

Hipertensão Parte I

Dicas de como conviver bem com ela.

No último dia 26 de abril comemorou-se o Dia Nacional de Combate à Hipertensão Arterial. A hipertensão arterial sistêmica é uma doença crônica não transmissível de poucas manifestações clínicas em suas fases iniciais e fator de risco importante para o desenvolvimento de acidente vascular cerebral (AVC), coronariopatias (doenças do coração), entre outras patologias

Ocorre quando a pressão exercida pelo sangue em movimento na parede das artérias é muito forte, ficando acima dos valores normais. As artérias são vasos que saem do coração e levam o sangue oxigenado com nutrientes para todas as células do nosso organismo. Um indivíduo pode ser considerado hipertenso quando sua pressão arterial máxima ficar igual ou maior a 14 (140 mmHg) e a pressão arterial mínima igual ou maior a 9 (90 mmHg).

Entretanto, podemos afirmar que o ideal é mantermos a pressão arterial máxima em 12 (120 mmHg) e a mínima em 8 (80 mmHg), a famosa medida 12x8. A partir desses níveis a pressão alta começa a causar alterações em órgãos importantes do nosso organismo, como coração, cérebro, artérias, olhos e rins. Capaz de aumentar em até três vezes a possibilidade de infarto e em até sete vezes a de derrame, a hipertensão constitui-se num grave fator de risco para o aparecimento de doenças cardiovasculares. Estima-se hoje que 15% da população brasileira sofre desse mal, cuja ocorrência pode ser elevada com a obesidade, uso excessivo de sal e outros componentes presentes na dieta.

Vários estudos têm demonstrado que o controle da hipertensão arterial reduz significativamente a morbidade e a mortalidade. A maioria deles sugere que o paciente hipertenso se conscientize de que a hipertensão não é curável, mas apenas controlável, o que fará com que se sinta muito mais motivado a tratar-se. É muito comum,

por exemplo, que o hipertenso por não ter sintoma algum da doença, resista em tomar medicações. Esta "inimiga silenciosa" aumenta também o risco da pessoa ter um infarto do miocárdio, derrame, insuficiência cardíaca, insuficiência renal e comprometimento por lesões na retina.

Embora não se possa determinar nenhuma causa específica para a hipertensão, sabe-se que diversos fatores podem contribuir para o seu aparecimento. O principal fator é "hereditário" (o indivíduo herda da família o risco de vir a desenvolver hipertensão). Além destes fatores de riscos incontrolláveis, fatores ambientais podem aumentar a chance de instalação da hipertensão arterial. Alguns desses fatores ambientais são a ingestão excessiva de sal (acima de 6 gramas diárias), aumento de peso, sedentarismo, excesso de bebida alcoólica, estresse, tabagismo (fumo) e uso de alguns medicamentos. A quantidade de potássio, cálcio e magnésio, gordura, fibra e cafeína na dieta diária, tem efeito no controle da pressão sanguínea.

Vários estudos comprovam que o consumo elevado de sódio é associado com uma alta prevalência de hipertensão e que, uma redução significativa na ingestão de sódio leva a uma queda na pressão sanguínea. Pacientes hipertensos tratados com drogas antihipertensivas podem ter suas dosagens diminuídas ou, até mesmo retiradas, quando aderem a uma dieta com restrição moderada de sódio.

Após ser feito o diagnóstico de ser portador de pressão alta, o tratamento pode ser feito com medicamentos ou não, isso vai depender dos níveis de sua pressão arterial, do comprometimento ou não de determinados órgãos e da presença de outras doenças. Portanto, quem pode decidir isso é somente o seu médico.

Dailane Santana
www.imperatriznoticias.com.br

Casa de Oração Para Todos os Povos

Conheça nossas congregações e faça-nos uma visita



Sede
Rua Hercílio Luz, 228 - Alto Alegre
Cascavel - PR
Fone/Fax: (45) 3226-3089

Cultos
Terça 20:00 Noite da Vitória (Oração)
Quinta 15:00 Culto de Senhoras
Sábado 20:00 Estudo Bíblico
Domingo 09:00 Escola Bíblica Dominical
19:30 Culto de Celebração

Ministério Pastoral
Bps. Davi e Edinisi Freire (45) 3226-3089
Prs. José e Mônica Pessoa (45) 3326-5527

Presbíteros
Dermival Valim Freire (45) 3226-6920
Mariano Zamo Vargas (45) 3226-8139
Nelson Bacarin (45) 8418-3099

