

JANEIRO DE 2026

A SENTINELA

ANUNCIANDO O REINO DE JEOVÁ

EDIÇÃO DE LETRAS GRANDES



NOSSO TEXTO DO ANO PARA 2026:

“Felizes os que têm consciência de sua necessidade espiritual.” – MAT. 5:3.



ESTUDOS PARA AS SEMANAS DE:
2 DE MARÇO-5 DE ABRIL DE 2026

2-8 DE MARÇO DE 2026

Continue cuidando da sua “necessidade espiritual”

NOSSO TEXTO DO ANO PARA 2026:

“Felizes os que têm consciência de sua necessidade espiritual.”

— MAT. 5:3.

CÂNTICO 97

A Palavra de Deus nos ajuda a viver

OBJETIVO

Ver como podemos continuar nos beneficiando de tudo o que Jeová nos dá para ficarmos bem alimentados, vestidos e protegidos em sentido espiritual.

JEOVÁ criou os humanos com algumas necessidades básicas. Por exemplo, para continuarmos vivos, precisamos ter o que comer, o que vestir e também de um lugar onde ficamos protegidos. Se ficarmos sem alguma dessas coisas, mesmo que por pouco tempo, a vida se torna muito difícil. Além de ter nos criado com necessidades físicas, Jeová nos criou com uma necessidade espiritual. (**Leia Mateus 5:3.**) Para sermos felizes de verdade, precisamos ter consciência dessa necessidade e continuar cuidando dela.

² O que significa ‘ter consciência de nossa necessidade espiritual’? No idioma original, essa expressão passa a ideia de alguém saber que é pobre, ou mendigo, em sentido espiritual. Ela cria uma imagem muito forte na nossa mente. Podemos imaginar um mendigo vestindo trapos, sentado numa calçada. Ele está fraco porque não tem o que comer. As pessoas passam longe dele por causa da sua aparência. De dia, ele fica exposto ao calor intenso, e à noite ele quase morre de frio. Esse mendigo sabe muito bem que, para mudar de vida, ele precisa da ajuda de alguém. Da mesma forma, quem tem consciência da sua necessidade espiritual — um mendigo do espírito — precisa de ajuda para melhorar sua

-
1. Com que necessidades básicas Jeová nos criou? (**Mateus 5:3**)
 2. Que ilustração nos ajuda a entender o que significa ‘ter consciência de nossa necessidade espiritual’?

situação. Por isso, ele quer muito aproveitar tudo o que Jeová dá em sentido espiritual para aqueles que o amam.

³ Neste estudo, primeiro vamos ver o que podemos aprender com uma mulher da Fenícia que implorou pela ajuda de Jesus. Esse relato destaca três qualidades que aqueles que têm consciência de sua necessidade espiritual precisam desenvolver. Depois vamos considerar os exemplos de Pedro, Paulo e Davi, homens que cuidaram de sua necessidade espiritual.

UM EXEMPLO DE HUMILDADE, PERSISTÊNCIA E FÉ

⁴ Certa vez, uma mulher fenícia foi até Jesus. A filha dela estava ‘possuída por um demônio que a atormentava cruelmente’. (Mat. 15:21-28) A mulher se ajoelhou e implorou que Jesus a ajudasse. Vamos ver três qualidades que ela demonstrou e que nós podemos imitar.

⁵ A mulher fenícia mostrou verdadeira *humildade*. Por que podemos dizer isso? Porque ela não ficou ofendida pelo modo como Jesus falou. Jesus a comparou a um cachorrinho, que talvez fosse um animal de estima-

-
3. O que vamos ver neste estudo?
 4. Por que uma mulher fenícia foi até Jesus?
 5. Que qualidades a mulher fenícia demonstrou e qual foi a reação de Jesus? (Veja também a imagem.)



A mulher fenícia precisou de humildade,
persistência e fé para receber a ajuda que queria
(Veja o parágrafo 5.)

ção comum para os não judeus. Como você teria reagido se estivesse na situação dela? Teria ficado ofendido e desistido de pedir a ajuda de Jesus? Não foi isso que a mulher fenícia fez. Ela mostrou não apenas humildade, mas também *persistência*. Tanto é que ela continuou implorando que Jesus a ajudasse. Por quê? Por causa da sua *fé* em Jesus. E Jesus ficou tão impressionado com a fé dela que fez algo incrível. Ele tinha acabado de dizer: “Fui enviado apenas às ovelhas perdidas da casa de Israel.” Mesmo assim, ele decidiu fazer o que a mulher tinha pedido e expulsou o demônio que atormentava a filha dela.

⁶ Para cuidarmos de nossa necessidade espiritual,

6. O que aprendemos com o exemplo da mulher fenícia?

temos que desenvolver essas mesmas qualidades. Precisamos ser *humildes, persistentes* e ter uma forte fé. Apenas uma pessoa humilde persiste em implorar a ajuda de Deus. Precisamos também ter uma forte fé em Jesus Cristo e confiar naqueles que ele está usando para orientar os seus discípulos. (Mat. 24:45-47) Se demonstrarmos essas qualidades, Jeová e seu Filho vão ficar felizes de nos ajudar a cuidar de nossa necessidade espiritual. (Veja também Tiago 1:5-7.) Agora vamos ver o que Jeová nos dá para ficarmos bem alimentados, vestidos e protegidos em sentido espiritual. O exemplo dos apóstolos Pedro e Paulo, e também do rei Davi, vai nos ajudar a saber o que temos que fazer para cuidar dessa necessidade.

ASSIM COMO PEDRO, CONTINUE BEM ALIMENTADO ESPIRITUALMENTE

⁷ Veja o exemplo do apóstolo Pedro. Ele foi um dos primeiros judeus a reconhecer que Jesus era o Messias — aquele que Jeová estava usando para alimentar seu povo com “declarações de vida eterna”. (João 6:66-68) Antes de voltar para o céu, Jesus disse a Pedro: “Alimente as minhas ovelhinhas.” (João 21:17) Pedro cuidou dessa responsabilidade de modo fiel, e Jeová até o

7. Que responsabilidade Pedro recebeu, mas o que ele precisava fazer? (Hebreus 5:14-6:1)

usou para escrever duas cartas que mais tarde passaram a fazer parte da Bíblia. Mesmo assim, Pedro também precisava se alimentar espiritualmente. Por exemplo, ele estudava as cartas que o apóstolo Paulo tinha escrito. Pedro reconheceu que algumas das coisas que Paulo escreveu eram “difíceis de entender”. (2 Ped. 3:15, 16) Mas ele com certeza persistiu em estudar. Ele tinha fé de que Jeová o ajudaria a digerir, ou seja, a entender e aplicar, o “alimento sólido” que Paulo tinha sido inspirado a servir em suas cartas. — **Leia Hebreus 5:14–6:1.**

⁸ Pedro mostrou que tinha fé em Jeová por obedecer às orientações que recebia. Por exemplo, quando estava na cidade de Jope, ele teve uma visão. Nela, um anjo disse para Pedro matar e comer animais que eram impuros de acordo com a Lei mosaica. Para um judeu, essa orientação deve ter sido chocante. Tanto que, de início, Pedro respondeu: “De jeito nenhum, Senhor, porque nunca comi nada aviltado ou impuro.” Daí o anjo disse: “Pare de chamar de impuras as coisas que Deus purificou.” (Atos 10:9-15) Pedro entendeu a vontade de Jeová e ajustou seu modo de pensar. Como sabemos disso? Pouco depois de receber essa visão, três homens enviados por um não judeu chamado Cornélio chegaram e convidaram Pedro para ir até a casa do seu senhor. Os judeus consideravam os não judeus impur-

8. Como Pedro reagiu a uma nova orientação que recebeu de um anjo?

ros. Então, antes da visão, Pedro jamais teria aceitado entrar na casa daquele homem. (Atos 10:28, 29) Mas ele aceitou imediatamente a orientação que Jeová tinha acabado de dar. (Pro. 4:18) Pedro pregou a Cornélio e aos parentes e amigos que estavam na casa dele e teve a alegria de ver todos eles aceitar a verdade, receber es- pírito santo e ser batizados. — Atos 10:44-48.

9 Assim como Pedro, devemos nos alimentar regularmente das verdades básicas, ou do leite, da Palavra de Deus. Também devemos desenvolver o desejo por alimento espiritual sólido, ou seja, verdades que talvez sejam mais difíceis de entender. Precisamos reservar um tempo e nos esforçar para entender mais a fundo a Palavra de Deus. Mas esse esforço vale a pena! Por quê? Por pelo menos dois motivos. Primeiro, vamos aprender coisas sobre Jeová que aumentam nosso amor e respeito por ele. E segundo, vamos ficar mais motivados a falar com outros sobre o nosso maravilhoso Pai celestial. (Rom. 11:33; Apo. 4:11) O exemplo de Pedro nos ensina outra lição: Quando o nosso entendimento de uma verdade bíblica é ajustado, precisamos ser rápidos para adaptar nosso modo de pensar e de agir. Só assim vamos continuar bem alimentados espiritualmente e úteis para Jeová.

9. Que dois motivos temos para desenvolver um forte desejo por alimento espiritual sólido?

ASSIM COMO PAULO, CONTINUE BEM VESTIDO ESPIRITUALMENTE

10 Para agradar a Deus, devemos aproveitar outra coisa que Jeová nos dá: nossa vestimenta espiritual. Como assim? O apóstolo Paulo escreveu que devemos nos “despir da velha personalidade” e nos “revestir da nova personalidade”. (**Leia Colossenses 3:8-10.**) Fazer isso é um processo contínuo, que exige tempo e esforço. Veja o exemplo de Paulo. Quando era jovem, ele se esforçava para agradar a Deus. (Gál. 1:14; Fil. 3:4, 5) Mas ele não tinha conhecimento exato da vontade de Deus e, por isso, era pobre em sentido espiritual. Por não conhecer os ensinos de Jesus e ser orgulhoso, Paulo se tornou uma pessoa “insolente”, com várias características ruins de personalidade. (1 Tim. 1:13) Era como se ele estivesse mal vestido em sentido espiritual.

