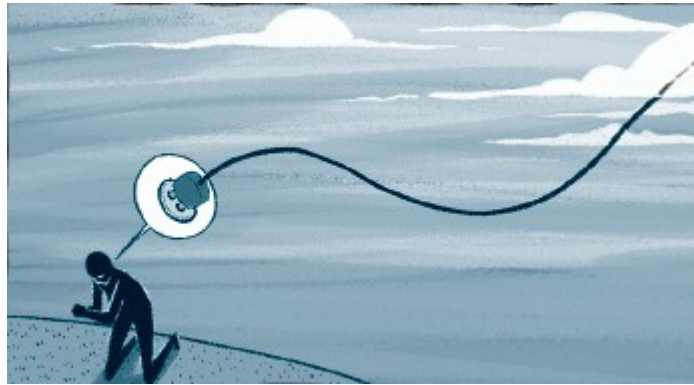


Vida de oração | 2º Trimestre 2026



Sábado à tarde

Ano Bíblico: RPSP: 2CR 14

VERSO PARA MEMORIZAR: *“Amo o Senhor, porque Ele ouve a minha voz e as minhas súplicas. Porque inclinou para mim os Seus ouvidos, eu O invocarei por toda a minha vida”*
(Sl 116:1, 2).

LEITURAS DA SEMANA: Dn 2:20-23; 6:10, 11; At 20:36; Gn 5:22-24; Êx 33:15-23; 32:31, 32

Imagine se você quase não conversasse com seu melhor amigo ou com seu cônjuge. Logo o relacionamento esfriaria. Do mesmo modo, a oração é parte essencial de um relacionamento íntimo com Deus. É um hábito devocional vital, que precisamos e podemos fortalecer. Se não orarmos com frequência e constância, cedo ou tarde nos afastaremos do Senhor.

Na Bíblia, vemos pessoas orando de jeitos diferentes. Ao acompanhar a vida delas, percebemos de que maneira a comunhão com Deus moldou o relacionamento que tinham com Ele, pelo que oravam e como suas orações transformaram outras vidas. É fato: nossa vida de oração afeta não só a nós, mas também quem está ao nosso redor.

Assim como o estudo da Bíblia, o tema da oração é amplo e essencial – bem maior do que caberia em um estudo de duas semanas. Nesta semana, vamos aprender com homens e mulheres de oração das Escrituras que mostram como a oração é central para um relacionamento sólido com Deus. Devemos aprender com o exemplo deles.

Domingo, 03 de maio

A fidelidade de Daniel

Daniel é um dos grandes heróis da Bíblia. Logo no primeiro capítulo do livro, vemos sua decisão: “Daniel resolveu não se contaminar com as finas iguarias do rei” (Dn 1:8). E lemos sobre Daniel e seus três amigos: “Ora, a estes quatro jovens Deus deu o conhecimento e a inteligência em toda cultura e sabedoria. Mas a Daniel deu inteligência para interpretar todo tipo de visões e sonhos” (Dn 1:17). A Bíblia afirma que Daniel era sábio (Dn 1:20; 2:14, 21, 23, 48), porque o Espírito de Deus estava nele (Dn 4:9, 18; 5:14; 6:3). Além disso, era “muito amado” pelo Céu (Dn 10:11; veja Dn 9:23). Esse é o retrato de alguém que mantinha uma forte e permanente ligação com Deus.

Em Daniel 2, quando o rei Nabucodonosor decretou a morte de todos os sábios da Babilônia, Daniel buscou a misericórdia de Deus para compreender o mistério do sonho (Dn 2:18). E, quando o Senhor lhe revelou o sonho do rei, ele imediatamente orou.

1. Leia Daniel 2:20-23. Por que Daniel orou, e o que podemos aprender com essa oração?

Com o passar dos anos, enquanto reis se sucediam, Daniel permaneceu como conselheiro real. “Daniel se destacou tanto entre os supervisores e os sátrapas por suas grandes qualidades que o rei planejava estabelecê-lo sobre todo o reino” (Dn 6:3, NVI). “Ele era fiel, e não se achava nele nenhum erro nem culpa” (Dn 6:4). Apesar do forte ciúme e das tramas maldosas de seus colegas (Dn 6:5-9), Daniel continuou constante e destemido em sua vida de oração.