Ministério Diaconal
Arlindo Pereira da Silva (45) 8819-5613
Cláudio Fernandes (45) 3038-1348
Judenil Correa (45) 3326-9197
Jurandir de Freitas Meira (45) 9949-7064
Patrícia R. Santos Alves (45) 9944-1696
Paulo Walberto Tiem (45) 3226-3077
Vanderlei Freitas Alves (45) 9934-3737

Recanto Ebenézer
Claudir Fernandes (45) 3222-2911

Periolo
Rua Jaraguá, 10 - Periolo
Cascavel - PR

Cultos
Sábado 20:00 Culto de Celebração
Domingo 19:30 Culto da Família

Ministério Pastoral
Prs.IVALDO e Neise Silva (45) 9942-7016

Evangelista
Lourdes A. de Souza (45) 3038-4584

Guaíra
Rua Shingiro Matsuyama, 795
Guaíra - PR

Cultos
Terça 20:00 Noite da Vitória (Oração)
Sábado 20:00 Estudo Bíblico (Jovens)
Domingo 19:30 Culto de Celebração

Presbítero
Celso Martins Filho (44) 8803-4327

Ibema
Rua Laranjeiras do Sul/ Rua Bahia
Ibema - PR

Cultos
Terça 20:00 Noite da Vitória (Oração)
Sábado 20:00 Culto de Celebração
Domingo 20:00 Culto de Celebração

Ministério Diaconal
Ana Cláudia Queiroz (45) 9111-0371
Benjamim Margotti Netto (45) 9912-8710
Fábio Ferreira de Queiroz (45) 9111-0371
Rosi Oliveira Margotti (45) 9103-0306
Marcos Roberto Sinhuri (45) 9133-5055

14 de Novembro
Rua da Pedreira (final) - 14 de Novembro
Cascavel - PR

Cultos
Quarta 20:00 Culto de Libertação
Sábado 20:00 Estudo Bíblico
Domingo 19:30 Culto de Celebração

Ministério Pastoral
Prs. Arildo e Ivonete Campestrini (45) 3038-1687

Evangelista
Edegar Nunes da Costa (45) 3228-3319
Elvira Aparecida Joay (45) 3228-5109

Ministério Diaconal
Cecília da Costa (45) 3228-3319
Cristina Tostes de Mello (45) 3228-3190
Eliete Beatriz da Costa (45) 9117-2007
Jurandir Ernesto Cantelli (45) 3228-6559
Leonice Simoni Cantelli (45) 3228-6559
Reni V. Sparremberger (45) 9134-9542
Sidinei da Costa (45) 9117-2007

São Miguel do Oeste
Rua Almirante Tamandaré, 1279
São Miguel do Oeste - SC
Fone: (49) 3622-4087

Cultos
Quarta 20:00 Culto da Restauração
Domingo 19:30 Culto de Celebração

Ministério Pastoral
Pr. Aldenis Miranda (49) 9998-1450

Ministério Diaconal
Diego Crivelatti (49) 8419-3453
Renato Donassolo (49) 3622-7248
Roberto Cesar Ristow (49) 8827-1112

(45) 3226-1400

Pam pile
Um Pão De Panificadora
Panificadora & Confeitaria

Rua Cuiabá, 4623
Alto Alegre
Cascavel - PR

jornal da Casa

Olá, amigo!

"Já vos não chamarei servos, porque o servo não sabe o que faz o seu senhor; mas tenho-vos chamado amigos, porque tudo quanto ouvi de meu Pai vos tenho feito conhecer". João 15.15

O termo "servo" se diz de alguém que pertence a um senhor e que não possui liberdade própria, ou nem pertence a si mesmo. Trata-se de alguém que não tem liberdade de escolha, nem de seus pensamentos, nem de seus atos... enfim é alguém, digamos, manipulado.

Agora amigo, é bem diferente... Jesus olhou para aqueles homens e mulheres, nos quais via tão pouca fé ou às vezes nenhuma... Pessoas que complicavam as coisas... duvidavam muitas vezes dEle... Estavam com Ele, presenciavam os sinais e maravilhas, no entanto na próxima situação adversa, a ansiedade lhes tomava o coração e ficavam como quem não sabem para onde correr... não sabem que caminho tomar...

Às vezes chegavam até mentir...

outras assumiam coisas que na realidade jamais iriam cumprir... Ou ainda faziam votos precipitados... Alguns chegaram até mesmo a negá-Lo... Outros O traíram...

