

Guia devocional para  
*Corajosas*



# Introdução

Oi, Corajosa!

Seja bem-vinda ao Guia Devocional para Corajosas.

Este guia nasceu do nosso desejo de incentivar o maior número de garotas possível a cultivar um relacionamento íntimo com Deus. Uma ferramenta preciosa para desenvolver esse relacionamento é o hábito de fazer devocional todos os dias.

Se você tem encontrado dificuldade para construir esse hábito, chegou ao lugar certo! Nas próximas páginas encontrará ferramentas preciosas que podem ajudá-la a desenvolver uma rotina devocional leve, prazerosa e transformadora.

Use este guia com atenção! Oramos para que ele seja um instrumento nas mãos do Espírito Santo em sua vida.

Com carinho,  
Arlene Diniz, Maria S. Araújo, Queren Ane e Thaís Oliveira



## O que é devocional?

Se você usa a internet há algum tempo e segue páginas ou influenciadores cristãos, já deve ter deparado com a palavrinha “devocional” por aí. No nosso perfil de Corajosas no Instagram, por exemplo, estamos sempre encorajando que nossas leitoras tenham o hábito de buscar o Senhor no secreto todos os dias. Mas será que você sabe o que essa palavra realmente significa?

Se você pesquisar por D.E.V.O.C.I.O.N.A.L nos dicionários de língua portuguesa, descobrirá que nada mais é do que a *demonstração da nossa devoção por algo ou alguém*.

Fãs, principalmente na adolescência, costumam demonstrar sua devoção por seus artistas prediletos cobrindo as paredes de seu quarto com pôsteres e fotos. Atire a primeira pedra quem nunca... Meus pais me fizeram arrancar cada um deles da parede, ignorando as horas árduas de trabalho que eu tinha dedicado àquela obra de arte (é, deixa a Thaís passar aquela vergonha aqui).

Na vida cristã, a palavra devocional ganha um peso maior, e uma importância enorme! Para nós, *devocional é uma demonstração da nossa devoção a Deus*. É um tempo que separamos diariamente para nos dedicarmos exclusivamente ao Senhor, a fim de buscá-lo sem nenhuma distração.



## Para que serve?

Em primeiro lugar, devocional é aquele momento em que você pode buscar a Deus a sós. É a oportunidade perfeita para construir o seu relacionamento com o Criador e crescer em intimidade.

Se você já frequenta alguma igreja, tem aprendido muito durante os sermões, as aulas da escola dominical e talvez nos encontros de seu pequeno grupo. Mas deixe-nos contar um segredo: por mais que você aprenda muito em comunhão com outros irmãos, não é o suficiente. Você pode aprender ainda mais se cultivar o hábito de buscar o Senhor no secreto diariamente. Além disso, *o Pai deseja que você faça isso*. Você foi criada para esse propósito. Ele a criou para ser íntima dele. Para conhecê-lo, amá-lo e refleti-lo.

O momento devocional é como mergulhar em águas mais profundas. Quanto mais você se distanciar da areia, mais fundo mergulhará. Nas águas profundas, você conhecerá o Senhor por si mesma e viverá suas próprias experiências com ele. Aprofundará suas raízes no Senhor e assim crescerá uma planta forte, com folhas viçosas, lindos frutos e flores.



# Benefícios do devocional

Cultivar o hábito de fazer devocional todos os dias trará inúmeros benefícios para sua jornada como filha do Altíssimo. Separamos alguns deles para compartilhar com você:

## CRESCER EM CONHECIMENTO E INTIMIDADE

Guarde isso, Corajosa: é impossível se tornar íntima de alguém sem passar tempo com essa pessoa. Se você não tivesse passado tanto tempo com sua melhor amiga nem tivesse vivido experiências tão únicas com ela, não seriam tão próximas hoje. Não é mesmo?

Com Deus não é diferente. Não dá para ser íntima se você só conversa com ele de vez em quando e lê a Bíblia apenas aos domingos. Intimidade é algo construído com tempo e dedicação — todos os dias.

Além disso, é difícil amar a Deus de verdade e lhe obedecer se você não o conhece. É o relacionamento diário que a ajudará a se tornar cada vez mais próxima de seu Pai.

## CONHECER A VONTADE DE DEUS

A prática devocional ajudará você não só a conhecer mais o Senhor, como também a entender qual é a vontade dele para sua vida! Por meio da leitura atenta da Bíblia, você compreenderá quais são as promessas do Senhor e encontrará instruções preciosas que a ajudarão a viver de modo agradável a ele. Você se encherá da verdade, aprenderá a andar nela e só assim combaterá as mentiras deste mundo.