2. Leia Daniel 6:10 e 11. O que esses versículos nos revelam sobre Daniel?

Diante das dificuldades, Daniel orava. Mesmo com a ameaça à própria vida, manteve-se coerente e perseverante: orava três vezes ao dia, como de costume; e fazia isso com as janelas abertas, voltado para Jerusalém. Sua oração era um ato físico (ele se ajoelhava) e se concentrava em ações de graças e súplicas.

Diante de uma história como essa, quão fracas são suas desculpas para não orar?

Segunda-feira, 04 de maio

A postura na oração

Quando algo dá errado, geralmente ligamos para um amigo próximo para desabafar. Quando temos uma boa notícia, buscamos alguém com quem compartilhar. Com Deus é igual. “A oração é o abrir do coração a Deus como a um amigo” (Ellen G. White, *Caminho a Cristo* [CPB, 2024], p. 93).

A oração não apenas nos mantém ligados a Deus, como também mostra ao diabo a quem pertencemos. Quando nos ajoelhamos de manhã para orar, declaramos visivelmente aos exércitos do mal que escolhemos Deus

naquele dia. Além disso, quando oramos, o Senhor envia Seus anjos para junto de nós; somos fortalecidos e guardados do inimigo (Sl 91).

O ato físico de ajoelhar-se expressa submissão e humildade. É diferente de orar sentado na cadeira ou deitado na cama – posturas em que também podemos orar. No entanto, quando nos ajoelhamos diante de Deus, o coração se rende com mais facilidade, pois corpo e palavras declaram que Ele é soberano e que nós somos apenas Seus filhos, obra de Suas mãos.

3. Leia os textos a seguir e observe a experiência de pessoas que se ajoelharam ao orar. Dn 6:10; Lc 22:41; At 7:60; 9:40; 20:36

Orar em pé era comum nos tempos bíblicos (2Cr 20:5, 6, 13; Ne 9:4; Jó 30:20; Lc 18:11, 13). A Bíblia também registra pessoas que oraram sentadas (2Sm 7:18, NVI; 1Rs 19:4). Outras se prostraram com o rosto em terra – postura menos relacionada à oração, geralmente associada à submissão diante de um superior (1Rs 1:47; Mc 14:35).

Como você costuma orar? A Bíblia não exige uma posição específica, mas as posturas importam porque refletem nossa reverência, nosso íntimo e o desejo de nos render a Deus. Algumas pessoas não podem se ajoelhar; no fim das contas, o que mais importa é como está nosso coração. Se você tem condições de se ajoelhar, mas normalmente não o faz, que tal fazer isso da próxima vez? Observe como isso influencia seus momentos com Deus.

A Bíblia nos convida a orar “sem cessar” (1Ts 5:17), com dedicação (Cl 4:2) e perseverança (Rm 12:12). Hoje, esteja você em pé, sentado, deitado ou caminhando, volte seus pensamentos para Deus e converse com Ele como conversa com um amigo. Comece agora mesmo.

Terça-feira, 05 de maio

Ano Bíblico: RPSP: 2CR 17

Enoque andou com Deus

4. Leia Gênesis 5:22-24. O que sabemos sobre Enoque?

A Bíblia não traz muitos detalhes sobre Enoque, mas afirma que ele andou com Deus por 300 anos, até que o Senhor o levou para o Céu. Que maravilha: uma vida definida pela devoção constante a Deus!

Sem dúvida, Enoque perseverava na oração (Rm 12:12), crescendo em fé e se aproximando de Deus por meio das experiências de cada dia. Embora a Terra estivesse cada vez mais dominada pelo pecado em sua época, ele se mantinha ocupado no serviço a Deus – algo impossível de fazer sem permanecer Nele.