Ele sabia que Judas, além de ser o futuro traidor, ainda roubava os parcos recursos que colocavam na bolsa... Iguamente sabia que Tomé só acreditaria na ressurreição dEle, se lhe tocasse as marcas... Também sabia que estavam mais preocupados na disputa entre quem sentaria à direita ou à esquerda ao Seu lado.

Perscrutava o coração de uma mãe, que mais se preocupava com seus próprios filhos e a posição dos mesmos... Não Lhe era obscuro que enquanto orava, eles não conseguiam suportar e dormiam... Não Lhe era escondido o fato de que logo a seguir após a crucificação, a timidez

tomou conta de forma pavorosa a um grupo que por aproximadamente três anos, tinha nO acompanhado, dia após dia...

Ele olhou... e olhou novamente e tirando as palavras bem lá do fundo de um coração cheio de um inexplicável amor comunicou: "Vocês são Meus amigos".

Mesmo Ele sabendo do ponto fraco de cada um, Ele jamais desistiu de quem quer que fosse. Alguns desistiram dEle, mas Ele não desistiu de ninguém.

Ele sabia que a miséria humana que contemplava no momento, não era para se comparar com a ousadia e a intrepidez no futuro. Ele sabia que um Pedro que o negava hoje, seria um Pedro que - apenas numa pregação - mais de três mil pessoas se renderiam aos pés do Senhor...

Tudo o que Ele tem desejado durante todo esse tempo é ser seu amigo, pois sabe o que está reservado para ti, no futuro.

Um amigo é um aliado, um companheiro, é alguém que quer sempre bem outra pessoa. É alguém respeitador e que sempre procura as qualidades de outrem, e não os defeitos.

Você tem se olhado e visto seus inúmeros defeitos... Ele tem te olhado e visto suas inúmeras qualidades...

Cada dia é uma oportunidade de se tornar amigo dEle ou de manter essa celestial amizade!

Wilson Ferro Martins
Min. Voz do Trono - Ap 19.5
vozdotrono@vozdotrono.com.br

INGLÊS E ESPANHOL

Blessed Idioms

MATRICULE-SE!

Av. Assunção, 560 www.blessedidioms.com.br FONE: (45) 3226-0329

Pizzaria O Forno

2 PIZZAS
R\$ 32,99
no balcão

disk pizza
3226-9398

rodízio de pizzas
de terça a domingo

Rua Jorge Lacerda, 205
esquina com Pernambuco (próx. ao Shopping JL)

Dom Place

BUFFET

(45) 3035-4920

PINKBIJU

UMA LOJA SEM IGUAL QUE COMBINA COM VOCÊ

Rua Souza Neves, 3785 - Centro | Fone: (45) 3037-5006

“Nem a altura, nem a profundidade, nem alguma outra criatura nos poderá separar do amor de Deus, que está em Cristo Jesus nosso Senhor”. **Romanos 8.39**

Amor e relacionamento

Precisamos entender que o amor de Deus é uma coisa, outra é ser aprovado por Ele. Diferente de ser amado é ter um relacionamento de intimidade. Deus amou a todas as pessoas a ponto de mandar Jesus Cristo morrer na cruz por elas. Mas nem por isso esse amor foi correspondido e isso implica em um relacionamento falho.

Davi foi chamado de homem segundo o coração de Deus, mas Abraão era amigo de Deus. Enoque andou com Deus e foi arrebatado, mas Moisés era quem falava com Ele cara-a-cara. Para Josué Deus se mostrou na forma de um soldado, para Elias foi uma calma depois de tempestades, fogo e terremoto. Os relacionamentos são diferentes, o que não significa que Deus amou mais a estes homens no passado do que te ama hoje.

Eno seu caso, como é o relacionamento? Eu já fui um homem de calma, como Elias, que esperava o vento impetuoso e o terremoto passarem para encontrar a face do Pai no manso e suave, muitas vezes do silêncio. Hoje mudei um pouco, mas não acho que seja progresso, apenas mudança. Outros gritam e pulam, como se estivessem com o dedo na tomada elétrica. Outros simplesmente

caem de joelhos. Outros ainda são diferentes. Uns afirmam ver anjos, eu não vejo nada.

