

# Como Santificar o Sábado

## Orientações Gerais

“Observando o monumento comemorativo da criação do mundo em seis dias e do descanso do Criador no sétimo dia, **santificando o sábado, de acordo com as Suas instruções**, os israelitas deviam **declarar ao mundo sua lealdade** ao único e verdadeiro Deus vivente, o Soberano do Universo.”

Mensagens Escolhidas, Vol. III, p. 256.

**“Há necessidade de uma reforma do sábado entre nós, que professamos o santo dia de repouso. Algumas pessoas comentam os seus assuntos comerciais e fazem planos no sábado, e Deus considera isso como se estivessem empenhadas no próprio ato da transação comercial.”**

# O Dia de Preparação

**“Durante toda a semana nos  
cumpre ter em mente  
o sábado e fazer a preparação  
indispensável, a fim de  
observá-lo conforme o  
mandamento.”**

Eventos Finais, p. 77.



“Embora a preparação para o sabbado deva prosseguir durante toda a semana, **a sexta-feira é o dia por excelência da preparação.**”

Testemunhos Seletos, Vol. I, p. 21.

**“Na sexta-feira deverá ficar terminada a preparação para o sábado. Tende o cuidado de pôr toda a roupa em ordem e deixar cozido o que houver para cozer. Escovai os sapatos e tomai vosso banho. É possível deixar tudo preparado, se se tomar isso como regra.”**

Orientação da Criança, p. 528.

**“Antes do pôr-do-sol, ponde de parte todo trabalho secular, e fazei desaparecer os jornais profanos.**

**Explicai aos filhos esse vosso procedimento e induzi-os a ajudarem na preparação, a fim de observar o sábado segundo o mandamento.”**

Testemunhos Seletos, Vol. III, p. 22.



“Muitos adiam negligentemente até ao começo do sábado **pequenas coisas que deviam ter sido feitas no dia de preparação.** Isto não se deve fazer. Todo trabalho negligenciado até ao começo do sábado deve ficar por fazer até que ele haja passado.

Testemunhos Seletos, Vol. II, p.185.

**“Devemos observar cuidadosamente os limites do sábado. É bom lembrar que cada minuto é tempo sagrado. Sempre que possível, os patrões deverão conceder aos empregados as horas que decorrem entre o meio-dia da sexta-feira e o começo do sábado. Dessa forma, terão tempo para a preparação, a fim de poderem saudar o dia do Senhor com sossego de espírito. Assim procedendo não sofrerão nenhum prejuízo, nem mesmo quanto às coisas materiais.”**

Conselhos Para a Igreja, p. 268.3.

“Há ainda outro ponto a que devemos dar a nossa atenção **no dia da preparação.** Nesse dia **todas as divergências existentes entre irmãos, tanto na família como na igreja, devem ser removidas.** Afaste-se do coração toda amargura, ira ou ressentimento. Com espírito humilde “confessai as vossas culpas uns aos outros, e orai uns pelos outros, para que sareis.”

Conselhos Para a Igreja, p. 268.4.

**“Antes do pôr-do-sol, todos os membros da família devem reunir-se para estudar a Palavra de Deus, cantar e orar. A esse respeito estamos precisando de uma reforma, porque muitos há que se estão tornando descuidados. ”**

Conselhos Para a Igreja, p. 269.2.



Que Horas Inicia-se o  
Sábado?



**“Ao pôr-do-sol do dia  
de preparação, soaram  
as trombetas,  
anunciando o começo  
do sábado.”**

O Desejado de Todas as Nações, p. 774.

Ao Iniciar o Sábado...

**“Ao começar o sábado, devemos pôr-nos guarda a nós mesmos, a nossos atos e palavras, para que não roubemos a Deus, aproveitando-nos para nosso próprio uso daquele tempo que pertence estritamente ao Senhor.”**

Testemunhos Seletos, Vol. I, p. 290

“Deus requer, não somente que nos abstenhamos do trabalho físico no sábado, mas que a mente seja disciplinada de modo a pensar em temas santos.”

Testemunhos Seletos, Vol. I, p. 290.

Como Deve Ser Meu  
Vestuário no Sábado?



“Todos os que se reúnem aos sábados para adorar a Deus devem, se possível, ter **um traje correto, bem assentado, distinto** [diferente, separado], para usar na casa de culto. É desonra para o sábado, e para Deus e Sua casa, que os que professam ser o sábado o santo dia do Senhor, digno de honra, usem nesse dia **a mesma roupa que usaram durante a semana...**”

Mensagens Escolhidas, Vol. II, p. 474.)