“Em meio a uma vida de trabalhos ativos, Enoque perseverantemente manteve comunhão com Deus. Quanto maiores e mais intensos eram seus trabalhos, mais constantes e fervorosas eram suas orações. [...] Depois de permanecer por algum tempo entre o povo, trabalhando para beneficiar as pessoas pela instrução e exemplo,

retirava-se para passar algum tempo em solitude, tendo fome e sede daquele conhecimento divino que somente Deus podia transmitir. Tendo dessa maneira comunhão com o Senhor, Enoque passava a refletir cada vez mais a imagem divina. [...] Até os ímpios contemplavam com admiração a impressão celestial em seu rosto” (Ellen G. White, *Patriarcas e Profetas* [CPB, 2022], p. 60, 61).

Deus não nos chama a viver como eremitas ou monges, tão isolados que deixemos de ser úteis aqui. À semelhança de Enoque, podemos ser produtivos e atentos às necessidades ao nosso redor; mas somente ao “andar e conversar” com Deus, em uma comunhão estável e diária, Ele refletirá Seu maravilhoso caráter em nós.

Podemos orar a qualquer hora e em qualquer lugar. Não existe ponto na Terra onde Deus não nos veja nem deixe de nos ouvir (Sl 139:7-12); Ele sempre escuta o clamor do nosso coração, onde quer que estejamos (leia Lm 3:55-57). Ainda assim, há um valor especial em orar em voz audível, e não apenas mentalmente. No silêncio, é fácil dispersar, perder a linha de pensamento, e pode ser difícil manter-se concentrado. Já quando oramos em voz baixa ou no tom habitual, lembramos a nós mesmos – quase sem perceber – que Deus é real, que está nos ouvindo e que temos algo específico a tratar com Ele.

E você? Ao longo deste dia, onde e como vai sussurrar uma oração em comunhão com Jesus?

Quarta-feira, 06 de maio

Ano Bíblico: RPSP: 2CR 18

Moisés, líder consagrado

Embora Enoque tivesse um relacionamento muito íntimo com Deus, sabe-mos ainda mais sobre a caminhada de Moisés com o Senhor – inclusive temos vários relatos de suas conversas com Ele. Ao acompanhar os altos e baixos da vida desse líder humilde, vemos, repetidas vezes, que o aspecto mais importante de sua experiência – o segredo do seu êxito como líder consagrado - era a comunicação constante e a comunhão permanente com Deus.

5. Leia Êxodo 33:15-23. Qual é o conteúdo e o tom dessa conversa entre Moisés e o Senhor?

Imagine falar com Deus e ouvir Sua voz com tamanha clareza. É impressionante que os israelitas não tenham buscado esse tipo de comunhão direta, preferindo que Moisés falasse com eles (Êx 20:18-21). Mas Deus preparou Moisés para isso desde o encontro na sarça ardente, que havia ocorrido naquele mesmo monte. Embora encontremos outras orações pessoais de Moisés, percebemos que ele vivia quase continuamente na presença de Deus, pedindo Sua direção e intercedendo pelo povo que liderava.

6. Em duas ocasiões, Moisés intercedeu por familiares. Quais eram as situações e o que poderia ter acontecido se ele não tivesse intervindo para mediar a situação?

- Arão: Êx 32:1-14, 31-34; Dt 9:20
- Miriã: Nm 12:13

Chama a atenção, no caso de Miriã, que Moisés tenha sido alvo de sua crítica e ciúme. Ele poderia ter cruzado os braços e deixado que Deus aplicasse o juízo que ela e Arão mereciam. Em vez disso, apressou-se em perdoar e interceder pela cura da irmã. Que retrato poderoso da graça perdoadora de Deus se vê nas atitudes de Moisés!

Leia Mateus 5:44 e Colossenses 3:13. Como aprender a praticar o que esses textos orientam? Por que isso é tão importante?

Quinta-feira, 07 de maio

Ano Bíblico: RPSP: 2CR 19

Moisés intercede pela nação

7. O que Êxodo 32:31 e 32 nos ensina sobre como Moisés intercedia em oração?

Moisés intercedeu corajosamente pelo povo de Deus, repetidas vezes. Recorreu ao Senhor quando o povo teve sede (Êx 15:25; 17:2-6), quando teve fome (Nm 11:21, 22) e em momentos de profunda aflição (Nm 11:11-15).

Moisés relembrou o que aconteceu logo após a aliança no Sinai, quando o povo fez o bezerro de ouro: “Tive medo da ira e do furor do SENHOR, pois Ele estava irado a ponto de destruí-los, mas de novo o Senhor me escutou” (Dt 9:19).