11 Antes de se tornar cristão, Paulo ficava irado com facilidade. Um relato em Atos mostra que ele tinha tanta raiva dos discípulos de Jesus que ‘respirava ameaça e morte’ contra eles. (**Atos 9:1**) Depois de se tornar cristão, Paulo com certeza se esforçou bastante para abandonar essa característica da sua velha personalidade. (**Efé. 4:22, 31**) Mesmo assim, certa vez ele e Barna-

10. De acordo com Colossenses 3:8-10, o que envolve estar bem vestido em sentido espiritual?

11. Contra que característica de personalidade Paulo lutava? Explique.

bé discutiram, e aquela discussão se tornou “um forte acesso de ira”. (Atos 15:37-39, nota) Isso foi um passo atrás no progresso de Paulo, mas ele não desistiu. Paulo continuou ‘surrando o seu corpo’, ou seja, lutando contra as suas imperfeições, para não perder a aprovação de Jeová. — 1 Cor. 9:27.

¹² Paulo conseguiu fazer mudanças na sua personalidade porque era humilde e não confiava em si mesmo. (Fil. 4:13) Assim como Pedro, Paulo confiava “na força que Deus fornece”. (1 Ped. 4:11) Mesmo assim, às vezes ele se sentia um fracasso. Mas quando ficava desanimado, Paulo pensava nas coisas boas que seu Pai celestial já tinha feito por ele. Isso o deixava mais determinado a persistir em fazer mudanças para agradar a Deus. — Rom. 7:21-25.

¹³ Nós podemos imitar Paulo por reconhecer que, não importa há quanto tempo servimos a Jeová, precisamos continuar usando a vestimenta espiritual que ele nos dá. E como vimos, isso envolve nos livrar da velha personalidade e nos revestir da nova. Se voltarmos a mostrar uma característica ruim de personalidade, como perder a cabeça ou falar de modo grosseiro com alguém, não precisamos achar que somos um fracasso.

12. O que ajudou Paulo a conseguir fazer mudanças na sua personalidade?

13. Como podemos imitar Paulo?

Em vez disso, devemos continuar tentando mudar nosso modo de pensar e agir. (Rom. 12:1, 2; Efé. 4:24) Mas precisamos nos lembrar de algo importante: É possível fazer ajustes em uma roupa literal para conseguirmos vesti-la. Mas a vestimenta espiritual que Jeová nos dá é diferente. Nós é que precisamos nos ajustar a ela. Mudar quem somos para nos ajustar aos padrões de Jeová é a coisa certa a fazer.

ASSIM COMO DAVI, CONTINUE BEM PROTEGIDO ESPIRITUALMENTE

¹⁴ Para sermos felizes de verdade, não basta termos alimento e vestimenta espiritual. Nós também precisamos de proteção espiritual. Mas de que forma Jeová nos protege? E como podemos permitir que ele faça isso?

¹⁵ O rei Davi falou sobre a proteção espiritual que Jeová dá ao seu povo. (**Leia Salmo 27:5.**) Jeová protege seus servos de qualquer coisa ou pessoa que possa destruir sua fé nele. Ele promete que nenhuma arma fabricada contra nós vai ser bem-sucedida. (Sal. 34:7; Isa. 54:17) Apesar de Satanás e seus apoiadores serem poderosos, eles jamais vão conseguir nos causar algum dano permanente. Mesmo que eles consigam tirar a

14-15. De que forma Jeová protege seus servos em sentido espiritual? (Salmo 27:5) (Veja também a imagem da capa.)



Devemos continuar cuidando de nossa necessidade de alimento, vestimenta e proteção em sentido espiritual
(Veja o parágrafo 18.)

nossa vida, Jeová é capaz de nos trazer de volta na resurreição. (1 Cor. 15:55-57; Apo. 21:3, 4) Jeová também nos protege por nos ajudar a lidar com as ansiedades que poderiam nos fazer parar de servir a ele. (Pro. 12:25; Mat. 6:27-29) E o nosso amoroso Pai nos dá irmãos e irmãs na fé para nos apoiar e anciãos para nos pastorear. (Isa. 32:1, 2) Quando assistimos às reuniões, aprendemos outras maneiras de permitir que Jeová nos ajude e nos proteja. — Heb. 10:24, 25.

16 Quando Davi seguia os padrões de Jeová, ele era protegido porque Jeová o ajudava a tomar decisões sábias, que traziam felicidade. (Veja também Provérbios

16. De que maneiras Jeová protegeu Davi?

5:1, 2.) Por outro lado, quando ignorava esses padrões, Davi não era protegido das consequências de suas ações. (2 Sam. 12:9, 10) Mas em algumas ocasiões, Davi sofreu por causa das ações de outras pessoas. Quando isso acontecia, ele contava para Jeová todas as suas ansiedades. E Jeová consolava e acalmava Davi, garantindo que o amava muito e que cuidaria bem dele.
— Sal. 23:1-6.

¹⁷ Podemos imitar o exemplo de Davi buscando as orientações de Jeová antes de tomar decisões. Também entendemos que às vezes sofremos, não porque Jeová deixou de nos proteger, mas porque nós tomamos decisões ruins. (Gál. 6:7, 8) E quando sofremos por causa das ações de outros, abrimos nosso coração para Jeová, confiando que ele vai proteger nossa mente e nosso coração. — Fil. 4:6, 7.

CONTINUE CUIDANDO DA SUA NECESSIDADE ESPIRITUAL

¹⁸ Nosso texto do ano para 2026 diz: “*Felizes os que têm consciência de sua necessidade espiritual.*” Hoje isso é mais verdade do que nunca. Em todo lugar, vemos pessoas infelizes. Por quê? Porque muitas negam que têm

17. Como podemos imitar Davi?

18. O que não devemos permitir, e como podemos continuar cuidando da nossa necessidade espiritual? (Veja também as imagens.)

uma necessidade espiritual. Outras até acreditam em Deus, mas o adoram do jeito errado. E ainda outras confiam nas orientações de simples humanos. Não devemos permitir que a atitude dessas pessoas nos influencie. Como podemos continuar cuidando da nossa necessidade espiritual? Por aproveitar o alimento espiritual que Jeová provê, nos revestir da nova personalidade e buscar a proteção que Jeová nos dá.

DESCRIÇÃO DAS IMAGENS **Capa:** Uma irmã permite que Jeová a proteja em sentido espiritual por assistir a uma reunião com seus irmãos e irmãs.

Página 12: A mesma irmã se alimenta em sentido espiritual por estudar *A Sentinel*, se reveste da nova personalidade sendo bondosa com outros e busca a orientação dos anciãos, que cuidam dela de modo amoroso.

O QUE PODEMOS FAZER PARA APROVEITAR BEM AS SEGUINTE COISAS QUE JEOVÁ NOS DÁ?

- Alimento espiritual

- Vestimenta espiritual

- Proteção espiritual

9-15 DE MARÇO DE 2026

Você é capaz de lutar contra sentimentos negativos!

“Homem miserável que eu sou!” – ROM. 7:24.

CÂNTICO 45

Os pensamentos do meu coração

OBJETIVO

Aprender a lidar com pensamentos e sentimentos negativos.

DO QUE você lembra quando pensa no apóstolo Paulo? Que ele era um missionário corajoso, um instrutor habilidoso ou alguém que escreveu vários livros da Bíblia? Tudo isso é verdade! Mas às vezes, como muitos de nós, ele tinha que lutar contra sentimentos negativos, como tristeza, desânimo e ansiedade.

² Leia Romanos 7:21-24. Em sua carta aos romanos, Paulo mostrou que tinha sentimentos que muitos de nós também temos. Mesmo sendo um cristão fiel, Paulo estava numa luta entre sua inclinação para fazer coisas erradas e seu desejo sincero de fazer a vontade de Deus. Às vezes, Paulo também tinha que lidar com sentimentos negativos relacionados a um problema persistente e a erros do passado.

³ Apesar de sua luta interna, Paulo não deixou que sentimentos negativos* o controlassem. Neste estudo, vamos considerar as seguintes perguntas: Por que às vezes Paulo se sentia “miserável”? Como ele lidava com sentimentos negativos? E como podemos ser

* **ENTENDA MELHOR:** Neste estudo, a expressão “sentimentos negativos” se refere à tristeza ou à ansiedade que todos nós podemos sentir de vez em quando. Ela não se refere à depressão crônica, que é um problema sério de saúde.

1-2. Como o apóstolo Paulo se sentia às vezes? E por que podemos nos identificar com ele? (Romanos 7:21-24)

3. O que vamos ver neste estudo? (Veja também “Entenda Melhor”.)

bem-sucedidos na luta contra nossos sentimentos negativos?

O QUE LEVOU PAULO A TER SENTIMENTOS NEGATIVOS?

4 Erros do passado. Antes de se tornar cristão, Paulo, que era conhecido como Saulo, fez muitas coisas ruins. Por exemplo, ele aprovou o assassinato de um homem fiel chamado Estêvão. (Atos 7:58; 8:1) Além disso, Saulo liderou uma perseguição cruel contra os cristãos. — Atos 8:3; 26:9-11.

5 Depois que se tornou cristão, o apóstolo Paulo às vezes se sentia culpado pelas coisas que tinha feito. Parece que, ao longo dos anos, os erros do passado o deixaram cada vez mais triste. Por exemplo, quando escreveu sua primeira carta aos coríntios, mais ou menos no ano 55, ele disse: “Não sou digno de ser chamado apóstolo, porque persegui a congregação de Deus.” (1 Cor. 15:9) Uns cinco anos mais tarde, na sua carta aos efésios, ele falou que era “menor que o menor de todos os santos”. (Efé. 3:8) Quando escreveu para Timóteo, Paulo também disse que costumava ser “blasfemador, perseguidor e insolente”. (1 Tim. 1:13) Ao visitar as congregações, deve ter sido muito difícil para Paulo encon-

-
4. Por que Paulo teve sentimentos negativos?
 5. Como Paulo se sentia por causa do que tinha feito?

trar os irmãos que ele tinha perseguido ou os parentes deles.

