



Primeiro DEUS

Comunhão e Santidade

Teen

Primeiro
DEUS

Comunhão e Santidade

**Coordenação e Produção Editorial:**

Graciela de Hein
Pr. Miguel Pinheiro
Pr. Herbert Boger Junior

Colaboradores Especiais:

Sonia Rigoli
Aline Rocha Do Valle

Editoração:

Sueli Ferreira de Oliveira e Ariane M. Oliveira

Projeto Gráfico e Capa:

Milena Ribeiro
Programação visual: Samuel Krummenauer Santana
Imagens de capa:
Lightstock e Fotolia
Imagens internas:
Fotolia

Tiragem:

????????? exemplares
15701/34121

CASA PUBLICADORA BRASILEIRA

Rodovia SP 127, km 106
Caixa Postal 34 – CEP 18270-970
Tatuí, SP – Fone: (15) 3205-8800
www.cpb.com.br

Este material é uma adaptação do Seminário de Enriquecimento Espiritual (SEE) Adultos. Todos os textos bíblicos mencionados neste livro são da NVI (Nova Versão Internacional).
As exceções estão indicadas.

Jornada Espiritual Primeiro Deus

Comunhão e Santidade



TEEN

Sumário

O começo da jornada	6
---------------------------	---

Para se relacionar com Deus

	1º Dia	Função “soneca”	8
	2º Dia	A isca	10
	3º Dia	Conectado	12
	4º Dia	Malhação	14
	5º Dia	#ficaadica	16
	6º Dia	Pássaro irritante	18
	7º Dia	Amor e paixão	20
	8º Dia	¿Hablas Español? Do you speak English?	22
	9º Dia	Fast x Slow	24
	10º Dia	Resumindo	26

Para andar diariamente com Deus

	11º Dia	Esconde-esconde (parte 1)	28
	12º Dia	Esconde-esconde (parte 2)	30
	13º Dia	Adolescere	32
	14º Dia	Você no topo	34
	15º Dia	Não é meu	36
	16º Dia	Posso ajudar?	38
	17º Dia	Game on	40
	18º Dia	Game over	42

Para se comunicar com Deus

	19º Dia	Porta fechada, ouvidos abertos	44
	20º Dia	A maior fonte de energia	46
	21º Dia	Liberdade	48
	22º Dia	O projeto de Ryan	50
	23º Dia	Sem tarifa	52
	24º Dia	Promessas	54
	25º Dia	O ex-adventista	56
	26º Dia	A lista de Schindler	58

Para ter mente santa

	27º Dia	A fonte da juventude	60
	28º Dia	Influência total	62
	29º Dia	Das drogas para Cristo	64
	30º Dia	Comida e espiritualidade	66
	31º Dia	Conselhos	68

Para cumprir a missão

	32º Dia	Maior sermão	70
	33º Dia	Deixando tudo por Jesus (parte 1)	72
	34º Dia	Deixando tudo por Jesus (parte 2)	74

Para ser um vencedor em Cristo

	35º Dia	Foco na missão	76
	36º Dia	O vazio insaciável	78
	37º Dia	Dentro ou fora	80
	38º Dia	Estamos sendo sacudidos	82
	39º Dia	O fim do conflito	84
	40º Dia	Por si só	86

	O reencontro	88
--	--------------------	----



Apresentação

O começo da jornada

Vamos começar ou reafirmar uma etapa para ter hábitos espirituais! Com este material, você verá que fomos salvos para ser santos e que Deus deve ocupar o primeiro lugar em nossa vida, cada dia. Durante a jornada, andaremos 40 dias com Deus, e mais um dia, que será dedicado a um reencontro. Prepare-se para uma experiência maravilhosa em sua vida espiritual!

Os temas da jornada estão divididos em sete partes:

- 1 | Você foi criado para se relacionar com Deus.
- 2 | Você foi criado para andar diariamente com Deus.
- 3 | Você foi criado para se comunicar com Deus.
- 4 | Você foi criado para ter mente santa.
- 5 | Você foi criado para cumprir a missão.
- 6 | Você foi criado para ser um vencedor em Cristo.
- 7 | Um dia para o reencontro.





“Os que põem toda a armadura de Deus e devotam algum tempo cada dia à meditação, oração e estudo das Escrituras estarão em ligação com o Céu e terão uma influência salvadora, transformadora sobre os que os cercam. Pensamentos elevados, nobres aspirações, claras percepções da verdade e dever para com Deus, serão seus. Ansiarão por pureza, luz, amor, por todas as graças do novo nascimento” (*Testemunhos Para a Igreja*, v. 5, p. 112, 113).

Andar com Deus e aprofundar o relacionamento com Ele é uma questão de vida e de longevidade, como diz em Deuteronômio 30:20: “E para que vocês amem o Senhor, o seu Deus, ouçam a sua voz e se apeguem firmemente a ele. Pois o Senhor é a sua vida, e ele lhes dará muitos anos.”

Andar com Deus diariamente nos permitirá viver um cristianismo autêntico.

A unção diária do Espírito Santo traz vida, e o poder de Cristo nos faz mais do que vencedores em todas as circunstâncias.

Desejamos que você desfrute destes 40 dias, andando diariamente com Deus, até que Ele o tome junto a Si, na volta de nosso Senhor Jesus.

Tenha diariamente grandes vitórias em Cristo!

Equipe de Mordomia Cristã e
Ministério do Adolescente da América do Sul.

Função “soneca”



Quando o despertador do celular toca, seu primeiro movimento da manhã é apertar a tecla que ativa a função “soneca” para garantir pelo menos mais cinco minutos de sono antes de começar a rotina da semana. Depois de acionar a mesma tecla umas três

vezes, você percebe que está superatrasado e liga o piloto automático do cérebro: tomar banho, vestir a roupa, arrumar o cabelo, escovar os dentes, procurar os tênis e as

meias (que quase nunca estão no lugar certo), e agarrar um pedaço de pão ou qualquer coisa que possa ser comida no trajeto até o colégio.

Depois dessa correria, você centraliza suas energias nas atividades para o vestibular; afinal, “nos dias de hoje, o preparo precisa começar cedo se você quiser entrar em uma boa universidade”, de acordo com seus pais, tios e professores. Porém, o foco no vestibular não atrapalha seus momentos sociais, já que durante as aulas, o WhatsApp e o Snapchat estão lhe contando em tempo real as “novidades” do momento.

Depois da aula, seu estômago está quase parecendo um buraco negro, que suga qualquer coisa em menos de cinco minutos. Por isso, nem pensar em pular o almoço (ou aquele lanche que você chama disso). Como o dia está lotado de trabalho, encontros e *selfies*, você nem pensa no propósito de tudo isso. Chega acabado em casa, termina de revisar a matéria da prova do dia seguinte, cai na frente da TV ou do computador, come tudo o que puder (já que não teve muito tempo), toma banho, vai deitar e, antes de dormir, confere os acontecimentos do dia nas redes sociais, tira a última *selfie* e “apaga”, esperando o momento de apertar o botão de “soneca” no dia seguinte.

Você, que é estudante, em geral organiza a própria vida seguindo três passos: a) alimentação; afinal, está na fase de crescimento; b) cuidado com a aparência, o que é importante; c) tentativa de ingresso em uma universidade. Por essas (e outras) razões, você se submete a uma rotina parecida com a que acabou de ler. Saiba que você não é o único. Na verdade, essas prioridades tomam conta do ser humano há muito tempo.

Alguém que deu prioridade ao paladar, aparência e conhecimento, colocou a humanidade sob o domínio de um terrível governante. Em Gênesis 3:6, está escrito: “Quando a mulher viu que a árvore parecia agradável ao paladar, era atraente aos olhos e, além disso, desejável para dela se obter discernimento, tomou

Você já culpou Eva por ter caído na armadilha de Satanás e nos deixar vivendo neste mundo de pecado? Quer saber? Você tem a mesma atitude dela na maior parte do dia.

do seu fruto, comeu-o” (itálico acrescentado). Você já culpou Eva por ter caído na armadilha de Satanás e nos deixar vivendo neste mundo de pecado? Quer saber? Você tem a mesma atitude dela na maior parte do dia.

No momento em que você aperta a tecla “soneca” pela primeira vez, está dizendo: “Deus, daqui a pouco a gente conversa.” Depois da segunda ou terceira vez (naquele momento em que você já está perdendo a hora), você se levanta tão apressadamente que se esquece do combinado e corre para comer alguma coisa, ficar apresentável e estudar para o vestibular. Em todas essas atitudes, você está caindo na cilada preparada por Satanás para desviar sua atenção de Deus.

Existem maneiras de fugir da soneca espiritual. Nos próximos dias, você descobrirá ou redescobrirá várias delas, mas a principal é: “Busquem, pois, em primeiro lugar o Reino de Deus e a Sua justiça, e todas essas coisas lhes serão acrescentadas” (Mateus 6:33, itálico acrescentado).

A isca





Espero que isso seja rápido, porque tenho muita coisa para fazer!”

Esse pensamento tomou conta do mundo moderno. É “chique” estar muito atarefado; dá uma sensação de responsabilidade. Parece ser feio dizer “não tenho nada para fazer”. Por isso, até quando realmente não há nada, você prefere inventar alguma coisa para não parecer desocupado.

Para burlar esse problema de não ter tempo de cumprir todas as tarefas, as pessoas têm procurado maneiras de administrar melhor o relógio. Algumas invenções, como a roda, a luz elétrica, o motor a combustão, o computador, a internet e o celular, ajudaram a conciliar tarefas e administrar melhor o tempo – de acordo com o senso comum. Mas será que, com essas engenhocas, realmente ganhamos tempo?

Pense: locomovendo-se com mais facilidade, as viagens passaram a ser interrompidas com menos frequência. Logo, há menos paradas pelo trajeto, mais viagens e menos tempo. Com a luz elétrica, o ser humano passou a estender a jornada de trabalho e a dormir cada vez mais tarde, descansando menos.

Com a internet e os dispositivos móveis, o ganho de tempo é ilusão. Afinal, nem mesmo para comer o ser humano para totalmente. Ele vê fotos, responde às mensagens, joga, assiste a vídeos, paga contas (no caso, seus pais) e, quando se dá conta, o dia acabou. Na tentativa de ganhar tempo, você percebe que ainda não teve tempo para tudo!

Essa rotina corrida, que depende da “soneca” do celular para conseguir mais uns minutos de descanso, foi a estratégia perfeita encontrada por Satanás para nos afastar de Deus. Da mesma forma que Eva, você está sendo fisgado por uma das iscas de Satanás: o controle do tempo.

Os franceses já tentaram mudar o número de horas do dia para conseguir mais tempo, mas não tiveram sucesso. Sabe por quê? O tempo foi feito por um Ser perfeito. Não precisamos nem de mais nem de menos. As medidas são perfeitas para você e para o restante do mundo.

Em 24 horas, é possível fazer muitas coisas, sem precisar dormir menos. Dormindo oito horas por dia, ainda sobram 960 minutos. *Em um minuto*: uma hemácia percorre todo o seu corpo, a Terra anda 28 km, o beija-flor bate as asas 4 mil vezes, 250 pessoas nascem, e 6 milhões de reações químicas ocorrem em seu corpo. Imagine quanto mais pode acontecer nos outros 959 minutos!

Por isso, quando Salomão escreveu que há “um tempo para cada propósito debaixo do céu” (Eclesiastes 3:1), não é porque o tempo dele fosse diferente do nosso.

Quando suas horas estão nas mãos do grande Administrador, o esquema de Satanás de torná-lo escravo do tempo é quebrado. O próprio Deus nos diz: “Se não sou Eu quem administra seu tempo, será inútil levantar cedo e dormir tarde, trabalhando arduamente por alimento, pelo conhecimento e conquistas pessoais. Eu cuido de você em todos os momentos e organizo todas as suas tarefas enquanto você dorme” (paráfrase do Salmo 127:1, 2).

Organizar seu tempo será mais simples se você deixar Deus administrá-lo. É claro que você tem uma função a desempenhar; afinal, a vida é sua. Um bom começo seria entregar 15 minutos a Deus (dos 960 do seu dia, tirando as oito horas de sono).

Se você está lendo este material, já decidiu usar o tempo em seu favor, deixando Deus no controle.

Pare agora e leia os seguintes versos: Jó 28:23-25; Isaías 40:22, 26; Salmo 127:1, 2. O Criador do Universo Se importa com seu tempo.

Quando suas horas estão nas mãos do grande Administrador, o esquema de Satanás de torná-lo escravo do tempo é quebrado.

Conectado





Você tem amigos virtuais, que nunca viu pessoalmente, com os quais se relaciona nas redes sociais? Tem amigos que mudaram para longe com quem você continua se comunicando por telefone ou internet?

Existem pessoas que acreditam ser impossível se relacionar com Deus, pois não podem vê-Lo. Porém, da mesma forma como você conversa com um amigo distante, pode conversar com Deus. Os passos são quase os mesmos, e, às vezes, até mais fáceis.

Você precisa:

- Abrir o dispositivo de conexão (sem depender de 3G, 4G ou Wi-Fi).
- Puxar conversa (vale até por pensamento).
- Ler as respostas (por meio da Bíblia, encontrada em qualquer dispositivo móvel).
- Achar pontos em comum para cultivar a amizade. Ao longo do tempo, isso se torna superfácil. Afinal, Deus conhece você muito bem.

A conexão é simples, basta querer. Talvez você já tenha ficado desanimado por achar que a “rede” pudesse ter caído ou travado e, por isso, Deus não tenha respondido. Acalme-se. O próprio Deus diz: “Vocês Me procurarão e Me acharão quando Me procurarem de todo o coração” (Jeremias 29:13).

Mesmo que imagine estar falando sozinho, saiba que, em algum momento, você ouvirá o outro lado da conversa. Depende somente da sua permissão.

Comunicar-se com Deus não é só dizer palavras prontas ou seguir rituais espirituais. Você precisa *querer* falar e ouvir. Cultos em família ou na igreja são maravilhosos, mas, se você não tiver uma conexão pessoal com Jesus, eles não serão significativos. Por isso, o verso bíblico termina com a expressão: “quando me procurarem de coração”. Dirigir o primeiro pensamento de cada manhã a Deus pode fazer grande diferença.

Assim como você acorda e mexe no celular para ver as mensagens de todas as redes, é preciso verificar os recados de Deus. Ele está sempre *online*; e, ao longo do dia, em qualquer momento e lugar, é possível continuar a conversa da manhã, ou começar um novo tópico.

Outro aspecto interessante é que você não precisa se preocupar em falar formalmente. Um simples “Bom dia, Senhor. O que o Senhor tem para mim hoje?” coloca Deus em seu primeiro pensamento.

Um detalhe importante é que, enquanto você dorme, o cérebro processa as mensagens adquiridas ao longo do dia. Então, um passo

importante para quem quer manter contato com Deus é buscar informações que o levem para perto dEle durante o dia todo.

Foi difícil dedicar a Deus 15 minutos pela manhã ontem? Tente separar dez pela manhã e cinco à noite, ou o contrário. Ao longo do dia, continue a conversa com Ele. Você não vai precisar parar para digitar, gravar áudio ou tirar foto, nem vai depender de Wi-Fi, 3G ou 4G; pode até estar de olhos abertos, sentado, andando ou pulando. Pense em Deus; Ele estará o tempo todo *online*. “Vocês Me procurarão e Me acharão quando Me procurarem de todo o coração” (Jeremias 29:13).

Assim como você acorda e mexe no celular para ver as mensagens de todas as redes, é preciso verificar os recados de Deus. Ele está sempre *online*; e, ao longo do dia, em qualquer momento e lugar, é possível continuar a conversa da manhã ou começar um novo tópico.

Malhação

**M**

esmo que você nunca tenha entrado em uma academia, deve saber que as pessoas vão ali para alcançar alguns objetivos: ganhar força, emagrecer, definir músculos, melhorar a coordenação motora, a agilidade, a postura e o equilíbrio.

Na academia, o instrutor ou *personal trainer* vai informar os exercícios que devem ser feitos, em quais aparelhos e a quantidade de séries de repetição.

Se você não seguir as instruções, possivelmente não alcançará os objetivos.

Por exemplo, se você quiser perder a barriga, mas se recusa a fazer exercícios abdominais, é quase certo que sua barriguinha vai continuar aí. Portanto, é preciso *ouvir, entender e obedecer* ao treinador.

Na vida espiritual, acontece a mesma coisa. Para se tornar um cristão verdadeiro, vencer tentações do inimigo, ser feliz, bem-sucedido e se preparar para viver na companhia de Deus, alguns exercícios são necessários.

As recomendações variam de acordo com o condicionamento espiritual da pessoa. Se você é iniciante no treino, mantenha a calma. Aos poucos, aumente suas séries e diminua os intervalos. A prática dos três passos sugeridos abaixo estimulará sua fé e, em consequência, aproximará sua vida de Jesus.

1 | Oração: Você pode falar sobre o que quiser, inclusive pedir que Ele o ajude a ter vontade de orar. Mas não pense em Deus como o gênio da lâmpada, ou seja, não faça apenas pedidos. Compartilhe seu dia e suas expectativas. Ele quer ouvir como você se sente nos bons e maus momentos. Deus conhece tudo e, ao conversar sobre esses assuntos com Ele, você aprenderá a confiar mais.

2 | Estudo da Bíblia: A Bíblia é o WhatsApp que Deus usa para Se comunicar com você. Ela contém dicas de comportamento e relacionamento, além de todo tipo de literatura que varia de ciência até humor. Com a Palavra de Deus, você consegue enxergar o melhor caminho a ser seguido. Por isso, o salmista escreveu: “Lâmpada para os meus pés é a Tua palavra e, luz para os meus caminhos” (Salmo 119:105, ARA). Ler a Bíblia é muito gostoso e divertido. “Feliz quem lê as palavras desta profecia e felizes aqueles que ouvem e guardam o que nela está escrito” (Apocalipse 1:3).

3 | Testemunho: Quando você compartilha suas crenças, elas se tornam ainda mais reais. Por isso, testemunhar o ajuda a ter mais fé. Não se preocupe: compartilhar não é apenas falar, mas *viver* o que se acredita. As pessoas perceberão a diferença e buscarão saber o que está acontecendo na sua vida. E o melhor é que você não precisará se preocupar com o que dizer: “Não serão vocês que estarão falando, mas o Espírito Santo falará por intermédio de vocês” (Mateus 10:20, com adaptação).

Da mesma forma que seus músculos vão ficando mais fortes conforme

“Consagre-se a Deus pela manhã. Faça disso a sua primeira atividade. E ore: ‘Toma-me, Senhor, para ser Teu inteiramente’”.

você malha, a fé também cresce com seu empenho espiritual. Não desanime. Esse tipo de exercício é o melhor que existe porque lhe dará não somente um corpo perfeito, mas uma vida perfeita na eternidade.

Aqui vai a dica de uma atleta experiente: “Consagre-se a Deus pela manhã. Faça disso a sua primeira atividade. E ore: *‘Toma-me, Senhor, para ser Teu inteiramente. Aos Teus pés deponho todos os meus projetos. Usa-me hoje em Teu serviço. Permanece comigo, e permite que toda a minha obra se faça em Ti.’* Essa é uma questão diária. Cada manhã consagre-se a Deus para esse dia” (Ellen White, *Caminho a Cristo*, p. 69, itálico acrescentado).

#ficaadica



Quando você precisa fazer alguma coisa com a qual não está acostumado ou nunca fez, em geral, pesquisa na internet ou procura alguém que possa ajudar?