Não importa como, o importante é você entender que Deus tem um relacionamento com você e deseja melhorá-lo. Nada poderá separá-lo do amor Dele, mas poderá afastar o relacionamento e esfriá-lo, obviamente por repulsa de um Deus santo com atos e pensamentos nada santos. Não tem nada a ver com estilo, mas com essência. Deus fala comigo e creio que fale contigo também. Se eu ou você conseguimos ouvi-lo e ou se conseguimos entender o que Ele disse, já são outros temas. Não permita que as circunstâncias ao seu redor reduzam o interesse de Deus estar em relacionamento cada vez mais íntimo.

Isso se faz estabelecendo valores do Reino de Deus e abrindo mão do paganismo, do mundanismo, do materialismo. Orando, evangelizando, santificando-se na Palavra de Deus a cada dia. Dá trabalho, mas vale a pena.

“Deus de amor, nada me separa do Teu amor, eu creio nisso.”

Mário Fernandez
www.ichtus.com.br

EDITORIAL

jornal da Casa

Telefone/Fax: (45) 3226-3089

Email: jornaldacasa@casadeoracao.org.br

Direção Geral: Bp. Davi Valim Freire

Diagramação e Editoração Eletrônica: Filipe Freire

Edição de Arte: Filipe Freire

Revisão de Textos: Edinisi Freire, Filipe Freire

Colunistas: Erival Barbosa, Tatiane Pereira

O Jornal da Casa é um órgão oficial de comunicação informativa e educativa da Casa de Oração Para Todos os Povos, desenvolvido com o objetivo de levar mensagens de reflexão e edificação aos leitores. O Jornal da Casa não tem fins lucrativos e os recursos obtidos através de anúncios comerciais são destinados exclusivamente ao custeio da produção, impressão e divulgação do mesmo.

Periodicidade: Mensal

Eternos namorados

As pessoas mais velhas devem se lembrar que antigamente quando se falava em "namorados", referia-se exclusivamente a dois jovens solteiros namorando, pois não se dava uma conotação de "namoro" às pessoas casadas. Na realidade, isso não estava de todo errado, porém, hoje se é comum ressaltar que o casal, mesmo após o casamento, não deve e não pode deixar que aquele encanto do namoro se perca com o tempo. Hoje se costuma dizer que os casados são eternos enamorados.

Dito isto, gostaria de parabenizar a todos os casais de namorados, solteiros ou casados, pela passagem do **Dia dos Namorados**, que ocorrerá dia 12 deste mês.

Que Deus nos abençoe, dando-nos muita graça para sabermos viver a vida a "dois" de maneira sábia, permitindo que o amor seja o óleo combustível em nossos relacionamentos. Que a nossa vida sirva de exemplo positivo para nossa geração que vive um momento de crise relacional.

No amor de Jesus Cristo.

Bp. Davi
bpdavi@casadeoracao.org.br



Sobre doença e cura

“E Jesus, tendo ouvido isto, disse-lhes: Os são não necessitam de médico, mas, sim, os que estão doentes; eu não vim chamar os justos, mas, sim, os pecadores ao arrependimento”. **Marcos 2.17**

A Igreja Cristã sempre foi e sempre será atacada de várias maneiras. Acusam-na de tudo. O nosso consolo é saber que as portas do inferno não prevalecerão contra ela (Mateus 16.18). Uma das críticas que se faz contra ela é dizer que ela é a Igreja dos ex. Quem assim a acusa sequer imagina que essa é a marca da Igreja Cristã. Verdadeiramente uma Igreja de ex. Pelo menos estão, meio a contragosto, entendendo o que é conversão. É ex-drogado, ex-pai de santo, ex-prostituta, ex-assaltante, e por aí vai. Aqueles que eram e que por alguma razão deixaram de ser. Pessoas que caminhavam à margem dos caminhos de Deus e, de repente, lá estão elas alegremente glorificando e adorando e servindo ao Criador. Conversão é exatamente isso: mudança de direção. Nascer de novo. Um novo homem que em nada lembra o transgressor de outrora. Aquele que roubava, não rouba mais, o que adulterava, não adultera mais, o que mentia, cessa a prática. Espiritualmente, conversão é deixar as trevas e vir para a Luz. É sair do fundo do mar de iniquidades e vir à tona da vontade de Deus. Por isso tudo é que a Igreja verdadeiramente cristã é uma Igreja de ex. Um dia aquele que vivia errante sem Deus cai em si e