## CRIAR RAÍZES

Assim como uma plantinha desenvolve suas raízes quando bem cuidada, zelar pelo seu relacionamento com Deus fará que você desenvolva suas próprias raízes. São elas que a ajudarão a permanecer firme mesmo quando enfrentar as piores tempestades da vida.

Quando o dia mau chegar, você conhecerá a Deus o suficiente para confiar nele apesar das circunstâncias. Enquanto muitos se voltam contra o Senhor e se afastam por falta de conhecimento, você se apegará a ele, porque sabe que seu Pai é digno de confiança.

## SER MOLDADA E TRANSFORMADA EM QUEM DEUS A CRIOU PARA SER

Quanto mais você conhecer a Deus no secreto, mais será moldada. É impossível permanecer a mesma. As orações, a leitura da Bíblia, a comunhão, tudo isso a transformará na filha que você foi criada para ser. Será a cada dia mais parecida com Cristo. O Espírito Santo, seu melhor amigo, a ajudará nessa missão. Permita-se ser moldada por ele.



# Como fazer o devocional?

Talvez você pense que se folhear a Bíblia direitinho acabará encontrando uma *receita* prontinha sobre como fazer seu devocional... Desculpe decepcioná-la, mas você não encontrará. Não acredita na gente? Tudo bem. Vá em frente. Porém, depois de procurar de capa a capa, você terá de concordar que *não existe nenhuma listinha do que você deve ou não fazer no momento devocional*.

Temos liberdade de construir uma rotina devocional única e funcional. Ou seja, uma rotina que realmente seja possível de pôr em prática em nosso dia a dia. É muito importante ressaltar a rotina “única” porque, em tempos de Instagram, somos bombardeadas com modelos e estilos dos outros. Sim, é importante termos boas referências, mas precisamos entender que o devocional é um momento singular, entre nós e Deus, e nesse lugar secreto não há espaço para comparação. Na maioria das vezes, o método do outro não funcionará para você, e está tudo bem. O fundamental é você descobrir como estabelecer a sua rotina única e funcional.

Portanto, não se preocupe. Você não precisa quebrar a cabeça tentando montar o seu momento devocional.

Embora a Bíblia não traga uma “receita de bolo”, ela nos ensina quais são os *hábitos essenciais* para que o cristão desenvolva seu relacionamento com Deus. E esses hábitos podem ser cultivados no seu devocional.

Lendo as Escrituras com atenção, percebemos que existem pelo menos três hábitos que podem e devem estar presentes em nossa rotina devocional: *oração, leitura bíblica e meditação*.


## 1. ORAÇÃO

Por meio da oração mantemos uma conexão direta com Deus. Temos liberdade para falar com nosso Criador a qualquer momento do dia, seja para agradecer, compartilhar nossos desafios ou pedir perdão. Podemos falar com ele sobre qualquer coisa. Isso não é incrível?

E ele deseja ouvir sua voz, viu? O apóstolo Paulo nos ensina que devemos orar sem cessar (1 Tessalonicenses 5.17), ou seja, *devemos conversar com Deus ao longo de todo o dia*, inclusive em nosso tempo devocional.

Reservar um tempo para a oração no secreto não significa que você não deva orar em outros momentos do dia. Você pode conversar com Deus enquanto realiza outras atividades, e até mesmo separar uns minutos para orar algumas vezes por dia. E lembre-se: o Pai sempre nos ouve.

**Sugestão:** Você pode começar seu momento devocional com uma oração. Portanto, aproveite para agradecer a Deus pela oportunidade de estar ali e peça ao Espírito Santo que lhe dê



sabedoria e discernimento. Ore para que você não só leia a Bíblia, mas também a entenda e consiga pôr em prática tudo o que aprender.

Finalize seu devocional com uma oração também. Você pode orar sobre o que aprendeu e apresentar a Deus seus pedidos particulares a respeito da sua família, amigos, igreja e outras questões que façam seu coraçãozinho queimar.

## 2. LEITURA BÍBLICA

O Criador se revela a nós de muitas formas, inclusive por meio da criação. Contudo, ele escolheu uma maneira muito preciosa para falar conosco: a Bíblia Sagrada.

Ao longo da história, o Senhor levantou homens piedosos e os direcionou a escreverem a respeito de quem ele é, do que fez e prometeu fazer. Eles narraram toda a história da redenção, contando como Jesus foi enviado para morrer por amor em nosso lugar. Esses livros chegaram até nós e foram compilados na Bíblia Sagrada.