Se você ainda está tendo dificuldade em estudar a Bíblia, leia a dica especial que

Ellen White escreveu: “No estudo diário, o método de estudar versículo por versículo é muitas vezes o mais eficaz. Que o estudante escolha um versículo

e se concentre em descobrir o pensamento que Deus colocou ali para ele e, então, medite nesse pensamento até que se torne seu também. Uma passagem estudada assim, até que seu significado esteja claro, é de mais valor do que o manuseio de muitos capítulos sem nenhum propósito definido e sem nenhuma instrução evidente obtida. [...] Com a imensa quantidade de material atualmente publicado, adultos e jovens formam o hábito da leitura apressada e superficial, e a mente perde a capacidade para um pensamento contínuo e vigoroso” (*Educação*, p.134).

Pratique o que aprendeu, lendo o capítulo 39 de Gênesis (a versão utilizada para análise será a ARA).

Leu? Então, mãos à obra:

1 | Analise o contexto do capítulo (para não cair no erro de pegar um versículo fora do contexto).

Ex.: Contexto – História de José como escravo de Potifar no Egito.

2 | Escolha os versículos que mais chamaram sua atenção.

Ex.: 2, 5, 9 e 23

3 | Escolha o versículo que fará parte do seu dia.

Ex.: 23

Veja algumas propostas de reflexão sobre os versículos:

Versículo 2: “O Senhor estava com José, de modo que este prosperou e passou a morar na casa do seu senhor egípcio.”

A presença de Deus não livrou José de ser levado como escravo; mas Deus garantiu ajuda para ele nos momentos difíceis e o fez prosperar.

Versículo 5: “Desde que [Potifar] o deixou cuidando de sua casa e de todos os seus bens, o Senhor abençoou a casa do egípcio por causa de José. A bênção do Senhor estava sobre tudo o que Potifar possuía, tanto em casa como no campo.”

Não somente José foi abençoado, mas também as pessoas que entraram em contato com ele. Do mesmo jeito, sua presença pode ser uma bênção em qualquer lugar onde estiver, mesmo que seja um ambiente não cristão; afinal, José estava no país mais pagão que existia e não foi influenciado, mas influenciou.

Versículo 9 (parte b): “Como poderia eu, então, cometer algo tão perverso e pecar contra Deus?”

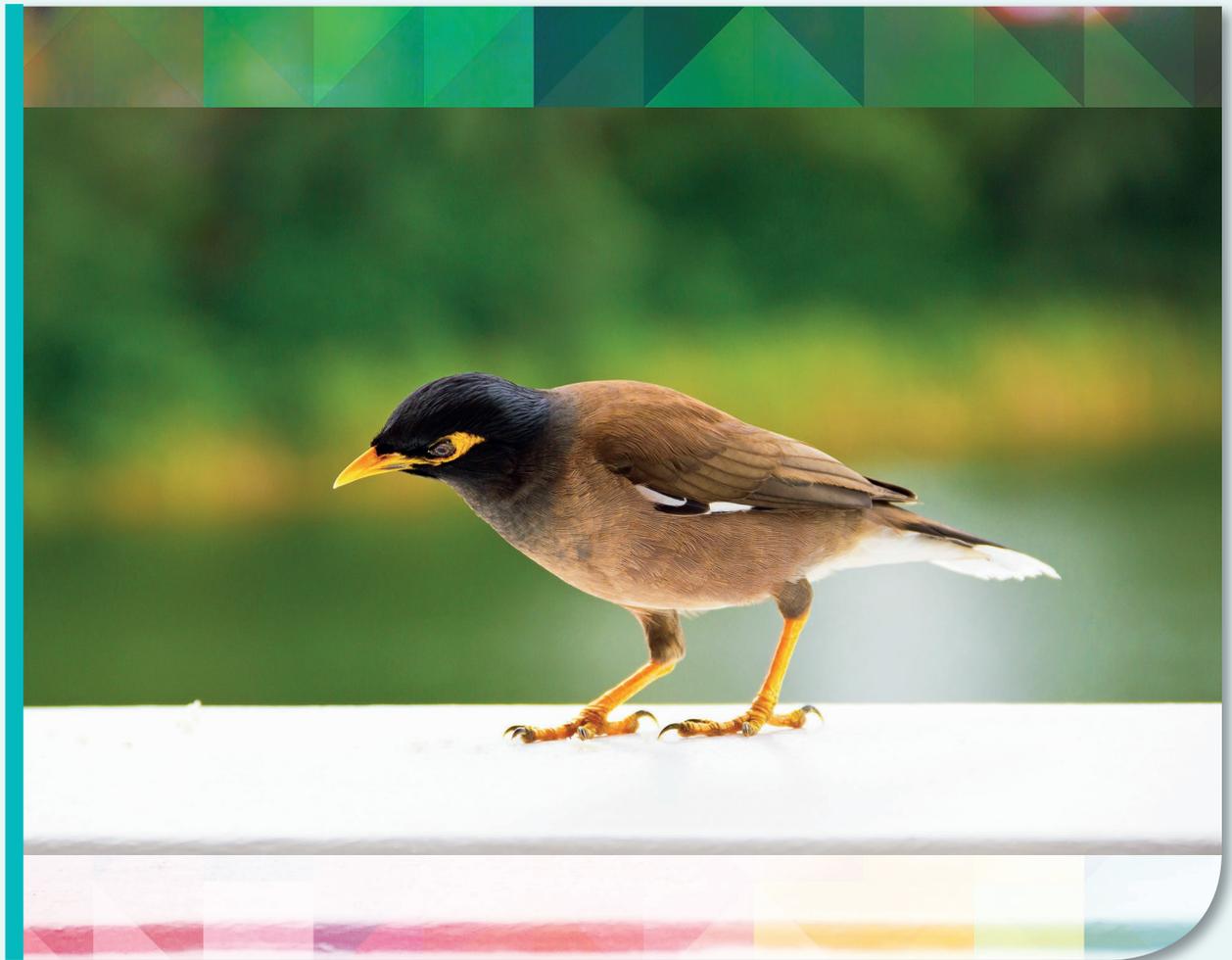
José vivia de acordo com os princípios bíblicos. Mesmo sendo um homem poderoso (veja o início do versículo), obedeceu aos mandamentos. Em respeito à esposa de Potifar, ao marido dela e acima de tudo a Deus, José escolheu se afastar do pecado. Você pode seguir o exemplo de José e decidir fazer o que Deus lhe pede. Assim, mesmo quando a tentação for gigante (afinal, os dois estavam sozinhos), Deus o ajudará a ser firme na decisão contra o pecado.

Versículo 23: “O carcereiro não se preocupava com nada do que estava a cargo de José, porque o Senhor estava com José e lhe concedia bom êxito em tudo o que realizava.”

Na atualidade, ser abençoado significa ser próspero. Mas Deus ensina algo diferente. Mesmo sendo cristão, algumas coisas ruins podem acontecer. José foi levado escravo e preso. Mas Deus nunca o abandonou. Em situações difíceis, José sabia que podia contar com a presença divina. Da mesma forma, não importa o que aconteça com você, *Deus nunca irá abandoná-lo; em vez disso, Ele o abençoará.*

“No estudo diário, o método de estudar versículo por versículo é muitas vezes o mais eficaz”.

Pássaro irritante



O

que é sucesso? Um adolescente *bem-sucedido* tem muitos amigos, boa aparência, fãs do sexo oposto, telefone celular do último modelo e excelentes notas? Claro que, na maioria das vezes, essas características não estão juntas em uma só pessoa.

A pergunta que todo mundo faz para pessoas bem-sucedidas em qualquer idade ou área de atuação é: “Qual é o segredo do seu sucesso?”

Beleza, dinheiro, fama, carreira no exterior e viagens pelo mundo – tudo isso ele teve de sobra, desde os 18 anos. Aos 24 anos, Luca Mendes era um sucesso como modelo internacional. Morava em Nova York e tornou-se o 8º modelo de mais sucesso no mundo da moda.

Mesmo ganhando muito dinheiro, sentia que alguma coisa estava errada, porque, apesar do sucesso, não era feliz. Seus amigos o admiravam e o imitavam, mas ele não encontrava felicidade.

Então, Luca começou a questionar o propósito de sua existência. Na tentativa de descobrir as respostas, voltou de Nova York para o Brasil e descobriu que seu problema era a falta de Deus.

Por semanas, ele fez uma oração desafiadora: “Deus, se o Senhor existe, apareça para mim.” E nada acontecia. “Será que estou enlouquecendo? Devo voltar para Nova York e continuar minha carreira?”, pensava ele.

Luca conheceu um pastor adventista que o ensinou a importância de acordar de madrugada para falar com Deus e estudar um capítulo da Bíblia. Na manhã seguinte, às 5h11, um barulho alto e irritante o despertou. Era um bem-te-vi, que fazia um som estranho e incômodo a ponto de fazer com que o jovem (mesmo morando em um apartamento) descesse para sacudir a árvore em que o animal estava pousado.

Ao voltar para a cama, o sono havia desaparecido.

Por duas semanas, continuou a mesma rotina, no mesmo horário. Acordar, descer, sacudir a árvore, voltar e não conseguir dormir.

Certa madrugada, ao voltar para a cama, resolveu se ajoelhar e orar. Afinal, ele tinha desafiado Deus para que Se revelasse. Pediu-Lhe que aparecesse pessoalmente ou fizesse o bem-te-vi desaparecer. Ao abrir os olhos, Deus não estava ali.

Na manhã seguinte, o pássaro não apareceu, mesmo assim ele acordou às 5h11. Lembrou-se da oração do dia anterior e entendeu que Deus tinha Se manifestado por meio da natureza. Desse dia em diante, Luca nunca mais deixou de acordar de madrugada para os momentos de comunhão, e, como resultado, passou a sentir a companhia de Deus durante o dia todo. O vazio de antes foi preenchido. Seu amor por Deus e interesse pela Bíblia continuam crescendo diariamente.

Se você quiser saber mais detalhes sobre a história do Luca, acesse seu depoimento para o programa *180º O Ponto da Virada*, disponível em (<https://www.youtube.com/watch?v=9vi5GwnIAjY>).

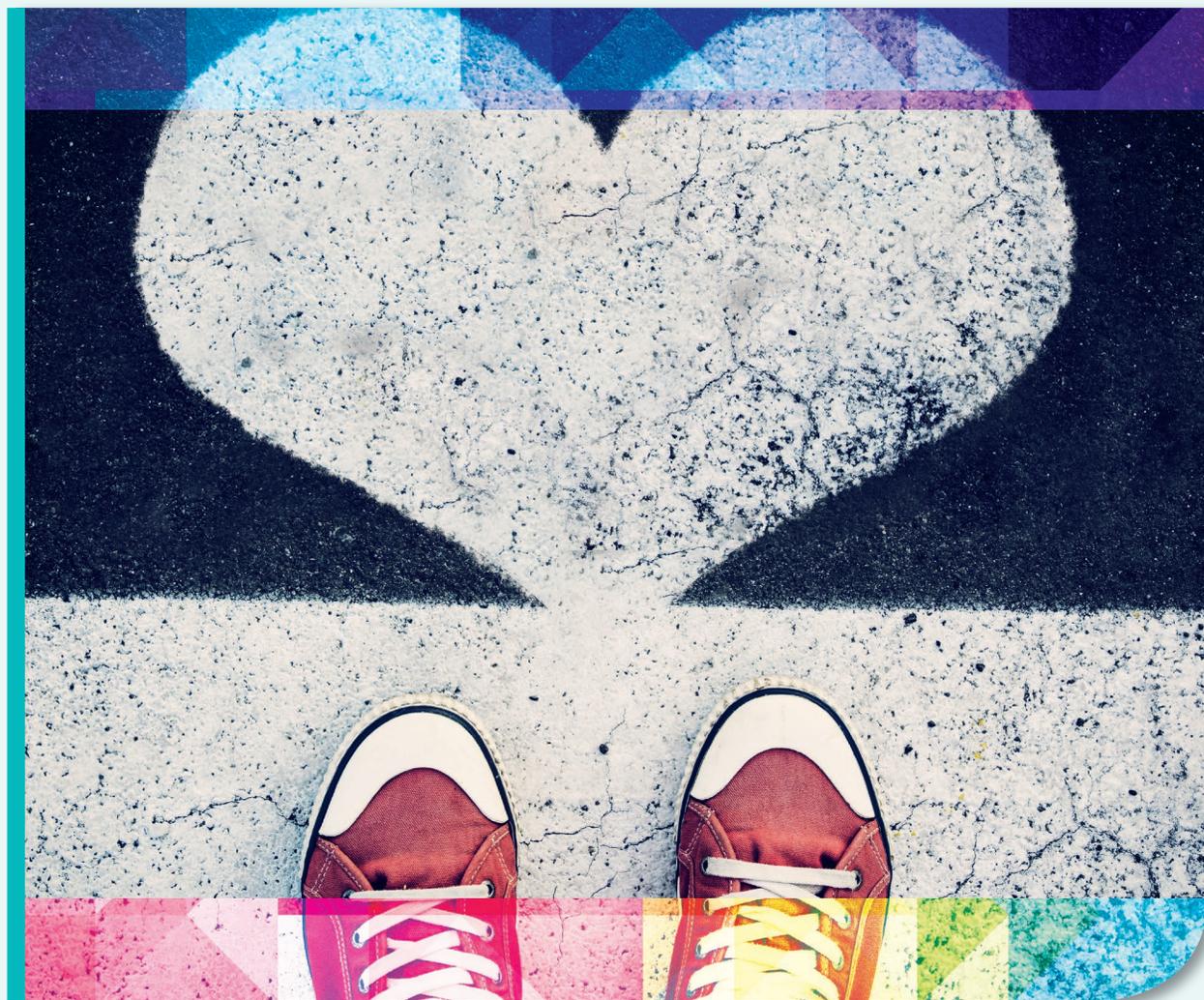
Talvez Deus não esteja Se comunicando com você por meio de um pássaro. Ele pode estar usando esta leitura ou qualquer outro sinal pra Lhe dizer algo.

O vazio de antes foi preenchido e ele percebeu que o segredo do sucesso é o relacionamento com Deus. Ele se apaixonou por Cristo e agora se sente preenchido por Jesus.

Ter sucesso é ter Jesus. Isso não significa que você terá uma vida sofrida e sem graça. Em vez disso, Deus nos promete em Sua Palavra que aqueles que entregam a vida e os projetos nas mãos dEle terão sucesso. Essa promessa aparece no Salmo 1. Que tal meditar nesse Salmo hoje? São apenas seis versos que podem mudar sua vida.

“Bem-aventurado o homem que [...] na Sua lei [do Senhor] medita de dia e de noite. [...] E tudo quanto ele faz será bem sucedido” (Salmo 1:1-3, ARA).

Amor e paixão



Provavelmente, você já tenha ouvido seus pais ou algum adulto dizer: “Cuidado. Não confunda paixão com amor. Pode ser perigoso.” Entretanto, quando você está apaixonado por uma pessoa, diz: “É claro que é amor. Afinal, sentir o coração bater mais forte

e querer estar perto da pessoa é tudo o que importa. Não tem como não ser amor.”

Adriano tinha um bom desempenho acadêmico. No entanto,

As decisões que você precisará tomar como cristão daqui para frente devem ser fundamentadas em raciocínio e não em impulsos.

tinha um amigo que se sobressaía em conhecimento bíblico.

Para competir com o colega, Adriano começou a ler a Bíblia e se apaixonou pelo conhecimento doutrinário. Descobriu que esse era o caminho certo e decidiu-se pelo batismo aos 15 anos (apesar da desaprovação da família, especialmente do pai).

O tempo passou, e alguns amigos de Adriano saíram da igreja, o que fez com ele se sentisse sozinho. Os convites para atividades que não tinham nada que ver com a igreja começaram aparecer e, quando percebeu, já fazia um bom tempo que ele não ia aos cultos.

Adriano começou a namorar uma garota que se chamava Poliana. Apesar de ainda estar afastado de Deus, ele contava para a namorada o que sabia sobre a Bíblia. De forma surpreendente, pela atuação do Espírito Santo, os dois resolveram mudar de vida.

Não foi fácil. Mesmo assim, eles foram persistentes. Adriano voltou a estudar a Palavra de Deus com entusiasmo, mas percebeu que algo estava diferente. No lugar daquela *paixão* pela leitura da Bíblia, estava o *amor* pelo Autor das Escrituras. Com o novo sentimento, ele conseguiu se firmar no relacionamento com Jesus e percebeu a diferença entre saber e praticar as doutrinas.

Ele e Poliana foram batizados, casaram-se e conseguiram mudar de vida. Se você quiser saber o restante da história, acesse esse depoimento para o programa *180° O Ponto da Virada*, disponível em (<https://www.youtube.com/watch?v=zXLw5CZoYL8>).

A história de Adriano teve dois momentos com o estudo da Bíblia: a paixão e o amor pelas Escrituras.

No primeiro momento, a paixão era sem igual. Ele conta que passava horas estudando a Bíblia em seu quarto. Mas o sentimento forte começou a diminuir, ficou desanimado e abandonou o que achava que amava.

Todos estão sujeitos a isso. Você pode ter começado a ler esta jornada empolgado. Porém, você está apenas na sua primeira semana do desafio. Descobrir novas formas de estudar a Bíblia deve estar sendo muito bom. Você está se apaixonando. No entanto, tome cuidado.

Em alguns dias, você pode não sentir o coração ardendo tanto, ou ter empolgação, e pode acontecer de você confundir isso com “não estar mais sentindo a presença de Deus”.

Por isso, lembre-se que a presença de Deus não é apenas um sentimento eufórico, que deixa o coração batendo mais forte. Ele é um Ser racional e pede que nós O adoremos de maneira racional, ou seja, com o cérebro e não apenas com o coração (Romanos 12:1). Afinal, nosso coração pode nos enganar (Jeremias 17:9).

As decisões que você precisará tomar como cristão daqui para frente devem ser fundamentadas em raciocínio e não em impulsos. Mesmo que digam que adolescentes não são capazes de tomar decisões racionais e só agem de maneira sentimental e impulsiva, não se preocupe.

Um adolescente que escolhe em seu coração e em sua mente *amar* o Senhor é capaz de se manter firme diante de grandes obstáculos.

“Resolveu Daniel, firmemente, não contaminar-se” (Daniel 1:8).

Boa ideia!



Leia Daniel 1.

¿Hablas Español? Do you speak English?





Você fala ou está aprendendo espanhol, inglês ou francês?

No processo de aprendizado de um novo idioma, traduzimos músicas, memorizamos e escrevemos as palavras para fixá-las e depois tentamos utilizá-las na conversação.

Para guardar a Palavra de Deus no coração, você pode utilizar os mesmos métodos. Mas por que você precisa disso? A primeira razão é esta dada pelo salmista: “Guardo a Tua palavra no meu coração para não pecar contra Ti” (Salmo 119:11, NTLH). Já está bom?

Além de nos proteger do pecado, ler a Bíblia nos torna inteligentes e capazes. Os adolescentes que viveram séculos antes de Cristo não precisaram esperar os iluministas para descobrir que a Terra é redonda (Isaías 40:22) ou que as nuvens são carregadas de água (Jó 26:8). Antes de Torricelli medir a pressão atmosférica e que a água fosse determinada como unidade de medida pelos cientistas, a Bíblia já dizia isso (Jó 28:24-26).

E se a Palavra de Deus fosse tirada de suas mãos agora, você conseguiria sobreviver espiritualmente só com o que tem guardado na memória?

Acalme-se. Não precisa se desesperar, porque você terá o auxílio de um ótimo professor: o Espírito Santo.

Jesus nos garantiu: “o Auxiliador, o Espírito Santo [...] ensinará a vocês todas as coisas e fará com que lembrem de tudo o que Eu disse a vocês” (João 14:26, NTLH). Assim como a fórmula de física que você olhou por três segundos é esquecida na hora da prova, não adianta querer fazer só o Espírito Santo trabalhar se você não gastou tempo lendo a Bíblia. O jeito é praticar.

