

ESTUDO DO SITE

MATERIALGOSPEL.COM



SALMOS 31 – UM ALÍVIO PARA DIAS DIFÍCEIS

Ao ler Salmos 31 percebemos como Davi estava angustiado. Esta palavra serve para enfrentarmos dias difíceis. Eu gostaria de dizer que com fé em Deus você nunca passaria dificuldades, mas isso não é verdade. Gosto sempre de dizer que a nossa fé não é um escudo para não passar as aflições, mas é uma forma de olhar os problemas de um ponto de vista diferente, para passarmos pelas provações sem reclamar do nosso Senhor. Em Salmos 31 lemos um bom trecho bíblico que nos ensina a enfrentar os dias difíceis com fé e esperança. Ainda que o choro seja inevitável e a solidão te alcance, você precisa confiar que Deus está contigo para te fortalecer e te guiar no caminho que você deve seguir.

Hoje em dia, muitos jovens não sabem lidar com suas decepções e suas emoções e quando enfrentam qualquer tipo de adversidade, agem de forma desproporcional. Tomam atitudes extremas, sem pensar em consequências e responsabilidades. Nesta reflexão sobre Salmos 31, vamos ver como podemos lidar com os sentimentos negativos, confiando no Senhor.

As emoções em Salmos 31

Você já se imaginou podendo comer o que quiser no café da manhã, almoço e janta? Hoje em dia, alguns hotéis e resorts oferecem o serviço chamado “All Inclusive”, no qual todas as refeições estão incluídas, além de outros serviços. Em minha lua de mel, fiquei hospedado em um hotel assim. Refeições no quarto, uma lanchonete aberta 24h, águas, sucos e outras bebidas incluídas, o quanto eu desejasse.

Agora vamos supor a situação inversa. Angústia no café da manhã, tristeza no almoço, lágrimas na janta e solidão antes de dormir. Acho que todos nós passamos por situações assim. Talvez, em um grupo de jovens, algumas pessoas ainda não tenham tido essa experiência, mas, infelizmente, posso afirmar que algum dia, todos nós passamos por dias assim. É isso que lemos em Salmos 31. Davi estava passando por um período de tristeza sem fim, como avaliaremos a seguir.

O choro

Quando falamos em lamentações e choro, normalmente, lembramos de Jeremias, no entanto, analisando os poemas de Davi, percebemos que boa parte de seus escritos são de choro, solidão, perseguição e outras situações semelhantes. Situações que nos levam a crer que estamos abandonados. Davi também chorou bastante. A solidão, rejeição e abandono nos levam à depressão, medo, falta de esperança. Como Davi, muitas vezes, nossa vida se encontra assim. Não temos quem nos socorra, quem nos ajude. Não podemos cometer o erro de achar que as pessoas não nos ajudam porque são cruéis, mas, em muitas situações, as pessoas não nos ajudam, simplesmente porque não podem mesmo.

O choro de Davi, que lemos em Salmos 31, traz essa solidão. Veja o que o rei escreve.

Misericórdia, Senhor! Estou em desespero! A tristeza me consome a vista, o vigor e o apetite. Minha vida é consumida pela angústia, e os meus anos pelo gemido; falta-me a força devido à minha aflição, e os meus ossos se enfraquecem. Salmos 31:9,10

O termo “a tristeza me consome a vista” é entendida como uma expressão de seu choro contínuo. Em seguida ele fala da falta de vigor e apetite. Quem nunca sentiu isso? Quando estamos preocupados ao extremo, não sentimos fome, não temos força para sair de casa ou praticar uma atividade física, por exemplo.

ESTUDO DO SITE

MATERIALGOSPEL.COM



SALMOS 31 – UM ALÍVIO PARA DIAS DIFÍCEIS

O choro é necessário. Não tenha medo de colocar para fora seus sentimentos, suas emoções. Chore aos pés de Jesus. Assim como lemos em Salmos 31, leve a Deus seus problemas, o que tira seu apetite, o que tira seu vigor. Muitas vezes, sufocamos a nossa tristeza, queremos seguir a vida normalmente, nossa rotina, achando que assim conseguimos sufocar nosso choro, mas isso só piora a situação. Em um determinado ponto, quando nos sentimos fracos, rejeitados e sem esperança, precisamos chorar, precisamos colocar para fora nossas emoções e sentimentos, até mesmo para nos conhecermos melhor e entender nossas emoções.

A decepção

Percebemos, ao ler Salmos 31, que existe uma certa sensação de decepção em Davi. Não há amigos, as pessoas até fogem dele. Ele se sente abalado. Sua confiança, esperança e fé não pareciam suficientes para livrá-lo dos dias maus. Davi está desapontado por não ter em quem buscar ajuda.

