



Episódio 66

Tratamento espiritual em tempos de crise

No episódio passado descrevemos cinco dimensões da vida humana e hoje vamos nos aprofundar em uma das áreas que provavelmente está sendo mais afetada: a dimensão espiritual. Essa área envolve a nossa relação com Deus, nossa devoção pessoal que sendo abalado porque a maioria está com dificuldade de se concentrar, ou pelas preocupações que fazem com que a gente não tenha a mesma qualidade devocional e por isso hoje vou compartilhar algumas dicas práticas com você.

Vida devocional

Sei que muita gente tem dificuldade de buscar Deus no começo do dia. Particularmente eu prefiro fazer meu culto pessoal quando acordo porque depois acontece tanta coisa ao decorrer do dia que não tiramos mais tempo para Ele. Só que estava sentindo falta de alguma coisa diferente no meu momento com Deus. Por isso fiz algumas mudanças. Antes mesmo de fazer o culto pessoal já sento com o Lukas para ler um devocional que ele tinha comentado há algum tempo de Oswald Chambers que se chama [My Utmost for His Highest](#) e se você consegue ler em inglês, vale muito a pena. Tem sido importante para gente pela redução da concentração e ler um capítulo de um livro como fazíamos antes, acabou ficando inviável, então lendo uma página desse devocional tem feito toda a diferença.

Essa é a primeira dica que quero te dar: Se você está com família em casa, se tem alguém na sua vida que também busca a Deus,

mesmo se você mora sozinho, tente fazer um curto devocional acompanhado. A Lua, que produz esta versão escrita, por exemplo, faz o culto com o namorado pelas plataformas como Zoom/Skype. Então se você tiver alguém para estar junto com você nesse momento todos os dias, seria muito legal para ajudar na concentração.

Leitura da Bíblia

Mas tinha duas coisas que queria fazer diferente na minha vida devocional pessoal que estavam me incomodando um pouquinho. A primeira área era a leitura da Bíblia, fazia tempo que estava tentando encontrar alguma forma diferente. Eu já li ela inteira algumas vezes, mas não queria ficar nessa coisa mecânica de todo ano ler a Bíblia completa até de forma corrida porque acaba sendo três ou quatro capítulos por dia e dificulta ir na base do que foi lido.

Nessas tentativas ainda não havia encontrado algo que me desse prazer e constância, e curiosamente encontrei num podcast uma dica de uma professora missionária que vou compartilhar com vocês: Ela simplesmente escolhe um livro da Bíblia e estuda no máximo três versículos por dia, tentando buscar neles alguma aplicação prática, o que Deus está tentando dizer naquele dia, e anota isso num caderninho.

Eu me identifiquei porque percebo que quando escrevo, retenho melhor e na hora peguei uma folha de rascunho mesmo e comecei a fazer o mesmo, mas sem a intenção de ficar lindo. Se no dia estou deitada ou a letra sai feia, não tem problema. O mais importante é ler todos os dias e analisar esses versos, indo nos detalhes e, de verdade, tem sido uma benção tão grande que acho que vou fazer por um bom tempo, porque realmente tenho sentido que consigo tirar lições práticas para o meu dia e ter essa paz de que Deus está comigo.

Pode ser que você também esteja com dificuldade para se concentrar e não está dando conta de ler vários capítulos por dia, talvez esse seja seu remédio espiritual no momento, assim você não deixa de ler a Bíblia e continua sua devoção de maneira mais curta e muito significativa.

Oração e intercessão

A segunda área, era a oração. Sou o tipo de pessoa que quando falo que vou orar por alguém, gosto de orar mesmo. Um dia aprendi que ao invés de falar “vou orar por você”, você pode, se possível, orar naquele momento com a pessoa, seja pessoalmente ou por telefone. Porém, tem um pequeno probleminha, se você costuma orar de fato por tudo que te pedem, curiosamente ou Deus começa a enviar mais gente ou simplesmente as pessoas te vêm como alguém de intercessão e uma coisa que estava começando a me incomodar eram as longas listas em que eu colocava os pedidos, inclusive em categorias diferentes. Infelizmente estava ficando insustentável, porque sendo bem sincera, acontecia de eu olhar para a lista e ver que não dava conta de orar por tudo aquilo e desejava conversar com Deus sobre outros assuntos.