6 Um espinho na carne. Paulo falou de um problema que o deixava ansioso e era como “um espinho na carne”. (2 Cor. 12:7) Paulo não disse exatamente qual era o problema. Mas a expressão que ele usou indica que era algo que trazia muita dor para ele. Pode ter sido um problema físico, emocional ou alguma outra coisa.*

7 Suas imperfeições. Paulo às vezes se sentia desanimado por causa das suas imperfeições. (Leia Romanos 7:18, 19.) Ele queria fazer o que era certo, mas se sentia incapaz. Paulo reconheceu que estava sempre lutando para não seguir suas tendências erradas. Ele se esforçava muito para melhorar a sua personalidade. (1 Cor. 9:27) Mas de vez em quando, algumas características negativas da sua personalidade voltavam a aparecer. Quando isso acontecia, Paulo devia se sentir muito frustrado.

* As palavras de Paulo dão a entender que ele tinha problema de visão. Por isso, pode ter sido difícil para ele escrever suas cartas e realizar seu ministério. (Gál. 4:15; 6:11) Ou o espinho na carne talvez fosse a ansiedade que Paulo estava sentindo por causa de alguns falsos instrutores. (2 Cor. 10:10; 11:5, 13) Não sabemos com certeza qual era o problema de Paulo, mas sabemos que isso o incomodava muito.

-
6. Que outra coisa deixava Paulo ansioso? (Veja também a nota.)
 7. Como Paulo se sentia por causa das suas imperfeições? (Romanos 7:18, 19)



Meditar no resgate ajudou Paulo a lutar contra sentimentos negativos relacionados a erros que ele tinha cometido no passado

(Veja os parágrafos 9-10.)

COMO PAULO LIDOU COM SENTIMENTOS NEGATIVOS?

⁸ Em suas cartas, Paulo escreveu várias vezes sobre características e desejos errados que os cristãos tinham que combater. (Gál. 5:19-21, 26) Além disso, Paulo meditava em como ele e outros cristãos podiam lutar contra tendências erradas e melhorar sua personalidade com a ajuda do espírito santo. (Rom. 8:13; Gál. 5:16, 17) Isso mostra que, para lidar com suas imperfeições, Paulo pensava em quais eram seus pontos fracos, buscava a

8. O que Paulo fazia para lidar com suas imperfeições?

orientação das Escrituras e identificava os passos necessários para vencer essa luta. E já que ele aconselhava outros a fazer isso, podemos ter certeza que ele também colocava em prática esses conselhos.

⁹ Às vezes, Paulo se sentia desanimado, mas na maior parte do tempo ele tinha uma atitude positiva. Por exemplo, ele ficava feliz de ouvir boas notícias sobre congregações distantes. (2 Cor. 7:6, 7) A amizade que tinha com os irmãos também era uma fonte de alegria para ele. (2 Tim. 1:4) Além disso, Paulo ficava feliz porque tinha uma amizade forte com Jeová e o servia “com uma consciência limpa”. (2 Tim. 1:3) Até quando estava numa prisão em Roma, ele incentivou os irmãos a ‘se alegrar no Senhor’. (Fil. 4:4) As palavras de Paulo mostram que ele não ficava o tempo todo pensando em seus problemas e suas falhas. Quando pensamentos negativos vinham à sua mente, ele logo pensava em coisas que o ajudavam a ter novamente uma atitude feliz e positiva.

¹⁰ Outra coisa que ajudava Paulo a lutar contra sentimentos negativos era que ele via o resgate como um presente especial de Deus para ele. (Gál. 2:20; leia Efésios 1:7.) Paulo tinha certeza de que receberia o perdão de Jeová por meio do sacrifício de Jesus Cristo. (Rom. 7:24, 25) Assim, ele podia continuar ‘prestando serviço

9-10. O que ajudou Paulo a lutar contra sentimentos negativos? (Efésios 1:7) (Veja também a imagem.)

sagrado' a Deus com alegria, apesar de erros do passado e de suas imperfeições. — Heb. 9:12-14.

¹¹ Assim como Paulo, temos uma luta dentro de nós. É um desafio pensar, agir e falar de um modo que agrade a Jeová. Pode ser que às vezes até pensemos: ‘Que pessoa miserável eu sou!’ Uma irmã de 26 anos chamada Eliza* explica como ela se sente: “É animador pra mim pensar na situação difícil que Paulo enfrentou. Eu fico aliviada de saber que não sou a única a me sentir assim. O exemplo dele também me lembra que Jeová entende os desafios que seus servos enfrentam.” O que podemos fazer para, assim como Paulo, continuarmos felizes e com a consciência limpa, apesar de nossos sentimentos negativos?

COMO PODEMOS LUTAR CONTRA SENTIMENTOS NEGATIVOS?

¹² *Mantenha uma boa rotina espiritual.* Desenvolver uma boa rotina espiritual nos ajuda a focar em coisas positivas. Podemos comparar nossa rotina espiritual com hábitos saudáveis. Geralmente nos alimentar bem, fazer exercícios regularmente e dormir o suficiente

* Alguns nomes foram mudados.

11. Como o exemplo de Paulo faz você se sentir?

12. Como manter uma boa rotina espiritual nos ajuda?

contribui para o nosso bem-estar. Da mesma forma, todos nós já sentimos como é bom ler a Palavra de Deus regularmente, preparar, assistir e participar das reuniões e ir ao campo. Essas atividades nos animam e nos ajudam a lidar com pensamentos negativos. — Rom. 12:11, 12.

¹³ Veja o exemplo de John, que aos 39 anos descobriu que tinha um tipo raro de câncer. No começo, ele ficou ansioso e com muito medo. Ele pensava: ‘Não é justo! Eu sou muito jovem pra ficar doente.’ Nessa época, o filho dele tinha apenas 3 anos. O que ajudou John a lidar com esses sentimentos negativos? Ele conta: “Apesar de me sentir muito cansado, eu fiz questão que nossa família continuasse tendo uma rotina espiritual. A gente assistia a todas as reuniões, ia no campo toda semana e fazia adoração em família regularmente, mesmo tendo muitos compromissos.” Olhando para trás, ele conclui: “Depois que passou o choque inicial, o amor e o poder de Jeová me ajudaram a superar os pensamentos negativos. Jeová me deu forças, e ele pode fazer o mesmo por você.”

¹⁴ Eliza, citada antes, diz: “Toda vez que vou às reuniões e faço o meu estudo pessoal, eu tenho mais certeza de que Jeová me escuta e me ama. Isso me deixa fe-

13-14. Dê exemplos que mostram como faz bem ter uma boa rotina espiritual.

liz.” Nolan, um superintendente de circuito na África, conta como ele e sua esposa, Diane, se sentem: “Fazemos questão de manter nossa rotina espiritual mesmo quando estamos desanimados. Jeová sempre mostra de alguma forma que está do nosso lado nos ajudando a ter a atitude certa. Procuramos nos lembrar que Jeová vai nos ajudar e abençoar. Podemos até não saber como, mas temos certeza de que ele vai!”

¹⁵ Nós também podemos fazer outras coisas para superar pensamentos negativos. Por exemplo, imagine que você esteja com dor nas costas. Para melhorar, só fazer uma massagem talvez não seja suficiente. Pode ser preciso pesquisar mais sobre o assunto e até mesmo falar com um médico. Assim você vai conseguir identificar a causa da dor. Para lidar com sentimentos negativos, podemos fazer algo parecido. Talvez precisemos fazer pesquisas usando a Bíblia e nossas publicações e até conversar com um irmão maduro. Vamos ver outras sugestões que podem nos ajudar.

¹⁶ *Ore para entender melhor a sua situação.* O rei Davi sabia que Jeová o conhecia muito bem. Por isso, ele pe-

15. O que mais podemos fazer para superar pensamentos negativos? Ilustre.

16. O que pode ajudar você a identificar a causa dos seus sentimentos negativos? (Salmo 139:1-4, 23, 24)

Faça uma lista de assuntos para estudo pessoal que o ajudem a lutar contra pensamentos negativos
(Veja o parágrafo 17.)



diu que Jeová o ajudasse a identificar a causa das ‘suas ansiedades’. (**Leia Salmo 139:1-4, 23, 24.**) Você também pode pedir que Jeová o ajude a identificar o que te faz ter pensamentos negativos e como lidar com eles. Você pode se perguntar: ‘O que talvez esteja me deixando ansioso? Existe algum gatilho que me leva a ter pensamentos negativos? Tenho a tendência de alimentar um pensamento negativo em vez de rejeitá-lo?’

17 *Adapte seu estudo pessoal à sua situação.* De vez em quando, pode ser de ajuda estudar algumas características da personalidade de Jeová. Por exemplo, refletir sobre o perdão de Jeová e o resgate foi muito bom para o apóstolo Paulo. Então, imite o exemplo dele. Use o *Guia de Pesquisa para Testemunhas de Jeová*, o *Índice das Publicações da Torre de Vigia* ou outras ferramentas de estudo disponíveis em seu idioma para aprender mais sobre as-

17. Que assuntos você pode incluir em seu estudo pessoal para ter pensamentos mais positivos? (Veja também a imagem.)

suntos como a misericórdia, o perdão e o amor leal de Deus. Quando encontrar artigos que podem ser de ajuda para você, crie uma lista com eles e deixe essa lista num lugar visível. Daí quando começar a se sentir pra baixo, estude esses artigos e pense em como eles podem ajudar você em sua situação. — Fil. 4:8.

