**Meditação (1)**A oração é um refrigério para o meu coração. Quando oro, um sem número de bênçãos caem sobre mim e conquisto um dos requisitos para me tornar "uma mulher que edifica!, "uma mulher segundo o coração de Deus"  
. Quando oro e derramo minha alma junto ao Senhor, bênçãos surgem em minha vida...   
\* tenho uma relação mais profunda com Deus...   
\* cresço espiritualmente em muitas direções...   
\* aumento a minha fé (quando perguntaram ao Dr Howard Hendricks como ensinar fé aos filhos, ele respondeu? "Faça-os manter uma lista de oração." Nossos filhos e nós mesmas vamos ver pedido por pedido serem respondidos)...  
\* descarrego meus problemas e preocupações. 1Pe 5:7 diz: "Lançando sobre Ele toda a vossa ansiedade, porque Ele tem cuidado de vós."   
Corrie Ten Boom, mulher segundo o coração de Deus e que sofreu muito em campos de concentração, disse o seguinte: "Como um camelo se ajoelha perante o seu dono para que ele remova o seu fardo, assim ajoelhe-se e deixe seu Mestre levar o fardo que você tem carregado.")...   
\* tenho sempre Deus perto, sempre presente em qualquer condição. (Valdenira N. de M Silva)