Da mesma forma que o vocabulário de um novo idioma aumenta quando palavras são memorizadas, músicas são traduzidas, expressões são escritas e pronunciadas, você pode aumentar seu vocabulário bíblico. Se parar para pensar, não precisa começar do zero. Você sabe pelo menos três versículos bíblicos de cor. Para que sua memorização e diálogo com outros sejam eficientes, você pode:

1. Usar músicas

Quando cantamos as palavras de um versículo bíblico, é mais fácil memorizá-lo. Originalmente os salmos eram hinos compostos para ser cantados pelo povo de Israel. Peça ao Espírito Santo que lhe inspire a escrever melodias de seus versículos prediletos. Depois, cante-os em seus momentos de comunhão pessoal ou quando a situação estiver complicada, mas principalmente quando você estiver alegre.

2. Escrever

Copiar um texto da Bíblia também é um modo prático de memorizar. No momento de meditação, escreva o versículo que mais lhe chamou a atenção. Ao anotar, você pode descobrir algo que lhe passou despercebido. É um ótimo método, indicado até para os reis (Deuteronômio 17:18, 19).

3. Ensinar

Uma das melhores maneiras de guardar as palavras aprendidas em outro idioma é ensinar para outra pessoa. A mesma coisa acontece com o conteúdo da Bíblia. Quando você compartilha o que aprendeu, fixa a informação na memória e contribui para que outras pessoas ouçam o que Deus tem a dizer.

4. Meditar

Quanto mais você medita na Palavra, ou seja, aplica o que leu ao seu cotidiano, mais conteúdo terá para conversa e testemunho.

Quer aprender essa nova língua? Você tem o melhor professor que alguém poderia ter.

“[...] o Auxiliador, o Espírito Santo [...] ensinará a vocês todas as coisas e fará com que lembrem de tudo o que Eu disse a vocês” (João 14:26, NTLH).

Fast x Slow



Você já deve ter ouvido o termo *fast-food* e, provavelmente, saiba que ele significa “comida rápida”. São considerados *fast-food* alimentos preparados em um pequeno intervalo de tempo, que ficam pré-prontos no estoque do estabelecimento.

Em geral, os *fast-food* são desprovidos de nutrientes básicos para o bom funcionamento do corpo humano e cheios de gorduras e açúcares. O resultado do consumo

(exagerado ou não) desse tipo de alimento pode ser a perda de nutrientes essenciais para o corpo e, com isso, queda de cabelo, dificuldade para desenvolver massa muscular, além de obesidade, diabetes, doenças do coração e até mesmo desnutrição.

Ao contrário disso, o termo *slow food* ou “comida lenta” faz parte da vida de algumas pessoas que valorizam o preparo caprichado dos pratos e o direito de se deliciar calmamente com as refeições. Os efeitos disso são a melhora do aproveitamento dos nutrientes, diminuição do estresse, perda de gordura, fortalecimento do cabelo, ganho de massa muscular, enfim, só vantagens.

Mesmo sabendo que comer de um jeito *slow* (ou seja, lento) seja mais saudável e vantajoso do que ter a refeição *fast* (rápida), a maioria da população mundial prefere *comer rapidamente*, alegando que, “como o tempo é curto, preparar comidas em um estilo mais lento é perder tempo”.

Na vida espiritual, alguns adolescentes perdem nutrientes e ficam “doentes” por se relacionarem com Deus no estilo *fast-food* (rápido e sem conteúdo). Como efeito colateral, eles perdem o interesse pelas coisas espirituais e se tornam fracos na fé. Em geral, a justificativa para esse tipo de relacionamento é a mesma do restante do mundo: a falta de tempo.

No começo desta jornada, você viu que muitas vezes a ideia de ganhar tempo acaba fazendo você perder alguma coisa, até mesmo o próprio tempo. No mundo de hoje, com tanta coisa para se fazer, será que é possível se relacionar com Deus de um jeito *slow* e ainda ganhar tempo?

Buscar a Deus é parecido com comer. Sem o alimento da comunhão diária, você se sentirá fraco e vazio, da mesma maneira como o corpo físico, sem alimento, fica sem força e disposição.

Assim como não é certo comer toda a alimentação do dia de uma vez, você não pode ler a Bíblia, a lição da Escola Sabatina, o Espírito de Profecia, a jornada e mais o que gostar de uma só vez.

A técnica principal do *slow food* é apreciar a hora da refeição, mesmo que seja só uma maçã. De igual maneira, se você deixar que sua mente seja exclusiva de Deus por alguns minutos pela manhã, depois à tarde e à noite, você se alimentará espiritualmente de um jeito *slow* e ainda ganhará tempo.

Quer tentar? Como sugestão, escreva no celular, computador, agenda ou no que preferir, em quais momentos você buscará a Deus e quais meios você usará para isso (Bíblia, lição, Espírito de Profecia, jornada). Não se preocupe: dá para fazer tudo!

Sobre oração, lembre-se de que Deus não precisa de horário

Sem o alimento da comunhão diária, você se sentirá fraco e vazio, assim como o corpo físico, sem alimento, fica sem força e disposição.

marcado pra atendê-lo. Em qualquer momento e fazendo qualquer atividade, você pode orar.

É claro que a decisão de se relacionar com Deus de forma *fast* ou *slow* é sua. Afinal, você sabe quanto é atarefada sua vida. Mas pense neste conselho que Jesus deixou para você hoje:

“Que adianta ao homem ganhar o mundo inteiro e perder a sua alma?” (Marcos 8:36).

Resumindo





Com certeza seus professores já pediram para que você fizesse um resumo. Alguns cientistas explicam que esse método é realmente eficiente porque auxilia o cérebro a concretizar as informações.

Este já é o décimo dia desde que você resolveu aceitar o desafio de adquirir o hábito de se comunicar com Deus diariamente e, até aqui, algumas dicas foram dadas com a intenção de ajudá-lo. Resumindo:

Da mesma maneira que Satanás usou um fruto como isca para Eva, ele usa o tempo ou a ilusão da falta de tempo para impedir que você busque a Deus. Não deixe que a correria do dia a dia controle sua vida. Entregue cada minuto nas mãos do Senhor.

Estar conectado a Deus é fácil; basta querer. Ele está disponível o tempo todo e não precisa de sinal, Wi-Fi, 3G ou 4G. Você pode falar com Jesus em qualquer lugar e de qualquer jeito (não necessariamente ajoelhado e de olhos fechados). Lembre-se de que Ele Se comunica com você de várias maneiras e a principal delas é o WhatsApp celestial: a Bíblia.

Você não precisa começar com uma hora seguida de conexão se não estiver acostumado. Pode dividir bem seu tempo, programando-se para fazer isso ao longo do dia.

Entenda que apaixonar-se por Deus é muito bom, mas a adoração não depende só de sentimentos. Ela também é resultado de raciocínio e amor. Não precisa ter pressa. Um relacionamento *slow* pode levá-lo para mais longe.

Devorar vários capítulos da Bíblia, lição, meditação, jornada e espírito de profecia de uma só vez pode não ser proveitoso e acabar se tornando mecânico e cansativo. Meditar em apenas um versículo de cada vez pode ser bem mais eficiente.

A Bíblia não é um código de normas e proibições ou um compêndio de histórias. Ela é cheia de sabedoria, entretenimento, curiosidades e até mesmo humor, e o mais importante: é uma carta do amor mais puro.

Faça de Jesus sua companhia diária de todos os momentos. Ele está ansioso para fazer parte da sua vida, mas isso depende de você.

“Eis que estou à porta e bato; se alguém [você] ouvir a Minha voz e abrir a porta, entrarei!” (Apocalipse 3:20).

Lembre-se: a Bíblia não é um código de normas e proibições ou um compêndio de histórias. Ela é cheia de sabedoria, entretenimento, curiosidades e até mesmo humor, e o mais importante: é uma carta do amor mais puro.



Esconde-esconde (parte 1)



arta de um adolescente:

Muitos de nós, apesar de fiéis membros da igreja, estamos numa situação desesperadora. Temos uma grande e profunda necessidade. Jovens estão deixando diariamente a igreja, amargurados, desiludidos e sem esperança, e outros nem consideram que tenham algo que ver com religião, porque não veem nela nada que os ajude. Não precisamos de mais sermões sobre testemunhar. Como podemos

convencer outros a aguardar o retorno de Cristo, quando a maioria de nós nem O reconhecera se Ele viesse? Não precisamos que nos falem acerca de Deus. Sabemos tudo sobre doutrinas e práticas da igreja. Conhecemos muito, mas não conhecemos Cristo. Não fomos apresentados a Ele. Se Deus não operar um milagre e Se revelar a nós, jamais O conheceremos. Por favor, nos ensine como conhecê-Lo. Precisamos de Jesus. Mostre-nos, por meio da sua experiência, como nos comunicarmos com Ele. É nossa maior necessidade! Pode mostrar-nos como encontrá-Lo? Creio que Deus nem saiba meu endereço.

É possível encontrar Deus? Como iniciar essa busca?

Kenízzia Metz sempre teve tudo o que quis. Estudou nos melhores colégios e ganhou um carro zero antes dos 16 anos. Seus pais eram adventistas e, desde pequena, ela participava na igreja. Entretanto, descobriu que a religião era de seus pais e não dela.

Seu irmão mais velho tinha os melhores carros, amigos e todas as meninas que queria. Ele participava de churrascos aos sábados. Kenízzia tinha que ir com os pais à igreja. Até que ela decidiu seguir os caminhos do irmão. Começou a fumar, aprendeu a beber, passou a ir ao cinema e usar drogas. Ela ainda participava dos ensaios do coral às sextas, ia à igreja aos sábados pela manhã, e à tarde saía com o irmão.

Certa noite, ela bebeu tanto que não conseguia dirigir nem caminhar. Levada para casa por um amigo, foi deixada na escada do prédio e carregada por sua mãe. Isso a marcou muito, pois sabia que a mãe estava orando por ela.

Kenízzia tinha um problema de nascença. Estava sempre rouca e isso foi piorando até que perdeu a voz totalmente. Visitou especialistas e precisou passar por uma cirurgia nas cordas vocais. Ela pensou que morreria sem a proteção de Deus. Desesperada, orou por ajuda.

Após a cirurgia, alguém bonito, de branco, aproximou-se e disse-lhe que podia ficar calma, pois tudo daria certo. Dois ou três dias depois, ela tentou descobrir quem era aquela pessoa e chegou à conclusão de que era um anjo.

Em uma visita a um colégio adventista, ela ouviu a letra de uma música: “Milagres acontecem... milagres são presentes lá do Céu.” Kenízzia acreditou nisso. Sentiu que não estava ali à toa, mas Deus tinha um plano para sua vida. Ao voltar para casa, deixou carro, trabalho, e mudou de faculdade para começar uma nova vida. Deus foi lhe mostrando como ter um relacionamento diário com Ele. Ela descobriu que a base da vida cristã é a comunhão com Deus.

Se quiser conhecer essa história melhor, acesse o vídeo disponível em (<https://www.youtube.com/watch?v=8UdmlwNyzKY>).

Você se esconde na religião de alguém? Por si mesmo, você já procurou Deus?

A promessa é: “Vocês Me procurarão e Me acharão quando Me procurarem de todo o coração” (Jeremias 29:13). A pergunta é: Você quer?



Milagres acontecem

Vagner Dida

Milagres acontecem
Sem ter explicação.
São fatos comprovados,
Mistérios da oração.

A imaginação não pode
compreender
A força de um milagre
Com todo seu poder.

Milagres acontecem
Sem ter explicação.
Nem mesmo a ciência
Consegue desvendar.

Milagres são presentes,
Presentes lá do Céu.
Milagres acontecem,
Milagres de Jesus.

Às vezes, procuramos a
tudo explicar.
Achamos um motivo
por não acreditar.

Não seja mais um dom
Que cala sua voz.
Milagres acontecem.
Nós temos que falar.

(A carta de um adolescente foi adaptada do capítulo 3, do livro *Como Tornar Real o Cristianismo*, de Morris Venden.)

Esconde-esconde (parte 2)

**A**

cantora Regina Mota nasceu em um lar adventista. O pai cantou no quarteto Arautos do Rei por algum tempo. A mãe era professora e regia corais em escolas adventistas. Os pais frequentavam igrejas pequenas onde os filhos participavam. Regina

era uma criança muito espiritual. No entanto, o tempo foi passando, e tudo mudou.

Como ainda frequentava a igreja, parecia-lhe que estava tudo bem.

Mas, de repente, ela se viu sem vontade de estar perto de Deus. Aos sábados, ia à igreja, mas não se comportava como cristã durante os outros dias da semana.

Na fase universitária, fumava e tinha uma vida social que não condizia com a realidade de um cristão. Não queria mudar.

Finalmente, em uma semana de oração, foi atraída a Cristo e começou a perceber que precisava se entregar a Deus, não à religião. A partir daquele momento, sentiu total dependência dEle.

A história completa está disponível em (<https://www.youtube.com/watch?v=I18jPBcqVTM>).

Você pode estar se escondendo de Deus dentro da igreja, sabia? Mesmo sem fumar, beber ou “sair para o mundo”. Você já teve a impressão de que Deus jamais se preocupou com isso? Já teve a sensação de que Ele nem mesmo sabe seu endereço ou número de telefone? Saiba que Deus o conhece completamente. Foi Ele quem fez você. Jesus conhece cada detalhe da sua vida (Salmo 139).

Talvez você pense: “Não concordo. Como me escondo de Deus indo a todos os cultos, lendo a Bíblia, estudando a lição e frequentando a Escola Sabatina? Ainda acho que é Ele quem foge de mim.” Você pode conhecer tudo sobre religião, Bíblia ou ser o melhor nos concursos de co-

nhecimentos proféticos, mas já parou para pensar na razão disso? Em João 5:39 e 40, lemos: “Vocês estudam cuidadosamente as Escrituras, porque pensam que nelas vocês têm a vida eterna. E são as Escrituras que testemunham a Meu respeito; contudo, vocês não querem vir a Mim para terem vida.”

Jesus está lhe dizendo: “Está certo você ler a Bíblia sabendo que nela está a vida eterna; é isso mesmo. Mas de que adianta conhecer tudo isso se não Me deixar ser a fonte desse conhecimento?” Agindo assim, acabamos cometendo o mesmo erro que a Regina Mota e muitas outras pessoas cometeram.

Na brincadeira de se esconder, existe o momento em que quem está brincando fica em silêncio porque escuta o som de passos e não quer ser encontrado. Na vida espiritual, algumas pessoas ficam em silêncio quando ouvem os passos de Jesus, na tentativa de chegar mais perto.

Se você percebe que está fugindo de Deus, mesmo sentado em um banco da igreja, não fique em silêncio. Ele sabe onde você está, mas nunca irá invadir sua privacidade. Para que Ele entre em seu coração, você precisa dizer: “Senhor, pode entrar!”

Se você ainda não percebeu os passos de Jesus querendo encontrá-lo, peça a Deus que lhe permita vê-Lo buscando por você.

Se você percebe que esteve fugindo de Deus, mesmo sentado em um banco da igreja, não fique em silêncio. Ele sabe onde você está, mas nunca irá invadir sua privacidade. Para que Ele entre em seu coração, você precisa dizer: “Senhor, pode entrar!”

Não espere por um pregador especial. Não espere melhorar de vida primeiro. Ou mesmo passar por uma crise, sofrimento ou problemas. Peça que Ele se mostre a você, como fez com a Kenízzia antes da cirurgia na história que vimos ontem. Ele está pronto a responder seu pedido. Deus não se esconde de você.

“Peçam, e lhes será dado; busquem, e encontrarão” (Mateus 7:7).

(O tema de hoje foi adaptado do capítulo 3, do livro *Como Tornar Real o Cristianismo*, de Morris Venden.)

Adolescere



Quantas vezes você escutou que a palavra que descreveria a fase em que está vivendo seria “aborrecência”? Às vezes, deve pensar: “Que coisa chata. Não sou assim.” E você tem toda a razão. A palavra *adolescere*, que deu origem à *adolescência*, significa

“fazer-se grande”, “crescer para”. Ou seja, é a melhor fase da vida, quando você define quem de fato será. Bem diferente do que dizem por aí, não é mesmo?

Assim como a adolescência é a fase de grande crescimento físico, intelectual, emocional e social, pode ser também de extraordinário crescimento espiritual.

Conforme o capítulo 8 do livro *Caminho a Cristo*, é Deus quem faz o botão tornar-se flor e a flor, fruto. É por Seu poder que as plantas e flores crescem, e não por seu cuidado, ansiedade ou esforço. Você não pode, por sua ansiedade ou poder, aumentar a própria estatura e também não pode, pela própria ansiedade ou esforço, conseguir crescimento espiritual.

Daniela Tiemi Kanno, neta de japoneses, foi educada em uma família com costumes tradicionais. Na educação e cultura japonesas, acredita-se que a disciplina e a ambição levam ao sucesso.

Para agradar ao pai, que era médico, ela estudou medicina apesar de não se identificar com o curso. No 5º ano da faculdade, em uma festa, conheceu um ex-viciado em crack que havia ficado dois anos preso e acabou de ser absolvido. Ele se converteu durante o período em que estava na prisão e se ofereceu para dar estudos bíblicos para a jovem e suas amigas.

Depois da formatura, Daniela fez uma especialização em São Paulo. Nessa época, continuou os estudos bíblicos com um estudante de teologia. A moça decidiu que iria parar de fumar, beber

e frequentar festas inadequadas. No entanto, por tomar essa decisão praticamente sozinha, sem pedir a ajuda de Deus, voltou a fazer tudo novamente.

Alguns anos depois, ela se mudou para Florianópolis e começou a se lembrar de tudo o que havia aprendido na Bíblia e das decisões tomadas e não cumpridas. Pensou em recommençar o estudo bíblico. Como não conhecia nenhum cristão, orou para que Deus lhe mostrasse alguém. E foi o que aconteceu.

Daniela decidiu se batizar. Entretanto, não conseguia parar de fumar. Então orou: “Daqui a três dias, será o batismo. Se o Senhor quer que eu seja batizada, então tira esse desejo de mim, liberta-me.”

No dia seguinte, ela não conseguiu fumar; sentia-se mal ao tentar. À noite, descobriu que seu maço de cigarros e o isqueiro tinham sido roubados. Ficou muito brava. Mas, ao voltar para casa, lembrou-se da oração que havia feito no dia anterior e entendeu que as decisões tomadas com Jesus são as que fazem a diferença.

No batismo, sentiu que precisava ser transformada. Descobriu que Deus tinha um plano e uma missão para sua vida. Até hoje, ao despertar todas as manhãs, ela pergunta: “Deus, qual é minha missão para hoje?” E procura a resposta na Bíblia. Busque conhecer os detalhes dessa história no livro *Universo Paralelo* (CPB).



Você está numa fase em que é possível se desenvolver de forma ampla. Lembre-se de que o crescimento vem com as decisões que você toma. Você pode decidir sozinho ou deixar Jesus ajudá-lo. Qual é sua escolha?

Se agora você cresce nos aspectos físico e mental, por que não crescer no espiritual? Deus nos dá a possibilidade de progredir se estivermos ligados a Ele.

Leia Mateus 6:27-33 e João 15.

