



GUIA ^U_m
Ação de Graças

ABERTURA

Quantas vezes neste ano você parou para agradecer?

É uma pergunta difícil. Pega na alma. Mas a resposta infelizmente é fácil: são raras as vezes em que paramos em nossa rotina agitada para ser intencionais em agradecer.

E no nosso caso, como seguidores de Cristo, o agradecimento tem peso. Tem valor e tem a quem fazer. Agradecer ao Pai pelas bênçãos derramadas, pelo trabalho desafiador, mas que traz sustento ao lar, por acordar cedo e respirar sem dificuldade o ar dos pulmões, por se locomover e servir pessoas que precisam ouvir mais do Evangelho... e assim vai. Você pode complementar com a sua realidade.

Em novembro é comemorado o Dia de Ação de Graças (última quinta-feira do mês). A data comemorativa, muito celebrada nos Estados Unidos, é pouco conhecida no Brasil, mas pode ser celebrada por pessoas como você que está lendo esse guia.

Por isso, pensando em aproximar o público dessa iniciativa, a equipe da Trans Mundial convidou apresentadores para sugerirem ações para o momento de agradecimento entre família e amigos próximos.

Nas próximas páginas você confere orientações práticas para preparar seu coração, sua casa e as companhias que tiver por perto para comemorar com alegria e intencionalidade o Dia de Ação de Graças.

Nossa oração é que este material desperte em seu coração a necessidade e a percepção do privilégio que é agradecer ao Senhor pelas bênçãos a ponto de você ser feliz em Cristo e recitar em todos os outros dias do ano: “Conta as bênçãos! Dize quantas são recebidas da divina mão! Vem dizê-las, todas duma vez. E verás surpreso quanto Deus já fez!”.

*Com carinho,
Equipe RTM.*

ADORAÇÃO

Como se preparar para o momento de adoração?

A adoração faz parte da caminhada de todo cristão que deseja ter coração grato. Este é o primeiro passo. Seu ponto de partida.

Por isso, para falar deste assunto, convidamos o Renato Marinoni, fundador do IACA (Instituto de Adoração, Cultura e Arte) e apresentador do programa #Adoração, da RTM. Ele traz orientações para você preparar o seu momento de louvor. Confira:

Rádio Trans Mundial: Antes de dar a parte prática, poderia dizer o que significa adoração?

Renato: Em suma, a adoração é a resposta de alguém à revelação de Deus. A revelação de Deus produz transformação. Na prática, essa transformação honra o que foi revelado de Deus e nos torna mais parecidos com ele. Isso é adoração.

Como deve ser o momento de louvor e adoração no Dia de Ação de Graças?

Renato: De acordo com o livro de Romanos 1.18, a gratidão honra a Deus. O Salmo 100 diz que devemos entrar na presença de Deus com gratidão. Se tivermos consciência de quem somos e de quem Deus é, a gratidão é a única resposta adequada.

Há um passo a passo para esse momento? Se sim, qual?

Renato:

1. Medite no que Deus fez no passado: o livro de Salmos traz vários exemplos dessa prática. O louvor está voltado ao que Deus tinha feito na história de Israel.
2. Aqueça o coração com a esperança do que Deus fará no futuro: Às vezes colocamos nosso foco apenas no presente, quando na verdade somos chamados a proclamar o que o Senhor fez e fará. Devemos anunciar a esperança da restauração do novo céu e da nova terra.
3. Aponte para a mensagem principal. As canções selecionadas devem guiar nossa mente e o coração para o maior presente dado pelo Senhor: a vinda de Jesus que liberta e traz a mensagem do Reino de Deus.

ADORAÇÃO

Ao adorar, onde deve estar o foco de nossa atenção?

Renato: Sempre na grandeza e santidade de Deus. Sua santidade é tudo que o torna único. Logicamente isso nos leva a ter uma percepção de nossa pequenez. Agradecemos a Deus porque sabemos que não merecemos sua graça.

Para ouvir

Para complementar e ajudar a aplicar, a RTM preparou uma playlist com conteúdo sobre gratidão para você e sua família ouvir e acrescentar no momento de adoração. Pegue seu celular, aponte para o QR Code e adore com sua família e amigos!