¹⁸ Eliza, citada antes, fez um projeto de estudo sobre Jó. Ela conta: “Eu me identifico muito com Jó. Ele enfrentou um problema atrás do outro, sem nem saber por que aquilo estava acontecendo. Mesmo assim, em seu pior momento, Jó continuou confiando na ajuda de Jeová.” (Jó 42:1-6) Diane, já mencionada, diz: “Eu e meu marido estamos fazendo um projeto de estudo usando o livro *Achegue-se a Jeová*. Agradecemos a Jeová por nos moldar, assim como um oleiro faz com o barro. Em vez de focarmos em nossos erros, tentamos imaginar Jeová nos moldando e nos ajudando a ser pessoas melhores. Isso nos chega ainda mais a ele.” — Isa. 64:8.

OLHE PARA O FUTURO COM CONFIANÇA

¹⁹ Uma boa rotina espiritual e um programa de estudo adaptado às nossas necessidades não vão fazer os sentimentos e pensamentos negativos desaparecerem por

18. Que projetos de estudo têm ajudado alguns irmãos?

19. O que vai acontecer de vez em quando, mas que certeza podemos ter?

completo. De vez em quando, ainda vamos ficar desanimados. Mas com a ajuda de Jeová, podemos parar de alimentar pensamentos negativos e nos acalmar. Podemos ter certeza de que, na maior parte do tempo, a nossa vida vai ser feliz porque temos uma consciência limpa e somos amigos de Jeová.

20 Queremos fazer o máximo para não ser controlados por sentimentos negativos relacionados ao nosso passado, aos nossos problemas ou às nossas imperfeições. Com a ajuda de Jeová, podemos ser bem-sucedidos na luta contra os pensamentos e sentimentos negativos! (Sal. 143:10) Não vemos a hora de o novo mundo chegar. Lá, não vamos precisar lutar para conseguir pensar em coisas positivas. Pelo contrário, vamos acordar todo dia sem nenhuma ansiedade e felizes por servirmos nosso amoroso Deus, Jeová!

20. O que queremos fazer?

COMO RESPONDERIA?

- Por que às vezes o apóstolo Paulo tinha sentimentos negativos?
- O que ajudou Paulo a manter uma atitude positiva, apesar de às vezes ficar desanimado?
- Como podemos lutar contra sentimentos negativos?

16-22 DE MARÇO DE 2026

Por que precisamos do resgate?

“Quem me livrará do corpo que é submetido a essa morte?”

— ROM. 7:24.

CÂNTICO 20

Jeová nos deu o seu melhor

OBJETIVO

Ver como o resgate traz perdão, cura e reconciliação.

IMAGINE a seguinte cena: um prédio desaba, e um homem acaba ficando preso nos escombros. Ele está vivo, mas não consegue sair dessa situação sozinho. Tudo que ele pode fazer é gritar por ajuda e esperar ser resgatado por alguém.

2 Cada um de nós está numa situação parecida. Como assim? Por Adão ter desobedecido seu Criador, ele se tornou pecador. Como somos descendentes de Adão, nós também somos pecadores. Por causa disso, todos os humanos ficaram, por assim dizer, presos debaixo dos escombros do pecado. E não podemos nos livrar das consequências disso sozinhos. Em sua carta aos romanos, o apóstolo Paulo disse que todos somos ‘cativos’, ou seja, estamos presos, ao pecado. (**Leia Romanos 7:22-24.**) Ele implorou para ser salvo “do corpo que é submetido a essa morte”. Paulo estava preso ao pecado herdado, que, por fim, levaria a sua morte. (**Rom. 6:23**) O mesmo acontece com a gente. Estamos em perigo e precisamos ser resgatados!

1-2. Por que precisamos que alguém nos resgate? (**Romanos 7:22-24**)
(Veja também a imagem.)

Assim como um homem que está preso debaixo de um prédio que desabou, nós estamos presos debaixo dos escombros do pecado e precisamos ser resgatados
(Veja os parágrafos 1-2.)



³ Felizmente, depois de falar da situação difícil em que estava, Paulo nos deu esperança. Depois de perguntar: “Quem me livrará do corpo que é submetido a essa morte?”, ele respondeu com bastante confiança: “Dou graças a Deus, por meio de Jesus Cristo, nosso Senhor!” (Rom. 7:25) Paulo estava se referindo ao sacrifício de resgate de Jesus.* O resgate nos salva porque nos dá (1) o perdão dos nossos pecados, (2) a cura da nossa condição pecaminosa e (3) a reconciliação com nosso Criador. Ao estudar esses pontos, vamos aumentar nosso amor por Jeová, “o Deus que dá esperança”. (Rom. 15:13) Também vamos ser mais gratos a Jesus, “por meio de quem temos o nosso livreamento por resgate”. — Col. 1:14.

O RESGATE NOS DÁ PERDÃO

⁴ Nós precisamos do resgate para sermos perdoados pelos nossos pecados. Todo humano imperfeito comete pecados, seja em palavras ou em ações. (Leia Eclesiastes 7:20.) Alguns pecados são bem graves. Por exemplo, de acordo com a Lei mosaica, o adultério e o assassinato eram crimes que deveriam ser punidos com a morte da pessoa. (Lev.

* **ENTENDA MELHOR:** Um **resgate** é o preço pago para salvar uma pessoa, como, por exemplo, para libertar alguém preso num cativeiro. A morte sacrificial de Jesus é um resgate porque liberta humanos obedientes que estão cativos, ou presos, ao pecado e à morte.

3. De que formas o resgate nos salva?

4-5. Por que todos nós precisamos do resgate? (Eclesiastes 7:20)

20:10; Núm. 35:30, 31) É claro que muitos pecados não são tão graves como esses. Mas ainda assim, são pecados. Por exemplo, Davi disse: “Vou vigiar o meu caminho para não pecar com a minha língua.” (Sal. 39:1) Isso mostra que até algo que falamos pode ser um pecado. — Tia. 3:2.

5 Pare e pense nas coisas que você já disse ou fez. Alguma vez você disse algo que preferia não ter dito? Você já fez alguma coisa e depois se arrependeu? Com certeza você respondeu que sim a essas duas perguntas. A Bíblia diz: “Se fazemos a declaração: ‘Não temos pecado’, estamos enganando a nós mesmos e a verdade não está em nós.”

— 1 João 1:8.

6 O resgate é o que torna possível que Jeová perdoe os nossos pecados. (Efé. 1:7) Mas é claro que isso não signi-

6-7. O que torna possível que Jeová perdoe nossos pecados? (Veja também a imagem.)

Os sacrifícios de animais oferecidos para fazer expiação pelos pecados apontavam para o sacrifício de resgate de Jesus e para as bênçãos que teríamos por causa disso

(Veja os parágrafos 6-7.)



fica que Jeová fecha os olhos para os nossos pecados e não se importa com eles. Na verdade, esse é um assunto muito sério para Jeová. (Isa. 59:2) Por causa de sua justiça perfeita, é preciso existir uma base sólida para ele perdoar nossos pecados.

⁷ A Lei mosaica exigia que os israelitas oferecessem sacrifícios de animais para fazer expiação pelos seus pecados. (Lev. 4:27-31; 17:11) Esses sacrifícios mostravam que os humanos precisavam de um sacrifício muito maior. Foi o sacrifício de Jesus que trouxe muitas bênçãos e que deu a base para Jeová perdoar nossos pecados. As palavras de Paulo aos cristãos em Corinto mostram que ele entendeu o grande valor da morte sacrificial de Jesus. Depois de falar sobre as coisas erradas que eles tinham feito no passado, Paulo disse: “Vocês foram *lavados*; vocês foram *santificados*; vocês foram *declarados justos* no nome do Senhor Jesus Cristo e com o espírito do nosso Deus.” — 1 Cor. 6:9-11.

⁸ Enquanto você se prepara para a Celebração deste ano, tire tempo para pensar no que o perdão de Jeová significa para você. Por exemplo, graças ao resgate, você não precisa ficar carregando o peso da culpa por pecados que cometeu no passado e já se arrependeu. Mas e se você acha difícil aceitar isso? Talvez você pense: ‘Eu sei que Jeová pode me perdoar, mas eu não consigo perdoar a mim mes-

8. No que você pode pensar enquanto se prepara para a Celebração deste ano?

mo.’ Se você se sente assim, lembre do seguinte: é Jeová quem perdoa, e ele deu ao seu Filho, Jesus, autoridade para nos julgar. Jeová não deu a você, nem a qualquer outro humano, a tarefa de decidir quem ele vai perdoar ou não. A Bíblia diz: “Se estamos andando na luz assim como [Jeová] está na luz, . . . o sangue de Jesus, seu Filho, nos purifica de todo o pecado.” (1 João 1:6, 7) Podemos confiar totalmente nisso, assim como confiamos em qualquer outro ensino da Bíblia. O resgate deu a Jeová a base legal para mostrar misericórdia a nós, e sua Palavra diz que ele está “sempre pronto a perdoar”. — Sal. 86:5.

O RESGATE NOS DÁ CURA

9 Na Bíblia, a palavra “pecado” se refere não só a uma *ação errada*, mas também a uma *condição*, que nós herdamos desde o momento em que fomos concebidos. (**Leia Salmo 51:5 e a nota.**) Por causa dessa condição, além de termos a tendência de fazer coisas erradas, nosso corpo não funciona da maneira como Jeová tinha projetado, e ficamos doentes, envelhecemos e morremos. É por isso que até bebês recém-nascidos, que ainda não fizeram nada de errado, podem ficar doentes e morrer. Também é por isso que tanto as pessoas boas como as ruins sofrem e morrem. Todos nós, descendentes de Adão, estamos nessa situação difícil.