Você no topo



Jordan Romero, um norte-americano de 13 anos, da Califórnia, tornou-se o mais jovem alpinista a chegar ao topo do Monte Everest, na Ásia, a mais alta montanha do mundo. Ele escalou o monte de 8.850 m a partir do lado tibetano. Aos 10 anos, já havia

escalado o Kilimanjaro (5.894 m), na Tanzânia, o ponto mais alto da África; e o Aconcágua (6.960,8 m), na Argentina, o ponto mais alto das Américas. Também escalou o Elbrus

(5.641 m), na Europa, e o Kosciusko (2.228 m), na Austrália. O último desafio, o Maciço de Vinson (4.897 m), na Antártida, foi vencido no dia 25 de dezembro de 2011, conquistando um feito que apenas 200 pessoas na história realizaram. Antes de Jordan Romero, a pessoa mais jovem a escalar o Everest havia sido Temba Tsheri Sherpa, de 16 anos, do Nepal.

Outros adolescentes já estiveram na crista do Everest e, como Jordan, completaram os Sete Picos mais altos de cada continente. Em janeiro de 2010, Johnny Collinson, 17 anos, de Utah (EUA), tornou-se o mais jovem alpinista a alcançar o feito, mas perdeu seu lugar para George Atkinson, de 16 anos, que deteve o recorde de ser o mais novo alpinista a chegar ao topo das maiores montanhas do mundo, em maio do mesmo ano. George perdeu seu recorde para Jordan Romero. Na vida espiritual, você também é desafiado a escalar alturas cada vez maiores.

“Necessitamos constantemente de uma revelação nova de Cristo, de uma experiência diária que se harmonize com Seus ensinamentos. Estão ao nosso alcance resultados altos e santos. Deus deseja que façamos contínuos progressos na ciência e na virtude. Sua lei é um eco de Sua própria voz, fazendo a todos o convite: ‘Subam mais alto. Sejam santos, mais santos ainda.’ Cada dia podemos avançar no aperfeiçoamento do caráter cristão” (Ellen White, *A Ciência do Bom Viver*, p. 503).

Na vida espiritual, antes de chegar ao topo, você vai perceber as consequências do pecado no mundo. Haverá sofrimento, dor e cansaço, como experimentam os alpinistas durante a subida. Mas, como eles, você não deve desanimar.

Reinhold Messner, o mais famoso alpinista do mundo, diz que “estar no topo da montanha dá arrepio de olhar para uma profundidade nunca antes vista”. Essa sensação “clara e duradoura fica inscrita na estrutura molecular das células da memória”. A paisagem espetacular desperta uma “sensação de carinho”. Imagine qual será a sensação ao contemplar Jesus face a face e conhecer a Nova Terra.

O Céu está preparado para receber você. A promessa reservada a você está em Apocalipse 7:14-17: “Estes são os que vieram de grande tribulação [...]. Nunca mais terão fome, nunca mais terão sede. Não cairá sobre eles sol, e nenhum calor abrasador, pois o Cordeiro que está no centro do trono será o seu Pastor; Ele os guiará às fontes de água viva. E Deus enxugará dos seus olhos toda lágrima.” “Não haverá mais morte, nem tristeza, nem choro, nem dor, pois a antiga ordem já passou” (Apocalipse 21:4).

Jesus sabe que a escalada é difícil. Por isso, Ele está ao nosso lado em todos os dias e momentos (Mateus 28:20). O Salvador nos diz que não precisamos nos preocupar em vencer os desafios sozinhos. Ele já nos deu a vitória (João 16:33).

Você está quase no topo. Mantenha o foco em Jesus. Ele prometeu: “Sim, venho em breve” (Apocalipse 22:20).

“Necessitamos constantemente de uma revelação nova de Cristo, de uma experiência diária que se harmonize com Seus ensinamentos. Estão ao nosso alcance resultados altos e santos. Deus deseja que façamos contínuos progressos na ciência e na virtude. Sua lei é um eco de Sua própria voz, fazendo a todos o convite: ‘Subam mais alto. Sejam santos, mais santos ainda.’ Cada dia podemos avançar no aperfeiçoamento do caráter cristão.”

Não é meu

**V**

ocê venderia seu rim? Essa pergunta parece estranha. Porém, talvez você já tenha ouvido a seguinte expressão: “Vou precisar vender meu rim.” É comum as pessoas dizerem isso antes de pagar por algo muito caro.

A ciência já provou que é possível uma pessoa viver normalmente sem um pulmão, uma córnea, um pedaço de fígado, do intestino ou até mesmo um rim. Mas, seria correto

retirar uma parte do corpo, doada por Deus, para um fim tão egoísta?

Se por um lado existem, sim, pessoas dispostas a qualquer coisa para ter recursos e comprar, por outro lado, muita gente, movida também por motivos egoístas, não devolve a Deus o dízimo.

Por que precisamos devolver o dízimo de tudo o que recebemos?

Dizimar é um ato de adoração e reconhecimento de que Deus é o Proprietário de todas as coisas e o Redentor de toda a humanidade.

Um dos textos bíblicos que mais esclarece os motivos pelos

quais Deus estabeleceu a necessidade de devolver o dízimo está escrito em Mateus 6:25-34.

Ao devolver o dízimo, você admite que é apenas um mordomo ou administrador. E, além disso, coloca Deus em primeiro lugar.

Aqui vão algumas dicas:



■ **Passo 1 – Aceitar seu relacionamento com Deus:** Quando devolve o dízimo, você afirma sua salvação em Cristo e celebra o fato de Ele ser seu Redentor, Aquele que tem e lhe dá a vida.

■ **Passo 2 – Aceitar a Deus como Criador:** Ao devolver o dízimo, você está buscando Seu reino e Sua justiça em primeiro lugar.

■ **Passo 3 – Submeter-se ao domínio dEle:** Quando você devolve o dízimo, está dizendo que Deus é o Proprietário e você está se submetendo a Ele. Significa que você reconhece que tudo o que tem em mãos pertence a Deus. Você é apenas o administrador e aceita a responsabilidade de cuidar atentamente de todas as dívidas que Ele coloca em suas mãos.

■ **Passo 4 – Reconhecer o cuidado, a orientação e o amor de Deus:** Ao dizimar, Deus cuida de você e está intimamente envolvido em todos os detalhes de sua vida. Antes de devolver o dízimo, Ele já proveu todas as suas necessidades diárias.

■ **Passo 5 – Aceitar que deve ser santo diante de Deus:** O dízimo lhe dá a oportunidade de aceitar a ordem de ser santo diante de Deus (ver Levítico 20:26). Já que Ele é o proprietário e você é Sua propriedade, você é santo – separado para Seu uso especial.

■ **Passo 6 – Reconsagrar a vida a Deus:** Quando você aceita o dízimo como algo santo, pertencente a Deus, reconhece a bênção de lidar com o que é santo. Assim, o dízimo passa a ser a oportunidade de reconsagrar-se a Ele.

Um menino de 13 anos, que mora em uma das ilhas do Sul do Pacífico, demonstrou essa atitude de adoração. Ele levou para a igreja um grande peixe que havia pescado e disse ao ancião que esse era seu dízimo, mas não sabia como devolver o peixe. O ancião explicou o que ele deveria fazer e lhe deu os

parabéns pela pesca de dez peixes. O menino respondeu: “Ainda não pesquei dez. Este foi o primeiro. Os outros continuam no mar e estou indo pescá-los agora.”

Você conseguiu perceber a atitude de fé e entrega desse garoto? Com o dízimo adoramos a Deus, colocando-O em primeiro lugar na vida diária, em vez das coisas.

Ele é o reconhecimento do seu relacionamento com o Senhor, o dono do seu corpo e da sua vida. Peça a Deus que o ajude a adorá-Lo também com os dízimos.

(Adaptado de Benjamim C. Maxson, ex-diretor do Ministério de Mordomia da Associação Geral. Extraído e adaptado da revista de Mordomia Cristã, DYNAMIC, julho-setembro de 2002, p. 4, 5)

Posso ajudar?

**A**

pernambucana Marcela Soares, de 16 anos, percebeu que podia ajudar pessoas que sofrem de câncer, cortando e doando seu próprio cabelo. A repercussão da ideia que ela teve foi surpreendente. “Quando cortei o cabelo, compartilhei a foto

numa rede social, falando sobre a doação e muitas pessoas, até de outros colégios, começaram a me procurar, comentar minha atitude e muitas aderiram à campanha.”



Yasmin Pires, 15 anos, viu a postagem da Marcela e, no dia seguinte, cortou 30 centímetros dos próprios cabelos. Laís Torres, 16 anos, Rayana Burgos, 15 anos, e outras garotas também participaram desse gesto de solidariedade. Uma delas explicou: “A gente acha que só pode ajudar com dinheiro, mas sempre encontra uma forma diferente e legal de colaborar.”

Os cabelos das adolescentes foram entregues ao Núcleo de Apoio à Criança com Câncer (NACC). O vice-diretor da instituição explicou a importância dessa atitude: “Perder o cabelo mexe muito com os pacientes de câncer, principalmente os adolescentes. As doações contribuem com a recuperação e fortalecem o emocional dessas meninas, o que favorece a superação do câncer.”

Por que essas meninas doaram os cabelos? Por amor. E você, o que tem para doar?

“Tudo que fazemos deve ser feito de boa vontade. Devemos levar nossas ofertas com alegria e gratidão, dizendo ao apresentá-las: Das Tuas mãos voluntariamente Te damos. O mais custoso serviço que possamos prestar não passa de ninharia comparado ao dom de Deus ao nosso mundo. Cristo é uma dádiva cada dia. Deus O deu ao mundo, e Ele graciosa-mente recebe os dons confiados aos Seus agentes humanos para a promoção de Sua obra no mundo.

Desse modo mostramos que reconhecemos e confessamos que tudo pertence absoluta e inteiramente a Deus”, inclusive os cabelos! (*Conselhos Sobre Mordomia*, p. 122).

“Deus honra a oferta de um coração que ama. Se você Lhe der o coração, dará também as suas dádivas.

Seu ouro e prata, suas mais preciosas posses terrestres, seus mais elevados dotes mentais

e espirituais serão inteiramente consagrados a Ele que o amou e Se entregou a Si mesmo por você” (*O Desejado de Todas as Nações*, p. 37, parafraseado).

Tudo deve ter um propósito claro. As adolescentes que doaram os cabelos fizeram isso para ajudar outras pessoas que perderam os cabelos com o tratamento de alguma doença. Com que propósito um adolescente deve doar uma parte de seu dinheiro?

Todas as ofertas devem ser dadas com alegria, pois vêm dos recursos que o Senhor achou por bem colocar nas mãos de Seus filhos visando ao avanço de Sua obra no mundo.

“Quanto mais ansioso deveria estar cada fiel mordomo quanto a aumentar a proporção das dádivas a serem colocadas no tesouro do Senhor, do que de diminuir suas ofertas um jota ou um til que seja. [...] Então nenhum de nós que esteja recebendo a graça de Cristo dê ocasião aos anjos de se envergonharem de nós, e de Jesus Se envergonhar de nos chamar irmãos” (*Administração Eficaz*, p. 200).

Que coisas Deus tem dado a você que podem ser compartilhadas, repartidas ou doadas para ajudar na pregação do evangelho?

Pense nisso!

Fonte: <http://www.agentesdesaude.com.br/2014/03/solidariedade-adolescentes-aderem-ao.html>

Game on



T

alvez você já tenha ouvido falar de alguns gamers (jogadores de videogames) que morreram jogando seus títulos preferidos ou que foram afetados por esse tipo de vício.

Um desses casos é o de Chen Rong-yu, de 23 anos, em Taiwan, que morreu após 23 horas seguidas jogando uma partida de *League of Legends*. Ele sofreu um ataque cardíaco fulminante em decorrência da baixa temperatura, fadiga e falta de movimento.

De acordo com psicólogos, sociólogos e outros profissionais, há evidências de que os games estimulam as mesmas áreas do cérebro atingidas pelo álcool e por outras drogas.

O taiwanês Chuang, aos 18 anos, reservou uma sala em um cibercafé. Ali, passou dois dias seguidos jogando, sem parar sequer para se alimentar. Quando foi encontrado, estava dormindo e foi acordado pela atendente do estabelecimento. Ele deu apenas alguns passos e desmaiou. Faleceu antes de chegar ao hospital.

Esses são apenas dois exemplos, mas existem inúmeros, que mostram o absurdo da obsessão compulsiva aos games, levando à morte.

Há ainda outros efeitos que a exposição prolongada pode causar. Em dezembro de 2004, por exemplo, o chinês Xiao Yoi, de 13 anos, deixou uma carta dizendo que queria se unir, no pós-vida, aos seus heróis de jogo. Ele cometeu suicídio, jogando-se de um prédio depois de passar 13 horas seguidas jogando *World of Warcraft*.

Uma situação parecida aconteceu nos Estados Unidos. Shawn Woolley, de 21 anos, cometeu suicídio. Sua mãe, Liz Woolley, acredita que sua motivação tenha sido o isolamento e o excesso de MMORPG *EverQuest*. Por causa disso, ela fundou, um grupo de apoio para viciados em jogos chamado Online Gamers Anonymous.

Entretanto, nem sempre as mortes causadas por vícios em videogame são do próprio jogador. A história de Dinh The Dan, um vietnamita de 13 anos, comprova isso. Ele ficou tão transtornado por não ter dinheiro para jogar que matou uma senhora de 81 anos para roubá-la. Já Daniel Petric, de 17 anos, matou a própria mãe porque ela não o deixou jogar *Halo 3*.

Por que adolescentes e jovens têm essa obsessão por games?

Em novembro de 2003, segundo a *Folha de S. Paulo*, um grupo de cientistas reunido em um congresso de games, na Holanda, disse que o videogame vicia assim como outras drogas. “De acordo com psicólogos, sociólogos e outros profissionais, há evidências de que os games estimulam as mesmas áreas do cérebro atingidas pelo álcool e por outras drogas.” Os cientistas dizem que os fanáticos por jogos de computador não podem ser chamados de viciados, mas de “devotos”.

Essas histórias são fortes e impactantes e talvez você pense: “O que elas têm que ver comigo?” Outra pesquisa realizada com jogadores devotos mostra que metade deles tem problemas amorosos ou familiares por causa do hábito. Ou seja, eles trocam tudo pelo jogo. O interessante é que muita gente não quer se dedicar a Cristo porque “falta tempo”, sendo que gastam várias horas com amigos e outros interesses.

Ainda que você não seja um gamer, pode ser um “whatsapper” (palavra inventada para nomear quem passa muito tempo no WhatsApp). “De novo tempo?” Sim, afinal, essa é a principal arma usada por Satanás no mundo globalizado do século 21.

“Mas já estou dando 15 minutos da minha manhã, cinco minutos da tarde e cinco minutos da noite”, você pode dizer. Ou pode estar dando até uma hora exclusiva pra Deus. É suficiente? (Leia Lucas 14:33.)

Fontes: <http://www.techtudo.com.br/noticias/noticia/2013/01/confira-historias-de-maratonas-de-videogame-que-resultaram-em-morte.html>
<http://www1.folha.uol.com.br/folha/informatica/ult124u14376.shtml>

Game over



A

ssim como os gamers gastam tempo, dinheiro e energias nos jogos, aquele que ama Jesus precisa colocar o coração (tempo e interesses) nEle com o objetivo de ser transformado à Sua semelhança.

O que você vive agora é um jogo, com níveis de dificuldade, fases diferentes, mas uma só vida: a sua. Quem melhor do que você para

decidir o que fazer com ela? Um dia, o jogo acabará.

Ontem, você refletiu se 15 minutos ou uma hora são suficientes para se entregar com exclusividade a Deus? Veja este conselho:

“Os que sentem o amor de Deus não perguntam qual é o mínimo que podem fazer para cumprir os requerimentos de Deus; não perguntam qual é a norma mais baixa, mas seu desejo é andar em total harmonia com a vontade do Redentor. Com sinceridade, renunciam a tudo e manifestam um interesse proporcional ao valor do objeto que buscam” (*Caminho a Cristo*, p. 44, 45).

Com certeza, você não fica contando o tempo quando está com uma companhia agradável. Você já fez de Jesus sua companhia agradável ou está cumprindo suas obrigações espirituais só para limpar a consciência e ganhar uma estrelinha no Céu?

“Ao contrário do que Satanás quer que pensemos, o governo de Deus não é firmado na submissão cega, no domínio sem razão. Ele apela para o intelecto e para a consciência. [...] Deus não força a vontade de Suas criaturas. Ele não pode aceitar uma homenagem que não seja uma oferta voluntária e inteligente. Uma submissão meramente forçada não permitiria o desenvolvimento da mente e do caráter; transformaria o homem em máquina. Não é esse o propósito do Criador. Ele deseja que o ser humano, a obra-prima do Seu poder criador, alcance o mais elevado desenvolvimento. [...] Ele nos convida a nos entregar a Ele, a fim de que possa cumprir em nós Sua vontade. Resta-nos escolher se queremos ficar livres da escravidão do pecado para compartilhar da gloriosa liberdade dos filhos de Deus” (*Caminho a Cristo*, p. 44).

“O coração deve ser entregue a Deus, ou jamais será feita em nós a mudança para nos restaurar à Sua semelhança. Estamos, por natureza, alienados de Deus. [...] Estamos retidos nos laços de Satanás, ‘tendo sido feitos cativos por ele para [cumprirmos] a sua vontade’ (2 Timóteo 2:26). Deus deseja nos curar e nos libertar. Como isso requer completa transformação e uma renovação da nossa natureza, devemos nos entregar inteiramente a Ele. A luta contra o eu é a maior de todas as batalhas. A renúncia de si mesmo, a sujeição de tudo à vontade de Deus,

**“Tudo que afasta
nosso coração de Deus
deve ser abandonado
[...] Não podemos ser
metade do Senhor e
metade do mundo. Não
somos filhos de Deus,
a menos que o sejamos
inteiramente.”**

requer uma luta, mas a pessoa deve se submeter a Deus antes de ser renovada em santidade” (*Caminho a Cristo*, p. 43).

“Quando nos entregamos a Deus, temos necessariamente que renunciar a tudo que nos separa dEle. Por isso, Ele diz: ‘Todo aquele que dentre vós não renuncia a tudo quanto tem não pode ser Meu discípulo’ (Lc 14:33)” (*Caminho a Cristo*, p. 44).

Será que isso quer dizer que, como os gamers, você tem que renunciar ao alimento, exercício, sono, amigos e a outras coisas mais?

“Tudo que afasta nosso coração de Deus deve ser abandonado. O dinheiro é o ídolo de muitos. O amor ao dinheiro e o desejo de possuir riquezas são a corrente de ouro que os prende a Satanás. Há outros que idolatram a fama e a honra humana. A vida de comodidade egoísta e sem responsabilidades também funciona como um ídolo para outras pessoas. Mas essas amarras que escravizam devem ser cortadas. Não podemos ser metade do Senhor e metade do mundo. Não somos filhos de Deus, a menos que o sejamos inteiramente” (*Caminho a Cristo*, p. 44).

O que ganharam os gamers que fizeram dos jogos sua devoção? O que você ganha por sua devoção a Jesus?

Porta fechada, ouvidos abertos



É

provável que você goste de conversar pelas redes sociais, seja por foto, vídeo ou mensagens escritas. Talvez use grupos e canais abertos para compartilhar coisas legais com o maior número possível de pessoas. Porém, quando quer conversar

algo particular, a melhor opção é selecionar um meio de conversa reservado.

É claro que em todo o momento, em qualquer lugar e não

apenas ajoelhado, você pode ativar a janela particular da oração e conversar com Jesus. Entretanto, é importante saber que um relacionamento cresce quando duas pessoas passam tempo a sós para se conhecer. É por isso que, em Mateus 6:6, lemos: “Quando você orar, vá para seu quarto, feche a porta e ore a seu Pai, que está no secreto. Então seu Pai, que vê no secreto, o recompensará.”