descobre que não pode mais, não faz mais sentido viver sem Deus. O Espírito Santo o incomoda de tal maneira que ele se rende aos pés do Criador. É como alguém enfermo que depois de se medicar com vários tipos de chazinhos caseiros sem resultados práticos, descobre que precisa urgentemente de um médico especialista. Aliás, você já viu uma pessoa totalmente sã, vendendo saúde, procurar um médico pra uma consulta? No mínimo, ela precisa de uma suspeita de que algo anda errado. O doente precisa do médico pra ser sarado. E se ele não for tratado e com acompanhamento constante, o óbito é inevitável. O pecador vive uma situação semelhante. Ele é um doente que também necessita de um médico com urgência. A sua doença é o pecado, e o seu médico é o Senhor. O único que pode curá-lo desse mal é o Senhor!

Um dos grandes males da humanidade é a doença da alma. E não são poucas. Angústias, amarguras escondidas no coração a corroer lentamente, minando as esperanças. A verdade é que existem males para os quais a medicina não tem solução. Remedia daqui, remedia dali, mas no final a moléstia sai vencedora.

É preciso entender que o pe-

gador é um doente. E se ele quiser, se ele permitir, poderá ser libertado de todos os seus males espirituais ao ser lavado com o sangue do Cordeiro, ser revestido de poder e ser chamado de filho pelo Senhor. E ele será mais um ex.

No princípio do Cristianismo, alguns anos após a morte e ressurreição de Jesus, nasceu, na cidade de Tarso, na atual Turquia, uma homem chamado Saulo. Ensinado na doutrina dos fariseus, foi um implacável perseguidor da Igreja de Jesus Cristo. Costumava promover ferrenhas campanhas contra os cristãos e a Igreja por toda Jerusalém. Saulo assolava a igreja, entrando pelas casas e arrastando homens e mulheres, os entregando à prisão e até mesmo à morte. Saulo era movido pela ira, tinha o coração cheio de ódio e amargura. Tentava desesperadamente frear o avanço do Cristianismo. Um belo dia, numa viagem à Damasco, cumprindo ordens de que se encontrasse cristãos por lá ou levasse presos para Jerusalém, esse perseguidor cruel teve uma visão que o tornaria em mais um ex. Em meio a uma gigantesca luz, ele teve a visão de Jesus ressuscitado. E foi quebrantado! A partir dessa experiência, desse encontro transformador, Saulo nunca mais foi o mesmo. Até mesmo seu nome foi

mudado. Saulo se transformou em Paulo. Apóstolo Paulo de Tarso. Um novo homem. Um homem que passou de perseguidor a perseguido. Um doente que encontrou o médico que o curou de todos os males. Aquele que odiava e perseguia cristãos se tornou o nome mais importante do cristianismo depois de Cristo.

É preciso entendermos que Jesus não veio chamar os justos. Ele veio chamar, sim, os pecadores ao arrependimento. Não veio para curar os que se consideram são, mas aqueles que reconhecem que são doentes e pecadores e necessitam de um milagre. Foi por isso que ele morreu na cruz. Foi pelos transgressores que ele intercedeu, para convencê-los de seus pecados e fazer com que experimentem a conversão. Para que façam parte da Igreja do Ex.

Se a Igreja de Cristo não fosse uma Igreja de Ex, algo estaria errado. Haveria um contra-senso, afinal a marca registrada do cristão é o arrependimento. Sem arrependimento não há conversão, e sem conversão não há cura, não existe salvação.

Que Deus nos abençoe!

Erival Barbosa
edificando@casadeoracao.org.br



Assistência Técnica

- Manutenção em Computadores, Impressoras, Monitores, Redes e ADSL
- Formatação, Cópia de Segurança, Remoção de Vírus
- Instalação de Programas em Geral
- Venda de Peças de Informática

45 • 3035 • 6347

www.godstar.com.br • godstar@godstar.com.br
Rua Jorge Lacerda, 1151 • Cascavel • PR

GUARDIANO
Materiais de Construção

14 de Novembro
Rua do Amargado, 810
3228-1144
3228-1262 (fax)
gilguardiano@hotmail.com

Santa Felicidade
R. Cabo Pedrola B. de Aguiar, 1112
3324-3071
3324-7585 (fax)
luanol@hotmail.com

Temos convênio com o Banco do Brasil (Visa)
Parcelamos em até 24 vezes com juros de 1,98% ao mês

