



Salmos para o caminho – sete orações para a vida

A SÉRIE NUM RELANCE

- | | | |
|---|---------|-------------------------|
| 1 | Parte 1 | O Senhor é o meu pastor |
| 2 | Parte 2 | Que é o ser humano? |
| 3 | Parte 3 | Até quando? |
| 4 | Parte 4 | Um coração puro |
| 5 | Parte 5 | Tu conheces-me |
| 6 | Parte 6 | Deus é o nosso refúgio |
| 7 | Parte 7 | Tudo o que respira |

7 dias de 10-15 minutos

Aprender a orar com sinceridade com os salmos – na alegria, na queixa e na confiança

Preparação: 10 min

Como usar a série: uma reflexão por dia – ideal para uma semana de acampamento ou sete reuniões. No início, recorda brevemente o dia anterior.

1 Parte 1: O Senhor é o meu pastor

Texto bíblico: Salmo 23

David, que também foi pastor, ora: «O Senhor é o meu pastor; nada me faltará.» Conhece os pastos verdes e os vales escuros – e sabe que Deus caminha com ele em ambos. O Salmo 23 não promete que não haja vales escuros, mas que neles não estamos sozinhos.

Pergunta: Onde estás agora: no pasto verde ou no vale escuro?

Oração: Deus, tu és o meu pastor. Caminha comigo nos tempos claros e nos escuros. Ámen.



Salmos para o caminho – sete orações para a vida

2 Parte 2: Que é o ser humano?

Texto bíblico: Salmo 8,3-5

Debaixo do céu estrelado, David fica maravilhado: «Quando contemplo os teus céus, obra dos teus dedos... que é o ser humano para que te lembres dele?» Somos minúsculos no universo – e, mesmo assim, vistos e honrados por Deus. O espanto e a dignidade andam juntos.

 **Pergunta:** Quando foi a última vez que ficaste maravilhado com a criação de Deus?

 **Oração:** *Grande Deus, maravilha-me com o teu mundo e com o facto de te lembrares de mim. Ámen.*

3 Parte 3: Até quando?

Texto bíblico: Salmo 13

David queixa-se: «Até quando, Senhor, te esquecerás de mim?» A Bíblia permite a queixa. Podemos dizer a Deus que estamos desiludidos, zangados ou tristes. No fim do salmo, David volta a confiar – não porque tudo mudou, mas porque se lembra da fidelidade de Deus.

 **Pergunta:** De que gostarias de te queixar a Deus?

 **Oração:** *Deus, às vezes não te compreendo. Obrigado por poder dizer-to com sinceridade. Mesmo assim, confio na tua bondade. Ámen.*

4 Parte 4: Um coração puro

Texto bíblico: Salmo 51,10-12

Depois da sua grande culpa, David ora: «Cria em mim, ó Deus, um coração puro e renova em mim um espírito firme.» Já não esconde nada, mas leva tudo a Deus. O perdão começa com a sinceridade.

 **Pergunta:** O que gostarias de dizer hoje a Deus com sinceridade?

 **Oração:** *Deus, cria em mim um coração puro. Obrigado por perdoares e renovares. Ámen.*



Salmos para o caminho – sete orações para a vida

5 Parte 5: Tu conheces-me

Texto bíblico: Salmo 139,1-10

«Senhor, tu me sondas e me conheces; sabes quando me sento e quando me levanto.» Para alguns isto soa ameaçador; para David é consolador: não há nenhum lugar onde Deus não esteja – nem mesmo no extremo do mar.

 **Pergunta:** Para ti é mais consolador ou inquietante que Deus te conheça por completo – e porquê?

 **Oração:** *Deus, tu conheces-me por completo. Obrigado por me amares mesmo assim e estares comigo em todo o lado. Ámen.*

6 Parte 6: Deus é o nosso refúgio

Texto bíblico: Salmo 46,1-3

«Deus é o nosso refúgio e fortaleza, socorro bem presente na angústia. Por isso não temeremos, ainda que a terra se abale.» Este salmo nasceu em tempos de crise. Não nega a angústia, mas põe Deus no centro.

 **Pergunta:** Que notícias ou preocupações te dão medo neste momento?

 **Oração:** *Deus, tu és o meu refúgio e a minha força. Quando tudo à minha volta abana, segura-me bem. Ámen.*

7 Parte 7: Tudo o que respira

Texto bíblico: Salmo 150

O último salmo é puro louvor: «Tudo quanto tem fôlego louve ao Senhor!» Com tambores, harpas, danças e címbalos. Depois da queixa, da culpa e do medo, o livro dos Salmos termina em louvor. No fim da semana podemos celebrar o que Deus nos deu.

 **Pergunta:** Pelo que queres louvar a Deus no fim desta semana?

 **Oração:** *Deus, louvo-te com tudo o que sou. Obrigado por esta semana e por caminhares connosco. Ámen.*

Para os dirigentes

- Deixa espaço para dúvidas e perguntas críticas – uma conversa honesta vale mais do que uma resposta rápida.
- Como dirigente, podes partilhar uma experiência pessoal.