Você pode ter uma biblioteca recheada com os livros mais lindos e interessantes do mundo, mas *nenhum deles será mais importante e precioso do que a Bíblia*. Guarde este conselho do pastor Charles Spurgeon:



*“Visite muitos bons livros, mas viva na Bíblia.”*


A leitura bíblica permite que você conheça mais a respeito do Senhor, descobrindo quais são seus atributos (o caráter de Deus), como ele agiu no passado, quais são seus propósitos e até mesmo o que ele tem planejado para o futuro.

Você também terá a oportunidade de descobrir quem Deus a criou para ser e o que ele diz a seu respeito. Será moldada e confrontada, já que a Palavra é viva e eficaz, e mais afiada do que qualquer espada de dois gumes, como diz o autor de Hebreus (4.12). Ela nos penetra bem lá no fundo, julgando nossos pensamentos mais profundos e as intenções do coração. Portanto, a leitura bíblica e a ação do Espírito Santo vão lapidá-la e moldá-la diariamente.

**Sugestão:** Para você que está começando a sua rotina devocional e que não tem o hábito de ler a Bíblia, recomendamos o uso de um *plano de leitura*. Você até pode ler a Bíblia de forma aleatória, mas se quiser ter mais facilidade para aprender e ser constante, seguir um plano que traga porções de leituras diárias pode ajudá-la a não desistir quando as coisas ficarem mais corridas ou mesmo um pouquinho mais difíceis.

Existem diversos modelos de planos: anuais, semestrais, temáticos... Você pode escolher o que se encaixa melhor em sua rotina.

Se preferir, você pode usar a *Bíblia 365 para Corajosas*. Essa Bíblia foi pensada justamente para ajudá-la a ler as Escrituras durante um ano, dedicando apenas quinze minutinhos por



dia, acredita? Nela você encontrará porções diárias que mesclam passagens do Antigo e do Novo Testamento. Esse modelo simultâneo torna a leitura fluida e mais acessível.

### 3. MEDITAÇÃO

Não se preocupe, esta meditação aqui não tem nada a ver com as práticas orientais. Você não terá de esvaziar a mente e lutar para não pensar em nada. Na verdade, *a meditação bíblica é justamente encher sua mente da Palavra de Deus e pensar nela.*

Gostamos muito de uma definição que o pastor Douglas Gonçalves, do ministério Jesus-Copy traz sobre meditação. Ele diz que a meditação cristã é como falar sozinho, falar com a gente mesmo, sabe? O objetivo é permitir que a Palavra não fique só na mente, mas que também possa descer para o coração, tornando-se verdade em nossa vida.

A própria Bíblia ressalta a importância da meditação. O primeiro salmo nos diz:

Feliz é aquele que não segue o conselho dos perversos,  
não se detém no caminho dos pecadores,  
nem se junta à roda dos zombadores.

Pelo contrário, tem prazer na lei do SENHOR  
e nela medita dia e noite.

Salmos 1.1-2

Embora a Bíblia seja a Palavra de Deus, ler por ler não produzirá efeito algum em nós. Além da leitura, precisamos digerir a Palavra: *pensar, analisar, guardar e praticar.*

Já aconteceu de você fazer uma leitura pela manhã e ao chegar ao fim do dia sequer lembrar o que leu? Talvez você tenha pensado que sofre de algum problema de memória, mas não é isso! Sua memória deve ser boa sim, você provavelmente só não meditou, ou seja, não parou para pensar no que leu.


Por meio da meditação, a leitura que fizemos pela manhã pode ficar viva em nossa mente durante todo o dia. Mas como fazer essa meditação?

**Sugestão:** A meditação bíblica nada mais é do que pensar no que você leu. Pode ser mais difícil meditar após ler três ou quatro capítulos longos. Então, que tal separar um ou alguns versículos da leitura diária e pensar neles durante o dia?

Para não se esquecer desses versículos, escreva-os em um caderninho, uma agenda ou mesmo em um post-it. Ore a Deus para que ele fale com você por meio do trecho em que você irá meditar.

Ao longo do dia traga à memória esses versículos. Procure extrair lições deles. Será que eles trazem alguma informação que pode ser posta em prática no seu dia a dia? Além de pensar a respeito, no fim do dia escreva o que você aprendeu para não esquecer. De tempos em tempos, revise seu caderninho de meditação.





Além desses hábitos essenciais, existem outros que também podem fazer parte do nosso tempo devocional.

