

COMO LIDAR COM O SOFRIMENTO

3º Encontro

Para começar

- Forme um trio ou quarteto
- Se vocês não se conhecem,
se apresentem

Chorar nossas perdas

- ❑ O cristão não está imune à tristeza e ao luto
- ❑ Precisamos processar nossa tristeza, chorar nossas perdas
- ❑ Esse é um processo que tem começo, meio e fim

Chorar nossas perdas

- Pessoas que estão sofrendo precisam chorar suas perdas e não “recuperar-se” imediatamente
- A história do homem que perdeu 3 filhos (ver próximo slide)

Um homem que perdeu 3 filhos (história real)

“Eu estava sentado, dominado pelo luto. Uma pessoa chegou e falou comigo sobre como Deus age, a razão para Deus permitir tal coisa, e falou-me da esperança da vida eterna. Essa pessoa falava sem parar, dizendo coisas que eu sabia ser verdade. Nada daquilo me tocou, eu só desejava que aquela pessoa fosse embora. Ela finalmente se foi”

Um homem que perdeu 3 filhos (história real)

“Uma outra pessoa veio e se sentou ao meu lado. Ela não me disse nada. Ela não me fez nenhuma pergunta. Apenas sentou-se ao meu lado por uma hora ou mais, me ouviu quando eu quis dizer alguma coisa, me respondeu brevemente, orou de forma simples e foi embora. Isso me tocou. Eu me senti confortado. Detestei quando essa pessoa foi embora”

Chorar nossas perdas

- A Bíblia está repleta de orações de lamento: muitos dos Salmos e dos profetas são lamentos; há um livro inteiro na Bíblia chamado “Lamentações”
- Por exemplo: Salmo 88
- A tristeza de Jesus: Mateus 26:38

Para compartilhar

- Você tem “lamentado” suas perdas pra Deus?
- Suas perdas têm aproximado você de Deus? De que maneira?

Confiar em Deus

- A história de José:
- José: um jovem orgulhoso (Gn 37:1-10)
- Vendido pelos irmãos (Gn 37)
- Injustiçado em uma situação em que ele era inocente (Gn 39)
- Foi esquecido na prisão por 2 anos, por um preso que foi ajudado por ele (Gn 40)

Confiar em Deus

- Deus não concedeu a José o que ele queria por um período de 20 anos
- Se Deus tivesse dado a José o que ele queria, José teria sido “um desastre”
- Deus ouviu e respondeu às orações de José pedindo libertação, *mas não da maneira como José havia planejado*

Confiar em Deus

- **O momento em que “caiu a ficha” de José: Gênesis 50:18-21**
- **Resultado: José começou como um jovem arrogante; Deus trabalhou em sua vida por 20 anos; José termina como um líder sábio**
- **Romanos 8:28**

Confiar em Deus



- ❑ **Do que trata o livro de Jó?**
- ❑ **Jó 1:8-12: existe alguém que ame a Deus de verdade?**
- ❑ **Nosso amor por Deus se limita aos nossos interesses?**

A Vitória de Jó

- A grande questão: é possível amar a Deus sem receber nada em troca?
- Jó venceu porque manteve sua fé mesmo no meio do seu “inferno” – Jó 13:15
- O discurso de Deus – Jó 38-41
- A resposta de Jó: 42:1 e 5
- Deus toma o partido de Jó - 42:7-8

Para compartilhar

- O que aprendemos com José e Jó sobre confiar em Deus em meio ao sofrimento?
- De tudo o que vimos, o que mais desafia você?

Como lidar com o sofrimento

- Chorar nossas perdas
- Confiar em Deus

Apegue-se à verdade de Deus

- **Apegue-se à verdade e não às emoções:**
emoções são como montanha russa; a verdade é como uma rocha
- **Sentimento:** Deus não me ama, Deus me abandonou
- **A verdade:** Deus me ama e é soberano, ainda que eu não entenda seus planos (Rm 8:28)
- **Filtre seus pensamentos** – Fp 4:8

Como crescer com o sofrimento

- Chorar nossas perdas
- Confiar em Deus
- Apegar-se à verdade

Faça a “lição de casa”

- Cultive sua comunhão com Deus
- Leia a Bíblia
- Ore
- Tenha comunhão com outros cristãos

Como crescer com o sofrimento

- Chorar nossas perdas
- Confiar em Deus
- Apegar-se à verdade
- Fazer a “lição de casa”

Cultive a Esperança

- Há coisas que só experimentaremos no por vir
- Ap 21:1-5
- “Nossos sofrimentos resultarão em bem; nossas alegrias não podem ser perdidas; e as melhores coisas ainda estão por vir” (Jonathan Edwards)

Conclusão

- Chorar nossas perdas
- Confiar em Deus
- Apegar-se à verdade
- Fazer a “lição de casa”
- Cultivar a Esperança