ORAÇÃO

Como fazer uma oração de gratidão?

"Deem graças ao Senhor porque Ele é bom; o seu amor dura para sempre!"
Salmo 136.1

O segundo passo é fazermos aquilo que louvamos e cantamos. É conversar com o Pai, o Deus que tem conduzido nossa história, que tem derramado bênçãos e momentos de crescimento, bons ou ruins, para sermos cada vez mais parecidos com Cristo.

Para isso, Susie Pek, apresentadora e coordenadora do [ministério Mulheres de Esperança RTM](#) para o Brasil, a América Latina e o Caribe, traz uma reflexão e orientações práticas para você aplicar em seu segundo momento de ação de graças. Leia:

Você já percebeu que a gratidão aquece o coração? Ela pode ser explicada como o reconhecimento por alguém que nos ajudou, nos favoreceu ou nos fez algum tipo de bem. Ela é abrangente e vem do fundo do coração. Podemos ser gratos pelos motivos mais variados possíveis. Aliás, é incrível ouvir o ponto de vista de cada um sobre a vida e os motivos de agradecimento.

A gratidão é tão maravilhosa que consegue até mudar nosso humor, não por conter algo especial, mas por nos apontar àquele que é o doador de toda boa dádiva e todo dom perfeito: o nosso Pai.

Quando começamos a enumerar todos os benefícios do Senhor em nossa vida, a única resposta que podemos oferecer é louvor e adoração a Ele. Quantos presentes e favores imerecidos recebemos de sua mão, a começar pela salvação em Cristo Jesus!

Por se tratar de algo tão sublime, fico feliz em saber que o Brasil dedica um dia de seu calendário à gratidão. Apesar de não ser feriado, a última quinta-feira do mês de novembro é Dia de Ação de Graças no nosso país.

Sem dúvida o tema merece destaque especial diariamente em nossa mente e no coração, entretanto é bonito pensar que nesse dia, ou num dia neste mês, podemos juntar amigos e familiares e ter um tempo de celebração em que todos apresentam seus motivos de agradecimento a Deus por tudo o que Ele faz, e acima de tudo por quem Ele é.

ORAÇÃO

Pessoalmente comemoro a data há vários anos. As celebrações já tiveram vários formatos, jeitinhos e menus - desde o cardápio tradicional americano até um simples sanduíche bem brasileiro! O que torna a refeição especial são os motivos de gratidão compartilhados ali. Comecei quando ainda era solteira e até hoje essa data é muito especial. Alguns motivos de gratidão permanecem os mesmos, mas todo ano muitos outros vão sendo adicionados à lista.

Celebrar essa data sempre é um momento de expectativa para os destaques de gratidão do ano! Como escolher apenas um ou dois em meio a tantos? É mais maravilhoso ainda é ouvir outros compartilhando seus agradecimentos, tantas vezes em meio a mares tempestuosos.

Se você ainda não comemora essa data, posso sugerir que você comece essa nova tradição?

1. Você pode comemorar mais de uma vez e com mais de um grupo de pessoas.
2. Se você celebrar com uma refeição, enquanto compartilham o 'pão' compartilhem também suas expressões de gratidão.
3. E para fechar com chave de ouro, passe um tempo em oração só de gratidão a Deus por todos os motivos compartilhados.
4. "Como é bom cantar louvores ao nosso Deus! Como é agradável e próprio louvá-lo!" Salmo 147.1

PARA APLICAÇÃO

- Liste em uma folha os motivos de gratidão que estão em seu coração.
- Quais ensinamentos esses pedidos lhe trouxeram à mente?
- Como o Senhor tem ajudado você nesses pedidos a ser mais parecido com Cristo?
- Deixe essa folha em um ambiente perto para vê-la todos os dias.
- Agradeça mais uma vez ao Senhor com a leitura do Salmo 118.

DEVOCIONAL

Como fazer uma devocional voltada para gratidão?

Para essa terceira parte da nossa celebração de ação de graças, convidamos um apresentador querido por suas reflexões de quinta de manhã.

Toda semana ele proporciona um tempo com Deus de calma, persistência e esperança. Consegue adivinhar quem é?