Ao tratar da incredulidade em Cades, depois do retorno dos espias, Moisés recordou: “Fiquei prostrado diante do SENHOR durante aqueles quarenta dias e quarenta noites porque o SENHOR tinha dito que iria destruí-los” (Dt 9:25, NVI).

E, no contexto em que o Senhor separou a tribo de Levi para o serviço do santuário (Dt 10:8), Moisés rememorou: “Permaneci no monte, como da primeira vez, quarenta dias e quarenta noites. Mais uma vez o SENHOR me ouviu e não quis destruir vocês” (Dt 10:10). Em todas essas ocasiões, Deus ouviu o clamor do Seu servo.

Podemos aprender muito com Moisés no tocante à oração e ao apegar-se a Deus:

1. Ele possuía um amor profundo por Deus e uma visão clara do Seu caráter. Deus Se revelou a ele dizendo: “O SENHOR! O SENHOR Deus compassivo e bondoso, tardio em irar-Se e grande em misericórdia e fidelidade” (Êx 34:6).
2. Em meio aos altos e baixos da longa jornada rumo à Terra Prometida, mostrou-se tanto corajoso quanto fiel ao se apegar a Deus. Mesmo em lutas, confiou no poder, presença e direção divinos em sua vida particular (Êx 33:13).

3. O profeta lembrou a Deus Sua aliança (Êx 32:13), reivindicou Suas promessas em favor do Seu povo (Dt 7:8) e relembrou a condução divina no passado (Dt 8:2).
4. Além disso, aceitou as respostas de Deus às suas orações – fosse o sim ou o não. Estar em um relacionamento íntimo com Deus não significa receber sempre o que queremos (Dt 3:23-29); mas devemos perseverar em oração (Lc 18:1-8).

Quem precisa das suas orações de intercessão neste momento? O que está impedindo você de orar agora mesmo?

Sexta-feira, 08 de maio

Ano Bíblico: RPSP: 2CR 20

Estudo adicional

No fim das contas, oramos porque amamos tanto a Deus que não conseguimos deixar de compartilhar tudo com Ele: nossas alegrias e vitórias, nossos fardos e preocupações, nossos pedidos e necessidades diárias. “Que o nosso coração se abra e se eleve, para que Deus possa nos propiciar um vislumbre da atmosfera celestial! Devemos nos manter tão perto de Deus que, em cada prova inesperada, nossos pensamentos se voltem para Ele tão naturalmente quanto a flor se volta para o Sol. Leve suas necessidades, alegrias, tristezas, preocupações e temores a Deus. Você não conseguirá sobrecarregá-Lo nem deixá-Lo cansado. Aquele que conta os fios de cabelo de sua cabeça não é indiferente às necessidades de Seus filhos. [...]

“Seu coração repleto de amor se entenece com nossas tristezas e expressões de pesar. Entregue a Ele todas as coisas que perturbam sua mente. Nada é grande demais para Ele suportar, pois é Ele quem mantém os mundos e governa o Universo. Nada daquilo que, de alguma forma, diz respeito à nossa paz é pequeno demais para que Ele perceba. Não há um só capítulo de nossa existência que seja escuro demais para Ele ler, nem dificuldade alguma tão complicada para Ele resolver. Nenhuma calamidade poderá sobrevir ao mais humilde de Seus filhos, ansiedade alguma que lhe perturbe a alma, nenhuma alegria que possa ter, nenhuma oração sincera que lhe escape dos lábios, sem que seja observada pelo Pai celestial, ou sem que Lhe desperte imediato interesse. [...] As relações entre Deus e cada pessoa são tão particulares e plenas que é como se não houvesse nenhuma outra por quem tivesse dado Seu Filho amado” (Ellen G. White, *Caminho a Cristo* [CPB, 2024], p. 63, 64).

Perguntas para consideração

1. Para você, a oração é uma experiência maravilhosa ou um peso? Por quê?
2. Qual pensamento mais tocou seu coração na citação acima?
3. Com quem você mais se identifica em termos de vida de oração: Daniel, Enoque ou Moisés? Por quê?