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. Sou esquecido por eles como se estivesse morto; tornei-me como um pote quebrado. Ouço muitos cochicharem a meu respeito; o pavor me domina, pois conspiram contra mim, tramando tirar-me a vida. Salmos 31:11-13

Muitas vezes nos decepcionam até com nossos filhos, ou cônjuge, quando eles abandonam a fé, ou não nos apoiam em situações de tristeza. Nos sentimos solitários quando não encontramos esse apoio nas pessoas. A tendência é nos isolarmos cada vez mais e até evitar tais pessoas. Davi enfrenta uma espécie de “bullying”, ou perseguição de “haters”, como diríamos hoje em dia.

Em alguns momentos da vida, nos sentimos assim, como lemos em Salmos 31, do versículo 8 ao 13. Ninguém nos ajuda, não nos passam uma palavra de conforto, não encontramos ninguém que nos ajude em nossa batalha. Lutamos sozinhos, sem força, sem esperança, sem fome, sem sono e sem consolo. Até a nossa fé parece se esfriar. Duidamos do auxílio de Deus, nos questionamos o que fizemos para merecer tal sofrimento.

Nestes momentos, precisamos encontrar forças em Cristo. Nossa consciência nos pede para desistir, para abandonar todos, para tomar decisões por nossa conta. Não podemos nos precipitar, em dias difíceis, não abra mão de seus princípios, de sua fé. Seja forte, tenha coragem para enfrentar as decepções sem sair dos passos de Jesus.

A resposta

Na continuação, de Salmos 31, lemos como Davi confia em Deus.

Mas eu confio em ti, Senhor, e digo: "Tu és o meu Deus". O meu futuro está nas tuas mãos; livra-me dos meus inimigos e daqueles que me perseguem. Salmos 31:14,15

Apesar da perseguição, Davi confiou em Deus. A vida de Davi não foi cheia de glamour, como poderíamos esperar de um rei. Ele teve problemas antes, com Saul, depois, teve problemas com seus filhos, cometeu adultério e ainda ordenou a morte de Urias. Seu reinado pode ter sido abençoado, mas seus problemas pessoais foram imensos. Ainda assim, ele confiou no Senhor.

ESTUDO DO SITE

MATERIALGOSPEL.COM



SALMOS 31 – UM ALÍVIO PARA DIAS DIFÍCEIS

Nossa vida pessoal pode ter problemas familiares, aflições, luta contra o pecado ou outros desafios diários, como em Salmos 31, mas não devemos abandonar nossa fé. Davi foi chamado um homem segundo o coração de Deus, não porque ele era perfeito, mas porque sabia em quem buscar refúgio nos momentos de dor e solidão. Não importava a situação, Davi sempre buscou agradar a Deus.

Devemos, também, buscar refúgio e forças em Deus. Ao terminar este texto, você pode ler Salmos 31 e perceber como Davi expressa sua confiança e gratidão a Deus, apesar de suas lutas.

Podemos resumir este estudo sobre o Salmo 31, lembrando que podemos chorar aos pés de Jesus, precisamos enfrentar as decepções e confiar na resposta de Deus.

Este estudo pode ser usado para um culto, ou célula de jovens, para falar sobre nossas emoções e decepções.

CONHEÇA NOSSOS PRODUTOS



MANUAL DO LÍDER DA EQUIPE DE CASAIS

[CLIQUE AQUI](#) para conhecer este livro, que é vendido na AMAZON

Único livro sobre liderança de casais que você vai encontrar. O livro tem dicas para você organizar suas reuniões, elaborar estudos, criar uma agenda de eventos, lidar com situações delicadas, estratégias de liderança de equipe, como técnica SMART e muito mais.



40 ESBOÇOS DE PREGAÇÕES PARA JOVENS

[CLIQUE AQUI](#) para conhecer melhor este livro, que é vendido na AMAZON

Vendido pelo preço simbólico de um dólar, você vai encontrar, neste e-book, esboços prontos de estudos direcionados para jovens e adolescentes.



APOSTILA **GRATUITA** PARA O MINISTÉRIO INFANTIL

Disponível no nosso site. [CLIQUE AQUI](#) para ir à página de download

Além das vinte aulas prontas, com resumo, texto base e sugestões de versículos, a apostila também traz 30 sugestões de aulas e 40 atividades para imprimir.

 Conheça o site [Material Gospel](https://MaterialGospel.com.br) - [CLIQUE AQUI](#)

 Participe do nosso grupo do Telegram - [CLIQUE AQUI](#)