Tornando-se um jovem vencedor

"Rogo-vos, pois, irmãos, pelas misericórdias de Deus, que apresenteis o vosso corpo por sacrifício vivo, santo e agradável a Deus, que é o vosso culto racional. E não vos conformeis com este século, mas transformai-vos pela renovação da vossa mente, para que experimenteis qual seja a boa, agradável e perfeita vontade de Deus". Romanos 12.1, 2

Você tem uma escolha a fazer. Ou você é um jovem vencedor, da melhor qualidade, ou é um jovem derrotado e mundano. Jovens mundanos buscam sempre em primeiro lugar sua satisfação pessoal; são salvos, mas são extremamente egoístas. Suas orações giram em torno do que Deus pode fazer por eles, querem usar Deus para os seus propósitos pessoais em vez de serem usados por Deus para os propósitos dele.

Os jovens vencedores em contrapartida sabem que foram criados para um propósito, para uma missão. Acorram de manhã na expectativa de Deus poder usá-los na

quele dia. São jovens que contagiam as pessoas ao seu redor, com sua fé e confiança em Deus. Que tipo de jovem você quer ser?

Para se tornar um jovem vencedor é preciso mudar a mentalidade e atitudes (grifo meu). E tudo começa mudando a mentalidade egoísta pela mentalidade altruísta. Comece pedindo ao Espírito Santo que o ajude a perceber as necessidades das pessoas ao seu redor, principalmente as necessidades espirituais. Faça o que tem que ser feito por elas, seja servo das pessoas como Cristo nos ensinou. Outra coisa, substitua o pensamento imediatista pelo pensamento

com perspectiva eterna. Isso vai evitar que dê importância excessiva a questões pequenas e o ajudará a distinguir entre o urgente e o eterno.

Não troque sua vida por coisas temporárias, mas invista sua vida em vidas, invista sua vida em cumprir os propósitos de Deus. Por último, pare de pensar em desculpas para não servir a Deus e comece a pensar em formas de cumprir o Seu propósito. Você nasceu para adorar, viver em comunhão, ser semelhante a Jesus, servir as pessoas e exercer o ministério da reconciliação.

Qual dessas desculpas você tem usado nestes dias para

não cumprir a vontade de Deus? Jacó era inseguro, José foi maltratado, Moisés gaguejava, Gideão era pobre, Davi teve um monte de problemas familiares, Pedro era explosivo, Zaqueu era indesejado pelas pessoas, Tomé tinha dúvidas, Paulo tinha saúde fraca e Timóteo era tímido. Aí está uma variedade de pessoas cheias de imperfeições e desajustes, mas Deus usou cada um deles para cumprir o Seu propósito.

Do Senhor procedem nossos frutos.

André Aliende

JesusSite

Temor não há

"O Senhor é a minha luz e a minha salvação; a quem temerei? O Senhor é a força da minha vida; de quem me recearei?" Salmos 27.1

Muitas vezes não nos damos conta que Deus não conhece a tristeza, o pesar, a decadência como nós conhecemos. Lógico que Ele conhece, pois nada Lhe é oculto, todavia, vamos entender: Ele não conhece do ponto de vista humano sentido na carne, se deixando estressar, digamos, mas quando O procuramos na oração e comunhão diárias, Ele se deixa encontrar e nos sustenta com Sua mão de poder, pois, Seu Filho veio a este mundo e sabe muito bem o que é padecer.

É por isso que somos convidadas a procurá-lo no vigor

da mocidade. Ele sabe que em meio a esta fase da vida de qualquer ser humano, acontecem muitas e muitas situações que poderão marcar o restante da vida de cada um. Quanta coisa ruim poderia ser evitada em muitos que agora lêem esta mensagem, se conhecessem a Deus e o fizessem dEle a sua salvação e a força de suas vidas? Eu mesmo sou um deles, que passei por este caminho. Já compartilhei com alguns, parte da minha experiência.

Agora, por outro lado, também o espírito humano não envelhece. Apenas o corpo en-

velhece, mas o espírito, ao contrário, ele aumenta o conhecimento, desenvolve compreensão das coisas e vai nos tornando em tudo, mais experiente. Sendo o Senhor a força em nossas vidas, consequentemente não conheceremos a decadência, a frustração, a depressão, no sentido de que elas nos enlacem e nos arrastem para o fundo. Uma coisa é manipularmos uma corda, outra é sermos amarrado por ela. Nosso Senhor usa situações e experiências, às vezes não tão doces, para nos lapidar, para nos provar, a fim de que nos apresentemos de maneira

aprovada e tenhamos até mesmo, forças para oferecer uma mão amiga a outros. Ele é o ontem, hoje e eternamente, portanto, Ele é o mesmo. Não é nem mais nem menos.