Com a escritora Ellen White, Jesus complementa o significado desse verso: “Não basta orar em família e em público. Sozinho, abra o coração aos olhos examinadores de Deus. A oração particular deve ser ouvida unicamente por Ele [...]. Na oração particular, a mente fica livre das influências do ambiente, livre da agitação. De uma forma calma, embora fervorosa, você poderá buscar a Deus. [...] Pela fé simples e serena, a mente entra em comunhão com Deus, e reúne os raios da luz divina para lhe dar forças e sustentá-lo no conflito contra Satanás” (*Caminho a Cristo*, p. 97).

Devemos orar em todos os momentos, mas em especial naqueles que envolvem decisões importantes (por exemplo, a escolha de um curso universitário). Precisamos escolher um momento e local específicos para abrir o coração a Deus. Antes de tomar importantes decisões, Jesus também fazia isso. Lucas 6:12 relata que Ele foi para um lugar em que

Devemos orar em todos os momentos, mas principalmente naqueles que envolvem decisões importantes (por exemplo, a escolha de um curso universitário). Precisamos escolher um momento e local específicos para abrir o coração a Deus. Antes de tomar difíceis decisões, ore. Jesus também fazia isso.

não seria interrompido e orou uma noite inteira antes de escolher Seus discípulos.

Você já ficou a noite inteira conversando com seus amigos e não viu o tempo passar porque a conversa estava muito boa? Você também pode conversar por muito tempo com Deus. Afinal, “a oração é o abrir do coração a Deus como a um amigo. Não que isso seja necessário para que Deus saiba quem somos, mas para nos habilitar a recebê-Lo. A oração não faz Deus descer até nós, mas nos eleva a Ele. Quando estive na Terra, Jesus ensinou Seus

discípulos a orar. [...] A certeza que lhes deu de que suas petições seriam ouvidas nos é dada também. [...] O Salvador Se identificou com nossas necessidades e fraquezas, a ponto de Se tornar um suplicante, buscando no Pai novos suprimentos de força, a fim de que pudesse sair fortalecido para enfrentar Seus deveres e provações. [...] E se o Salvador da raça humana, o Filho de Deus, sentia a necessidade de oração, quanto mais deveriam os frágeis e mortais pecadores sentir a necessidade de constante e fervorosa oração!” (*Caminho a Cristo*, p. 93, 94).

Talvez você esteja se sentindo mal porque nunca conseguiu orar mais do que 20 minutos seguidos, mas não se preocupe. Aos poucos, esse hábito se torna gostoso e revigorante, a ponto de você não perceber o tempo passar e ainda querer ficar o dia todo em comunhão com Deus.

A oração é um meio de comunicação muito eficaz, mas você precisa confiar nisso, porque “sem fé é impossível agradar a Deus” (Hebreus 11:6). Jesus disse: “Tudo o que vocês pedirem em oração, creiam que já o receberam, e assim lhes sucederá” (Marcos 11:24). Você crê nisso? Mesmo que não receba exatamente o que pediu e no tempo desejado, deve crer que o Senhor atenderá às suas orações. Deus é muito sábio e não erra, e bom demais e não retém qualquer benefício aos sinceros.

A maior fonte de energia



O

aproveitamento da energia solar é uma das possibilidades de utilização dos recursos naturais para gerar eletricidade. Na Califórnia, a usina solar de Ivanpah possui mais de 173 mil painéis que capturam a luz solar. A produção gera energia para mais

de 140 mil casas e reduz a liberação de dióxido de carbono em até 400 mil toneladas por ano.

Você sabe qual é a maior fonte de energia do Universo, capaz de

mudar a história das nações, transformar pessoas e curar enfermos?

Durante a Segunda Guerra, os bombardeiros de Hitler atacavam as Forças Aliadas, os tanques avançavam sobre a Europa, e retroceder parecia impossível. Na rádio, Winston Churchill (primeiro ministro da Inglaterra) disse: “Nesta noite as luzes da Europa se apagaram.” De fato, ele estava certo. A maior parte da Europa havia sido derrotada pelo exército nazista. Mas, nesse momento de crise, algo notável e difícil de explicar aconteceu.

Começou a chover do lado continental da Europa, e a intensidade da tempestade reduziu tremendamente a velocidade dos tanques de Hitler. O manto de neblina que cobria o Canal da Mancha se ergueu e milhares de soldados aliados, encurralados nas praias de Dunquerque, saíram em retirada. Por quê?

Durante várias semanas, as igrejas rurais de todo o Canal da Mancha, centenas de homens, mulheres e crianças buscaram a Deus, intercederam por um milagre para mudar a História. As repartições públicas britânicas oravam ao meio-dia. O parlamento britânico tornou-se um lugar de oração. Professores oravam durante as aulas. Através desse poderoso movimento de intercessão, toda a História foi mudada!

Em 1985, um grupo de cristãos de uma igreja de Leipzig, Alemanha, iniciou um movimento de oração, com cinco a dez pessoas toda segunda-feira à noite. Os meses se passaram. No outono de 1989, mais pessoas, dezenas de milhares, reuniam-se para orar em toda a Alemanha.

Pessoas em Berlim Oriental, encorajadas pelo movimento de oração de Leipzig, também começaram a orar. Logo, havia milhares de pessoas orando e esse movimento inflamou a liberdade. As orações fizeram a diferença na noite em que os muros de Berlim caíram. Os guardas não atiraram

como vinham fazendo durante muitos anos. Ficaram paralisados e em silêncio, enquanto as pessoas se apressavam através dos portões que os separavam da Alemanha Ocidental. Mais tarde, a revista *New Republic Magazine* divulgou: “Um antigo ditado diz que a oração muda as coisas. Não podemos nos responsabilizar pela veracidade da oração, mas sabemos que pessoas orando mudaram o rumo da Europa moderna.”

Não sabemos tudo sobre a oração intercessora e de que modo atua. Mas a falta de compreensão sobre um assunto não indica que ele não seja verdadeiro. Talvez você não compreenda tudo sobre o modo pelo qual as imagens são transmitidas à televisão. Mesmo assim, usa o controle remoto e olha para a tela.

A oração intercessora é bíblica. Ela tem poder. Quando você ora, Deus responde e o Espírito Santo é derramado. Ao interceder por outros, os anjos celestiais vêm em resposta a oração.

Você já viu o resultado da sua oração na vida de outras pessoas?

(Adaptado da revista *A Oração Faz a Diferença*, de Mark Finley)

Fonte: <http://www.megacurioso.com.br/sustentabilidade/42055-maior-usina-solar-do-mundo-inicia-suas-atividades.htm>

Liberdade

**N**

a revista *A Oração Faz a Diferença*, Mark Finley nos conta que Paulo passou um ano e meio em Éfeso. Ele pensava em seus amigos e nas pessoas que conhecia por nome. Encarcerado em Roma, isolado deles, se ajoelhava e orava: “Querido Deus, lembra-Te de meus amigos em Éfeso. Atua na vida deles. Meu Senhor, dá-lhes coragem e esperança. Anima-os. Impressiona-lhes o coração.”

Ele acreditava que o governo romano podia acorrentar seu corpo, conservá-lo na prisão, mas as orações sempre chegariam a Deus. Orando, algo podia acontecer, que não teria lugar caso ele não buscasse ao Senhor dessa forma. Paulo não acreditava que a oração fosse um tipo de psicoterapia que o fizesse sentir-se melhor. Cria que podia impressionar o coração de Deus, e através da oração Ele realizaria milagres.

Talvez mencionar que Paulo acreditava que suas orações impressionariam o coração de Deus pode levá-lo a fazer algumas perguntas: “Será que Deus depende das orações? Deus não faz tudo para abençoar sua família, amigos e a nação, quer você ore ou não? As orações fazem alguma diferença, ou apenas o fazem se sentir bem?”

No grande conflito entre o bem e o mal, entre Cristo e Satanás, Deus voluntariamente Se limita. Ele não viola seu direito de escolha. Quer você ore ou não, Deus procura alcançar os membros da sua família e concede certa medida de proteção através dos anjos. Porém, quando você ora, abrem-se novos condutos de atuação que O possibilitam fazer coisas que Ele não faria sem sua permissão.

A comunidade médica está chegando à conclusão de que a oração faz diferença no processo de restabelecimento. Há mais de

200 estudos publicados sobre religião e cura, e muitos deles tratam da relação entre a oração intercessora e a melhora da doença.

O Dr. Randolph Byrd, cardiologista em San Francisco, tomou um grupo de 393 pessoas que tinham passado por cirurgia de ponte de safena (uma cirurgia do coração). Ele os dividiu em dois grupos: um pelo qual não se orava e outro pelo qual se orava. Nenhum dos grupos soube da experiência. Assim, a mente não influenciou seu corpo com pensamentos positivos.

O Dr. Byrd deu a um grupo de cristãos os nomes dos pacientes “pelos quais orar”. A diferença entre os dois grupos foi surpreendente, pois os que tiveram o privilégio da oração se restabeleceram mais rapidamente, precisaram de menos medicamentos e tiveram menos complicações. O grupo pelo qual não se orou precisou de mais consultas ao médico, teve mais complicações, usou mais medicamentos e sofreu com um número maior de infecções.

Quando uma das principais revistas dos Estados Unidos escreveu sobre esse fato, comentou que os resultados foram extraordinários.

Deus não apenas respeita o direito de escolha das pessoas que não estão orando, mas também respeita seu direito de escolher orar. Quando você ora, Deus derrama Seu Espírito.

**Deus não apenas
respeita o direito de
escolha das pessoas
que não estão orando,
mas também respeita
seu direito de escolher
orar. Quando você ora,
Deus derrama Seu
Espírito.**

Na batalha entre o bem e o mal, a oração é uma arma muito eficaz para derrotar o inimigo. Suas próprias forças não são garantia de vitória. Na intercessão, você confia que Deus realizará Seu propósito na vida daqueles por quem está orando e, também, por você. Sua força está nEle.

Você está disposto a usar sua liberdade para pedir que Deus faça a diferença não apenas na sua vida, mas na vida de outras pessoas, até mesmo do governo do nosso país?

(Adaptado da revista *A Oração Faz a Diferença*, de Mark Finley)

O projeto de Ryan





Com apenas seis anos, o menino canadense Ryan Hreljac, soube na escola que milhares de crianças africanas morriam bebendo água contaminada, que elas percorriam quilômetros por dia para conseguir. Comovido, ele perguntou quanto seria necessário para que aquelas crianças tivessem água boa para beber. A professora disse que um poço pequeno deveria custar cerca de 70 dólares.

Em casa, Ryan pediu à mãe 70 dólares para construir um poço para as crianças da África. Em vez de lhe dar o dinheiro, ela combinou que ele teria que fazer tarefas domésticas para obter o valor. Depois de trabalhar quatro meses, o garoto ficou sabendo que, com 70 dólares, ele compraria só a bomba manual. A perfuração do poço custaria 2 mil dólares. Muitas pessoas se prontificaram a contribuir com doações e a companhia WaterCan, que recolhe doações para a África, completou o restante.

Em 1999, o primeiro poço de Ryan foi construído em Uganda, beneficiando milhares de pessoas com água potável.

Em 2000, o menino visitou o local e pôde perceber que é possível fazer a diferença na vida de outras pessoas mesmo sendo tão jovem.

Ryan criou a Ryan's Well Foundation que já construiu *mais de 800 poços* e 1.100 latrinas, levando água potável e serviços de saneamento básico para mais de 705 mil pessoas.

Qual é o projeto da sua vida? Passar no vestibular, cursar uma boa faculdade e conseguir se sustentar sozinho? Já pensou em fazer algo pelos outros?

Você pode começar com uma oração; afinal, lemos na Bíblia que “muito pode, por sua eficácia, a oração do justo” (Tiago 5:16, ARA).

Algum tempo atrás, um pastor convidou uma mulher para frequentar o grupo de oração que ele estava dirigindo. O marido dela era um agnóstico, que havia saído da cidade durante um programa de reavivamento, dizendo que não voltaria até que “aquela rajada de religião” passasse. O grupo de oração orou em seu favor. Naquela mesma noite, o homem surpreendeu a todos ao aparecer no encontro. Ele disse que havia dirigido 25 quilômetros. Então, sentiu uma profunda convicção de que deveria voltar. Ele aceitou a Cristo como seu Senhor e Salvador.

Quando você ora pelos outros, Deus derrama Seu Espírito para que você alcance essas pessoas. A oração intercessora abre espaço para Deus trabalhar. Quando as pessoas oram, alguma coisa acontece. Deus ouve, responde, faz mudanças, toca vidas.

Ryan diz que, a partir do momento em que começou a fazer algo pelas crianças africanas, entendeu a razão de ter nascido.

Veja o exemplo de Ryan Hreljac, que entendeu a razão de ter nascido quando começou a fazer algo pelas crianças da África, e pense na razão da sua vida. Seu projeto pode ser interceder pelos que sofrem ou que não conhecem a Jesus e levá-los até Ele. Pense nisso. Você ficará maravilhado com os resultados.

(Adaptado da revista *A Oração Faz a Diferença*, de Mark Finley)

Fonte: <https://www.ryanswell.ca/cause/water-for-ashanti/>

Sem tarifa

**V**

ocê deve conhecer os aplicativos de comunicação ilimitada que não são pagos. Há várias opções para diferentes tipos de sistemas operacionais móveis (como o Android e o iOS). Com aplicativos como *WhatsApp*, *Facetime*, *Skype*, *Telegram* ou *Facebook*,

você pode trocar mensagens, fazer ligações e chamadas por vídeos gratuitamente. Basta ter o programa e os requisitos necessários (sistema operacional, internet).

Isso facilitou a comunicação de maneira surpreendente. É possível viver em um lugar e estar em outro através da troca de informações e bate-papos. E o melhor: em tempo real! Muito antes da internet,

telefones celulares e aplicativos revolucionários, você já podia viver conectado gratuitamente 24 horas por dia com o Céu.

Ellen White começou seu ministério ainda jovem e descobriu

como era importante se manter em comunicação direta com o Céu. Inspirada pelo Espírito Santo, ela nos dá algumas dicas para aprimorar essa comunicação no capítulo II do livro *Caminho a Cristo*:



- Ore em seu quarto (afinal, é assim que você conhece a Jesus mais intimamente), mas também ore enquanto estiver ocupado com suas tarefas diárias. Satanás não pode vencer aquele cujo coração se firma em Deus.
- Não há tempo nem lugar impróprios para falar com Deus. Nada pode impedi-lo de orar. Caminhando na rua, enquanto compra, na escola ou em qualquer lugar, você pode pedir a direção divina.
- Ainda que você se encontre em um ambiente corrompido, não é forçado a pecar. Feche as portas das imaginações impuras e pensamentos profanos, e erga a mente a Deus em oração. Viva em comunhão com o Céu.
- Exponha ao Senhor suas necessidades, alegrias, pesares, cuidados e temores. Nada pode sobrecarregá-Lo nem fatigá-Lo. Ele conta os cabelos da sua cabeça e não é indiferente às suas necessidades.
- Seu coração se comove com suas tristezas. Leve a Ele tudo que lhe causa perplexidade. Coisa alguma é demasiado grande para Ele, pois sustém os mundos e rege o Universo.
- Toda calamidade ou ansiedade, toda prece dos seus lábios, é observada pelo Pai celeste; e atrai Seu imediato interesse. As relações entre Deus e você são tão particulares e íntimas, como se não existisse nenhuma outra pessoa no mundo.
- Você conhece pessoas que ficam tão conectadas à internet que perdem a amizade ou o interesse de seus amigos no mundo real? Não é isso que Deus quer com a conexão celestial. Ele tem outro propósito. Não se torne um eremita nem um monge afastado do mundo. Sua vida deve ser como foi a de Cristo – tempo de oração e convívio das multidões, ou em breve deixará de orar. Suas orações se tornarão formais e rotineiras, perderão o objetivo da comunhão, serão pessoais e egoístas; você deixará de orar pelos outros e de trabalhar para Cristo.
- A sociabilidade leva a ter simpatia pelos outros, e o faz mais forte no serviço de Deus. Em sua convivência, o cristão deve conversar sobre o amor de Deus e sentirá alegria, enquanto leva alegria aos outros.

Os aplicativos de interação social surgiram da necessidade de contínua comunicação, inviável por telefone, por causa do alto preço cobrado

pelas ligações e impossibilidade de ter o computador sempre à mão. Você não precisa de objetos, posições nem condições para se conectar

com Jesus. Basta abrir o coração. Ele já está pronto para ouvir você!

“Busquei o Senhor, e Ele me respondeu” (Salmo 34:4).

Promessas





nos atrás, existiam caixinhas que guardavam vários versos bíblicos escritos em papel colorido. As Caixinhas de Promessas, geralmente, eram usadas nos cultos em família, principalmente os de pôr do sol.

Nos dias atuais, as caixinhas em si não são mais tão populares, mas a ideia de ler uma promessa diariamente cativa o público. Por isso, desde março de 2014, as mais belas promessas e versículos bíblicos podem ser baixados para Android. Procure por categoria: Bíblia e religião, no Blogspot (Blogger), Gadget Google e iGoogle.

Na jornada de hoje, imagine que esteja fazendo um *download* desse aplicativo no papel. Leia as promessas bíblicas que estão ao lado e veja como elas se aplicam à sua vida. Escolha pelo menos uma para memorizar e usar durante o dia.

Quais promessas você gostaria que fizessem parte da sua vida?

Personalize sua folha de promessa:



“Por isso Eu afirmo a vocês: quando vocês orarem e pedirem alguma coisa, creiam que já a receberam, e assim tudo lhes será dado”
(Marcos 11:24, NTLH).

“Se você Me chamar, Eu responderei e lhe contarei coisas misteriosas e maravilhosas que você não conhece”
(Jeremias 33:3, NTLH).

“Se pedimos alguma coisa de acordo com a Sua vontade, temos a certeza de que Ele nos ouve”
(1 João 5:14, NTLH).

“Se Me chamarem no dia da aflição, Eu os livrarei, e vocês Me louvarão”
(Salmo 50:15, NTLH).

“E tudo o que vocês pedirem em Meu nome Eu farei, a fim de que o Filho revele a natureza gloriosa do Pai. Eu farei qualquer coisa que vocês Me pedirem em Meu nome”
(João 14:13, 14, NTLH).

“Todas as vezes que dois de vocês que estão na Terra pedirem a mesma coisa em oração, isso será feito pelo Meu Pai, que está no Céu”
(Mateus 18:19, NTLH).

O ex-adventista

**M**

arcos Antonio Ferreira Soares nasceu em uma família adventista, estudou na Escola Adventista e se tornou o único ex-adventista da família. Tudo começou quando, ainda pequeno, ele tocava em uma banda filarmônica.

Quando adolescente, aprendeu a tocar violão e começou a se apresentar em bares. Depois, trabalhou com uma banda. Em estúdios de gravação, conheceu

muitos cantores de sucesso. Mas ele queria mais. Marquinhos Maraial (como ficou conhecido) buscava fama e dinheiro. Para ele, o máximo era subir no palco e levar a galera ao delírio. Isso o fascinava! Mas, ao acabar o show, buscava tudo de novo para sentir a mesma emoção. Nos fins de semana, corria de um show para outro. Viagens de avião, hotel, farra, bebida, fascinação. A vida era pura adrenalina!

Durante 25 anos de carreira, produziu mais de 200 CDs e DVDs, 4 CDs autorais, mais de 800 músicas compostas para cantores, duplas e bandas de todo o Brasil que o levaram a concorrer duas vezes ao prêmio *Grammy*. Colecionava carros importados, tinha mansões, sítios, apartamentos, fama e o calor das multidões. Mas o que Marquinhos Maraial não sabia é que ele nunca ficou um dia sequer sem ser alvo das orações de sua mãe. Deus estava esperando por ele.

