojeis do velho homem, que se corrompe pelas concupiscências do engano; E vos renoveis no espírito da vossa mente; E vos revistais do novo homem (...)” (Efésios 4.22-24). Jesus chegou a dizer

que não se coloca vinho novo em odres velhos. Um novo tempo precisa de um novo espaço, roupa, acondicionamento, atitude.

Sugiro, portanto, que você crie espaço para as coisas novas, que se liberte do passado e comece a apreciar melhor o presente e a semejar melhor o futuro. O carimbo de “caso encerrado” não deve tirar o “caso encerrado” do seu arquivo de vida e de aprendizado, mas pelo menos o tira da mesa de jantar. É como uma carga que você deixa de levar sobre seus ombros.

Se você tem algum caso que mereça ser encerrado, encerre-o.

Pense se você está gastando energia emocional com o passado, decida – se for o caso – a dar umas “carimbadas” de “CASO ENCERRADO”.

Limpe a “mesa”, fique mais leve e vamos em frente, sempre.

Caso encerrado para concurseiros*

Você, concursaço, por suas escolhas e atitudes, por estar aqui lendo este artigo, certamente faz parte do grupo de pessoas que são construtoras, conforme já falei no artigo Caso Encerrado, parte geral.

Mas, mesmo pessoas construtoras ainda se deparam, ao longo de sua trajetória nos concursos, com vários exemplos de situações, a princípio, limitadoras, no plano profissional. Neste artigo específico, falarei apenas do campo “profissional” recorrendo ao exemplo dos concursos e da preparação para provas e concursos.

NO CAMPO DOS CONCURSOS, existem vários tipos de “traumas”:

- **Exemplo 1** – as reprovações (especialmente as injustas ou por poucos décimos), o que vai se agravando caso a pessoa comece a demorar a passar ou a ter reprovações em muitos concursos seguidos. Isso é tanto mais grave quanto menos a pessoa tiver a noção de que os concursos são um projeto de médio a longo prazo.
- **Exemplo 2** – pessoas que passam, mas não estão entre os classificados. Ficam em 150.000, 20.000 etc., e acham que nunca chegarão na zona de chamada. Bem, nesse concurso não, mas nos futuros isso irá acontecer desde que continue a melhorar, ainda mais sabendo que os que estão sendo aprovados não voltam para fazer de novo o mesmo concurso.

* Veja também o artigo “Caso encerrado” na página 161.

- **Exemplo 3** – Pessoas que passam entre os classificados ou em classificação que permita ser chamado no prazo do edital, mas que não são convocadas imediatamente. Nessas hipóteses, passam muito tempo numa angústia sobre se “dará tempo ou não” de ser chamado. O pessoal em cadastro de reserva também sofre com essas dúvidas. Embora seja útil fazer concurso para “cadastro de reserva”, a ansiedade sobre eventual chamada ou não pode ser ruim se não for controlada.
- **Exemplo 4** – Pessoas que são aprovadas honestamente em um concurso e o mesmo é anulado por fraude, ou que ouvem boatos (às vezes não é só boato, infelizmente) de fraude no concurso.
- **Exemplo 5** – Pessoas que estão estudando seriamente para concurso, com antecedência, às vezes tendo largado o emprego, e que são “atropeladas” por medidas e anúncios governamentais de que não haverá concurso aquele ano ou para aquele cargo.

Ainda há muitos outros casos, como os das pessoas com dificuldade de conciliar estudo e trabalho ou o relacionamento aos estudos etc. É para todas essas pessoas que quero sugerir o carimbo de “Caso ENCERRADO”.

Ele é uma simples e eficiente solução para solucionar seus conflitos dando um “basta” ao sofrimento, encerrando o assunto e abrindo espaço para mudanças e melhorias.

No caso das provas, assim como todos os exemplos dados no artigo “geral” fazem parte do chamado “sistema do concurso público”. Por mais que a Administração Pública, o MP, O Judiciário, a Imprensa, a sociedade procure melhorar o sistema, sempre haverá falhas. A solução sempre é continuar estudando, fazendo as provas, se aperfeiçoando e seguindo em frente. Sempre haverá vaga para quem faz isso, para quem “fica na fila”, para quem faz sua parte.

Em meu livro *A Arte da Guerra para Provas e Concursos* digo que “o único concurso onde você não pode ser reprovado é o último que você for fazer”, em um dos meus mantras reforço ainda que “concurso não se faz para passar, mas até passar”, e que “a dor é temporária, mas o cargo é para sempre”.

No caso dos concursos adiados, por exemplo, serão beneficiados os que, não se deixando desestimular, continuarem estudando com seriedade e regularidade. Quando o concurso chegar eles serão os que estarão mais bem preparados, lá na frente da “fila”.

As reprovações e até mesmo algumas injustiças fazem parte do percurso dos concursos públicos. A aprovação, nomeação e posse para quem for até o fim, idem. O que se deve fazer no caso de uma decepção – uma eventual reprovação ou uma classificação ruim – é encerrar este capítulo e continuar os estudos. Da prova passada leve apenas a experiência para a próxima! Deixe de lado a frustração e o desânimo.

Não desperdice energia emocional, psíquica, com o que já passou e não volta mais, aquela prova, aquele gabarito, aquele recurso. Para sua vida melhorar, junte o que tem hoje (no agora, não no ontem) e vá em direção ao futuro.

Se quiser, converse abertamente com seu cônjuge e/ou sua família sobre seus planos, sobre como o apoio deles pode ser importante para você. Além disso, encerre alguns assuntos e toque a vida para frente.