O bispo Marcos Garcia, da Igreja Metodista, apresentador do programa “Um Tempo com Deus”, preparou uma devocional para você ler sozinho ou acompanhado. Ao final há perguntas para meditação e aplicação. Aproveite!

“Em tudo dai graças, porque esta é a vontade de Deus em Cristo Jesus para convosco” 1 Tessalonicenses 5.18

O Natal está chegando! O Natal pós-pandemia. Pelo menos para o comércio. Você já reparou quantas árvores de Natal estão espalhadas pelo nosso caminho? Lojas, shoppings, avenidas, ruas... e nós? Vamos ter uma árvore de Natal como todos os anos? Claro que sim, só que sua árvore se inicia com um grande e especial propósito: gratidão. Faça este exercício em família.

Na última quinta-feira de novembro é comemorado o Dia Nacional de Ação de Graças. Nós, em nossa comunidade de fé, utilizamos esta data como o ponto inicial da nossa celebração de Natal. É o dia em que decoramos a nossa “árvore de Natal” com nossa gratidão.

A Palavra do Senhor afirma “em tudo dai graças”. Gosto sempre de lembrar do hino 338 H.E. que diz: “conta as bênçãos, dize-as de uma vez, e verás surpreso quanto Deus já fez”. Precisamos resgatar numa sociedade tão agitada o tempo de parar, reconhecer e agradecer os grandes feitos do Senhor em nossa vida. Você pode decorar sua árvore com algo que simbolize sua gratidão.

Afinal, estamos vivos. Estamos dizendo a nós mesmos e ao nosso Deus que temos um coração grato e reconhecido de Suas muitas bênçãos.

DEVOCIONAL

Nossa ação de graças não tem “peru” como nos Estados Unidos, mas é um dia em que trazemos nossa gratidão perante o altar do Senhor.

Por isso, quero desafiar você a refletir em sua devocional sobre as muitas bênçãos que têm recebido da parte do nosso Deus:

- Você tem sido abençoado por Deus? Na sua vida pessoal, familiar, profissional?
- Em quais áreas da sua vida você pode testemunhar: Sou uma pessoa abençoada por Deus?

Este é um momento de gratidão ao nosso Deus. Vamos celebrar o Dia Nacional de Ação de Graças!

Que em sua devocional você possa expressar sua gratidão a Deus por todas as bênçãos derramadas em sua vida e testemunhar aos seus irmãos e irmãs o quanto Deus tem feito em sua vida. Afinal, grandes coisas o Senhor tem feito por eles.

PARA APLICAÇÃO

1. Quais pontos dessa devocional lhe chamaram mais atenção?
2. O que é ser uma pessoa descontente?
3. Em quais áreas você tem sido menos grato, e por quê?
4. Como fazer para mudar essa realidade de descontentamento para contentamento e gratidão?
5. O que você precisa fazer a partir de hoje para ser mais grato?

REFEIÇÃO DE GRATIDÃO

Antes de ir para essa última etapa, esperamos que você tenha feito a sua oração de gratidão pelo tempo devocional e por este alimento. Se ainda não fez, não pule esta parte! Ela é importante.

Depois de feita esta parte, vamos para o momento da refeição. Ele é de extrema importância para apreciar não apenas a comida, um dos símbolos do sustento do Senhor, mas também a companhia de familiares e amigos.

Por isso, pensando em auxiliar na montagem de cada prato, a equipe da Trans Mundial convidou a nutricionista e colunista do “Mais Saúde”, do “Fique Por Dentro”, Eneida Ramos.

A profissional montou exclusivamente para os ouvintes da RTM um cardápio saudável, acessível e fácil de fazer em casa para que a celebração fique completa. Confira:

Sugestão de cardápio para o Dia de Ação de Graças

Entrada:

- Salada de folhas verdes, tomate (cereja ou grape), folhas de manjericão ou orégano.

Prato principal:

- Filé de peixe assado com amêndoas (pode utilizar outra fruta oleaginosa da sua região);
- Arroz branco com cheiro verde picado e lascas de cenoura;
- Brócolis no alho e azeite.

Sobremesa:

- Abacaxi com raspas de limão ou canela salpicada.