Marquinhos começou a perceber que a família estava, cada vez mais, fora de sua vida. Voltava para casa às segundas à noite para dormir e sequer via os cinco filhos. Visitava os pais adventistas somente uma vez por ano. Após os shows, ficava pensando na vida, esposa, filhos, pais e irmãos. Mesmo assim, no dia seguinte, continuava achando que tinha tudo. Não havia lugar para Deus em sua vida.

Certo dia, Marquinhos sentiu o toque de Deus quando a esposa, que passava por uma crise pela perda do pai, assistiu à TV Novo Tempo e ouviu uma mensagem confortadora. Daí em diante, toda a família começou a assistir ao canal. O estilo de vida mudou aos poucos. A esposa quis conhecer a igreja adventista, mas sábado era dia de show. Então, numa semana em que o show foi cancelado, eles foram à igreja.

Daí em diante, todos os sábados ela ia aos cultos com os filhos e contava ao Marquinhos o que ouvia. O Espírito Santo o fez relembrar a infância, quando ele ia à igreja com os pais. Mesmo assim, ele resistiu. Não queria perder dinheiro ou deixar de lado a fama e seu estilo de vida.

A oração tem o poder de não apenas mudar o rumo da vida, mas de mantê-la nos caminhos de Jesus.

Um dia, as duas filhas contaram que queriam ser batizadas. A esposa disse que seria batizada com elas, e ele se sentiu pressionado a fazer o mesmo. Mas não queria deixar de ser artista.

Normalmente, ele consumia vários tipos de bebidas alcoólicas. Porém, certa vez, após um show, não bebeu e ficou angustiado ao ver a multidão. Era só bebedeira, dança, pulos, gritaria, e ele percebeu a destruição que provocava nas pessoas. Sentiu um senso de culpa muito grande e decidiu parar. Deus atendeu às orações da mãe de Marquinhos, da esposa e dos filhos. Quer saber mais dessa história? Procure “Um novo começo. Marquinhos Maraial” no YouTube.

Talvez alguém esteja orando por você agora. Não são apenas aqueles que estão afastados dos caminhos de Deus que precisam de oração. Orar pelos que escolheram viver por Jesus tem a mesma importância.

Você ora por seu pastor? Ora pelos líderes da igreja local ou da igreja mundial? Já orou por seus amigos?

A oração tem o poder de não apenas mudar o rumo da vida, mas de mantê-la nos caminhos de Jesus. Podemos ter certeza de que “Ele nos ouve” (1 João 5:14).

A lista de Schindler



Essa lista, uma das mais famosas da história, se tornou um filme vencedor de sete Oscars e muitos outros prêmios. O filme conta como e em quais circunstâncias a lista foi feita por Oskar Schindler, um empresário alemão que salvou a vida de mais de mil judeus durante a Segunda Guerra.

Schindler foi um homem muito rico. Porém, ao se deparar com a situação dos judeus que eram enviados aos campos de trabalho forçado, criou

uma maneira de salvar o maior número possível de pessoas dos horrores dos campos de concentração.

Como somente os judeus que eram considerados essenciais para os nazistas poderiam se livrar dos campos, Schindler fez uma lista em que constava mais de mil nomes

de judeus que ele considerava essenciais (apesar de a maioria não ter condições de trabalhar).

Schindler usava seu dinheiro e suas joias para subornar oficiais nazistas ao interceder pelos judeus. Por isso, perdeu quase toda a sua fortuna, mas não se importou com isso. No fim da guerra, ele ainda pensou que poderia ter feito mais. “A Lista de Schindler” significou a diferença entre a vida e a morte para aqueles judeus.

Hoje, você vai conhecer uma lista que também faz a diferença entre a vida e a morte porque contribui para a sua salvação e a salvação de outras pessoas. Schindler usava o dinheiro para interceder pelos judeus. Você vai aprender a se tornar um verdadeiro intercessor trabalhando pela salvação de outros e sem gastar nada, apenas orando.

Quando você intercede por alguém, une-se a Jesus, nosso Intercessor, conforme está escrito em Isaías 53:12: “Ele carregou o pecado de muitos, e intercedeu pelos transgressores.” E hoje Ele está no Céu, onde intercede por nós (Hebreus 7:25).

Quando você busca a graça de Deus em favor dos outros, une-se a Jesus na obra de intercessão e se torna um com Ele pela intimidade da oração.

“Mas é tanta gente por quem interceder”, você pode estar pensando. Alguns passos podem ajudá-lo com isso:

1. Tempo e local específico para orar

Separe períodos específicos para a oração intercessora (5 minutos, por exemplo). Assim, suas ocupações diárias não tomarão todo o seu tempo. Tenha um lugar especial para estar a sós com Deus (onde você preferir).

2. Intercessão específica

Deixe claro por quem você está orando. Jesus intercedeu por pessoas específicas em Suas orações, inclusive por você (leia Lucas 22:31, 32 e João 17:20, 21).

3. Em voz alta

Aproveite quando estiver sozinho e ore em voz alta. Isso o ajudará a manter a linha de raciocínio, além de fazer com que os anjos do mal tremam e fujam. Satanás não suporta o som de fervorosas súplicas. A oração em voz alta dá um sentido mais objetivo aos pensamentos e torna os pedidos definidos.

4. Uma lista de oração

Você pode fazer uma lista de oração que terá o poder de salvar seus amigos. Escreva o nome deles em um lugar especial e escolha em quais dias da semana e horários você orará por um e outro. Comece escolhendo uma pessoa para hoje.

Sua perseverança e sua lista podem salvar vidas. Una-se a Jesus nesse ministério. Você se surpreenderá com os resultados. Sentirá o coração sendo atraído a Ele de uma forma nova e pessoal. Verá como Ele é fiel e responde às orações de Seus filhos.

Faça sua lista. Aproveite para começar a intercessão!

NOME	DIA	HORÁRIO

A fonte da juventude



V

ocê é jovem e, talvez, não esteja preocupado com o que acontecerá quando envelhecer. Entretanto, entre 1460-1521, viveu um explorador que passou parte da vida à procura de uma lendária fonte da juventude. Seu nome? Ponce de León.

Ele estabeleceu uma colônia em Porto Rico e se tornou governador do local. Ali, ouviu a respeito de uma ilha chamada Bimini, onde se dizia que havia uma fonte que restabelecia

a juventude de todos os que nela se banhassem. O homem saiu em busca da tal fonte. Bebeu de todas as fontes, banhou-se em todos os rios e lagos que encontrou na Flórida e acabou morrendo ao ser ferido durante um ataque de índios, sem encontrar a fonte que lhe devolveria a juventude e o impediria de morrer.

É possível viver mais e melhor sem precisar banhar-se em uma fonte. Se você deseja saber como preservar a saúde, pergunte ao Criador.

“Deus é o grande zelador do organismo humano. Ao cuidarmos de nosso corpo, devemos cooperar com Ele. O amor de Deus é necessário à vida e à saúde” (*Mente, Caráter e Personalidade*, v. 2, p. 404).

Luiz Fernando Sella entrou na faculdade de medicina aos 17 anos. Kursou o último ano e a especialização em uma Universidade em Miami, EUA. Enquanto esperava o resultado da prova que diria se faria a especialização ou não, ele trabalhou em um posto de saúde, em Santa Catarina, e ficou desanimado com os medicamentos que prescrevia aos pacientes, pois não levavam à cura. Entrou no consultório da colega, Dra. Daniela, uma médica que lia a Bíblia.

O Dr. Luiz vivia nas baladas, fumava, consumia bebidas alcoólicas socialmente, era sedentário e tinha uma vida vazia. Porém, depois de conhecer Daniela, conversar e analisar a situação, resolveu estu-

Grande parte da transformação do Dr. Luiz aconteceu porque ele entendeu que nem o médico pode curar aqueles que não cuidam da saúde. Além disso, “Deus deseja ser reconhecido como o Autor de nosso ser. A vida que Ele nos deu não é motivo de brincadeira. O descuido dos hábitos do corpo revela descuido do caráter moral. A saúde do corpo deve ser considerada essencial ao progresso no crescer na graça.”

dar a Bíblia, praticar os princípios de saúde pregados pela Igreja Adventista do Sétimo Dia, e restabeleceu a saúde física e espiritual.

Ele foi batizado, casou-se com Daniela e juntos resolveram ser

médicos-missionários. Trabalharam nos Estados Unidos, na África, no Japão, no Brasil e, hoje, em uma Clínica Adventista, no Brasil. Eles tratam seus pacientes de acordo com “Os 8 remédios de Deus”: água, ar puro, luz solar, exercício, descanso, alimentação saudável, abstinência e confiança em Deus. Você pode saber mais dessa história no livro *Universo Paralelo* (CPB).

Grande parte da transformação do Dr. Luiz aconteceu porque ele entendeu que nem o médico pode curar aqueles que não cuidam da saúde. Além disso, “Deus deseja ser reconhecido como o Autor de nosso ser. A vida que Ele nos deu não é motivo de brincadeira. O descuido dos hábitos do corpo revela descuido do caráter moral. A saúde do corpo deve ser considerada essencial ao progresso no crescer na graça” (*Mente, Caráter e Personalidade*, v. 2, p. 405).

“Tudo quanto prejudica a saúde não somente diminui o vigor físico, mas também tende a enfraquecer as faculdades mentais e morais” (*Mente, Caráter e Personalidade*, v. 2, p. 405).

Já pensou que o que você come e como se exercita influenciam sua disposição de buscar a Deus? O corpo humano foi criado por Ele e devemos usá-lo como resposta de gratidão.

Medite em I Coríntios 10:31.

Fonte: https://pt.wikipedia.org/wiki/Juan_Ponce_de_Le%C3%B3n

Influência total



a mitologia grega, Asclépio (para os gregos) ou Esculápio (para os romanos) foi o pai da medicina e da cura, e filho de Apolo (o deus mais influente e venerado de todos). Ele ensinou às duas filhas, Hygia e Panaceia, a arte da medicina. Hygia se tornou

conhecida como a deusa da saúde e da higiene, e Panaceia se tornou a deusa da cura de todas as doenças.

A tradição médica fez com que o nome de Panaceia, Hygia,

Esculápio e Apolo aparecessem no juramento de Hipócrates até a metade do século 20. Depois disso, muitos médicos consideraram que não tinha sentido fazer um juramento em nome de deuses gregos.

Em 1948, a Associação Médica Mundial estabeleceu um juramento alternativo, conhecido como Declaração de Genebra, que tem sido adotado por um número crescente de países, embora alguns contínuem com o juramento de Hipócrates.

Dois aspectos da História:

1 | As pessoas sempre reconheceram que a saúde e a cura são dadas por um poder superior, mas não vem de Hygia ou Panacea. A saúde vem da fonte da vida: Jesus (João 14:6).

2 | A diferença entre Hygia e Panacea é que uma é a deusa da prevenção (saúde e higiene) e a outra, da cura. Deus, além de real, é completo. Ele nos ajuda na prevenção de doenças e nos cura, se for preciso.

Deus sempre instruiu Seu povo a respeito dos hábitos necessários para viver melhor. Em Levítico, vemos com clareza como esses hábitos deram mais longevidade ao povo de Israel.

Quando os outros povos olhavam os filhos de Israel, notavam a diferença. Hoje, também é assim. Muitas reportagens e pesquisas mostram que as pessoas que aceitam os conselhos de saúde dados por Deus têm mais qualidade de vida.

Uma reportagem feita pela BBC, e publicada no portal GI em 8 dezembro de 2014, mostra um grupo de pessoas que mora em Loma Linda, Califórnia. Elas vivem dez anos mais e melhor que a maioria dos norte-americanos.

Para os repórteres, um dos segredos é que essas pessoas veem o corpo como o templo do Espírito Santo. “O modo de vida adventista envolve uma dieta principalmente à base de vegetais, exercício regular e um compromisso com a celebração do sábado como o dia de descanso.”

Um dos entrevistados disse que, “por causa desse princípio (de que o corpo é o templo do Espírito Santo), estamos muito preocupados com o que colocamos em nosso corpo”.

Paulo escreveu que nosso corpo pertence a Deus. “Acaso não sabem que o corpo de vocês é santuário do Espírito Santo que habita em vocês, que lhes foi dado por Deus, e que vocês não são de si mesmos? Vocês foram comprados por alto preço. Portanto, glorifiquem a Deus com o corpo de vocês” (1 Coríntios 6:19, 20).

Ao ler o depoimento do entrevistado e um pedacinho do que a Bíblia nos diz sobre o corpo, você conseguiu traçar um paralelo com

sua vida? Será que devemos nos preocupar com o que fazemos com nosso corpo?

Não se trata só de comida e bebida. Os filmes assistidos, os livros lidos, as conversas ouvidas, tudo isso influencia a mente e, em consequência, o corpo todo.

No livro *Mente, Caráter e Personalidade*, p. 408, Ellen White escreveu: “Tudo quanto prejudica a saúde não somente diminui o vigor físico, como tende a enfraquecer as faculdades mentais e morais.” Quando estamos fracos moral e mentalmente, não nos sentimos completamente dispostos a buscar Deus.

Um dos conselhos que Deus nos dá é: “quer vocês comam, bebam ou façam qualquer outra coisa, façam tudo para a glória de Deus” (1 Coríntios 10:31).

Você quer fazer TUDO para a glória de Deus?

Não se trata só de comida e bebida. Os filmes assistidos, livros lidos, as conversas ouvidas, tudo isso influencia a mente e, em consequência, todo o corpo.

Das drogas para Cristo



Entre o 9º ano do Ensino Fundamental e o 1º ano do Ensino Médio, Benjamim Makowski Prado escolheu viver somente para o prazer passageiro, influenciado pelos amigos e pela música rock. Ele fumava e bebia desde os 13, 14 anos e, aos 15, 16 anos, usava maconha

durante a semana e, nos fins de semana, cocaína e outras drogas mais pesadas. Ia a shows e a festas. Enquanto estava nas festas ou drogado, sentia-se bem, mas ao voltar para

casa o sentimento de vazio era muito grande. A vida era de intenso sofrimento. Procurava preencher novamente o vazio com as mesmas drogas. Estava em um círculo vicioso, sem força de vontade para se libertar da vida frustrada.

Na casa do amigo Paulo, começou a ouvir estudos bíblicos sobre Daniel e Apocalipse, do irmão de Paulo e, depois, do próprio amigo. No início, não quis ouvir. Mas, ao aprender sobre as profecias e ver seu cumprimento exato, passou a crer na Bíblia e confrontou sua incapacidade com a grandeza de Deus.

A mente confusa e o corpo afetado pelos efeitos das drogas foram se recuperando. Sua força de vontade voltou. Hoje, sua vida tem sentido porque ele conheceu a Deus e tem paz no coração.

Benjamim agora é pastor da Igreja Adventista do Sétimo Dia, graças à transformação pela qual sua mente passou. Vimos isso claramente no capítulo 4 do livro *Mente, Caráter e Personalidade*, v. 1.

“A religião pura e imaculada não é um sentimento, mas a prática de obras de misericórdia e amor. Essa religião é necessária à saúde e à felicidade. Ela chega no interior do poluído templo da alma, expulsando, com um açoite, o pecado intruso. [...] Abre as janelas da alma em direção ao Céu, dando entrada à luz do amor de Deus. Com ela sobrevêm a serenidade e o domínio próprio. Aumenta a resistência física, mental e moral” (p. 27).

Quando Benjamim recuperou a saúde mental e física, a espiritual também foi renovada, porque elas estão intimamente relacionadas. E é o que colocamos na mente que influencia o restante do corpo.

“O começo de ceder à tentação está no pecado de permitir que a mente vacile. [...] O maligno está sempre à espreita de uma oportunidade para desfigurar a Deus e atrair a mente para o que é proibido.

“Se ele puder, irá fixá-la nas coisas do mundo. Procurará despertar as emoções, provocar as paixões, firmar as afeições no que não é para nosso bem. Pertence-nos, porém, manter sob domínio toda emoção e paixão, em calma sujeição ao entendimento e à consciência. Então Satanás perde o poder de controlar a mente” (p. 31).

“O que dá à mente humana o devido nível? A cruz do Calvário. Olhando para Jesus, Autor e Consumador de nossa fé, todo desejo de glorificação egoísta é lançado por terra. [...] Ao contemplarmos a cruz, somos habilitados a ver a maravilhosa providência por ela trazida a todo cristão. Deus em Cristo [...] nivelará o orgulho e exaltação humanos” (p. 29, 30).

“O pecado afeta todo o ser; assim também se dá com a graça. É o coração obstinado que tem rebaixado as faculdades da alma. Todos os que quiserem aprender a ciência da salvação precisam ser submissos alunos na escola de Cristo, para que o templo da alma se possa tornar a morada do Altíssimo” (p. 29).

Você quer ser submisso a Jesus?

“A religião pura e imaculada não é um sentimento, mas a prática de obras de misericórdia e amor. Essa religião é necessária à saúde e à felicidade. Ela chega no interior do poluído templo da alma, expulsando, com um açoite, o pecado intruso. [...] Abre as janelas da alma em direção ao Céu, dando entrada à luz do amor de Deus. Com ela sobrevêm a serenidade e o domínio próprio. Aumenta a resistência física, mental e moral.”

Comida e espiritualidade



Você sabia que a mente é capaz de nos deixar doentes?

A psiconeuroimunologia estuda o impacto dos pensamentos, sentimentos e emoções no sistema imunológico das pessoas e o efeito do estado mental na condição física.

O estado mental está condicionado à cultura (crenças, normas, práticas) aprendida no lar, na escola, etc. A cultura molda a condição mental da pessoa, e a

mente molda a reação do sistema imunológico. Observe como isso funciona no exemplo abaixo:



Caso: a avó e a mãe de André diziam: “Nunca, quando estiver suado, tome banho em água fria. Primeiro, espere o corpo esfriar, ou você pode adoecer gravemente. É perigoso tomar banho com o corpo suado.”

Essa informação passou a fazer parte da cultura de André, moldou sua mente e condicionou seu sistema imunológico.

Um dia, quando André for adulto, voltar suado de uma atividade física, perceber que não há água quente no chuveiro e tomar banho com água fria, pensará: “Ai, ai, ai, água fria... corpo quente... perigo!”

André terminará o banho, irá trabalhar e se esquecerá do que aconteceu.

Mas, no fim do dia, não se sentirá bem. Passará uma noite terrível e, no dia seguinte, amanhecerá com febre, o peito chiando, o nariz congestionado. O que terá acontecido?

Embora haja mais de uma explicação médica, segundo a psiconeuroimunologia, quando o corpo quente “sentiu” o jato de água fria, o subconsciente de André relacionou essa informação a uma consequência grave: uma doença! Então, o sistema imunológico reagiu contra a enfermidade produzindo mecanismos de defesa de proteção: febre, congestão, etc.

A mente tem muito poder sobre o corpo. Por essa razão, Deus nos aconselha a tomar cuidado com aquilo que vemos, sentimos, ouvimos. Tudo o que está ao nosso redor influencia nossos pensamentos e, em consequência, nossa mente.

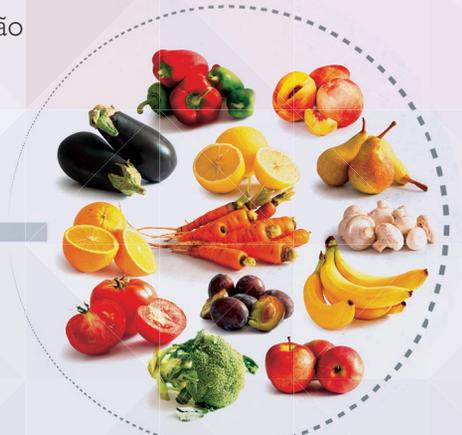
O Dr. César Gálvez (da Universidade Adventista Peruana), em seu livro *Poder Para Mudar os Hábitos de Saúde*, narra a história de um professor de biologia concluindo um mestrado, que lhe contou: “Vivo solitário, faço minhas refeições numa pensão. Sou pressionado pelo trabalho e pelos estudos. Tenho pressão alta, colesterol elevado, muito estresse, e meu médico disse que devo diminuir minhas atividades se não quiser ter problemas com meu coração. Por favor, ajude-me. Não sei por onde começar.”