Aprenda com o passado, seja grato por ele e também pelo que tem hoje. Todas as perdas e dificuldades são grandes professores que podem ensinar como agir melhor no futuro.

A vida “é como um vapor que aparece por um pouco e logo desaparece”. Por isso mesmo, crie um carimbo mental de “caso encerrado” para usar quando for necessário. Eu não sei onde você precisa bater esse carimbo... mas você sabe e deve usá-lo, sem moderação naquilo que o está impedindo de seguir adiante e construir um futuro ainda melhor.

A dobradura dos lenços

Há momentos em que o velho se revela em mim, e isto acontece cada vez mais. Antigamente, eu era o mais novo nas conversas e mesas... o que já não é tão comum. Já dei aula para juízes, professores, que passaram por mim há alguns anos e, agora, sentam-se comigo. Anoto: uma honra gratificante. E nem falo das palestras sobre concursos, onde cada vez mais recebo a "visita" de concursados já aprovados, que vão apenas levar o abraço e a notícia, sempre alvissareira, de seus merecidos sucessos. Sou amigo dos pais de vários profissionais com que lido. Bem, fui amigo *primeiro* dos pais, entende?

Em um relance mais difícil, recebo do oftalmologista novos bilhetes, com números mais altos, que me obrigam a fazer novas lentes. Curiosamente, quando começo a entender um pouco mais do mundo pelos olhos da emoção, os olhos físicos vão ficando mais frágeis.

Há alguns anos disse que possuía todas as respostas para o mundo no meu bolso, que só me faltava achar os botões da calça. Sigo tentando achar os botões, estou certo, mais uns duzentos ou trezentos anos, e eu finalmente entenderei tudo: o amor, os filhos, a alma humana, esse meu maior desafio.

Bem, se você pretendia ler algo objetivo sobre concursos, já viu que não é hoje, risos. Pois é, há textos motivacionais, outros técnicos, assuntos institucionais, há cartas de leitores respondidas e, vez ou outra, apenas reflexões entre amigos. Melhor seria se estivéssemos num bar, numa mesa alegre, serena, divertida, com algum vinho ou coisa parecida, além de alguns petiscos. A internet ainda chega lá, um dia. Por ora, só temos a conversa, mas isso já significa que partilhamos a mesma mesa, embora estejamos distantes geograficamente falando.

Sobre envelhecer, minha mulher, sete anos mais jovem, me lembra disso algumas vezes. Ela insiste em que eu abandone os lenços de tecido, trocando-os pelos de papel – muito mais práticos, higiênicos, modernos etc.

Curiosamente, a habilidade dos lenços e sua descartabilidade não me dizem coisa alguma. Explico. Minha mãe, já ida, não me deixava sair sem um lenço limpo, que em sua mente materna, julgava indispensável para um homem correto. Ela ensinou coisas mais sérias, como não sair de casa nem fazer refeição sem camisa, sobre ser honesto, tratar bem as pessoas e a não fechar as portas, pois o mundo é pequeno. Mas também tinha essas coisas pequenas, ou aparentemente pequenas, como achar que uma boa esposa devia tocar piano e eu tinha que ter sempre um lenço limpo no bolso. Havia, também, algumas coisas ruins, como não se cuidar e morrer de câncer.

Mas falarei apenas dos lenços. Eu não saía de casa sem um deles, e era um presente comum eu receber dela outra caixa. Logo, enquanto houver lenços de pano eu desprezarei os de papel, porque, de alguma forma muito louca, quando os tenho no bolso, tenho um pouco da mãe partida, e quando o assôo é como se os próprios dedos de minha mãe tocassem a ponta de meu nariz, quando me seco é como se a sua mão passasse novamente pela minha face.

E, não tenham dúvidas, qualquer homem daria seu braço direito para ser tocado, novamente, na face pela mãe já morta. Por isso mesmo, no livro *A última carta do tenente*, é que alerto: todos os que não estiverem com a mãe morta ou no CTI, corram, ainda é tempo!

Sim, eu visitei, liguei e conversei com ela menos do que podia e devia, e o concurso foi parte disso. Imaturo, jovem, como só uma mãe pode entender, cuidei mais da carreira do que era sensato. E, agora, o que posso fazer é consolar-me pelos acertos que de fato tive e alertar os amigos: liguem, visitem, passem, tolerem, riham, façam agrados e vontades. Eu os invejo, e invejarei cada dia, bem como alertarei a todos que estiverem com a mãe viva: corram, ainda é tempo!

Mas falemos dos lenços.

Um dia destes recebi da gaveta um lencinho pequeno, sensivelmente menor que de costume, um quadradinho. Protestei com a esposa por terem trocados meus lenços. A dimensão normal deles é de 10 x 10cm, estes que peguei estavam com 7 x 7cm.

Não é coisa de velho, é que abertos os primeiros se encaixam no meu rosto, já que não sou lá muito pequeno, e o novo modelo não era tão bom para cobrir meu nariz.

A esposa, paciente, alertou-me que era o mesmo lenço, que apenas tinha sido dobrado de forma diferente. Imediatamente, meu lado cientista e pesquisador foi fazer as conferências. Percebi que realmente ele era mais “gordinho” que o modelo tradicional, aquele que além de útil, me lembra a senhora minha mãe. Suspeitei, então, estar passando ao largo de uma verdade essencial e desejei bebê-la.