A *adoração* é uma ferramenta poderosa no secreto que prepara seu coração para buscar a Deus com mais devoção e intencionalidade. O louvor tem o potencial de ajudá-la a se desprender de suas preocupações, sua ansiedade e seu cansaço. Ela também a auxilia a focar seus pensamentos em Deus.

Além disso, ao adorar você está cumprindo um dos propósitos do Senhor para sua vida. Todas nós fomos criadas para adorar e engrandecer a Deus (Efésios 1.11-12). Imagine o quanto o Senhor fica feliz ao vê-la adorando-o no secreto?

Os Evangelhos trazem os relatos de duas mulheres que ungeram os pés de Jesus, adorando-o sem medo do que as pessoas pensariam sobre elas. Uma delas foi uma mulher pecadora (Lucas 7.36-50) e a outra, Maria de Betânia, a irmã de Lázaro (João 12.1-7). Elas adoraram sem restrições. Tiveram coragem para adorar Jesus de um jeito profundo e belo. Elas entregaram tudo o que tinham. Podemos fazer isso também, e o melhor lugar para começar é no secreto!

Como sugestão, você pode colocar uma playlist para tocar com lindas canções de adoração e cantar junto, mesmo que não seja muito afinada. Pode adorar com canções que você mesma compuser, se tiver esse dom. Também é possível adorar com danças e movimentos, caso você goste.

O importante é rasgar seu coração diante de Deus e adorá-lo, sem medo, insegurança e restrições.

Além da leitura bíblica, você pode usar um *livro devocional* como material de apoio. Bons materiais devocionais costumam trazer reflexões preciosas inspiradas em trechos das Escrituras, além de sugestões de oração. Essas leituras podem ajudá-la a meditar em trechos menores das Escrituras, extrair lições e encorajar sua vida de oração.


Outra opção é a prática conhecida como *Bible journaling*. Essa é uma dica especial para aquelas que amam se expressar através da arte! Que tal registrar o que você aprendeu com desenhos e *lettering* (a arte de desenhar letras)? Dê asas à sua criatividade e ilustre sua Bíblia, registrando o que Deus falar a você.

## Atenção!

Corajosa, como já dissemos, não existe uma receita para seu momento devocional. Por isso, você não precisa ficar desesperada nem se espremer para fazer todas essas atividades no seu tempo com Deus.

Queremos encorajá-la a construir uma rotina devocional leve, constante e prazerosa, que você realmente consiga pôr em prática todos os dias. Mas nem todas podemos dedicar tanto tempo por dia para isso, não é?





E não há problema nisso. Você não precisa passar longas horas fazendo o seu devocional. O Senhor não é um professor rigoroso que está analisando seu desempenho. *Ele é seu Pai e apenas quer ter um tempo de qualidade com sua filha amada.*

O devocional não diz respeito a performance ou mérito, e sim a um coração desejoso pela presença do Senhor, um coração que anseia fazer do Pai o seu tudo. A recompensa do devocional é o próprio Deus. Nele está nossa plena satisfação. E tudo isso é graça.

Entenda: o importante é que você *dê o seu melhor* e passe um tempo de qualidade com Deus. Se puder passar mais tempo, tudo bem. Mas, se não puder, não se preocupe. Seja fiel com o que puder ofertar hoje. Se assim agir, você saberá ser fiel quando tiver mais tempo disponível.

Construir uma rotina leve e prática ajudará você a conciliar sua vida devocional com as demais responsabilidades, e a encontrar prazer em estar ali todos os dias.



# Perguntas práticas para aproveitar melhor sua leitura bíblica

Após ler sua porção diária das Escrituras, você pode fazer as seguintes perguntas sobre o texto:

- **Qual parte mais se destacou para mim?** Se possível, grife e anote o trecho. Lembra o que pontuamos no tópico meditação? Escrever a Palavra de Deus é muito importante para que possamos gravá-la na mente e no coração. M.E.D.I.T.A.R significa pensar, refletir muito sobre algo ou alguém. Por meio da meditação nós aprendemos a contemplar o Senhor e a nos deslumbrar com ele.
- **Que palavras mais despertaram minha atenção?** Anote essas palavras e procure no dicionário o significado delas. Muitas vezes não interpretamos bem o que lemos porque temos dificuldade de saber o que as palavras significam. Acredite, essa prática ajuda a iluminar o caminho à frente. Você também pode procurar o antônimo das palavras, a fim de fazer um contraste. Por exemplo: *luz e escuridão, amor e ódio*, etc.
- **O que eu aprendi sobre Deus?** Você caçará um tesouro em seu trecho destacado ou passagem. Procure o que aquela palavra ensina sobre Deus. Por exemplo: o que o salmo 23 diz sobre Deus? Que ele é provedor, protetor, cuidador, fiel. E o salmo 103? Que ele é compassivo, misericordioso, bondoso. E o que essas palavras significam? Como o que aprendi sobre Deus me encoraja a ser igual a ele?
- **Quais promessas descobri nesse trecho?** No salmo 23, por exemplo, temos a certeza de que o Senhor sempre está conosco, que cuida de nós como um bom pastor cuida de suas ovelhas, que nos renova e nos guia por seus caminhos, que olha por nós em dias difíceis, que nos protege e provê tudo de que precisamos.
- **Encontrei pecados para confessar?** Ler a Palavra de Deus é como olhar para o espelho, pois ela revela o estado em que nos encontramos: pessoas caídas em pecado que precisam de salvação e transformação em Cristo. Todos os dias. O sacrifício de Cristo nos reconectou com Deus e, por meio dele, temos nossos pecados perdoados e somos diariamente santificados pela obra do Espírito Santo.

*Deus conhece nossos pecados muito melhor que nós mesmos.* E nos convida a entregar cada um deles a seus pés, em submissão ao Espírito Santo, para que ele opere sua obra em nossa vida. Deus já nos perdoou, mas nós precisamos nos examinar, confessar e pedir a transformação do Senhor.



- **Que lições ou princípios eu aprendi lendo essa palavra?** É verdade que a Palavra de Deus não tem resposta para todas as perguntas. Vamos entender isso melhor. Se eu quiser descobrir na Bíblia qual é o melhor chá para dor de estômago, vou encontrar? Se quiser saber a distância entre o Brasil e a Espanha, a Bíblia me dirá? Não. *A Palavra de Deus nos dá princípios para a vida.* Nela não encontramos respostas para toda e qualquer pergunta, mas encontramos todos os princípios de que precisamos para viver de acordo com o que Deus deseja, para sua glória e para nosso bem.

Você pode se perguntar também o que aprendeu com a passagem lida, se é bom, algo para seguir ou não. Pense na história de José e seus irmãos. Que exemplo posso seguir a partir dessa história? Qual não devo seguir?

- **Ore segundo o que leu e peça ajuda ao Espírito Santo.** Orar segundo a Palavra de Deus muda a nossa vida. Expresse em voz alta o que leu e peça que a verdade do Senhor se torne a sua, a fim de que ele internalize seus ensinamentos no seu coração (Provérbios 119.11).

Segue um exemplo de oração com base no salmo 23: *Pai, sei que tu és o bom pastor que sempre cuida de tuas ovelhas. Jesus nos mostrou isso. Eu sou tua ovelha; por favor, cuida de mim, do meu coração ferido. Derrama teu óleo de cura sobre minha cabeça. Guia-me por teus caminhos. Quero teus propósitos, teus planos e não os meus. Perdão por não confiar em tua fidelidade e não crer que tu sempre provês e nunca deixas que nada me falte. Aumenta minha fé para que eu te agrade mais. Obrigada por estares sempre perto e me sustentares. Amém.*

Esperamos que essas dicas sejam úteis para guiá-la por sua jornada devocional. Mas lembre-se, Corajosa, o importante é você descobrir como estabelecer sua rotina única e funcional.





## Dicas práticas para construir sua rotina devocional

- 1 Organize sua rotina, dando prioridade ao que é mais importante.
- 2 Estabeleça o momento devocional como prioridade.
- 3 Se possível, defina um horário fixo para fazer o devocional todos os dias.
- 4 Ao definir um horário fixo, pense também em quanto tempo você pode dedicar (por exemplo: quinze ou vinte minutos).
- 5 Com base na quantidade de tempo disponível, escolha o que fará em seu momento devocional (por exemplo: ler um capítulo da Bíblia, orar e adorar).
- 6 Convide uma amiga (além de encorajar uma à outra, vocês podem compartilhar o que estão aprendendo a fim de enfrentar juntas os dias difíceis).
- 7 Não deixe que aquilo que você sente no dia defina o seu devocional, ou seja, não faça seu devocional apenas quando estiver a fim. Se depender de suas vontades você sempre será inconstante.

A disciplina, o esforço e o amor a Deus farão que você se sente à mesa com ele, mesmo nos dias em que a vontade não vier.