REFEIÇÃO DE GRATIDÃO

O menu pode ser feito tanto para almoço quanto para jantar. Para que a alimentação seja completa e mais bem aproveitada, Eneida traz algumas orientações:

PARA APLICAÇÃO

1. Capriche na arrumação da mesa, coloque um vasinho na mesa e use a sua melhor louça.
2. Faça o seu prato. Olhe para a sua refeição e agradeça.
3. Coma em silêncio por alguns minutos.
4. Feche os olhos e pense em toda a trajetória que o seu alimento percorre até chegar ao seu prato.
5. Viva o momento presente e desfrute o prazer de comer.

TESTEMUNHO

Minha história com a Rádio Trans Mundial começou em 1994, por meio do meu esposo Walter. Na época, ele ouvia pelas O.C. via Bonaire, mas a sintonia ficou cada vez mais difícil com a família crescendo, o emprego exigindo.

Voltamos a ouvir novamente em 2013, dessa vez com internet. Nesse tempo meu esposo foi diagnosticado com câncer e desde então nos comprometemos a ouvir todos os dias.

Os momentos gratificantes para mim foram os encontros da RTM na sua Igreja, onde conhecemos (eu e meu esposo) de perto os programas “[Rota 66](#)”, do pastor e professor Luiz Sayão, e “[Através da Bíblia](#)”, do pastor Itamir Neves. Usamos estes programas para fazer nosso estudo bíblico em casa.

Um segundo motivo de gratidão foi em 2017, ano em que tivemos a oportunidade de conhecer de perto o [Presente Diário](#) em áudio. Desde então, compartilho-o todos os dias com várias pessoas pelo WhatsApp e o divulgo pelas redes sociais, para que muitos tenham o acesso e a oportunidade de conhecer essa benção diária para nossa vida.

Também sou grata pelos estudos do “[Através da Bíblia](#)” que têm sido instrumento de bênção para minha família. É um estudo profundo e compreensível que tem me levado a uma reflexão íntima e pessoal com o Eterno. Sou imensamente grata a Deus por ter conhecido a Trans Mundial, que faz parte da minha história já há alguns anos, pela equipe maravilhosa, sempre disposta e atenciosa. Sou grata por ter conhecido as instalações da RTM.

Sou grata pelos cinco encontros de ouvintes em português, pelas músicas tocadas de vários estilos e gostos e pelos conteúdos - destaco dois programas inclusive: “[Espelho na Janela](#)” e “[Mulheres de Esperança](#)” - e, por fim, pela alegria cativante dos locutores. Minha oração é que o Eterno continue derramando bênçãos infinitas sobre este ministério.

Para mim, a RTM é uma rádio que pode ser ouvida em qualquer lugar e horário. É uma rádio que abençoa, tem o que você precisa para sua vida pessoal com Deus, com princípios, com lições diárias para nossa vida em comunhão com Ele. Por isso, sou grata.

Beatriz Prieze Wendhausen - Pomerode/SC.

SOBRE A RTM

A Rádio Trans Mundial é uma missão cristã que trabalha por meio da produção de publicações, programas e podcasts diversificados.

A RTM faz parte da Trans World Radio (TWR), rede global de rádios, presente em mais de 190 países por meio de parceiros.

No Brasil, a RTM está em atividade desde 1970 e chega a 16 estados brasileiros por meio do Projeto Antenas.

Para saber mais e ouvir a programação ao vivo, acesse transmundial.org.br e acompanhe nossas redes sociais Facebook [[radiotransmundialoficial](#)], Instagram [[@radiotransmundial](#)] e Twitter [[@transmundial](#)].

FICHA TÉCNICA

FICHA TÉCNICA

Coordenação:	Beatriz Gonçalves
Supervisão:	Ricardo Kroskinsque
Diagramação/Artes:	Queko Brown
Apoio editorial:	Lucas Meloni
Revisão:	Roland Körber
Participantes:	Renato Marinoni, Susie Pek, Marcos Garcia, Eneida Ramos e Beatriz Priese Wendhausen

Todos os direitos reservados à Rádio Trans Mundial
Reprodução autorizada desde que citada a fonte