“Verdade essencial” é qualquer grande conclusão, aprendizado, lição ou frase que você pode assimilar na vida. Estão por aí, nos livros, filmes, peças de teatro, nas conversas com sábios, idosos e crianças, ou, por vezes, em situações vividas, ou escondidas numa paisagem no horizonte. Sou um caçador delas. O livro *Como passar em Provas e Concursos*, por exemplo, é uma coleção de

verdades essenciais sobre como passar em provas e concursos; o *Última carta*, uma coleção de verdades essenciais sobre o sentido da vida; o *Maratona*, sobre as corridas da vida e da superação pessoal, e assim por diante.

Hoje, já concluí que depois de escrever para mim, aos outros, às editoras etc., finalmente escrevo aos meus filhos, desejando que eles – caso leiam meus livros – encontrem mais facilmente algumas das verdades essenciais que demorei e sofri muito para, enfim, apreender.

A verdade essencial escondida no lenço é que, me corrijam se estiver errado, conforme nos dobramos, podemos ser maiores ou menores. Nossa tamanho é influenciado pela forma como nos dobramos. E, curiosamente, daí também deriva um segundo enunciado filosofal: de um modo ou de outro, os lenços continuam tendo o mesmo tamanho quando se desdobram.

Começarei pela segunda observação: todos os homens têm valor igual. Como aprendi na Faculdade de Filosofia, UFRJ, o homem que souber todas as coisas não saberá o que é ser ignorante. O homem repleto de bens e propriedades não tem a tranquilidade do pescador humilde; o grande executivo pode não ter a vida pausada do porteiro. Não existe nada de graça: todas as coisas possuem seu preço e seu respectivo ônus.

No nosso campo, o servidor público não poderá ter seu iate, mas, em compensação, tem um horário de trabalho definido e uma qualidade de vida irrealizável para a maior parte dos empresários e executivos. Eu reduzi minhas palestras à metade para ficar com meus filhos, reduzindo a velocidade de expansão profissional em troca de uma outra expansão, não mensurável pelas mesmas vias. São apenas escolhas. Durante muito tempo viajei e curti menos os dias em trocas de conhecimento para hoje, aprovado nos concursos, fazer estas coisas em outro patamar de vida. São apenas escolhas.

Mas, no final, todos os homens valem a mesma coisa. Como diz a Declaração Universal dos Direitos do Homem, todos nascemos iguais em dignidade e direitos, e devemos nos comportar uns em relação aos outros com espírito de fraternidade.

O sábio não pode valer mais do que o tolo, nem o abastado mais que o miserável. O bondoso não é, e isso me assusta, mais importante que o canalha, e suspeito que todos tenhamos mesmo o bondoso e o canalha, o malvado e o filantropo, escondidos em nossas carnes.

Mas falemos dos lenços.

Há alguns homens que não se dobram aos estudos, não se dobram à disciplina, não se dobram aos movimentos necessários para vencer

os próprios obstáculos. São pessoas que serão pequenas, ou, melhor, menores do que poderiam.

Mas quem se dobra mais não fica menor? Não. Depende do ângulo que você olha: o mais dobrado, visto de lado, é mais alto. A questão não é se dobrar ou não, mas a forma como se dobra e o ângulo de visão escolhido.

Sempre existirão obstáculos entre um homem e seu sonho. Mas, como já foi dito: “obstáculos são aquelas coisas assustadoras que você vê quando deixa de focar os seus sonhos”. Algumas pessoas se dobraram, se curvam mesmo, para pegar o que desejam. Outras não.

Lembro de minha adolescência e primeira juventude, quando era ridicularizado pelos que me consideravam bobo e tolo de estudar tanto, de acreditar tanto, de perder tanto. Eu apenas estava me dobrando como um lenço que desejava ser grande. Dobrar-se humildemente, dobrar-se com paciência e perseverança, dobrar-se ao som do sonho. E a vida e o tempo me recompensaram pelos meus esforços. A vida sempre recompensa.

Não me dobrei tanto quanto devia aos cuidados com a mãe, nem com a saúde, e fiquei menor, tendo que pagar um preço sobre isso. Felizmente, cuidei alguma coisa de minha genitora, o que me consola, e estou vivo ainda, o que me permite recuperar a saúde que me for possível.

Há quem se dobre e faça reverência à preguiça, à omissão, à apatia, ao medo do fracasso ou aos outros temores naturais de qualquer empreitada, e ficam menores, menores mesmo, comparados ao que poderiam. Como dizia Renato Russo, muitos temores nascem do cansaço ou da solidão. Mas se o cansaço é de estudar, e a solidão é por estar estudando, daí também nascem plantas boas: conhecimento, competência, aprovação, sucesso.

Volto ao tema: assim como todos valemos intrinsecamente por sermos humanos, assim como sempre temos escolhas enquanto estamos respirando, todos nós, homens e lenços, nos dobrarmos. Não há como não nos dobrarmos. Como disse o filósofo Rocky Balboa, a quem, junto com Ferris Bueller, Forrest Gump e Rod Tidwell, homenageio em um de meus livros, o fato é que “ninguém bate mais forte do que a vida”. É *vero*. Ninguém bate mais forte do que ela... e, ao mesmo tempo, ela é tudo o que nós temos, e é bonita. Um espetáculo sem ensaio, irresistível e que estreia todos os dias.

Logo, já que a vida é irrecusável, você terá que se dobrar como qualquer lenço. Mas pode escolher a que se dobrar, como e quanto. E dessas suas decisões sairá desenhado e definido o seu tamanho. E, sempre que quiser, você poderá se desdobrar e fazer um outro desenho.