Podemos Viajar no  
Sábado?

“Se desejamos a bênção prometida aos obedientes, devemos observar mais estritamente o sábado. Temo que muitas vezes empreendamos nesse dia **viagens que bem poderiam ser evitadas**. De conformidade com a luz que o Senhor nos tem concedido em relação com a observância do sábado, **devemos ser mais escrupulosos quanto a viagens nesse dia**, por terra ou mar. A esse respeito devemos dar às crianças e jovens bom exemplo. **Para ir à igreja**, que requer a **nossa cooperação** ou à qual devemos **transmitir a mensagem** que Deus lhe destina, **pode tornar-se necessário viajar no sábado**; mas sempre que possível devemos, **no dia anterior, comprar a passagem e tomar todas as disposições necessárias**. Quando empreendermos viagem, devemos esforçar-nos o mais possível por **evitar que o dia da chegada ao destino coincida com o sábado**.”

Conselhos Para a Igreja, p. 273.2.

**“Quando obrigados a viajar no sábado, cumpre evitarmos a companhia dos que procuram atrair-nos a atenção para as coisas seculares. Devemos ter a mente concentrada em Deus e com Ele entreter comunhão...”**

Conselhos Para a Igreja, p. 273.3.

# Nossas Palavras e Pensamentos no Sábado



“Devemos vigiar nossas palavras e pensamentos. Aqueles que no sábado discutem **assuntos de negócios ou fazem planos**, são considerados por Deus como se estivessem empenhados **na própria transação** de negócio. Para santificar o sábado não devemos mesmo permitir que nosso espírito se ocupe com coisas de caráter mundano.”

Conselhos para a Igreja, p. 275.1.

“O quarto mandamento é transgredido mediante o **conversar-se sobre coisas mundanas, ou leves e frívolas. Falar sobre qualquer coisa ou sobre tudo que nos vem à mente, é falar nossas próprias palavras. Todo desvio do direito nos põe em servidão e condenação.**”

Testemunhos Seletos, Vol. I, p. 290.

**“Os que não se acham inteiramente convertidos à verdade, deixam com freqüência que a mente lhes corra às soltas sobre negócios mundanos e se bem que repousem dos labores físicos no sábado, a língua fala do que está no espírito; daí, essas conversas sobre gado, colheitas, prejuízos e lucros. Tudo isto é violação do sábado. Se a mente gira em assuntos mundanos, a língua o revelará; pois da abundância do coração fala a boca.”**

Testemunhos Seletos, Vol. I, p. 291.

Devemos Cozinhar no  
Sábado?

“O sábado **não deve** ser  
empregado em  
consertar roupa, **cozer o**  
**alimento**, nem em  
divertimentos ou quaisquer  
outras ocupações mundanas.”

Orientação da Criança, p. 528.



**“Deve-se evitar cozinhar no sábado; não é por isso necessário comer frio. No tempo frio, a comida preparada no dia anterior deve ser aquecida. E as refeições, embora simples, sejam saborosas e atrativas.”**

Ciência do Bom Viver, p. 307.

O Sábado não Deve ser  
um Dia Ruidoso

“Barulho ruidoso e contenda não  
devem ser permitidos em nenhum  
dia da semana; mas no sábado  
**todos devem manter silêncio.**  
Não devem ser ouvidas **ordens**  
**em voz alta em nenhuma**  
**ocasião...**”

Mensagens Escolhidas, Vol. III, p. 258.

As Crianças Podem  
Brincar no Sábado?

“Estamos em perigo de fazer  
nossa própria vontade no dia de  
sábado. **Não um dia para  
procurar prazeres, nadar ou  
jogar bola, Deus quer que todas  
as Suas dádivas sejam  
apreciadas.”**

Mensagens Escolhidas, Vol. III, p. 258.



“Acima de tudo, cuidai de vossos filhos no sábado. Não permitais que eles o violem, pois vós mesmos o estareis violando se consentirdes que vossos filhos o façam. Quando permitis que vossos filhos **brinquem no sábado**, Deus vos considera transgressores dos mandamentos. Transgredis o Seu sábado.”

Mensagens Escolhidas, Vol. III, p. 257.

“A Escola Sabatina e o culto de pregação ocupam apenas uma parte do sábado. O tempo restante poderá ser passado em casa e ser o mais precioso e sagrado que o sábado proporciona. Boa parte desse tempo deverão **os pais passar com os filhos**. Em muitas famílias, os **filhos menores são abandonados a si próprios**, a fim de **se entreterem como melhor puderem**. Abandonadas a si mesmas, as **crianças** em breve **ficam inquietas** e começam a **brincar ou ocupar-se de coisas inadequadas**. Desse modo, **o sábado perde para elas sua importância sagrada.**”

Conselhos Para a Igreja, p. 269.6.