Estou sendo honesta, porque tem gente que pensa coisa muito pior do que isso, mas nunca vai falar e minha intenção é criar mecanismos eficazes na vida espiritual. Então comecei a perceber que em muitas coisas eu já não estava mais orando e acredito piamente que não precisamos ficar convencendo Deus de realizar pedidos. A gente acaba lendo versos como o do Juiz Iníquo que a velhinha ficou insistindo até conseguir (Lucas 18:1-8), mas temos que perceber que ali é uma parábola de contraste que mostra que se até um Juiz mau cedeu a alguém que ficou “enchendo a paciência”, quanto mais Deus que é um Pai que está disposto a te dar tudo de melhor. Então acredito de coração que não devo persuadir Deus. Às vezes a gente ora por uma coisa por um tempo maior porque estamos deixando que Ele transforme nosso coração. Entretanto não acho que devo pedir pela cura de alguém todo dia como se Ele esquecesse de atender aquela necessidade. Creio no que a Bíblia fala de entregarmos as coisas para Deus e deixamos nos pés dEle sem ficar com aquela carga nas costas.

Sempre foi minha prática de orar uma vez por algo e colocar aquilo nas mãos de Dele, a não ser que seja uma intercessão por uma pessoa que não pode orar por ela mesma. Se você estudar sobre oração intercessora, notará que faz sentido pedir todos os dias por alguém que não é convertido, por exemplo, então o que pedimos é para todos os dias o Santo Espírito incomodar aquela pessoa

porque nesse caso, Ele não pode intervir na vida dela sem que alguém peça para fazer isso. É toda a questão do grande conflito e livre arbítrio, cada um tem sua escolha. Eu sei que tem muito cristão que ora e jejua para “convencer Deus”, mas de coração, a Bíblia não dá embasamento para que pensemos que o Pai seja alguém de coração duro que temos que insistir para realizar coisas boas.

Decidi abolir o caderno com listas de pedidos e agora substituí por algo simbólico que faz muita diferença pra mim: cortei alguns papéis em pedaços pequenos que ficam numa caixinha com uma caneta e quando alguém me pede para orar por algo, na mesma hora, pego a caixa, anoto o pedido com data (não sei porquê), oro por ele e deposito na caixa como um símbolo de entrega nas mãos do Senhor. Quando é uma coisa que percebo que devo orar mais vezes, simplesmente Deus está me traz à mente durante o dia.

Isso é importante para nós missionários com mania de carregar o mundo inteiro nas costas, sabe? É algo que sempre foi muito pesado para mim: tenho mania de tomar a dor do outro de uma forma que me faz mal no fim das contas. Carregar o peso do sofrimento alheio, não diminui o fardo. A única solução para ficar mais leve é colocar aos pés de Jesus e o que está ao meu alcance é orar pela pessoa e ajudá-la a entender isso. Pode ser que você também tenha essa dificuldade na caminhada cristã, mas não existe nenhuma passagem que fale que devo ficar carregando os fardos dos outros, mas sim de entregá-los a Cristo. Quando a Bíblia diz para tomar o fardo uns dos outros, devemos juntar esse verso ao que diz para levarmos nossas cargas a Ele.

Tudo isso para dizer que precisamos desenvolver hábitos de oração saudáveis. Não estou decretando que o que estou fazendo agora é para todos. Compartilhei porque pode ser uma carga que você está carregando e que a oração pode se tornar mais simples e prazerosa. Desse modo, eu acabo orando muito mais durante o dia porque não deixo acumular os pedidos que me fazem, então me ajoelho e me conecto com Deus mais vezes.

Essas ideias podem dar uma direção na busca por práticas mais leves que nos ajudem a ter mais momentos com o Senhor, a despeito das dificuldades.