A vida é um lenço, flexível, que você tem no seu bolso.



7

Textos de Apoio

7.1 O que é a Bíblia?

7.2 Resumo da Bíblia

7.3 As 4 Leis Espirituais

7.4 Aprendendo a Orar

7.5 A Importância da
Comunhão na Igreja

Nessa parte final, incluí breves explicações sobre a Bíblia, o resumo de sua mensagem, as chamadas “As 4 Leis Espirituais”, desenvolvidas pela Cruzada Estudantil e Profissional, um texto sobre a importância da igreja e um texto sobre como orar..





7.1 O QUE É A BÍBLIA?

Este presente que você recebeu é parte da Bíblia. Ele contém 44 Salmos e o livro de Provérbios (do Velho Testamento).

A **Bíblia** é, segundo os cristãos, a palavra de Deus, infalível e perfeita. Mesmo para quem não acredita nessa visão, não há dúvidas de que se trata de um dos livros de sabedoria mais importantes da humanidade. Qualquer que seja a sua opinião sobre a Bíblia, vale a pena lê-la para obter acesso a todo conhecimento que ela veicula.

Além de ser o maior *best-seller* do planeta, a Bíblia ensina não só sobre Deus e formas de se relacionar com Ele, mas também traz histórias e conceitos úteis para a vida familiar, profissional, financeira etc. É um manual que transmite desde a lógica até a filosofia, de poesia a estratégias de sucesso de liderança e de relacionamentos. Leia a Bíblia. Ela pode transformar sua vida.

A Bíblia contém texto atual que se aplica ao nosso cotidiano.

Jesus Cristo é o ponto central da Bíblia. Ele é o Messias prometido no Velho Testamento e salvador dos homens. Como existe grande discussão sobre quem foi Jesus (Deus encarnado, profeta, sábio etc.), nada melhor que ler o que Ele mesmo disse sobre si.

Paralelamente, vale a pena conhecer a história e os ensinamentos de quem mudou a história da Terra. Assim, agora você tem a chance de ler as palavras de Jesus e de seus primeiros discípulos, obtendo suas próprias conclusões.

Jesus foi crucificado e ressuscitou. Cremos que Ele está vivo e que, através da oração, pode-se conversar com Ele. Deus deseja que você tenha uma vida feliz, abundante e um relacionamento íntimo e pessoal com Ele. Se você permitir, isso vai acontecer.

7.2 RESUMO DA BÍBLIA

Deus te ama

Porque Deus tanto amou o mundo que deu o seu Filho Unigênito, para que todo o que nele crer não pereça, mas tenha a vida eterna. *João 3.16*

Mas Deus demonstra seu amor por nós: Cristo morreu em nosso favor quando ainda éramos pecadores. *Romanos 5.8*



Todos somos pecadores

Pois todos pecaram e estão destituídos da glória de Deus. *Romanos 3.23*

Como está escrito: não há nenhum justo, nem um sequer. *Romanos 3.10*

O remédio de Deus para pecado:

Pois o salário do pecado é a morte, mas o dom gratuito de Deus é a vida eterna em Cristo Jesus, nosso Senhor. *Romanos 6.23*

Contudo, aos que o receberam, aos que creram em seu nome, deu-lhes o direito de se tornarem filhos de Deus. *João 1.12*

Pois o que primeiramente a lhes transmiti foi o que recebi: que Cristo morreu pelos nossos pecados, segundo as Escrituras, foi sepultado e ressuscitou no terceiro dia, segundo as Escrituras. *I Coríntios 15.3-4*

Todos podem ser salvos

Eis que estou à porta e bato. Se alguém ouvir a minha voz e abrir a porta, entrarei e cearei com ele, e ele comigo *Apocalipse 3.20*

Porque todo aquele que invocar o nome do Senhor será salvo. *Romanos 10.13*

A importância da Bíblia

Bendito sejas, SENHOR! Ensina-me os teus decretos. Com os lábios repito todas as leis que promulgaste. Regozijo-me em seguir os teus testemunhos como o que se regozija com grandes riquezas. Meditarei nos teus preceitos e darei atenção às tuas veredas. Tenho prazer nos teus decretos; não me esqueço da tua palavra. Trata com bondade o teu servo para que eu viva e obedeça à tua palavra. Abre os meus olhos para que eu veja as maravilhas da tua lei. *Salmo 119.12-18*

Cada palavra de Deus é comprovadamente pura; ele é um escudo para quem nele se refugia. *Provérbios 30.5*

Pois a palavra de Deus é viva e eficaz, e mais afiada que qualquer espada de dois gumes; ela penetra até o ponto de dividir alma e espírito, juntas e medulas, e julga os pensamentos e intenções do coração. *Hebreus 4.12*

7.3 AS QUATRO LEIS ESPIRITUAIS

Para melhor compreensão da mensagem da Bíblia, juntamos a seguir as chamadas “4 Leis Espirituais”.

1^a Lei Espiritual

DEUS O AMA E TEM UM PLANO MARAVILHOSO PARA A SUA VIDA

O amor de Deus

“Porque Deus tanto amou o mundo que deu o seu Filho Unigênito, para que todo o que nele crer não pereça, mas tenha a vida eterna”. *João 3.16*

O plano de Deus

Cristo afirma: “Eu vim para que tenham vida e a tenham plenamente” (uma vida plena e com propósito). *João 10.10*

Por que a maioria das pessoas não conhece essa “vida em abundância”?