A sugestão do Dr. César foi: tomar um bom desjejum, ter um jantar leve e comer um prato de verduras antes do almoço. Além disso, fazer exercícios: caminhar rapidamente todos os dias, durante 35 minutos, até suar. E aprender a controlar o que provocava a tensão: a ira. O novo estilo de vida trouxe energia mental, confiança no poder divino e saúde.

Daniel tinha um estilo de vida saudável, desde a alimentação até a comunhão com Deus. Por várias vezes, ao longo da história, ele recebeu ótimos adjetivos, como sábio, possuidor de espírito excelente e muito mais.

Você já ouviu aquela frase popular: “Você é o que você come”? A alimentação de Daniel seguia o que Deus planejou para nós e, como consequência, ele foi achado dez vezes mais inteligente que os jovens que não se alimentavam como ele.

O que você come influencia sua mente. Você quer descobrir qual é o plano de Deus para sua alimentação, e como isso o fará viver melhor? Leia Daniel I e veja qual foi a diferença entre ele, seus amigos e os demais jovens da história. Você quer fazer o mesmo? Peça a Deus e Ele o ajudará!



Conselhos



os últimos dias você vem lendo coisas relacionadas à saúde como um todo, ou seja, física, mental e espiritual, e a relação disso com sua intimidade com Deus. Como está sendo o resultado disso para você?

Talvez você esteja pensando que é quase impossível mudar seus hábitos de vida por causa da rotina em que você

está inserido, ou talvez porque você já tenha tentado e não tenha dado certo. Acalme-se! Veja estes conselhos que estão no volume I do livro *Mente, Caráter e Personalidade* (p. 32-36).



“Há um remédio para todo tipo de tentação. [...] Jesus é poderoso ajudador, apoio infalível. Ninguém precisa falhar nem ficar desanimado quando foram tomadas tão amplas providências em nosso favor” (p. 32).

“Satanás virá nos atacar, dizendo: Você é pecador. Não permitamos, porém, que ele nos encha a mente com o pensamento de que, pelo fato de sermos pecadores, Deus nos tenha rejeitado. Devemos dizer a ele: De fato, sou pecador, e por essa razão preciso de um Salvador. Preciso de remissão e perdão, e Cristo diz que, se eu recorrer a Ele, não perecerei. [...] Quando Satanás nos disser que estamos perdidos, respondemos: Sim, mas Jesus veio buscar e salvar o que estava perdido. Quanto maior é meu pecado, tanto maior é minha necessidade de um Salvador” (p. 33).

“A verdadeira religião enobrece a mente, refina o gosto, santifica o juízo, e torna seu possuidor participante da pureza e santidade do Céu. Traz para perto de nós os anjos e nos separa mais e mais do espírito e influência do mundo” (p. 34).

“Como no caso de Daniel, na exata proporção em que o caráter espiritual é aperfeiçoado, aumenta a capacidade intelectual” (p. 34).

“Se a mente for estimulada e a vontade colocada ao lado do Senhor, haverá uma melhora maravilhosa da saúde física” (p. 34).

“A consciência de fazer o que é reto é o melhor remédio para pessoas enfermas do corpo ou do espírito. [...] Aquele cuja mente está calma e satisfeita em Deus encontra-se no caminho certo para a saúde” (p. 34).

“A contemporização com um só hábito, uma simples negligência das elevadas exigências do dever, pode ser o princípio de uma série de enganos, que nos colocarão nas fileiras dos que estão servindo a Satanás, ainda que estejamos todo o tempo professando amar a Deus e a Sua causa. Um momento de negligência, um único passo em falso, pode levar todo o curso de sua vida para uma direção errada” (p. 35).

“O Senhor nos envia advertências, conselhos e repreensão, para que tenhamos oportunidade de corrigir nossos erros, antes de se tornarem nossa segunda natureza. Mas se nos recusamos a ser corrigidos, Deus não intervém para frustrar as tendências de nosso próprio procedimento. Ele não opera milagre para que a semente semeada não germine e produza fruto” (p. 35).

“Há males que o homem [adolescente] pode atenuar, mas jamais remover. Ele deve vencer os obstáculos e formar seu ambiente, em vez de ser por ele moldado. [...] Nessa obra ele pode ter auxílio divino, se o suplicar” (p. 36)

“A consciência de fazer o que é reto é o melhor remédio para pessoas enfermas do corpo ou do espírito. [...] Aquele cuja mente está calma e satisfeita em Deus encontra-se no caminho certo para a saúde.”

Se você estiver lutando por sua vida espiritual, alie-se a Jesus e sua mente será afetada positivamente; seu espírito será renovado.

Quando estamos com Jesus, melhoramos muito. “Portanto, se alguém está em Cristo, é nova criação. As coisas antigas já passaram; eis que surgiram coisas novas! (2 Coríntios 5:17). O próprio Jesus afirmou: “Estou fazendo novas todas as coisas!” (Apocalipse 21:5).

Maior sermão



Felipe Souza Torresi, aos 13 anos, entrou em uma academia e descobriu a dança zouk. Após um ano de treino, foi convidado a dançar na mais famosa casa de dança do Brasil. Os elogios da família e amigos, além das baladas, o levou

a continuar se esforçando para fazer o melhor.

Aos 15 anos, Felipe dava aulas e ganhava bem. Nos fins de semana, ele participava de eventos.

Queria viajar pelo mundo todo, comprar casa, carro e ajudar a mãe.

Ele e sua irmã venceram o campeonato estadual e mundial, como dupla infantojuvenil e montaram sua própria companhia de dança (isso tudo enquanto ainda eram adolescentes).

Certa vez, viajaram com um tio que havia sido batizado a pouco tempo na igreja adventista. Na sexta-feira à noite, o tio disse que não podia levá-los ao evento do qual participariam, pois era sábado. Felipe ficou muito bravo. O tio contou-lhe sobre a guerra no Céu. Felipe se interessou pelo assunto e foi convidado para uma classe bíblica às quartas-feiras. O 1º estudo foi a respeito do sábado e, por ter compreendido bem o tema, o jovem decidiu não mais trabalhar nesse dia.

Felipe começou a ter um encontro com Deus diariamente e percebeu que os sonhos de Deus para ele eram diferentes.

Depois de ter sido batizado, vieram muitos convites para eventos. Porém, seu interesse em obedecer aos mandamentos superava todos os outros.

Deus lhe deu um novo coração. Seu sonho era viajar pelo mundo, mas o sonho de Deus era muito maior: vida eterna, sem sofrimento, sem dor. Felipe compreendeu que a glória deste mundo é passageira. O maior sonho de sua vida é ver toda a família no Céu.

Os detalhes dessa história estão disponíveis em (https://www.youtube.com/watch?v=VpuoB2xxl_E).

Assim como Felipe, milhões de adolescentes estão dispostos a ouvir sobre Jesus, por mais que a sociedade e eles mesmos falem o contrário. Milhões de meninos e meninas não conhecem a Deus, mas desejam tanto conhecê-Lo que, como Felipe, criam seus próprios deuses.

Os adultos podem fazer a diferença na vida deles. Mas uma conversa de adolescente para adolescente pode ter um efeito indescritível. Deus chamou você para ser Seu representante na Terra. Você não precisa pregar no púlpito da sua igreja ou

Deus chamou você para ser Seu representante na Terra. Você não precisa pregar no púlpito da sua igreja ou distribuir folhetos, se não quiser. Sua maior pregação é VOCÊ.

distribuir folhetos, se não quiser. Sua maior pregação é VOCÊ. Em 2 Coríntios 3:3 está escrito: “Vocês demonstram que são uma carta de Cristo, resultado do nosso ministério, escrita não com tinta, mas com o Espírito do Deus vivo, não em tábuas de pedra, mas em tábuas de corações humanos.”

“Por intermédio de cada um de Seus filhos, Jesus envia uma carta ao mundo. Se você é um seguidor de Cristo, Ele envia por seu intermédio uma carta para sua família, para o bairro e a rua em que você mora” (*Caminho a Cristo*, p. 115). O tio de Felipe foi enviado como uma carta aos sobrinhos. Que bênção isso foi na vida deles!

Jesus deseja falar ao coração dos que não O conhecem. Talvez, essas pessoas não leiam a Bíblia nem vejam Seu amor em Suas obras. Porém, se você é um fiel representante de Jesus, eles podem ser levados a compreender Sua bondade e ser atraídos a amá-Lo e servi-Lo.

Que tipo de carta você está sendo?

Deixando tudo por Jesus (parte 1)



Albânia era um país católico, mas nos anos de 1500 foi conquistada pela Turquia e obrigada a se tornar muçulmana. Depois da Segunda Guerra Mundial, a população foi forçada a se tornar comunista e, após 1991, quando acabou

o comunismo, voltou a seguir a fé islâmica.

Servet Dema vivia em Tirana, capital da Albânia. Seus familiares eram muçulmanos. O povo

muçulmano faz culto cinco vezes por dia: de manhã, às 10 horas, de tarde, antes do pôr do sol e à noite. É uma adoração particular, porque homens e mulheres não podem adorar juntos.

Certo dia, quando Servet estava com oito anos, um amigo o convidou para fazer um curso bíblico e estudar inglês. Ele tinha princípios muçulmanos e não queria desobedecer, mas precisava aprender inglês.

Servet contou para a mãe sobre o curso e pediu-lhe permissão para estudar. Na primeira aula, o rapaz começou orando e Servet saiu batendo a porta. Para ele, o “professor” queria apenas que estudassem a Bíblia.

O “professor” era muito amigo do irmão mais velho de Servet, que o obrigou a voltar para a aula de inglês. Como na Albânia o irmão mais velho tem autoridade sobre os irmãos mais novos, ele voltou e, na primeira aula, ouviu a história de Sansão. Surpreendentemente, Servet gostou muito da história.

Ele não contava para a família sobre o estudo da Bíblia; falava apenas do inglês. Servet e os amigos se reuniam todos os dias após as aulas para estudar a Bíblia, apesar de não terem uma.

A família unida é a maior honra do povo albanês. Tornar-se cristão é um caos para eles, é motivo para deserdar. A família albanesa

é grande, pois inclui tios, primos e avós, e todos podem opinar nas decisões. Um desertor não merece nem mesmo receber um cumprimento dos familiares.

Aos 10 anos, quando Servet já estava estudando a Bíblia, sua irmã sofreu um acidente e ele se ajoelhou ao lado dela. Pela primeira vez na vida, ele orou; e ela ficou curada. Isso o fez descobrir que Deus sempre está por perto e pode ajudar.

Servet não queria decepcionar a família, mas ao ler a Bíblia descobriu que era muito importante entregar-se a Cristo. Assim, aos 18 anos, ele foi batizado. Ao chegar em casa, a mãe estava chorando, porque ele tinha quebrado os princípios muçulmanos.

Daí em diante, ele teve que preparar a própria comida, lavar e passar suas roupas, comprar seus livros e tudo o que quisesse ter.

O tempo passou, e Servet um dia sonhou que estava pregando para jovens e adultos. Decidiu perguntar ao seu pastor o significado desse sonho e recebeu como resposta que esse era um chamado de Deus para que ele também se tornasse um pastor. Ele entrou em uma faculdade pública em Tirana, mas resolveu não fazer o curso, porque o sonho de fazer Teologia estava agora em seu coração.

Era difícil conseguir um emprego, mas ele precisava disso para ajudar a família. Depois de orar

muito, arranjou um trabalho em um shopping.

Certo dia, um grupo de calebes brasileiros (amanhã, você descobrirá quem são esses jovens) passaram pelo shopping em que Servet trabalhava. Ele quis acompanhá-los naquele fim de semana, pois estaria de folga.

Ao voltar para o trabalho, viu que estava escalado para trabalhar no sábado seguinte. Ele conversou com o chefe e tentou negociar, mas o homem não concordou. Servet pegou suas coisas, foi ao hotel onde os calebes estavam hospedados e contou o que tinha acontecido.

No dia seguinte, o presidente da associação brasileira que tinha levado os calebes disse a Servet que estava feliz com a decisão que ele havia tomado. Contou sobre o Brasil e explicou que um dos colégios estava lhe oferecendo uma bolsa para o curso de teologia. Servet estava triste porque tinha perdido o emprego e não podia mais ajudar a família, mas se sentiu feliz por ver que Deus o tinha escolhido.

Ele foi o primeiro jovem estudante albanês a vir para o Brasil. Isso também pode ser considerado um milagre, já que seu visto saiu em apenas 40 minutos. Essa foi uma grande demonstração de que Deus estava cuidando de tudo na recém-inaugurada embaixada do país. Quando Ele quer usar alguém não há como impedir isso.

Deixando tudo por Jesus (parte 2)





ervet veio para o Brasil estudar teologia e agora deseja cumprir o sonho de ser um ministro do evangelho. Segundo ele, aceitar Jesus e ser pastor foram as melhores decisões da sua vida. Acesse esse depoimento disponível em (<https://www.youtube.com/watch?v=Uz-NOT0rcLI>).

Todos podem ter o privilégio de ser um canal pelo qual Deus

comunique Sua graça.

Você é o melhor argumento em favor de Jesus para aqueles que não O conhecem.

Leia algumas mensagens do livro *Serviço Cristão*, de Ellen White:



“Todo seguidor de Jesus tem uma obra a fazer como missionário de Cristo, na família, na vizinhança, na vila ou cidade em que reside. Todos os que se consagraram a Deus são veículos de luz. Deus os torna instrumentos de justiça para comunicar a outros a luz da verdade” (p. 14).

“Esse tem sido sempre o meio pelo qual a obra de Deus tem progredido na Terra. Façam brilhar sua luz, e outras luzes surgirão” (p. 14).

“Como os raios do Sol penetram até aos mais afastados recantos do globo, assim Deus designa que a luz do evangelho se estenda a toda pessoa sobre a Terra. Se a igreja de Cristo estivesse cumprindo o desígnio de nosso Senhor, a luz se espargiria sobre todos quantos estão assentados nas trevas e na região da sombra da morte” (p. 14).

“Membros da igreja, façam resplandecer a luz. Façam ouvir suas vozes em humildes súplicas, em testemunho contra a intemperança, a loucura e os divertimentos deste mundo, e na proclamação da verdade para este tempo. Sua voz, sua influência, seu tempo – tudo isso são dons de Deus, e devem ser usados para ganhar pessoas para Cristo” (p. 15)

“Todo aquele que se acha ligado a Deus, comunicará luz aos outros. Se existir alguém que não tenha luz a comunicar, é porque não tem ligação com a Fonte de luz. Deus designou Seus filhos para que proporcionem luz aos outros e, se deixarem de o fazer, e pessoas forem deixadas nas trevas do erro por sua falta em fazer aquilo que poderiam ter feito, se tivessem sido vivificados pelo Espírito Santo, serão então responsáveis perante Deus. Todos quantos se consagram a Deus, podem ser portadores de luz. [...] Nossa influência sobre outros não depende tanto do que dizemos, mas do que somos. Os homens podem combater ou desafiar nossa lógica, podem resistir a nossos apelos; mas a vida de amor desinteressado é um argumento que não pode ser contradito. A vida coerente, caracterizada pela mansidão de Cristo, é uma força no mundo” (p. 16).

“Fossem os servos de Deus tirados da Terra, e Seu Espírito retirado dentre os homens, este mundo seria entregue à desolação e destruição, o fruto do domínio de Satanás. Conquanto os ímpios não o saibam, devem até mesmo as bênçãos desta vida, à presença do povo de Deus no mundo, esse povo que desprezam e oprimem. Mas se os cristãos são apenas de nome, são como o sal que perdeu o sabor. Não exercem nenhuma influência para bem no mundo. São, pela falsa representação de Deus, piores que os incrédulos” (p. 16, 17).

Antes de ascender ao Céu, Cristo deu aos discípulos uma missão. Disse-lhes que deviam apresentar ao mundo os tesouros da vida eterna. Adolescentes de todos os tempos têm tomado parte nessa missão. O que você escolhe fazer para abençoar a vida de outros e convidá-los para o Céu?

Para conhecer mais a respeito do Projeto Calebe, acesse: adventistas.org/missaocalebe



Foco na missão





Quando criança, Marcello Pellet ia à igreja com a avó. Na adolescência, ele saía sexta-feira à noite para às baladas, mas no sábado acordava cedo para ir à igreja, só por costume. Afinal, era o que fazia desde garotinho graças a avó.

Aos 15 anos, queria ser como *Arnold Schwarzenegger* ou *Sylvester Stallone*. Começou a praticar o fisiculturismo e ganhou vários prêmios. Inclusive o de vice-campeão paulista. Treinava até uma hora e meia todos os dias.

Para ser bom fisiculturista, tinha que pensar nisso 24 horas por dia. Ele era professor em uma academia, e um de seus alunos era diferente dos demais. Sempre que João Paulo via alguém chateado, parava para conversar.

Marcello, a princípio não sabia que João Paulo era adventista. Com o crescimento da amizade, eles decidiram iniciar um grupo de estudos da Bíblia. Outros alunos da academia também se interessaram e foram sendo transformados, um a um. Mas Marcello não queria se entregar.

Já fazia quase dois anos que ele participava do grupo de estudos quando viajou sozinho para uma praia. Lá, lembrando-se de que Jesus orava de madrugada, pediu: “Deus, se quiser falar comigo, me acorde às 3h da manhã.” E ele despertou nesse horário.

Foi à praia e orou: “Eu não Te amo, não gosto das Tuas músicas, não gosto do sábado, não gosto do que meus amigos gostam, não quero ir para o Céu, e a minha vida está boa aqui. Meu amigo João Paulo disse que o Senhor é capaz de mudar os gostos. Muda tudo em mim então, porque todos os meus gostos precisam ser mudados para que eu goste das Tuas coisas.” Durante três dias, ele repetiu a mesma oração.

Ao voltar para casa, Marcello leu o livro *Caminho a Cristo* durante uma hora. Ajoelhou-se e ficou 30 minutos conversando com Deus. Aos 25 anos, foi transformado e, finalmente, batizado.

O restante da história está disponível em (<https://www.youtube.com/watch?v=hlgjdsElnQI>).

Muitos cristãos (de qualquer denominação) vão à igreja só para cumprir um protocolo. Mas aproxima-se o tempo em que os que só cumprem protocolo serão separados dos que cumprem a missão.

Esse processo está descrito em Amós 9:9: “Pois darei a ordem, e sacudirei a nação de Israel entre todas as nações, tal como o trigo é abanado numa peneira, e nem um grão cai na terra.”

Pegue a Bíblia e leia João 6.

Jesus estava na região do mar da Galileia, e uma multidão O seguia (v. 2). Preocupado com as pessoas, Ele multiplicou pães e peixes para alimentar a todos (v. 10, 11). Eles ficaram eufóricos e disseram

Muitos cristãos vão à igreja só para cumprir um protocolo. Mas aproxima-se o tempo em que os que só cumprem protocolo serão separados dos que cumprem a missão.

“Sem dúvida este é o Profeta que devia vir ao mundo” (v. 14). Eles não disseram isso porque Ele era o Salvador do mundo, mas por causa dos milagres.

No dia seguinte, Jesus disse que, se eles quisessem viver eternamente, poderiam se alimentar do Pão da Vida. No entanto, as pessoas não quiseram saber disso e O abandonaram. Ficaram apenas 12 (de 5 mil) que decidiram seguir Jesus custasse o que custasse.