9. Além de ações erradas, o que o pecado envolve? (Salmo 51:5 e a nota)

¹⁰ Como essa condição pecaminosa afetou o primeiro casal humano? O pecado produziu uma mudança drástica dentro deles. Depois que se rebelaram, Adão e Eva começaram a sentir imediatamente as consequências de desobedecer a lei de Deus, uma lei que estava “escrita no coração” deles. (Rom. 2:15) Eles perceberam que algo no seu íntimo tinha mudado, e não foi para melhor. Eles sentiram a necessidade de cobrir partes do seu corpo e de se esconder do seu Criador, como se fossem criminosos. (Gên. 3:7, 8) Pela primeira vez, Adão e Eva tiveram sentimentos de culpa, ansiedade, insegurança, dor e vergonha. E a partir daquele dia, eles teriam que lidar com esses sentimentos até a sua morte. — Gên. 3:16-19.

¹¹ Assim como aconteceu com o primeiro casal humano, nossa condição pecaminosa nos faz sentir culpa, vergonha e ansiedade. É por causa da imperfeição que sofremos em sentido físico e emocional. Não importa o quanto tentemos melhorar nossa situação, não conseguimos ter uma vida livre de problemas e dificuldades. Por quê? Porque, como a Bíblia diz, nós fomos ‘sujeitos à futilidade’. (Rom. 8:20) Isso se aplica não só a nós individualmente, mas à humanidade em geral. Por exemplo, pense em todos os esforços feitos para cuidar do meio ambiente, para controlar a violência, para eliminar a pobreza e para alcançar a paz entre as nações. Mesmo com certo progresso, esses esforços

10. Como a condição pecaminosa de Adão e Eva os afetou?

11. Que efeito nossa condição pecaminosa tem em nós?

têm sido fúteis, ou em vão, porque não acabaram com problemas assim. Mas como o resgate pode nos livrar da nossa condição pecaminosa?

¹² O resgate nos dá a esperança de que “a própria criação . . . será libertada da escravidão à decadência”. (Rom. 8:21) Isso significa que no novo mundo de Deus, quando nos tornarmos perfeitos, não vamos mais ser atormentados por doenças físicas, mentais e emocionais. Nem teremos mais sentimentos que podem nos deixar paralisados, como, por exemplo, culpa, ansiedade, insegurança, dor ou vergonha. Além disso, nossos esforços para cuidar do meio ambiente e para viver em paz uns com os outros não serão mais fúteis. Em vez disso, eles darão bons resultados porque viveremos debaixo do governo daquele que nos resgatou, o “Príncipe da Paz”, Jesus Cristo. — Isa. 9:6, 7.

¹³ Pense um pouco em como será a sua vida quando você não for mais imperfeito. Imagine acordar todo dia se sentindo bem, e nunca mais se preocupar se você e as pessoas que você ama vão passar fome, ficar doentes ou morrer. Até mesmo agora você pode encontrar certa paz por se “apegar firmemente à esperança . . . como âncora para a alma, tanto segura como firme”. (Heb. 6:18, 19) Assim como uma âncora pode dar estabilidade a um barco, sua esperança pode dar estabilidade para a sua fé e ajudar você

12. Que esperança o resgate nos dá?

13. Em que você pode pensar enquanto se prepara para a Celebração deste ano?

a enfrentar qualquer provação. Você pode ter certeza absoluta de que Jeová será “o recompensador dos que o buscam seriamente”. (Heb. 11:6) Sua esperança para o futuro e o consolo que você sente desde agora só são possíveis graças ao resgate.

O RESGATE NOS DÁ RECONCILIAÇÃO

¹⁴ Desde que Adão e Eva pecaram, os humanos ficaram separados de seu Criador. A Bíblia até mesmo diz que há inimizade entre a humanidade como um todo e Deus. (Rom. 8:7, 8; Col. 1:21) Mas por quê? Os padrões de Jeová são perfeitos, por isso é impossível que ele simplesmente ignore o pecado. A Bíblia fala sobre Jeová: “Teus olhos são puros demais para ver o que é mau; não podes tolerar a maldade.” (Hab. 1:13) Ou seja, o pecado criou um abismo entre Deus e o homem. Nenhum de nós pode ter uma amizade com Jeová a não ser que exista uma ponte nos reconciliando com ele. O resgate é essa ponte que possibilita nossa reconciliação com Deus.

¹⁵ A Bíblia diz que Jesus é “um sacrifício propiciatório pelos nossos pecados”. (1 João 2:2) A palavra grega traduzida como “sacrifício propiciatório” pode se referir a um “meio de pacificação”. Pacificar pode envolver a ideia de

14. De que forma o pecado afeta nossa amizade com o Criador, e por quê?

15. De que forma a morte de Jesus permitiu que Jeová recuperasse a amizade com os humanos?

Apenas a morte de Jesus tornou possível que Jeová e os humanos recuperassem a amizade entre eles (Veja o parágrafo 16.)



satisfazer as exigências de alguém para restabelecer a paz. Em que sentido o resgate satisfez Jeová? É claro que a morte de seu Filho não satisfez Jeová no sentido de que ele ficou feliz com isso. Na verdade, o resgate satisfez o padrão de justiça de Jeová. Agora ele tinha uma base para restabelecer a amizade entre ele e a humanidade. (Rom. 3:23-26) Jeová podia até mesmo ‘creditar’ justiça àqueles que o adoraram fielmente antes da morte de Cristo. (Gên. 15:1, 6) Como? Com base no resgate que ainda viria. Jeová tinha absoluta certeza de que seu Filho, Jesus, pagaria o resgate. (Isa. 46:10) Assim, o resgate abriu o caminho para as pessoas se reconciliarem com Deus.

16 Pense no que a reconciliação com Deus significa para você. Por exemplo, talvez você se refira a Jeová como seu “Pai”, assim como Jesus nos ensinou. (Mat. 6:9) E pode ser que, às vezes, você se refira a Jeová como seu “Amigo”. Ao

16. Em que outras coisas você pode meditar enquanto se prepara para a Celebração deste ano? (Veja também a imagem.)

usar palavras como “Pai” ou “Amigo”, devemos fazer isso com reverência e humildade. Por quê? Porque somos imperfeitos. Então, mesmo que nos sintamos muito próximos de Jeová, nós não merecemos isso. É apenas por causa do resgate que podemos pensar na ideia de ter uma amizade com Jeová. Por meio de Jesus, Jeová tornou possível “reconciliar todas as outras coisas consigo mesmo, . . . estabelecendo a paz por meio do sangue que [Jesus] derramou na estaca”. (Col. 1:19, 20) É por essa razão que nós podemos ter a alegria de ter uma amizade com Jeová — mesmo agora em nossa condição imperfeita.

O RESGATE PROVA QUE JEOVÁ É MISERICORDIOSO

¹⁷ O resgate deixa claro que Jeová é “rico em misericórdia”. Ele “nos deu vida . . . quando estávamos mortos por causa das nossas falhas”. (**Leia Efésios 2:4, 5.**) Assim como uma pessoa presa debaixo dos escombros de um prédio, os que têm “a disposição correta para com a vida eterna” sabem que estão presos debaixo dos escombros do pecado e que precisam ser libertados. Por isso, eles gritam por ajuda. (**Atos 13:48**) Por meio da mensagem do Reino, Jeová responde aos seus pedidos de ajuda para que eles possam conhecer a ele e a seu Filho, Jesus. (**João 17:3**) Se Satanás achava que o desastre que aconteceu com Adão e Eva iria

17. Como o resgate prova que Jeová é muito misericordioso? (Efésios 2:4, 5)

impedir Jeová de cumprir seu propósito, ele estava completamente enganado.

18 Ao meditar nos benefícios que o resgate nos oferece, precisamos ter em mente que uma questão maior está envolvida. Em vez de ver o resgate como algo apenas para o nosso benefício, devemos lembrar que é por meio do resgate que Jeová está respondendo ao desafio que Satanás lançou no jardim do Éden. (Gên. 3:1-5, 15) Jeová também usa o resgate para santificar seu nome e limpá-lo de todas as mentiras que Satanás conta. Além disso, como o resgate nos livra do pecado e da morte, essa é uma maneira de Jeová mostrar que é um Deus de amor. E na sua bondade, Jeová nos permite ajudá-lo a provar que Satanás é um mentiroso, mesmo sem merecermos isso já que somos imperfeitos. (Pro. 27:11) Então, como você pode mostrar sua gratidão pelo resgate? Vamos responder a essa pergunta no próximo estudo.

18. Ao meditar no resgate, do que precisamos nos lembrar?

COMO O RESGATE NOS DÁ . . .

- perdão?
- cura?
- reconciliação?

23-29 DE MARÇO DE 2026

Como você vai mostrar sua gratidão pelo resgate?

“O amor do Cristo nos impele.” – 2 COR. 5:14.

CÂNTICO 18

Obrigado pelo resgate!

OBJETIVO

Ver como todos nós podemos mostrar que somos gratos pelo resgate.

SE VOCÊ tivesse sido resgatado dos escombros de um prédio que desabou, você se sentiria em dívida com a pessoa que salvou a sua vida, não é verdade? Mesmo que outros também tivessem sido salvos, com certeza você iria querer mostrar que é muito grato e que nunca vai esquecer do que a pessoa fez *por você*.

² Como vimos no estudo anterior, não podemos nos livrar sozinhos dos efeitos do pecado herdado. Mas o sacrifício de Jesus pode nos resgatar porque ele nos dá (1) o perdão dos pecados que cometemos, (2) a esperança de sermos totalmente curados da nossa condição pecaminosa e (3) a reconciliação com Deus. O resultado é que poderemos viver para sempre no novo mundo de Jeová. O resgate é mesmo uma prova do amor de Jesus pelas pessoas — um amor que ele já sentia muito tempo antes de vir à Terra. (Pro. 8:30, 31) O apóstolo Paulo escreveu que “o amor do Cristo nos *impele*”. (Leia 2 Coríntios 5:14, 15.) Isso quer dizer que o amor de Jesus por nós deve nos motivar a agir, a fazer algo para mostrar que somos muito gratos e que nunca vamos esquecer do sacrifício que ele fez por nós.