2^a Lei Espiritual

O HOMEM É PECADOR E ESTÁ SEPARADO DE DEUS; POR ISSO NÃO PODE CONHECER NEM EXPERIMENTAR O AMOR E O PLANO DE DEUS PARA A SUA VIDA.

O homem é pecador

“Pois todos pecaram e estão destituídos da glória de Deus”. *Romanos 3.23*

O Homem foi criado para ter um relacionamento perfeito com Deus, mas por causa de sua desobediência e rebeldia, escolheu seguir o seu próprio caminho, e o relacionamento com Deus se desfez. O pecado é um estado de indiferença do homem para com Deus, que se caracteriza por uma atitude de rebelião ativa ou indiferença passiva.

O homem está separado

“Pois o salário do pecado é a morte” (separação espiritual de Deus). (*Romanos 6.23*) Deus é santo e o homem é pecador. Um grande abismo separa os dois. O homem está continuamente procurando alcançar a Deus e a vida abundante, através de seus próprios esforços: vida reta, boas obras, religiosidade etc.

A terceira Lei nos oferece a única resposta para o problema da separação...

3^a Lei Espiritual

JESUS CRISTO É A ÚNICA SOLUÇÃO DE DEUS PARA O HOMEM PECADOR. POR MEIO DELE VOCÊ PODE CONHECER O AMOR E O PLANO DE DEUS PARA A SUA VIDA.

Ele morreu em nosso lugar

“Mas Deus demonstra seu amor por nós: Cristo morreu em nosso favor quando ainda éramos pecadores”. *Romanos 5.8*

“E o sangue de Jesus, seu Filho, nos purifica de todo o pecado”. *I João 1.7*

Ele ressuscitou dentre os mortos

“Cristo morreu pelos nossos pecados... foi sepultado e ressuscitou no terceiro dia, segundo as Escrituras”. *I Coríntios 15.3-4*

Ele é o único caminho

“Respondeu-lhe Jesus: Eu sou o caminho, e a verdade, e a vida; ninguém vem ao Pai a não ser por mim” – *João 14.6*.

Deus fez uma ponte sobre o abismo que nos separa dele, ao enviar seu Filho, Jesus Cristo, para morrer na cruz em nosso lugar.

Não é suficiente conhecer estas três leis...

4^a Lei Espiritual

PRECISAMOS RECEBER A JESUS CRISTO COMO SALVADOR E SENHOR, POR MEIO DE UM CONVITE PESSOAL. SÓ ENTÃO PODEREMOS CONHECER E EXPERIMENTAR O AMOR E O PLANO DE DEUS PARA A NOSSA VIDA.

Precisamos receber a Cristo

“Contudo, aos que o receberam, aos que creram em seu nome, deu-lhes o direito de se tornarem filhos de Deus”. *João 1.12*

Recebemos a Cristo pela fé

“Pois vocês são salvos pela graça, por meio da fé, e isto não vem de vocês, é dom de Deus; não por obras, para que ninguém se glorie”. *Efésios 2.8-9*

Recebemos a Cristo por meio de um convite especial

Cristo afirma: “Eis que estou à porta, e bato. Se alguém ouvir a minha voz, e abrir a porta, entrarei e cearei com ele, e ele comigo.” *Apocalipse 3.20*

Receber a Cristo implica em arrependimento, significa deixar de confiar em nossos próprios esforços. Crendo que Cristo, ao entrar em nossa vida, perdoa os nossos pecados e faz de nós aquilo que ele quer que sejamos. Estes dois círculos representam dois tipos de vida:



A vida controlada pelo “EU”

O “eu” no centro da vida. Cristo fora da vida. Ações e atitudes controladas pelo “eu”, resultando em discórdias e frustrações.



A vida controlada por Cristo

Cristo no centro da vida. O “eu” fora do centro da vida. Ações e atitudes controladas por Cristo, resultando em harmonia com o plano de Deus.

Qual dos dois círculos representa a sua vida? Qual deles você gostaria que representasse a sua vida?

Gostaria de lhe explicar como receber a Cristo

Você pode receber a Cristo agora mesmo em oração (orar é falar com Deus).

Deus conhece o seu coração e está mais interessado na atitude do seu coração do que em suas palavras. A oração seguinte serve como exemplo:

“Senhor Jesus, eu preciso de ti. Abro a porta da minha vida, e te recebo como meu Salvador e Senhor. Eu te agradeço porque me aceitas como eu sou, e perdoas os meus pecados. Toma conta da minha vida. Desejo estar dentro do Teu plano para mim. Amém.”

Esta oração expressa o desejo do seu coração? Se expressa, faça esta oração agora mesmo e Cristo entrará em sua vida, como prometeu.

Como saber que Cristo está em sua vida

Você recebeu a Cristo em seu coração? De acordo com a promessa de Apocalipse 3.20 (“Eis que estou à porta e bato. Se alguém ouvir a minha voz e abrir a porta, entrarei e cearei com ele, e ele comigo”), onde está Cristo agora? Cristo disse que entraria em sua vida. Ele o enganaria? Baseado em que autoridade você sabe que Deus respondeu sua oração? (Na fidelidade do próprio Deus e de sua Palavra).