Respostas às perguntas da semana: 1. Daniel orou em louvor e gratidão quando Deus revelou o mistério; reconheceu que Dele vêm sabedoria e poder. Aprendemos a buscar direção em crises e a agradecer quando

o Senhor responde. 2. Revela constância e coragem: Daniel mantinha sua disciplina de oração, três vezes ao dia, de joelhos e com gratidão, mesmo sob ameaça. 3. Ajoelhar-se expressa reverência, humildade e dependência. Em momentos críticos, servos de Deus se curvaram em oração, entregando-se totalmente a Ele. 4. Enoque andou com Deus: viveu em comunhão contínua, e Deus o tomou, sem deixar que ele passasse pela morte. 5. Moisés suplica a presença de Deus, pede para conhecer Seus caminhos e roga para ver Sua glória. O tom é reverente e ousado; Deus responde com graça e promete Sua bondade e proteção. 6. Arão: bezerro de ouro; a intercessão de Moisés conteve o juízo que poderia ter resultado em destruição. Miriã: lepra; Moisés clamou, e ela foi curada após um período de isolamento, evitando uma exclusão permanente. 7. Moisés intercedia com profundo amor e sacrifício, disposto até a perder sua própria salvação pelo bem do povo.

Resumo da Lição 6

Vida de oração | 2º Trimestre 2026

TEXTO-CHAVE: Sl 116:1, 2

FOCO DO ESTUDO: Dn 2:20-23; 6:10, 11

ESBOÇO

Introdução: Nós oramos porque sabemos que Deus ouve nossa voz e sabemos que Ele responderá às nossas orações (Sl 116:1, 2). Nossas orações são, portanto, essencialmente uma resposta a Deus, que tomou a iniciativa de nos trazer de volta para Si. Quão significativo é, portanto, que a adoração no livro dos Salmos, que contém as orações do antigo Israel, seja descrita como uma resposta a Deus, o Criador, que é o Doador da vida (Sl 95:1-6; 100:1-3). É por meio da oração que nossa vida espiritual sobrevive. Como coloca Ellen White: “A oração é a respiração da alma” (*Oração* [CPB, 2024], p. 13).

Para compreender melhor o significado e a função da oração, escolhemos dois exemplos de oração do livro de Daniel, um livro no qual a oração desempenha um papel importante. Esses dois episódios de oração, que são particularmente característicos da personalidade de Daniel, encontram-se nos capítulos 2 e 6.

No capítulo 2, Daniel e seus três amigos suplicam ao Senhor que lhes revele o significado do sonho profético do rei, que dizia respeito ao destino do mundo (Dn 2:20-23). A oração posterior de Daniel, em agradecimento a Deus por Sua resposta graciosa, vem em forma poética.

No capítulo 6, Daniel, que serve como o mais alto governador no reino da Pérsia, suplica e agradece a Deus, ainda que fazer isso colocasse sua vida em risco (Dn 6:10, 11). Essa oração específica não está registrada no livro de Daniel, mas o capítulo a situa no contexto das dificuldades de Daniel na corte real.

COMENTÁRIO

A oração apocalíptica (Dn 2:20-23). Essa humilde invocação de louvor é a primeira oração do livro. A oração foi provocada por um evento externo. O rei da Babilônia tivera sonhos que lhe causaram insônia. Pior ainda, ele não conseguia se lembrar do conteúdo desses sonhos. Nenhum de seus magos foi capaz de responder ao pedido do rei para revelar o sonho e, conseqüentemente, interpretá-lo. Nabucodonosor percebeu, nesse momento, que os caldeus não passavam de um bando de charlatães enganadores. O rei ficou furioso e decidiu, então, matar todos os sábios da Babilônia (Dn 2:14), incluindo Daniel e seus três amigos, que responderam à ameaça com oração. Ainda que suas palavras de súplica não tenham sido registradas, o texto bíblico nos informa que Daniel contou com a ajuda de seus três amigos para “que pedissem misericórdia ao Deus do Céu” (Dn 2:18). Em resposta à oração, Deus revelou o sonho e a sua interpretação a Daniel numa visão noturna (Dn 2:19). Depois disso, Daniel bendisse o Deus do Céu numa bela oração de agradecimento. Essas orações de súplica e gratidão compartilham várias características, incluindo:

A. Singularidade. A oração de Daniel e de seus amigos é uma oração específica, única, em resposta a um acontecimento inesperado que os ameaçava com morte certa. Esse primeiro registro de oração no livro de Daniel consiste em um “mistério” que ninguém poderia revelar, um segredo cuja revelação salvaria a vida de Daniel e de seus amigos (Dn 2:18). Assim, Daniel e seus companheiros não oram simplesmente porque era um hábito ou porque a oração fazia parte natural de sua cultura. Por ser única àquela situação específica, a oração deles se mostra genuína e de coração.

B. Um encontro. A oração de Daniel e de seus amigos não é uma experiência mística nem um mero momento de meditação espiritual na expectativa de produzir relaxamento e paz. Daniel desejava encontrar-se com Alguém que ele não podia controlar nem prever, Alguém fora de si mesmo: “o Deus do Céu” (Dn 2:18). Esse Deus é o verdadeiro Deus justamente porque Se oculta. Como Isaías reconhece: “Verdadeiramente Tu és um Deus que Se esconde” (Is 45:15). Por Deus ocultar o Seu rosto (ao contrário dos ídolos), Daniel não presumiu que sua petição seria automaticamente atendida. Assim, Daniel e seus amigos se aproximaram de Deus com humildade, buscando Dele misericórdias. O pedido deles foi uma súplica, assim como a oração da viúva persistente, na parábola de Jesus, também foi uma súplica (Lc 18:1-8). A perseverança dela, bem como a de Daniel e de seus amigos, lembra a oração de Jacó, quando lutou com Deus: “Não O deixarei ir se Você não me abençoar” (Gn 32:26).

C. Um movimento descendente. Embora a oração humana eleve a alma para Deus, o processo da resposta divina implica o movimento descendente de Deus até nós. Aqui reside a principal diferença entre a oração de Daniel e de seus amigos e a oração dos caldeus, cuja religião consistia na prática da magia. Para os caldeus, todo o processo de cumprimento à ordem do rei acontece aqui embaixo, no âmbito da existência terrena. Assim, o cumprimento da ordem do rei se concentra em suas habilidades técnicas e fórmulas mágicas. Para eles, o acesso ao domínio divino é impossível, pois os deuses “não moram entre os mortais” (Dn 2:11).

Para Daniel, por outro lado, o Deus do Céu desce e revela os “mistérios” do sonho (Dn 2:28). Se Deus responde às nossas orações, não é por nossos méritos nem pela qualidade da oração. A resposta divina não depende de nós, mas Dele e de Seus méritos. Essa ideia de total dependência dos méritos de Deus é o

significado do sacrifício levítico, que aponta para o sacrifício de Cristo. Por essa razão, Jesus, o cumprimento do sacrifício levítico, recomenda que oremos ao Pai em Seu nome (Jo 16:23).

D. Gratidão. Como Deus responde à súplica de Daniel, o agradecimento torna-se uma parte essencial de sua oração (Dn 2:20-23). Daniel bendiz o Senhor porque Ele lhe concede “sabedoria e poder”, os quais pertencem unicamente a Deus (Dn 2:20). Assim, Daniel reconhece sua dependência completa Dele. Mais importante ainda, Daniel reconhece a graça misericordiosa de Deus. O que recebemos do Senhor é dom gratuito, uma graça que nada tem a ver com a nossa própria sabedoria (Dn 2:30).

E. Profecia. Ainda que a resposta divina à oração de Daniel tenha salvado sua vida e a dos outros sábios, o ponto mais importante é a salvação futura do mundo e do próprio rei. Daniel bendiz a Deus por muito mais do que a preservação da sua vida. Ele dá graças, sobretudo, pela presença de Deus na história e por Seu controle sobre os eventos mundiais. Daniel também agradece o poder de Deus de mudar os tempos, remover reis e estabelecer o Seu reino eterno (Dn 2:44). Do mesmo modo, a oração de Cristo no Sermão do Monte concentra-se na mesma esperança: “Venha o Teu reino” (Mt 6:10).