³ O que você pode fazer para mostrar sua gratidão

1-2. O que o resgate de Jesus nos impele a fazer, e por quê? (2 Coríntios 5:14, 15) (Veja também a imagem.)

3. Por que cada pessoa talvez tenha uma maneira diferente de mostrar gratidão pelo resgate?



Você com certeza agradeceria alguém que salvou sua vida. Quanto mais queremos agradecer a Jeová e a Jesus, que nos salvaram do pecado e da morte!

(Veja os parágrafos 1-2.)

pelo presente amoroso do resgate? Sua resposta pode ser diferente da resposta de outras pessoas. Para ilustrar: imagine que três pessoas estão viajando para o mesmo lugar, mas cada uma vai sair de uma cidade diferente. Os caminhos que elas vão percorrer vão ser diferentes. Da mesma forma, o “caminho” que você vai percorrer até o seu destino, ou seja, de mostrar gratidão pelo resgate de Jesus, depende de onde você está agora no que diz respeito à sua amizade com Jeová. Pensando nisso, este estudo vai falar sobre três grupos de pessoas: (1) os estudantes da Bíblia, (2) os cristãos batizados e (3) as ovelhas que se afastaram do rebanho.

ESTUDANTES DA BÍBLIA

⁴ Se você é um estudante da Bíblia, pense no seguinte: o fato de você querer aprender sobre Jeová e a Bíblia indica que Jeová está atraindo você a ele. (João 6:44; Atos 13:48) “É Jeová quem examina os corações.” Isso

4. No que Jeová presta atenção ao ver os estudantes da Bíblia?

Jeová nunca pede algo que seja impossível. Então ele vai nos ajudar a viver de uma maneira que agrade a ele.
(Veja o parágrafo 6.)



quer dizer que ele presta atenção em você. Ele vê seus esforços de aprender sobre ele e fica muito feliz com seu progresso e as mudanças que você faz para ser amigo dele. (Pro. 17:3; 27:11) E essa amizade só é possível graças ao resgate. (Rom. 5:10, 11) Nunca se esqueça disso.

5 Como você, estudante da Bíblia, pode mostrar que é grato pelo resgate? Uma maneira é por seguir o conselho do apóstolo Paulo aos filipenses: “Seja qual for o progresso que já fizemos, prossigamos andando nesse mesmo rumo.” (Fil. 3:16) Outra versão da Bíblia traduz esse versículo da seguinte forma: “Vamos em frente, na mesma direção que temos seguido até agora.” Então, aplique esse conselho e não deixe que nada nem ninguém atrapalhe você de andar na estrada da vida. — Mat. 7:14; Luc. 9:62.

5. Como os estudantes da Bíblia podem seguir o conselho de Filipenses 3:16?

6 E se você achar difícil aceitar um ensino da Bíblia que acabou de aprender? Faça pesquisas e ore a Jeová para que ele ajude você a entender melhor o assunto. (Sal. 86:11) Se ainda assim achar difícil entender, não desista. Continue estudando a Bíblia e, com o tempo, você provavelmente vai conseguir entender melhor o assunto. Mas e se a sua dificuldade for abandonar um hábito que a Bíblia condena? Lembre que Jeová nunca pede de nós algo que seja “difícil demais”. Ou seja, você *consegue sim* viver de uma maneira que agrade a ele. (**Leia Deuteronômio 30:11-14.**) Jeová promete que vai te ajudar. (Isa. 41:10, 13; 1 Cor. 10:13) Então continue se esforçando para obedecer a Jeová. Em vez de se preocupar demais com o desafio que você está enfrentando, se concentre no quanto você é grato por tudo o que Jeová tem feito por você, incluindo dar seu Filho como resgate. Quanto mais seu amor por Jeová crescer, mais você vai perceber que “os seus mandamentos não são pesados”. —1 João 5:3.*

7 Mas e se você é um jovem que está sendo criado na verdade? Você também é um estudante da Bíblia. Na ver-

* Para ajudar você a progredir como estudante da Bíblia, use o quadro “Tente o Seguinte”, que fica na parte final de cada lição do livro *Seja Feliz para Sempre!*.

-
- 6.** O que os estudantes da Bíblia podem fazer ao enfrentar certas dificuldades? (Deuteronômio 30:11-14) (Veja também a imagem.)
 - 7.** Os jovens que estão sendo criados na verdade podem meditar em quê?

dade, você é o estudante da Bíblia *mais importante* dos seus pais. A Bíblia diz: “Acheguem-se a Deus, e ele se achegará a vocês.” (Tia. 4:8; 1 Crô. 28:9) Quando você dá o primeiro passo para se aproximar de Jeová, ele corresponde por também se aproximar de você. Para Jeová, você não é só mais um na multidão. Ele não atraiu você por causa da sua família. Jeová atrai cada pessoa de forma individual, o que inclui aqueles que estão sendo criados na verdade. E lembre do que ele fez para que você tivesse uma amizade forte com ele: Jeová deu o seu Filho. Nunca esqueça que esse é um presente especial de Jeová para você. (Rom. 5:1, 2) Então, antes de assistir à Celebração deste ano, o que acha de tirar um tempo para meditar no que Jeová e Jesus fizeram por você? Daí pense no que você quer fazer com sua vida e no próximo alvo que você pode ter — independente de qual seja — para mostrar o quanto você é grato pelo resgate.*

CRISTÃOS BATIZADOS

⁸ Se você é um cristão batizado, você já mostrou gratidão pelo resgate de várias maneiras. Por exemplo, você deu os passos para se achegar a Jeová e para viver de

* Para ver sugestões sobre como fortalecer sua amizade com Jeová, leia o artigo “Jovens, vocês são responsáveis por sua própria salvação”, na *Sentinela* de dezembro de 2017.

8. Como um cristão que é batizado já mostrou gratidão pelo resgate?

uma forma que agrade a ele. Você obedeceu a ordem de Jesus de pregar e fazer discípulos. Você se dedicou a Jeová e se batizou. E talvez você até sofreu oposição por decidir servir a Jeová. (2 Tim. 3:12) Mas você perseverou e continuou servindo a Jeová fielmente. Isso mostra o quanto você ama a Jeová e é grato pelo resgate.
— Heb. 12:2, 3.

⁹ Sendo cristãos batizados, precisamos ficar atentos a um perigo. Com o tempo, podemos deixar de dar valor ao resgate. Como isso poderia acontecer? Pense no exemplo dos cristãos do primeiro século em Éfeso. Depois que já tinha sido ressuscitado, Jesus os elogiou por causa da sua perseverança. Só que ele também disse: “Tenho o seguinte contra você: você abandonou o amor que tinha no princípio.” (Apo. 2:3, 4) As palavras de Jesus indicam que um cristão, aos poucos, pode acabar deixando sua adoração a Jeová cair na rotina. Essa pessoa pode até estar orando, indo às reuniões e participando no ministério. Mas é só porque ela está acostumada a fazer isso; ela não é mais motivada por amor. Então, o que você pode fazer se achar que seu amor por Jeová já não é mais tão forte quanto antes?

¹⁰ O apóstolo Paulo disse para Timóteo ‘meditar’ e

9. Um cristão batizado deve estar atento a qual perigo?

10. Como você pode ‘meditar’ e ‘se concentrar totalmente’ em suas atividades cristãs? (1 Timóteo 4:13, 15)

‘se concentrar totalmente’ em suas atividades cristãs. (Leia 1 Timóteo 4:13, 15.) Seguindo esse conselho, tente pensar no que você pode fazer para dar mais vida à sua adoração a Jeová e para continuar ‘sendo fervoroso no espírito’. (Rom. 12:11; veja a nota de estudo “Sejam fervorosos no espírito”.) Por exemplo, talvez você possa ir mais a fundo ao preparar as reuniões, e isso vai ajudar você a se concentrar mais nelas. Ou talvez você possa procurar lugares sem distrações para fazer seu estudo pessoal, onde você possa ficar sozinho para meditar e aproveitar melhor o estudo. Assim como colocar lenha para alimentar as chamas de uma fogueira, você precisa fazer essas coisas para alimentar e manter viva sua gratidão por tudo que Jeová tem feito, o que inclui o resgate. Além disso, o que acha de aproveitar as semanas antes da Celebração para meditar nas bênçãos maravilhosas que temos como Testemunhas de Jeová? Sem dúvida isso vai aumentar sua gratidão pelo resgate, que é a base para você ser um amigo achegado de Jeová.

¹¹ Se já por algum tempo você acha que não tem mais o mesmo zelo de antes na adoração a Jeová, não fique desanimado nem ache que perdeu o espírito santo de Deus. Lembre do que o apóstolo Paulo escreveu sobre seu ministério aos irmãos em Corinto: “Mesmo se o fi-

11-12. Se às vezes você sente que não tem o mesmo zelo de antes, será que você perdeu o espírito de Deus? Explique. (Veja também a imagem.)



Continue ativo em sua rotina espiritual, mesmo que às vezes você não se sinta tão motivado
(Veja os parágrafos 11-12.)

zer contra a minha vontade, ainda assim estou incumbido de uma responsabilidade.” (1 Cor. 9:17) O que ele quis dizer?

12 Às vezes, algumas coisas sufocavam o desejo que Paulo tinha de pregar. Mas ele estava decidido a perseverar na pregação, *com ou sem* vontade. Você também pode ter essa mesma atitude. Esteja decidido a fazer o que é certo, mesmo se faltar motivação. Então, ore para ter “tanto o desejo como o poder de agir”. (Fil. 2:13) Continue ocupado em suas atividades espirituais. Tenha certeza de que, com o tempo, isso vai influenciar seus sentimentos e reacender o amor que ainda há no seu coração.

