



16.04.2026

# ESTUDO DA CÉLULA

NOSSA MISSÃO É SER A PRESENÇA DE JESUS NA CIDADE DE JANDIRA



Assista no You Tube



Ouçá o áudio no Spofy



Ouçá o áudio no You Tube



Série: Por dentro | Saúde Emocional à Luz do Evangelho

## TRISTEZA E DEPRESSÃO: FÉ NÃO É FINGIR QUE ESTÁ BEM

Salmo 42 (NVI)



**QUEBRA-GELO** - 5 minutos

[Clique aqui!](#)

Salmo 42.1-3, 5 (NVI)

"Como a corça anseia pelas correntes de água, assim eu anseio por ti, ó Deus. Minha alma tem sede de Deus, do Deus vivo. Quando poderei ver a face de Deus? As minhas lágrimas têm sido o meu alimento de dia e de noite, enquanto me perguntam o dia todo: Onde está o seu Deus?"

"Por que estás tão abatida, ó minha alma? Por que tanto te perturbas dentro de mim? Espera em Deus, pois ainda o louvarei, a ele, meu Salvador e meu Deus."



## PERGUNTAS PARA DISCUSSÃO

1. O salmista está destruído por dentro — As pessoas perguntam: Onde está o seu Deus? Ele se lembra do passado que era bom, e agora tudo está ruim. Qual conselho você daria para o salmista?

2. "Por que estás abatida, ó minha alma?" — o salmista prega para si mesmo. Qual a diferença em ouvir a vós da tristeza e pregar para si mesmo?

3. Tristeza não é pecado — Jesus se entristeceu Mateus 26:38.

**Como podemos ajudar uma pessoa que está com uma alma entristecida a não se afastar da comunidade cristã?**



## AVISOS

### RETIRO DE MULHERES

Dias 16 e 17 de maio no Nosso Éden  
Inscrições abertas no site da IEPJ  
Acesse: [oneheartministry.com.br](http://oneheartministry.com.br)

### BAZAR NO CÂMPUS PARQUE DO LAGO

Será neste sábado 18/04 das 9h às 13h  
Rua Graziela, 46 - Pq. do Lago/Jandira