Ao orar e estudar a Bíblia, Marcello também foi sacudido e tomou sua decisão. Escolheu Jesus!

Sua decisão já foi tomada? Seguir Jesus nem sempre é fácil, mas é a melhor escolha!

O material de hoje, preparado pelo pastor Miguel Pinheiro (com algumas modificações), foi extraído do sermão de Roger W. Coon, “E. G. White e a Sacudidura Final do Adventismo”, do CD-ROM Obras de Ellen G. White (em português) e do The Complete Published Ellen White Writings (em inglês).

O vazio insaciável



ristina Beraldineli nasceu numa família boa e feliz. Com sua mãe católica, ia à igreja aos domingos, mas não gostava e reclamava tanto que a mãe desistiu de levá-la às missas.

Conhecia muitos adventistas, via a diferença de

sua vida e a deles. Ela fazia muitas coisas que eles não faziam, por isso não gostava da Igreja Adventista, pois acreditava ser uma religião cheia de “não pode”. Indignava-se

porque, para ela, as pessoas da igreja falavam, mas não viviam o que pregavam. Decidiu então continuar vivendo a sua vida que era mais honesta e sincera.

Na adolescência, sem razão alguma, passou a sentir uma grande angústia e vazio. Momentos bons e tristes se alternavam. Depressiva, buscou a solução comprando livros de acordo com os sentimentos do dia. Porém, quanto mais lia esoterismo, Nova Era, ocultismo e, mesmo frequentando o espiritismo, não achava conforto, sentia-se perdida. Em seu desespero, pediu ajuda a Deus.

Na academia onde dava aula e frequentemente lia a Bíblia, havia um rapaz que falava muito sobre Deus e, que, percebendo sua busca, se aproximou e começou a orar por ela. A amizade entre eles cresceu, e ela lhe disse que não gostava dos adventistas. Ele ensinou à Cristina como ler a Bíblia e conversar com Deus. E, também, lhe presenteou com vários livros que apresentavam tudo o que sempre buscou. A amizade se transformou em namoro, e só então ele lhe contou que era adventista do sétimo dia.

Cristina pensou nas coisas que teria que deixar para ser uma adventista. João Paulo sugeriu que ela desse uma chance para Deus e Lhe contasse tudo o que não apreciava. Só então percebeu que aquilo que fazia e que teria que deixar, só o fazia, porque não conhecia algo melhor. Estudando a Bíblia percebeu que tudo que o namorado falava estava ali. Leu o livro *O Grande Conflito* e todas as suas dúvidas desapareceram. Sua família se opôs, mesmo assim, ela foi batizada. Eles se casaram e hoje João Paulo é pastor adventista.

Para conhecer mais sobre essa história, o acesso está disponível em (<http://novotempo.com/180graus/videos/cristina-beraldinelli/>)

Aqueles que se julgam cristãos, mas não vivem o cristianismo, podem impedir outros de conhecer Jesus.

Deus enviará a sacudidura (peneiramento dos grãos para descartar os que estão ruins) para separar os falsos cristãos do meio do Seu povo, a fim de que

Aqueles que se julgam cristãos, mas não vivem o cristianismo, podem impedir outros de conhecer Jesus.

o mau testemunho não mais seja um impedimento para o mundo ver Cristo por intermédio de Seu povo.

O inimigo introduzirá doutrinas falsas e alguns se afastarão da fé. “Diz o grande enganador: [...] Terei no terreno, como meus agentes, homens que mantenham falsas doutrinas misturadas com justamente suficiente verdade para enganar as pessoas. Também terei presentes pessoas incrédulas, que expressarão dúvidas quanto às mensagens de advertência do Senhor à Sua igreja” (*Testemunhos Para Ministros*, p. 472, 475).

O que vemos hoje? Pessoas com diferentes teorias e ideias. Semeiam dúvida, desunião e incredulidade, misturando a verdade com o erro. Essa profecia está se cumprindo em nossos dias.

Você ouviu as críticas que são feitas aos membros, pastores e líderes da igreja? Peça a Jesus que o ajude a não julgar ninguém, pois somente Ele conhece o coração de cada pessoa. Sua postura em relação a isso também determina o lado em que você estará quando for “sacudido”.

O tempo de decidir é hoje. Não espere grandes eventos para ser motivado. Jesus está chamando por você agora. Qual é a sua decisão?

“Eis que estou à porta e bato” (Apocalipse 3:20).

Tema gentilmente cedido ao Ministério de Mordomia Cristã da DSA pelo Pastor Heraldo Lopes.

Dentro ou fora



U

ltimamente, você tem visto como é importante seu relacionamento com Deus. Há um conflito que só tem dois lados, e é preciso escolher um deles. A comunhão com Deus e o estudo da Bíblia são partes fundamentais na decisão ao lado de Jesus. É necessário apegar-se a Deus diariamente, não apenas cumprindo um protocolo de leitura bíblica e de presença na igreja.

O tempo do fim é real e é agora. Como lemos no livro *Eventos Finais*, de Ellen White, “ao se aproximar a tempestade, um grupo numeroso que tem afirmado crer na mensagem do terceiro anjo, mas não tem sido santificado pela

obediência à verdade, abandonará sua posição, passando para as fileiras do adversário” (p. 180,181).

“Logo o povo de Deus será testado por duras provas, e grande proporção dos que agora parecem genuínos e verdadeiros se demonstrará metal vil” (p. 180).

“Homens de talento e maneiras agradáveis, que se haviam já regozijado na verdade, empregam sua capacidade em enganar e transviar as pessoas. Tornam-se os piores inimigos de seus antigos irmãos” (*O Grande Conflito*, p. 608).

“Muitas estrelas que temos admirado por seu brilho se apagarão nas trevas. [...] Muitos demonstrarão que não estão ligados com Cristo, que não estão mortos para o mundo [...] E as apostasias dos que ocuparam posições de responsabilidade serão frequentes” (*Eventos Finais*, p. 178, 179).

■ A igreja cairá?

“A igreja talvez pareça como se estivesse prestes a cair, mas não cairá. Ela permanece, ao passo que os pecadores de Sião serão lançados fora no peneiramento – quando a palha for separada do trigo precioso” (p. 180).

“O Senhor tem servos fiéis, que se revelarão no tempo da sacudidura e da prova” (p. 181).

“Os lugares vagos nas fileiras serão preenchidos [...]. Há muitos com quem o Espírito de Deus está lutando. [...] A mão do Senhor ainda está estendida para salvar, enquanto a porta é fechada para os que não querem entrar. Será admitido um grande número de pessoas que nestes últimos dias ouvirem a verdade pela primeira vez. [...] À medida que grupo após grupo do exército do Senhor se juntava ao inimigo, e grupo após grupo das fileiras do adversário se unia ao povo de Deus que guarda os mandamentos” (p. 182).

■ Qual deve ser nossa atitude hoje?

“Permanecer em defesa da verdade e da justiça quando a maioria nos abandona, participar das batalhas do Senhor quando são poucos os campeões – essa será nossa prova” (p. 180).

“Quando o mundo anular a lei de Deus, qual será o efeito sobre os que são verdadeiramente obedientes e justos? Serão eles levados pela forte corrente do mal? [...] Nunca! Nem um dos que permanecem em Cristo falhará ou cairá. [...] Ao passo que o desprezo lançado sobre os mandamentos de Deus leva muitos a suprimir a verdade e mostrar por ela menos reverência, os fiéis hão de com maior zelo manter erguidas suas verdades distintivas” (*Mensagens Escolhidas*, v. 2, p. 368).

Portanto, é preciso dar a Deus o primeiro lugar em sua vida diariamente; confessar e abandonar todo pecado conhecido, pedindo força e poder para vencer as tentações que surgirão durante o dia; estudar a Palavra de Deus e alimentar-se com a verdade, a fim de não ser enganado.

Na sacudidura, “o que o homem semear, isso também colherá” (Gálatas. 6:7). Portanto, é preciso dar a Deus o primeiro lugar em sua vida diariamente; confessar e abandonar todo pecado conhecido, pedindo força e poder para vencer as tentações que surgirão durante o dia; estudar a Palavra de Deus e alimentar-se com a verdade, a fim de não ser enganado. Pelo poder do Espírito Santo, é preciso escolher o lado certo e deixar as consequências com Deus.

Existem dois caminhos, dois senhores, uma decisão. De que lado você estará?

Estamos sendo sacudidos



omente com Deus ao despertar, e mantendo-se em Sua presença durante o dia, é possível permanecer firme enquanto a sacudidura vai aumentando de intensidade.

Ontem, você estudou que muitos abandonarão a igreja. Mas um número maior se decidirá em

favor da verdade e se juntará ao povo de Deus.

“Haverá homens que aceitarão a verdade, e esses ocuparão os lugares deixados por aqueles

que ficaram ofendidos e abandonaram a verdade” (*Mensagens Escolhidas*, v. 3, p. 422).

Quando o Espírito Santo for plenamente derramado sobre a Terra, acontecerá o que a Bíblia chama de chuva serôdia (que amadurece o grão e o prepara para ser colhido). Essa chuva dará ao povo de Deus poder para pregar as verdades bíblicas ao mundo e suportar as provas finais.

Ellen White descreve a seguinte visão sobre esse momento (chuva serôdia): “Ouvi os que estavam revestidos da armadura falar sobre a verdade com grande poder. Isso produzia efeito. Muitos foram resgatados; algumas mulheres pelos maridos, e filhos por seus pais. Os honestos que tinham sido

“Estamos no tempo da sacudidura, tempo em que cada coisa que pode ser abalada o será. [...] Os que pertencem ao reino do Senhor precisam trabalhar com zelo pela salvação de pessoas.”

impedidos de ouvir a verdade, então avidamente aderiam a ela. Todo o receio de seus parentes havia passado, e somente a verdade lhes parecia sublime. Estiveram com fome e sede da verdade, e esta era para eles mais querida e preciosa do que a vida. Eu quis saber a causa dessa grande mudança. Um anjo respondeu: ‘Foi a chuva serôdia’” (*Vida e Ensinos*, p. 128).

“Os que tiveram grande luz e preciosos privilégios, mas não os aproveitaram, sairão de nós, sob um pretexto ou outro. [...] Mas, por outro lado, quando romper realmente sobre nós a tempestade da perseguição, as ovelhas verdadeiras ouvirão a voz do Pastor verdadeiro. Abnegados esforços serão empregados para salvar os perdidos, e muitos dos que se extraviaram do redil voltarão a seguir o grande Pastor” (*Maranata, o Senhor Vem!*, p. 203).

Você precisa tomar uma firme decisão ao lado da verdade, obediência a Deus e consagração total a Ele, começando agora!

O apóstolo Paulo escreveu: “Finalmente, fortaleçam-se no Senhor e no Seu forte poder. Por isso, vistam toda a armadura de Deus, para que possam resistir no dia mau e permanecer inabaláveis, depois de terem feito tudo” (Efésios 6:10, 13).

A sacudidura e a chuva serôdia são reais e estão próximas. Mas você não precisa ficar preocupado, pois o Senhor Jesus está ao

seu lado e nada pode afastar você do amor dEle (Romanos 8:35-39).

Aproveite o tempo para pregar a mensagem bíblica da volta de Jesus aos que não a conhecem.

“Estamos no tempo da sacudidura, tempo em que cada coisa que pode ser abalada o será. [...] Os que pertencem ao reino do Senhor precisam trabalhar com zelo pela salvação de pessoas” (*Testemunhos Para a Igreja*, v. 6, p. 332).

“Há muitos que têm andado fielmente na luz que incidiu sobre seu caminho. Desejam conhecer mais dos caminhos e das obras de Deus. Por todo o mundo, homens e mulheres olham ansiosamente para o Céu. Orações, lágrimas e indagações ascendem de pessoas anelantes de luz, de graça e do Espírito Santo. Muitos estão no limiar do reino, apenas esperando ser recolhidos” (*Testemunhos Para a Igreja*, v. 6, p. 71).

A quem você vai falar de Jesus hoje?



Tema preparado e cedido gentilmente ao Ministério de Mordomia Cristã da DSA pelo Pastor Heraldo Lopes.

O fim do conflito

**D**

eus deu a você a missão de pregar a verdade sobre Sua volta e toda a mensagem contida na Palavra de Deus. Desde o primeiro dia da jornada, você ouviu que Satanás usa todos os recursos possíveis para tirá-lo dos braços de Jesus. O Salvador não mede

esforços para tirá-lo das armadilhas de Satanás. Ele está pronto a responder-lhe, por meio de um passarinho, amigo ou, até mesmo, numa mesa de cirurgia.

Estar com Jesus é ter vida em abundância e sentir paz. Estar com Ele é muito mais do que ler a Bíblia, a lição e a jornada todos os dias; é mais do que frequentar os cultos e ter uma religião definida. Seguir Jesus é um estilo de vida contrário ao que o mundo prega.

Você é a referência que seus amigos, parentes e vizinhos têm de Jesus. Suas atitudes podem ajudá-los ou atrapalhá-los a ver que só há dois caminhos. Este é um momento de decisão.

Satanás quer impedir que o maior número de pessoas possível conheça a Cristo. O Salvador quer usar você na obra de tirar o mundo do domínio do inimigo.

Em pouco tempo, esse conflito acabará. Jesus “enxugará dos seus olhos toda lágrima. Não mais haverá morte, nem tristeza, nem choro, nem dor, pois a antiga ordem já passou” (Apocalipse 21:4).

Preste atenção a essas descrições maravilhosas do que viveremos quando o conflito terminar. São trechos do livro *O Grande Conflito*:

“Ali [no Céu] o Pastor celestial conduz Seu rebanho às fontes de águas vivas. [...] Existem torrentes sempre a fluir, claras como cristal, e ao lado delas, árvores ondeantes projetam sua sombra sobre as veredas preparadas para os resgatados do Senhor” (p. 675).

“Na cidade de Deus ‘não haverá noite’. Ninguém necessitará de repouso nem o desejará. Não haverá cansaço em fazer a vontade



de Deus e oferecer louvor a Seu nome” (p. 676).

“Livres da mortalidade, alçarão voo incansável para os mundos distantes” (p. 677).

“Ali, mentes imortais contemplarão, com deleite que jamais se fatigará, as maravilhas do poder criador, os mistérios do amor que redime. Ali não haverá nenhum adversário cruel, enganador, para nos tentar ao esquecimento de Deus. Todas as faculdades se desenvolverão, serão ampliadas todas as capacidades. A aquisição de conhecimentos não cansará a mente nem esgotará as energias. Ali os mais grandiosos empreendimentos poderão ser levados avante, alcançadas as mais elevadas aspirações, as mais altas ambições realizadas; e surgirão ainda novas alturas a atingir, novas maravilhas a admirar, novas verdades a compreender, novos objetivos a despertar as faculdades do espírito, da alma e do corpo” (p. 677).

“O grande conflito terminou. Pecado e pecadores não mais existem. O Universo inteiro está purificado. Uma única palpitação

Você é a referência que seus amigos, parentes e vizinhos têm de Jesus. Suas atitudes podem ajudá-los ou atrapalhá-los a ver que só há dois caminhos.

de harmonioso júbilo vibra por toda a vasta criação. DAquele que tudo criou emanam vida, luz e alegria por todos os domínios do espaço infinito. Desde o minúsculo átomo até ao maior dos mundos, todas as coisas, animadas e inanimadas, em sua serena beleza e perfeito gozo, declaram que Deus é amor” (p. 678).

Deus fez uma promessa: “O vencedor herdará tudo isto, e Eu serei seu Deus e ele será Meu filho” (Apocalipse 21:7).

Em pouco tempo, essa promessa será cumprida, e você poderá abraçar o amado Salvador.

Por si só



A

volta de Jesus e a Nova Terra são reais. Disso, você já sabe. Assim como também sabe que só existem dois caminhos, mas apenas uma decisão. Você passou 40 dias desafiando sua natureza pecaminosa a lutar contra os próprios desejos

e percebeu que ir à presença de Deus está começando a se tornar algo mais fácil e habitual. Diariamente, você se colocou nas mãos de Deus e pediu que

Ele fosse seu guia em todos os aspectos da vida.

Hoje, você deve ter constatado que aprendeu muito sobre Jesus. Acontece que, daqui pra frente (assim como antes), você estará novamente sujeito a desanimar. O seminário acabou e talvez seja difícil decidir qual será seu próximo passo em relação ao estudo da Bíblia.

Por isso, você deve revisar e examinar as anotações e passagens que fizeram a diferença nesses dias de jornada.

O fim do conflito está próximo, e você será luz para muitos que estão precisando da Palavra de Deus.

“Os cristãos são colocados como portadores de luz no caminho para o Céu. Eles devem refletir para o mundo a luz que brilha sobre eles, a qual vem de Cristo. Sua vida e caráter devem fazer com que as pessoas tenham a correta concepção de Cristo e Seu serviço. Se de fato representamos a Cristo, faremos com que Seu serviço se mostre mais

“Os cristãos são colocados como portadores de luz no caminho para o Céu.”

atrativo, como na realidade é. [...] Os anjos estão atentos para ouvir o tipo de relatório que você está mostrando ao mundo acerca do Mestre celestial” (*Caminho a Cristo*, p. 116, 120).

“Vocês são a luz do mundo. Não se pode esconder uma cidade construída sobre um monte” (Mateus 5:14).

“Eu estarei sempre com vocês, até o fim dos tempos” (Mateus 28:20).

Seja uma bênção em Jesus!



- Peça a Deus que lhe mostre o caminho que deve seguir nos próximos dias.
- Faça seu plano de estudo da Bíblia.
- Peça a Deus auxílio para manter a disciplina do hábito de buscá-Lo não apenas nos primeiros momentos do dia mas durante o dia todo.
- Continue intercedendo pelas pessoas que você escolheu no dia 26 e aumente essa lista.



O reencontro



Hoje é dia de reencontro, de celebração e louvor, pois o Espírito Santo reeducou seus hábitos espirituais, e você já não é o mesmo adolescente do início desta jornada.

Você já pensou em sair de casa...

... sem ir à presença de Deus?

... sem saber o que Ele espera de você?

... sem estar pensando em Jesus e no poder de Sua Palavra?

... sem sentir a presença dEle ao seu lado?

... sem o poder da Palavra em seu coração?

... sem ter o desejo de falar do evangelho à primeira pessoa que encontrar?

Graças a Deus, você já não é mais o mesmo! O hábito de ir à presença de Deus nas primeiras horas de cada dia já faz parte de seu estilo de vida. A Palavra de Deus passou a ser seu refúgio. Viver sem o poder que vem diariamente das Sagradas Escrituras? Nunca mais! Com certeza, seu coração está cheio de planos: ler Provérbios, *Mensagens aos Jovens*, Salmos, Isaías, o evangelho de João, *Caminho a Cristo*; fazer uma jornada de 365 dias com Deus em uma leitura conjugada da Bíblia com o Espírito de Profecia, ou algo parecido.

Vá em frente, pois a maturidade espiritual é um processo que leva tempo e deve ser construída diariamente. Seu coração está feliz e agradecido. Então, fale dessa felicidade, expresse essa gratidão, testemunhe

para as pessoas o que significa tudo isso na vida do cristão.

Hoje é dia de reencontro, de falar tudo o que o bondoso Deus fez em você, por meio do Espírito Santo, nos últimos 40 dias.

Seja feliz ao lado de Cristo e das pessoas queridas que fazem parte da família maior, a família de Deus na Terra!



Depois de contar a sua experiência, faça planos com seus colegas para estudar a Bíblia juntos e descobrir mais coisas que a Palavra de Deus tem para vocês.