13 De vez em quando, é bom fazermos uma análise de nós mesmos. Em 2 Coríntios 13:5, Paulo nos aconselhou:

13. Como podemos continuar examinando se ‘estamos na fé’?

“Persistam em examinar se estão na fé; persistam em pôr à prova o que vocês mesmos são.” Então, podemos nos fazer perguntas como: ‘Estou colocando o Reino em primeiro lugar na vida?’ (Mat. 6:33) ‘As coisas que eu escolho para me divertir mostram que eu odeio o que é mau?’ (Sal. 97:10) ‘Minhas palavras e ações estão ajudando a congregação a continuar unida?’ (Efé. 4:2, 3) A época da Celebração é um período especial para meditar no presente do resgate que Jeová nos deu. Ela nos dá uma oportunidade de fazer uma autoanálise e nos certificar de que estamos vivendo para Cristo, e não para nós mesmos.*

OVELHAS QUE SE AFASTARAM DO REBANHO

¹⁴ Alguns irmãos e irmãs param de se associar com a congregação. Às vezes, eles fazem isso depois de alguns meses ou até depois de anos servindo a Jeová fielmente. Por quê? Alguns estão sobrecarregados com as “ansiedades da vida”. (Luc. 21:34) Outros tropeçaram por causa de algo que algum irmão disse ou fez. (Tia. 3:2) Já outros cometem um pecado grave e não pedem aju-

* Para ver sugestões sobre como continuar grato a Jeová, leia o artigo “O que o motiva a servir a Deus?”, na *Sentinela* de 15 de junho de 1995.

14. Que coisas podem fazer alguns irmãos e irmãs se afastarem do rebanho?

da por sentirem vergonha ou por algum outro motivo. Se alguma dessas coisas aconteceu com você e você se afastou do rebanho, o que você pode fazer? O que o presente do resgate pode motivar você a fazer?

¹⁵ Pense em como Jeová se sente sobre aquelas pessoas que se afastaram. Ele não fica com raiva dessas pessoas nem se esquece delas. Muito pelo contrário. Ele procura por suas ovelhas perdidas e cuida delas, por alimentá-las e ajudá-las a voltar para ele. (**Leia Ezequiel 34:11, 12, 16.**) Será que Jeová talvez não está fazendo o mesmo por você? Sim! O simples fato de você estar lendo este estudo mostra que o seu coração ainda está voltado para ele. Assim como Jeová viu o seu coração e te atraiu para *entrar* para a verdade, será que ele não continua vendo coisas boas em você e está te atraindo para *voltar* para ele?

¹⁶ Na brochura *Volte para Jeová*, encontramos as seguintes palavras animadoras: “Esteja certo de que você terá a ajuda de Jeová ao voltar para ele. Ele o ajudará a lidar com a ansiedade, a se livrar de mágoas e a encontrar a paz mental de ter uma consciência limpa. Dessa forma, você poderá se sentir novamente motivado a ser-

15. Como Jeová mostra que se importa com as ovelhas que se afastaram? (Ezequiel 34:11, 12, 16)

16. O que pode ajudar as ovelhas perdidas a voltarem para Jeová? (Veja também a imagem.)

Pergunte-se:
‘O que eu posso
fazer agora para
“resolver as
questões”
com Jeová?’
(Veja o parágrafo 16.)



vir a Jeová junto com seus irmãos na fé.” Lembre também que os anciãos querem muito ajudar você. Eles querem ser para você “como abrigo contra o vento, como esconderijo contra o temporal”. (Isa. 32:2) Para mostrar sua gratidão pelo resgate, pergunte-se: ‘O que eu posso fazer agora para “resolver as questões” com Jeová?’ (Isa. 1:18; 1 Ped. 2:25) Por exemplo, será que você poderia assistir a uma reunião no Salão do Reino? O que você acha de falar com um dos anciãos e pedir ajuda em sentido espiritual? Talvez ele providencie alguém para estudar a Bíblia com você novamente por um tempo. Pode ter certeza que, se você orar sobre o assunto e se esforçar para mostrar gratidão pelo resgate de Jesus, Jeová vai te abençoar.

O QUE VOCÊ VAI FAZER?

17 Jesus disse que tinha sido enviado para dar sua vida

17-18. Como podemos usar bem nosso tempo antes da Celebração desse ano?

“para que todo aquele que nele exercer fé não seja destruído, mas tenha *vida eterna*”. (João 3:16) O resgate é o meio de Jeová nos livrar do pecado e da morte. Jamais queremos deixar de dar valor ao resgate. (Rom. 3:23, 24; 2 Cor. 6:1) Os dias antes da Celebração nos dão uma chance de meditar no amor que Jeová e Jesus mostraram, e esse amor vai nos motivar a fazer algo para mostrar gratidão pelo que eles fizeram.

¹⁸ Como você vai mostrar sua gratidão pelo resgate? Sua resposta pode ser diferente da resposta de outras pessoas. Mas você pode ter certeza que Jeová vai abençoar seus esforços e os de milhões de outros adoradores que ‘não vivem mais para si mesmos, mas para aquele que morreu por eles’. — 2 Cor. 5:15.

COMO ESTES GRUPOS DE PESSOAS PODEM MOSTRAR GRATIDÃO PELO RESGATE?

- Estudantes da Bíblia

- Cristãos batizados

- Ovelhas que se afastaram

30 DE MARÇO–5 DE ABRIL DE 2026

Fale a verdade de modo agradável

“Jeová, [o] Deus da verdade.” – SAL. 31:5.

CÂNTICO 76

Um sentimento especial

OBJETIVO

Ver como podemos falar a verdade de uma forma que traga bons resultados.

QUANDO conhecemos um irmão, uma das primeiras perguntas que normalmente fazemos é: “Como você aprendeu a verdade?” Alguns respondem dizendo que “nasceram na verdade”. Outros talvez digam que “estão na verdade” faz pouco tempo. Por que usamos a palavra verdade nesse sentido? Porque a verdade da Palavra de Deus influencia toda a nossa vida. E sabemos que só podemos nos tornar parte da família de Jeová se amarmos a verdade e vivermos de acordo com ela. Isso inclui sermos honestos no que falamos e fazemos. — Sal. 15:1-3.

² Jesus sempre falava a verdade, mesmo que suas palavras não agradassem a todos. Até mesmo os inimigos dele reconheciam isso. (Mat. 22:16) Jesus disse o seguinte sobre a reação das pessoas às verdades que ele ensinava: “Vim causar divisão: o homem contra o pai, a filha contra a mãe, e a nora contra a sogra.” (Mat. 10:35) Não é que Jesus queria que as pessoas reagissem de forma negativa à mensagem que ele e seus discípulos pregavam, mas ele era realista. (Mat. 23:37) Ele sabia que a mensagem que pregava dividiria o mundo em dois grupos: aqueles que amam a verdade da Bíblia e aqueles que não amam. — 2 Tes. 2:9-11.

-
1. O que precisamos fazer para nos tornar parte da família de Jeová?
 2. (a) O que as pessoas reconheciam sobre Jesus? (b) As verdades que Jesus ensinava causariam que efeito nas pessoas?

³ Nós nos esforçamos para imitar o exemplo de Jesus por sempre falar a verdade, mesmo que isso não agrade a todas as pessoas. Além disso, nós pregamos e ensinamos a verdade da Bíblia apesar de nem todos gostarem da nossa mensagem. Mas será que isso significa que podemos sair falando a verdade sem pensar em como ou quando fazer isso? Claro que não! Neste estudo, primeiro vamos responder à pergunta: Onde podemos encontrar a verdade? Depois, vamos ver por que, como e quando devemos falar a verdade. Isso vai nos ajudar a falar a verdade de maneira ainda mais agradável, ou seja, com jeito e no momento certo.

ONDE PODEMOS ENCONTRAR A VERDADE?

⁴ Jeová é a Fonte da verdade. Tudo o que ele diz é verdadeiro. Por exemplo, ele fala a verdade quando diz o que é certo e o que é errado. (Sal. 19:9; 119:142, 151) Tudo o que ele prediz sobre o futuro se cumpre. (Isa. 55:10, 11) Ele nunca quebra uma promessa. (Núm. 23:19) A Bíblia chega até a dizer que é impossível Jeová mentir. (Heb. 6:18) Não é à toa que Jeová seja conhecido como o “Deus da verdade”. — Sal. 31:5.

3. O que vamos ver neste estudo?

4. Por que podemos dizer que Jeová é a Fonte da verdade?

5 Ao contrário do que muitas pessoas pensam, não é difícil conhecer a Jeová, o “Deus da verdade”. Para qualquer lugar que olhamos, vemos provas de que Deus existe. (Rom. 1:20) Quando o apóstolo Paulo estava em Atenas conversando com um grupo de pessoas bem instruídas, ele disse que Deus quer que ‘o achemos’ e que ele ‘não está longe de cada um de nós’. (Leia Atos 17:27.) Na realidade, Jeová atrai pessoas humildes que estão procurando pela verdade. — João 6:44.

6 Uma forma de conhecer a Jeová é por estudar a Bíblia. Os homens que a escreveram foram inspirados por Deus. (2 Ped. 1:20, 21) Então podemos confiar que tudo o que está na Bíblia é verdade. Por exemplo, podemos acreditar no que ela diz sobre a origem do Universo e da vida na Terra. (Gên. 1:1, 26) Também podemos confiar no que ela fala sobre a origem do pecado, do sofrimento e da morte. (Rom. 5:12; 6:23) Podemos acreditar sem medo quando ela diz que Jeová, por meio do seu Filho, vai desfazer todos os danos causados pelo Diabo, “o pai da mentira”. (João 8:44; Rom. 16:20) E nós podemos confiar na promessa dela de que Jesus vai destruir os maus, ressuscitar os mortos, res-

-
5. Por que não é difícil conhecer o “Deus da verdade”? (Atos 17:27)
 6. (a) Quais são algumas das verdades que encontramos na Bíblia?
(b) Por que você ama conhecer essas verdades?