Deus promete vida eterna a todos os que recebem a Cristo

“E este é o testemunho: Deus nos deu a vida eterna, e essa vida está em seu Filho. Quem tem o Filho, tem a vida; quem não tem o Filho de Deus não tem a vida. Escrevi-lhes estas coisas, a vocês que creem no nome do Filho de Deus para que vocês saibam que têm a vida eterna.” *I João 5.11-13*

Agradeça sempre a Deus porque Cristo habita em sua vida e porque ele nunca o deixará. *Hebreus 13.5*

Você pode saber que o Cristo vivo habita em você, e que você tem a vida eterna, desde o momento em que o convidou, baseado em sua promessa. Ele não decepciona.

E as emoções?

Não dependa das emoções

A nossa autoridade é a promessa da Palavra de Deus, e não as nossas emoções. O cristão vive pela fé (confiança), na fidelidade de Deus e de sua Palavra. Este diagrama do trem ilustra a relação entre fato (Deus e a sua Palavra), fé (nossa confiança em Deus e sua Palavra) e emoção (o resultado da nossa fé e obediência). *João 14.21*



A locomotiva correrá com o vagão ou sem ele. Entretanto, seria inútil o vagão tentar puxar a locomotiva. Da mesma forma, nós, como cristãos, não dependemos de sentimentos ou emoções, mas colocamos nossa fé (confiança) na fidelidade de Deus e nas promessas da sua Palavra.

Agora que você recebeu a Cristo

No momento em que você recebeu a Cristo em um ato de fé, diversas coisas aconteceram:

1. Cristo entrou em sua vida.

a) Apocalipse 3.20.

“Eis que estou à porta e bato. Se alguém ouvir a minha voz e abrir a porta, entrarei e cearei com ele, e ele comigo.”

b) Colossenses 1.27.

“A ele quis Deus dar a conhecer entre os gentios a gloriosa riqueza deste mistério, que é Cristo em vocês, a esperança da glória.”

2. Seus pecados foram perdoados.

“em quem temos a redenção, a saber, o perdão dos pecados.” Colossenses 1.14.

3. Você se tornou filho de Deus.

“Contudo, aos que o receberam, aos que creram em seu nome, deu-lhes o direito de se tornarem filhos de Deus” João 1.12.

4. Você começou a viver a nova vida para a qual Deus o criou.

a) João 10.10.

“O ladrão vem apenas para roubar, matar e destruir; eu vim para que tenham vida, e a tenham plenamente.”

b) II Coríntios 5.17.

“Portanto, se alguém está em Cristo, é nova criação. As coisas antigas já passaram; eis que surgiram coisas novas!”

c) I Tessalonicenses 5.18.

“Deem graças em todas as circunstâncias, pois esta é a vontade de Deus para vocês em Cristo Jesus.”

Você pode pensar em algo mais maravilhoso do que receber a Cristo? Você gostaria de agradecer a Deus agora mesmo, em oração, aquilo que ele fez por você? O próprio ato de agradecer a Deus revela fé.

E AGORA?

Sugestões para o seu crescimento espiritual

Crescimento espiritual é resultado de confiar em Jesus Cristo. “O justo viverá pela fé”. *Gálatas 3.11*

Uma vida de fé o capacitará a confiar cada vez mais em Deus em todos os aspectos da sua vida, e a praticar o seguinte:

Cultivar uma vida de oração. *João 15.7*

R evigorar-se pela leitura diária da Palavra de Deus. *Atos 17.11*

E star sempre disposto a obedecer à vontade de Deus. *João 14.21*

S er uma testemunha fiel, no viver e no falar. *Mateus 4.19; João 15.8*

C onsagrar a Deus seu corpo, tempo e talentos. *I Coríntios 6.19,20*

E sperar de Deus a orientação para a vida. *I Pedro 5.7*

R evestir-se do poder do Espírito Santo para a vida vitoriosa. *Atos 1.8 ; Gálatas 5.16-17*

7.4 Aprendendo a orar

“A oração é a comunicação entre o homem e Deus.” Orar é confiar, e confiar é ter fé. *Hebreus 11.1*

Confiar:

Os que confiam no Senhor são como o monte Sião, que não se pode abalar, mas permanece para sempre. *Salmos 125.1*

Confie no Senhor de todo o seu coração e não se apóie em seu próprio entendimento; *Provérbios 3.5*

Consagre ao Senhor tudo o que você faz, e os seus planos serão bem-sucedidos. *Provérbios 16.3*

Quem examina cada questão com cuidado, prospera, e feliz é aquele que confia no Senhor. *Provérbios 16.20*

O ganancioso provoca brigas, mas quem confia no Senhor prosperará. *Provérbios 28.25*

A Bíblia manda orar:

Portanto, ninguém o despreze. Ajudem-no a prosseguir viagem em paz, para que ele possa voltar a mim. Eu o estou esperando juntamente com os irmãos. *1 Coríntios 16.11*

Recorram ao Senhor e ao seu poder; busquem sempre a sua presença. *Salmos 105.4*

Busquem o Senhor enquanto se pode achá-lo; clamem por ele enquanto está perto. *Isaias 55.6*

Assim diz o SENHOR à nação de Israel: “Busquem-me e terão vida; não busquem Betel, não vão a Gilgal, não façam peregrinação a Berseba. Pois Gilgal certamente irá para o exílio, e Betel será reduzida a nada”. Busquem o SENHOR e terão vida, do contrário, ele irromperá como um fogo entre os descendentes de José, e a devastará, e não haverá ninguém em Betel para apagá-lo. *Amós 5.4,6*

Usem o capacete da salvação e a espada do Espírito, que é a palavra de Deus. Orem no Espírito em todas as ocasiões, com toda oração e súplica; tendo isso em mente, estejam atentos e perseverem na oração por todos os santos. *Efésios 6.17,18*