A oração da sabedoria (Dn 6:10, 11). Em Daniel 6, a oração de Daniel não depende da influência dos acontecimentos, mas acontece apesar deles. Mesmo sabendo da assinatura do decreto que proibiu qualquer súplica a um deus ou a um homem, exceto o rei, Daniel continua a orar (Dn 6:10). Tal oração pertence ao curso diário da vida. Essa oração revela várias características distintivas, entre as quais:

Privacidade. Daniel subiu ao seu quarto superior para orar. Como Jesus aconselhou: “Mas, ao orar, entre no seu quarto e, fechada a porta, ore ao seu Pai” (Mt 6:6). A oração de Daniel é privada e pessoal, uma oração “em secreto” (Mt 6:6) que ninguém, exceto o próprio Deus, ouve. Quando oramos com a preocupação de “ser ouvidos”, pensando no que outros podem achar de nossas palavras e de nossa reputação, a oração se transforma em um exercício de relações públicas, em um desfile de palavras e orgulho. Pior ainda, ela se torna uma oportunidade de vanglória em vez de um encontro com o Senhor. Uma oração orgulhosa pode até ser apreciada pelos homens, mas nunca alcança a Deus.

Refúgio. Daniel ora em um aposento que ele separou para esse momento espiritual específico. O quarto superior ficava no terraço, distante da agitação e do barulho das atividades cotidianas. Assim, a oração se associa a um lugar separado das preocupações comuns da vida, um espaço em que as ansiedades e as distrações da existência ficam do lado de fora. Tal lugar é um refúgio, onde a atenção não pode ser desviada, um lugar de quietude, distante do caos do mundo.

Regularidade. Daniel mantinha o hábito de orar três vezes ao dia, marcando assim o ritmo do dia: pela manhã, ao despertar e se preparar para o trabalho do dia; ao meio-dia, no meio de suas atividades; e ao fim da tarde, após concluir seu trabalho e antes de se preparar para dormir. Dessa forma, Daniel preservou sua vida de oração por meio de disciplina e hábito. Esse exemplo ensina o valor de integrar a oração ao próprio ritmo da vida. A oração não deve depender do estado de ânimo ou das emoções. Ela precisa fazer parte da rotina diária, como as refeições, o trabalho ou outros compromissos regulares.

Humildade. Embora a Bíblia registre várias posturas físicas de oração (em pé com as mãos estendidas, com a cabeça curvada, etc.), a mais comum e significativa é a de joelhos, postura que expressa humildade. Curvar-se diante do Senhor é reconhecer a própria finitude e indignidade, bem como declarar reverência e compromisso em servir a Deus.

Esperança. A rotina de oração de Daniel três vezes ao dia coincidia com o horário dos sacrifícios realizados no templo de Jerusalém (1Cr 23:30, 31). Na Babilônia, Daniel orava voltado para o oeste, isto é, na direção do templo de Jerusalém. Durante sua oração inaugural pelo templo, Salomão aludiu à necessidade crucial da oração no tempo do exílio, quando os israelitas não teriam acesso ao templo de Jerusalém (1Rs 8:47-49). Assim, a associação da oração no exílio com o templo de Jerusalém representou também um gesto de esperança, que expressou tanto o anseio do exilado em retornar à Jerusalém terrena quanto o desejo de habitar a Nova Jerusalém celestial.

APLICAÇÃO PARA A VIDA

Atividade 1: Uma oração singular. A oração habitual, como a de agradecimento nas refeições, corre o risco de se tornar mecânica – a ponto de, às vezes, esquecermos que oramos.

1. Desafie-se a fazer uma oração singular no momento da refeição, buscando a bênção de Deus.
2. Como alternativa, leia uma oração dos Salmos em lugar de sua oração costumeira antes da refeição.

Atividade 2: Ao agradecer a Deus, evite generalizações em sua oração. Refira-se especificamente ao motivo da sua gratidão.

Atividade 3: Reflita sobre a saudação dos primeiros cristãos: *Mara' na' tha*, “Ó Senhor, vem!” (1Co 16:22). Torne hábito pensar na segunda vinda de Jesus. Peça ao Senhor que venha.

Atividade 4: Designe um cômodo ou lugar especial em sua casa para a oração e organize esse espaço de modo a inspirar quietude e meditação.