Quando você ensina a verdade,
para quem você chama atenção?
(Veja os parágrafos 7-8.)

taurar a Terra e nos levar à perfeição. (João 11:25, 26; 1 João 3:8) Jeová nos deu um privilégio muito grande: ele nos ensinou a verdade e nos dá a oportunidade de ensiná-la a outros. — Mat. 28:19, 20.

POR QUE FALAMOS A VERDADE

7 Como já vimos antes, para fazer parte da família de Jeová, nós devemos falar a verdade. Mas, para Jeová, não basta só fazermos isso. Ele também leva em conta *por que falamos a verdade, ou seja, qual é a nossa mo-*

7-8. Faz diferença a nossa motivação ao falar a verdade? Dê um exemplo. (Marcos 3:11, 12) (Veja também as imagens.)

tivação. Veja algo que aconteceu durante o ministério de Jesus na Terra. (**Leia Marcos 3:11, 12.**) Enquanto Jesus pregava perto do mar da Galileia, multidões se reuniram em volta dele para escutá-lo. Entre elas, havia algumas pessoas possuídas por demônios que se prostravam diante de Jesus e gritavam: “Você é o Filho de Deus.” Os demônios disseram a verdade sobre Jesus porque talvez quisessem ganhar a confiança das pessoas e depois desviá-las de servir a Jeová. Ou seja, eles falaram a verdade, mas a motivação deles era egoísta. Jesus sabia muito bem disso. Ele não gostou do que eles fizeram e até ordenou que não pregassem sobre ele.

8 O que aprendemos com esse relato? Que a nossa motivação ao falar a verdade é importante para Jeová. Por isso, devemos nos certificar de que a nossa motivação para ensinar a verdade seja correta. Além disso, se alguém nos elogiar por causa da mensagem que pregamos, devemos direcionar todo o crédito para Jeová.
— Mat. 5:16; veja também Atos 14:12-15.

9 Vamos ver outra situação em que devemos evitar chamar atenção para nós mesmos. Imagine que um irmão numa posição de responsabilidade nos confiou uma informação confidencial e aí nós divulgamos essa

9. O que devemos evitar fazer, e por quê?

informação para outros. Quando as pessoas descobrem que a informação que contamos é verdade, elas talvez fiquem impressionadas com o que sabemos, achando que nós temos acesso a muitas informações confidenciais. Isso pode nos fazer subir no conceito das pessoas, mas não no conceito de Jeová. (Pro. 11:13) Por quê? Porque além de divulgarmos informações confidenciais, nós falamos a verdade com a motivação errada.

COMO FALAR A VERDADE

¹⁰ Leia Colossenses 4:6. O apóstolo Paulo lembrou aos cristãos de Colossos que as nossas palavras devem ser “sempre agradáveis”. O que isso significa? A expressão no idioma original passa a ideia de que as nossas palavras, além de beneficiar os nossos ouvintes, precisam ser bondosas e atraentes.

¹¹ Precisamos aplicar o conselho de Paulo de falar de forma agradável quando ensinamos a verdade para outros. A Bíblia compara as verdades contidas nela com uma espada afiada que pode fazer divisão entre a alma e o espírito, ou seja, pode revelar quem nós realmente somos por dentro. (Heb. 4:12) Mas se não usarmos

10. O que significa falar palavras “agradáveis”? (Colossenses 4:6)

11-12. Por que devemos ensinar a verdade com cuidado? Dê um exemplo. (Veja também as imagens.)

a Bíblia com cuidado, podemos acabar ofendendo as pessoas ou criando brigas sem necessidade. Como isso poderia acontecer?

¹² Imagine que encontramos na pregação uma pessoa interessada. Ela tem o hábito de orar para imagens e gosta de comemorar o Natal e a Páscoa com a família. Nós poderíamos usar a Bíblia para mostrar que não faz sentido orar para estátuas sem vida e que o Natal e a Páscoa são comemorações que não estão de acordo com a Bíblia. (Isa. 44:14-20; 2 Cor. 6:14-17) Se fizéssemos isso logo na primeira conversa, nós estariámos dizendo a verdade, mas não estariámos usando a Palavra de Deus da melhor forma.

Como podemos ensinar a verdade da melhor forma?
(Veja os parágrafos 11-12.)



¹³ Paulo também disse que nós devemos temperar nossas palavras com sal. Será que isso significa que devemos esconder ou distorcer a verdade? Claro que não! Paulo estava dizendo que devemos “temperar” nossas palavras para apresentar a verdade de uma forma que agrade o “gosto” do nosso ouvinte. (Jó 12:11) Isso pode ser um desafio. Pense em quando vamos cozinar para outras pessoas. Nossa tendência talvez seja achar que o nosso tempero vai agradar a elas só porque está de acordo com o *nosso* gosto. Da mesma forma, nós podemos pensar que o nosso modo de falar vai agradar a todos. Mas isso seria um erro. Por exemplo, em algumas culturas, as pessoas expressam suas opiniões de forma bem direta, mesmo quando estão falando com pessoas mais velhas. Mas em outras culturas, isso é inaceitável ou até mesmo ofensivo. Paulo disse que nós precisamos saber “como responder a cada pessoa”. Isso mostra que devemos temperar nossas palavras, não de acordo com o nosso gosto ou cultura, mas de acordo com o gosto do nosso ouvinte.

QUANDO FALAR A VERDADE

¹⁴ Jesus sempre falava de forma agradável com seus seguidores e bondosamente ensinava muitas coisas

13. O que significa temperar nossas palavras com sal?

14. Jesus ensinava tudo o que sabia para os seus discípulos? Explique.

para eles. (Mar. 6:34) Mas eles ainda tinham muito o que aprender. Jesus não tentava ensinar tudo o que sabia porque levava em conta as limitações dos seus discípulos. Ele entendia que não era a hora certa de eles aprenderem algumas verdades porque não eram capazes de suportá-las. (João 16:12) O que isso nos ensina?

¹⁵ O exemplo de Jesus mostra que não é só porque conhecemos a verdade que temos que ensinar tudo o que sabemos de uma vez. Como podemos imitar o exemplo de Jesus? Devemos levar em conta as circunstâncias das pessoas. Pense de novo naquele morador que gosta de comemorar o Natal e a Páscoa com a família. Nós sabemos quais são as origens dessas comemorações e que elas não são aprovadas por Deus. Mas imagine que você começou a estudar a Bíblia com essa pessoa uma ou duas semanas antes do Natal. Daí, você já explica para ela o que a Bíblia diz sobre essas comemorações e diz que ela não deveria comemorar o Natal. Será que isso seria falar de modo agradável? É verdade que alguns estudantes são rápidos em colocar em prática o que aprendem. Mas outros levam mais tempo. Então, para ajudar nossos estudantes a progredir, nós temos que dizer o que eles precisam saber

15. Será que devemos ensinar aos nossos estudantes tudo o que sabemos de uma vez? Explique. (Provérbios 25:11) (Veja também a imagem.)



Siga o exemplo de Jesus ao ensinar a verdade:
pense em quando e em quanto você vai ensinar
(Veja o parágrafo 15.)

na hora em que eles precisam saber, ou seja, quando eles forem capazes de suportar. — Leia Provérbios 25:11.

16 Poucas coisas nos dão tanta alegria quanto ajudar as pessoas a aprender a verdade sobre Jeová. Mas nós queremos que elas ‘continuem andando na verdade’. (3 João 3, 4) Para isso, precisamos fazer o seguinte: Dar um bom exemplo para elas. Mostrar pelo nosso modo de vida que acreditamos nas promessas da Palavra de Deus. Ensinar a verdade com a motivação correta e no momento certo. Falar de forma agradável,

16. Como podemos ajudar nossos estudantes a ‘continuar andando na verdade’?

usando palavras gentis e bondosas. E dar todo o crédito a Jeová quando recebermos um elogio. Se fizermos isso, vamos provar que servimos a Jeová, o Deus da verdade.

DESCRIÇÃO DA IMAGEM Página 59: Na primeira foto, um irmão vê uma árvore de Natal na casa do morador e mostra para ele um artigo que explica que o Natal teve origem na religião falsa. Na segunda foto, o irmão mostra para o morador um artigo com conselhos práticos para os pais. Qual abordagem vai ter o melhor resultado?

O QUE VOCÊ APRENDEU COM OS SEGUINTE TEXTOS?

- Atos 17:27

- Colossenses 4:6

- Provérbios 25:11

| | |
|---|----|
| Estudo para 2-8 de março | 2 |
| Continue cuidando da sua “necessidade espiritual” | |
| Estudo para 9-15 de março | 15 |
| Você é capaz de lutar contra sentimentos negativos! | |
| Estudo para 16-22 de março | 27 |
| Por que precisamos do resgate? | |
| Estudo para 23-29 de março | 39 |
| Como você vai mostrar sua gratidão pelo resgate? | |
| Estudo para 30 de março–5 de abril | 52 |
| Fale a verdade de modo agradável | |

Esta publicação não é vendida. Ela faz parte de um trabalho voluntário para ajudar as pessoas no mundo todo a entender a Bíblia. As despesas desse trabalho são cobertas por donativos. Para fazer um donativo, acesse donate.jw.org.

Se não houver nenhuma observação, os textos bíblicos citados nesta publicação são da *Tradução do Novo Mundo da Bíblia Sagrada*.

The Watchtower (ISSN 0043-1087) January 2026 is published by Watchtower Bible and Tract Society of New York, Inc.; Harold L. Corkern, President; Mark L. Questell, Secretary-Treasurer; 1000 Red Mills Road, Wallkill, NY 12589-3299, and by Associação Torre de Vigia de Bíblias e Tratados, Rodovia SP-141 km 43, 18285-901, Cesário Lange, SP, Brasil. © 2025 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania. Impressa no Brasil.

Acesse o site jw.org ou capture o código



wjp26.01-T