Dediquem-se à oração, estejam alertas e sejam agradecidos. *Colossenses 4.2*

Jesus manda orar:

“Vigiem e orem para que não caiam em tentação. O espírito está pronto, mas a carne é fraca”. *Mateus 26.41*

Então Jesus contou aos seus discípulos uma parábola, para mostrar-lhes que eles deviam orar sempre e nunca desanimar. *Lucas 18.1*

Até agora vocês não pediram nada em meu nome. Peçam e receberão, para que a alegria de vocês seja completa. *João 16.24*

Preparação para orar:

“Portanto, eu lhes digo: tudo o que vocês pedirem em oração, creiam que já o receberam, e assim lhes sucederá. E quando estiverem orando, se tiverem alguma coisa contra alguém, perdoem-no, para que também o Pai celestial lhes perdoe os seus pecados. Mas se vocês não perdoarem, também o seu Pai que está no céu não perdoará os seus pecados”. *Marcos 11.24,26*

Se vocês permanecerem em mim, e as minhas palavras permanecerem em vocês, pedirão o que quiserem, e lhes será concedido. *João 15.7*

Como orar?

1) Em silêncio:

Como Ana orava silenciosamente, seus lábios se mexiam mas não se ouvia sua voz. Então Eli pensou que ela estivesse embriagada. *1 Samuel 1.13*

Então Josafá levantou-se na assembléia de Judá e de Jerusalém, no templo do Senhor, na frente do pátio novo. *2 Crônicas 20.5*

2) Em voz alta:

De pé, na plataforma, estavam os levitas Jesua, Bani, Cadmiel, Sebanias, Buni, Serebias, Bani e Quenani, que em alta voz clamavam ao Senhor, ao seu Deus. *Neemias 9.4*

Ora, enquanto eu estava profetizando, Pelatias, filho de Benaia, morreu. Então prostrei-me, rosto em terra, e clamei em alta voz: "Ah! Soberano Senhor! Destruirás totalmente o remanescente de Israel?" *Ezequiel 11.13*

3) Com perseverança:

"Peçam, e lhes será dado; busquem, e encontrarão; batam, e a porta lhes será aberta. Pois todo o que pede, recebe; o que busca, encontra; e àquele que bate, a porta será aberta". *Mateus 7.7,8*

Então Jesus contou aos seus discípulos uma parábola, para mostrar-lhes que eles deviam orar sempre e nunca desanimar. Ele disse: "Em certa cidade havia um juiz que não temia a Deus nem se importava com os homens. E havia naquela cidade uma viúva que se dirigia continuamente a ele, suplicando-lhe: 'Faze-me justiça contra o meu adversário'. Por algum tempo ele se recusou. Mas finalmente disse a si mesmo: 'Embora eu não tema a Deus e nem me importe com os homens, esta viúva está me aborrecendo; vou fazer-lhe justiça para que ela não venha me importunar'." E o Senhor continuou: "Ouçam o que diz o juiz injusto. Acaso Deus não fará justiça aos seus escolhidos, que clamam a ele dia e noite? Continuará fazendo-os esperar?" *Lucas 18.1,7*

Dediquem-se à oração, estejam alertas e sejam agraciados. *Colossenses 4.2*

Quando?

Então Jesus contou aos seus discípulos uma parábola, para mostrar-lhes que eles deviam orar sempre e nunca desanimar. *Lucas 18.1*

Na manhã seguinte, eles se levantaram e adoraram ao Senhor; então voltaram para casa, em Ramá. Elcana teve relações com sua mulher Ana, e o Senhor se lembrou dela. *1 Samuel 1.19*

Noite e dia com perseverança oramos para que possamos vê-los pessoalmente e surpreender o que falta à sua fé. *1 Tessalonicenses 3.10*

Para quê?

Não andem ansiosos por coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplicas, e com ação de graças, apresentem seus pedidos a Deus. *Filipenses 4.6*

Isaque orou ao Senhor em favor de sua mulher, porque era estéril. O SENHOR respondeu à sua oração, e Rebeca, sua mulher, engravidou. *Gênesis 25.21*

Por quem?

Antes de tudo, recomendo que se façam súplicas, orações, intercessões e ação de graças por todos os homens. *1 Timóteo 2.1*

abençoem os que os amaldiçoam, orem por aqueles que os maltratam. *Lucas 6.28*

Onde?

Quero, pois, que os homens orem em todo lugar, levantando mãos santas, sem ira e sem discussões. *1 Timóteo 2.8*

Lá de dentro do peixe, Jonas orou ao Senhor, ao seu Deus. *Jonas 2.1*

No dia seguinte, por volta do meio dia, enquanto eles viajavam e se aproximavam da cidade, Pedro subiu ao terraço para orar. *Atos 10.9*

Mas quando terminou o nosso tempo ali, partimos e continuamos nossa viagem. Todos os discípulos, com suas mulheres e filhos, nos acompanharam até fora da cidade, e ali na praia nos ajoelhamos e oramos. *Atos 21.5*

Quantas vezes?

Orem continuamente. *1 Tessalonicenses 5.17*

Por quanto tempo?