Atividade 5: Torne hábito ajoelhar-se quando orar.

Estágio transformador

República Democrática do Congo | Julia

Era uma oferta que Julia não podia recusar. A aluna de jornalismo estava conversando com um amigo que mencionou que a Rádio Mundial Adventista estava procurando um estagiário.

"Se você estiver interessada, há uma vaga para estagiário", disse o amigo, que por acaso era o diretor do Hope Channel na República Democrática do Congo.

O Hope Channel e a Rádio Mundial Adventista dividiam um pequeno estúdio no país, na capital, Kinshasa.

Julia estava concluindo o último ano no programa de mestrado em jornalismo e aproveitou a oportunidade para obter experiência.

Ela foi para uma entrevista e recebeu um estágio de nove meses na equipe técnica. Ela deveria gravar programas e ajudar a administrar a estação de rádio.

O programa da estação de rádio surpreendeu Julia. Ela não era adventista do sétimo dia e sabia pouco sobre a Igreja Adventista.

A Rádio Mundial Adventista transmitia um programa regular de oração liderado por um líder da igreja, e Julia foi tocada com a forma como ele orava pelas pessoas. Ela ficou especialmente comovida quando ele orou por ela. As orações eram diferentes de tudo que ela já havia ouvido. Em sua igreja, as pessoas gritavam quando oravam. Mas o líder da igreja lhe disse: "Você não precisa gritar quando ora. Você pode conversar com Deus como com um amigo."

Julia também ficava impressionada com os sermões e as músicas da estação de rádio.

Então, ela foi convidada para coapresentar um programa matinal chamado "Mulher de Valor". Ela e uma líder do Ministério da Mulher entrevistavam outras mulheres sobre como ser fiel aos princípios bíblicos na moda, no casamento e em outros aspectos da vida.

Quando o estágio foi concluído, Julia foi batizada e se uniu à Igreja Adventista. Seu amigo, o diretor do Hope Channel que havia sugerido que ela se candidatasse ao estágio, ficou animado quando soube de sua decisão.

"Você era minha amiga e agora se tornou minha irmã", disse ele.

Julia estava muito feliz! A programação de rádio havia mudado sua vida, e ela percebeu que o rádio era uma ferramenta eficaz para espalhar o evangelho. Ela pensou: "Gostaria de ficar e ajudar a proclamar o evangelho".

Poucos meses depois, ela se formou com um mestrado em jornalismo e, para sua surpresa, recebeu a oferta do cargo de diretora da estação de rádio. Julia ficou emocionada e orou pedindo sabedoria divina. "Senhor", orou ela, "ajuda-me a usar os talentos que me deste para montar bons programas que levem as pessoas a Ti."

Além dos sermões e da música, hoje a estação transmite programas sobre educação, vida familiar e meio ambiente, que é uma questão particularmente desafiadora na República Democrática do Congo.

O coração de Julia se alegra quando os ouvintes dizem que foram abençoados.

"O feedback me lembra que entrei em um bom empreendimento", disse ela. "Isso me encoraja a continuar trabalhando."

A estação de rádio e a Hope Channel continuam compartilhando um pequeno estúdio em Kinshasa. Julia está ansiosa para se mudar para um estúdio maior com a ajuda anterior da Oferta do Décimo Terceiro Sábado,

também conhecida como Oferta Trimestral de Projetos Missionários. A oferta será usada para construir um centro de mídia que abrigará a Rádio Mundial Adventista, o Hope Channel, um centro evangelístico de mídia social e um centro de atendimento em francês em Kinshasa.

"Seremos capazes de alcançar muitas pessoas através do centro de mídia". disse Julia. "Chegará a todos os países de língua francês na África."

Obrigado por doar generosamente a este projeto importante.

Por Andrew McChesney

Dicas para a história

- Mostre o continente africano e o país da República Democrática do Congo no mapa. Em seguida, mostre a cidade de Kinshasa, a localização do futuro megacentro de mídia.
- Assista a um pequeno vídeo de Julia no YouTube em: bit.ly/Julia-ECD.
- Baixe as fotos para esta história no Facebook: bit.ly/fb-mq.