# Como Deve Ser Nossa Alimentação aos Sábados?

“Não devemos preparar para o sábado mais liberal provisão de alimento, nem maior variedade que nos outros dias. Em lugar disso, a comida deve ser **mais simples, e menos se deve comer...**



... Comendo demais  
no sábado, muita gente faz  
mais do que julga para se  
tornar **incapaz de receber o**  
**benefício** de suas sagradas  
oportunidades.”

Ciência do Bom Viver, p. 307.



Devemos Lavar Louça  
no Sábado?

**“Recomendamos a todos que não lavem sua louça no sábado se for possível evitá-lo. Deus é desonrado por todo trabalho desnecessário efetuado no Seu santo dia. Não é incoerente, e, sim, apropriado, que a louça fique por lavar até o fim do sábado, se isto puder ser feito assim.”**

Mensagens Escolhidas, Vol. III, p. 307.

Energia para o Sábado

**“Não permitais que toda a vossa força e energia sejam empregadas em coisas mundanas, temporais, durante a semana, de modo que não tenhais energia e força moral para consagrar ao serviço de Cristo no sábado.”**

Testemunhos Seletos, Vol. II, p. 563.

“Desagrada a Deus que os observadores do sábado **durmam muito tempo no sábado...** Precisam ganhar dinheiro, mesmo que seja roubando-se do necessário sono, que **recuperam dormindo durante as horas santas.** Depois, desculpam-se, dizendo: "O sábado foi dado para dia de descanso. Não me privarei do repouso para ir à reunião; pois preciso descansar."

Testemunhos Seletos, Vol. I, p. 291,292.



# Os Guardadores do Sábado Trabalham

“Deus determinou que se cuidasse  
dos doentes e sofredores; **o**  
**trabalho exigido** para lhes  
proporcionar conforto é uma **obra**  
**de misericórdia**, e não é violação  
do sábado; mas todo o trabalho  
desnecessário deve ser evitado.”

Conselhos Para a Igreja, p. 272.5.

“De acordo com o quarto mandamento, o sábado foi dedicado ao repouso e ao culto religioso. Toda atividade secular devia ser suspensa, mas **as obras de misericórdia e beneficência** estavam em harmonia com o propósito do Senhor. Elas não deviam ser limitadas a tempo ou lugar. **Aliviar os aflitos, confortar os tristes, é um trabalho de amor que faz honra ao dia de Deus.**”

Beneficência Social, p. 77.1.

# O Sábado e a Família

“Quando faz bom tempo, devem os pais sair com os filhos a passeio pelos campos e matas...

- Expliquem-lhes a razão da instituição do sábado.
- Descrevam-lhes a grande obra da criação de Deus.
- Contem-lhes que a Terra, quando Ele a fez, era bela e sem pecado...
- Mostrem-lhes que foi o pecado que manchou essa obra perfeita; que os espinhos, cardos, aflição, dor e morte são o resultado da desobediência a Deus.



- Expliquem-lhes, também, que, apesar da maldição do pecado, a Terra ainda revela a bondade divina...
- Falemo-lhes do plano da salvação...
- Vamos repetir para eles a doce história de Belém...
- De quando em quando, devemos ler para eles as interessantes histórias contidas na Bíblia.
- Perguntar-lhes acerca do que aprenderam na Escola Sabatina,
- E estudar com eles a lição do sábado seguinte.”

Testemunhos Para a Igreja, p. 269.7 e 270.1.

# Tornar o Sábado um Dia Deleitoso

**“Devemos tornar o sábado tão interessante para nossa família, que sua volta semanal seja saudada com alegria...Pais, tornai o sábado um deleite, para que vossos filhos o aguardem, acolhendo-o de coração.”**

Testemunhos Seletos, Vol. I, p. 281.

# A Promessa

“Se desviares o pé de profanar o sábado e de cuidar dos teus próprios interesses no meu santo dia; se chamares ao sábado deleitoso e santo dia do Senhor, digno de honra, e o honrares não seguindo os teus caminhos, não pretendendo fazer a tua própria vontade, nem falando palavras vãs, então, te deleitarás no Senhor. Eu te farei cavalgar sobre os altos da terra e te sustentarei com a herança de Jacó, teu pai, porque a boca do Senhor o disse.”

Isaías 58:13,14.



Fim