Ora, a que é verdadeiramente viúva e desamparada espera em Deus, e persevera de noite e de dia em rogos e orações. *1 Timóteo 5.5*

Que os teus ouvidos estejam atentos e os teus olhos estejam abertos para ouvir a oração que o teu servo está fazendo dia e noite diante de ti em favor de teus servos, o povo de Israel. Confesso os pecados que nós, os israelitas, temos cometido contra ti. Sim, eu e o meu povo temos pecado contra ti. *Neemias 1.6*

Jesus ensinou a orar, assim (p. 120)



7.5 A Importância da Comunhão na Igreja

No braseiro, a brasa se mantém acesa por longo tempo; tirada do braseiro, logo se apaga. O mesmo acontece em nosso relacionamento com os outros cristãos. Se você não pertence a uma igreja, não espere até ser convidado. Tome a iniciativa. Entre em contato com um membro de alguma igreja próxima de sua casa, onde Cristo é honrado e a Bíblia é pregada. Faça planos de começar a frequentá-la regularmente, a partir do próximo domingo.

SOBRE IGREJAS

Ao presenteá-lo com este livro, tive a intenção de apresentar-lhe os ensinamentos da Bíblia e de um grande amigo que encontrei: Jesus Cristo. Mesmo que eventualmente não compartilhemos a mesma fé, a Bíblia traz vários conselhos sábios para resolver os desafios da vida e, quando postos em prática, são fonte de extraordinário poder.

Infelizmente nem todos que citam a Bíblia (pessoas ou igrejas) agem de acordo com o propósito de Deus, que é relacionar-se com Seus filhos e tornar a vida humana mais abundante e feliz.

Caso você não seja cristão, não se assuste com as atitudes de pessoas que como tal se apresentam, mas não se comportam adequadamente.

Se você já é cristão, não deixe que maus religiosos atrapalhem sua relação com Deus. Lembre-se que nosso padrão é Jesus, e não os homens. A Bíblia fala: “andai como ele andou” (1 João 2.6). Se você permitir que Jesus participe de sua vida, Ele nunca falhará com você.

Se quer contato com Deus, procure-O, e você O encontrará.

Se você não é cristão, espero que tenha apreciado as lições de poder deste livro. Se, como eu, acredita em Jesus, tenho mais algumas sugestões. Já o convidei para orar e ler a Bíblia, e agora vou falar sobre frequentar uma igreja. Para isso, deixo alguns conselhos e cuidados importantes que, a meu ver, ajudarão a avaliar se está numa boa igreja e a ter um conhecimento e uma comunhão maior com Deus.

- 1) Antes de qualquer coisa, ore e peça a orientação de Deus sobre qual igreja você deve fazer parte (seja qual for a sua religião ou denominação). Se não se sentir à vontade, mude. Deus quer que você esteja bem.
- 2) Procure saber quais são as atividades dessa igreja e quais os seus objetivos. Por exemplo: Há, regularmente, grupos de estudo da

Bíblia? Os seus membros levam a Bíblia para igreja e participam das atividades? Como são os frequentadores (membros) dessa igreja? São amáveis, carinhosos, receptivos? O tema central de todas as atividades é Jesus Cristo?

- 3) Como é o ministro dessa igreja (pastor/padre)? Ele sempre ora antes e depois de cada culto e o que prega está na Palavra de Deus? Ele é hospitalero, sóbrio, honesto, humilde, manso, moderado, sábio e apto para ensinar? Por outro lado, lembre-se que o padre/pastor é um ser humano, suscetível a erros como qualquer outro, visto que nosso alvo a ser seguido é sempre Jesus Cristo.
- 4) E por último, o que essa igreja prega? Mansidão, temperança, obediência, humildade, fé, perseverança, salvação de almas, alegria, adoração, louvor, amar e servir a Deus, estudo da Bíblia, submissão e louvor a Jesus Cristo?

Essas são algumas características que certamente ajudarão você a escolher e participar de uma igreja verdadeiramente cristã. Uma igreja o orientará a “amar ao Senhor, o seu Deus, de todo o seu coração, de toda a sua alma, de todas as suas forças e de todo o seu entendimento e ao seu próximo como a si mesmo.” (Lucas 10.27).

O que desejo, de coração, é que você entenda que há muitas igrejas pelo mundo afora, umas boas, outras não. O ponto positivo é que sempre haverá igrejas com as portas abertas para recebê-lo, com ministros da Palavra de Deus que estão realmente preocupados em auxiliá-lo no caminho da verdade. Caso você perceba que a igreja a qual está visitando se enquadra nos exemplos citados acima, procure participar de suas atividades aprendendo cada vez mais de seus ensinamentos com fidelidade às Sagradas Escrituras.

Amado, não se esqueça de que Jesus te ama e de que foi Ele, e ninguém mais, que morreu por você. Crie um relacionamento pessoal com Deus, busque-o e Ele responderá de um jeito peculiar e especial, único, de acordo com os planos d'Ele para sua vida.

William Douglas

*Vocês, porém, são geração eleita,
sacerdócio real, nação santa,
povo exclusivo de Deus, para
anunciar as grandezas daquele
que os chamou das trevas para a
sua maravilhosa luz.*

(I Pedro 2.9)

ANOTAÇÕES

ANOTAÇÕES

ANOTAÇÕES

ESTE LIVRO NÃO PODE SER REPRODUZIDO

- Os textos bíblicos são da tradução NVI – Nova Versão Internacional, cedidos pela SBI – Sociedade Bíblica Internacional. www.biblianvi.org.br
- Copyright das 4 Leis Espirituais – Cruzada Estudantil e Profissional para Cristo / Caixa Postal 415.822 / CEP 05422-970 / São Paulo / SP
- Maiores informações:

www.williamdouglas.com.br
www.impetus.com.br

Impresso na
Prol Editora Gráfica Ltda.