É imutável, portanto, diga para todo principado e potestade escutar: O Senhor é a minha luz e a minha salvação; a quem temerei?

Aleluia!

Shalom.

Vilson e Vilma Martins

Min. Voz do Trono - Ap 19.5

vozdotrono@vozdotrono.com.br

A adoração é a arte de expressar seu coração

A música, no contexto cristão, tem como objetivo conquistar o interesse de Deus atraindo o seu olhar e coração para o nosso meio, edificando-lhe um trono de louvores para que se sinta à vontade e livre para apenas receber nossa admiração, amor e adoração, ou envolver-nos completamente com a sua irresistível e inefável presença. Tenho aprendido algo nestes anos de ministério, Deus não consegue resistir a uma verdadeira e apaixonada adoração; ele sempre se manifesta e, caro leitor, não há nada que supere o prazer de se perder no aconchego do seu abraço. Não buscamos a sua mão, e sim a sua face. Temos aprendido que "a busca

pelas bênçãos nem sempre gera intimidade, mas a busca pela intimidade sempre gera bênçãos". E como Davi disse em Salmos 37.4: "Deleita-se (sinta muito prazer) no Senhor e ele concederá os desejos do teu coração".

É prazeroso, real e divertido; nosso noivo, Jesus, é tremendo, o melhor, e a sua alegria é a nossa força! Por intermédio da pregação direta e sem desculpas da Palavra de Deus e de ensinamentos bíblicos que nos dizem respeito à verdadeira adoração; aquela que Deus procura. Precisamos almejar ser segundo o coração de Deus. E em função disto, necessitamos aplicar a sua santa Palavra às nos-

as vidas diariamente, lembrando-nos que a Palavra de Deus é um mapa que nos conduz a algo melhor – nos conduz ao Deus da palavra... (Salmos 119.105) – por meio do incentivo ao cântico novo. A Bíblia nos instrui a cantar-mos ao Senhor em mais de (200) duzentos lugares. Repetidamente enfatiza o cântico novo. Ele não está apenas interessado na canção ou no poema que você decorou há um mês, ou há dez anos. A Bíblia diz que ele está interessado é na verdade que está no seu íntimo (Salmos 51.6). Ele deseja beber dos rios de adoração que fluem do seu interior e estes rios podem ser envoltos por mú-

sica gerando, assim, um novo cântico, um cântico seu, baseado num amor tão intenso que você não consegue ficar sem expressá-lo. Certa vez, eu li uma descrição da palavra "adoração" que me fez irromper em alegria, dizia: "Adoração é a arte de expressar o seu coração".

Vivemos expressando o nosso coração no dia a dia e se isto já é algo tão natural por que não o fazemos na adoração por meio da espontaneidade de uma dança, nova canção, pintura, ou malabarismo?

Aos seus pés.

David M. Quinlan

www.fogoegloria.com.br

Boa lembrança

"Uma das razões pelas quais temos tantos problemas nesta vida é porque insistimos em esquecer-nos de coisas que deveríamos lembrar e porque deliberadamente nos lembramos de coisas que deveríamos esquecer".

O que passou, passou. Não há nada mais que você possa fazer para apagar aquela infeliz circunstância. Você não tem poder para voltar o relógio para traz. Porém, você tem uma imaginação a qual Lhe foi dada por Deus e esta você tem controle. Você pode se lembrar exatamente daquelas coisas

que você deseja se lembrar e da maneira que deseja se lembrar.

Quando você se lembra na maioria das coisas boas e positivas, você passa a construir uma imagem de você mesmo como alguém que realiza, como alguém vitorioso, de alguém com a cabeça para cima. É tremenda a importância

que essa auto-imagem traz para o seu futuro, suas ações e os resultados que você pode vir a obter. Lembre-se do seu passado como vencedor e você irá agir como vencedor. Não se esqueça porém, que, infelizmente, a recíproca também é verdadeira.

Na sua mente guarde os tesou-

ros das coisas lindas do passado e a sua memória irá brilhar o seu futuro.

"Quero trazer à memória o que me pode dar esperança". Lamentações 3.21

Pr. Nélio DaSilva


 NOSSO NOVO SITE ESTÁ NO AR!
 acesse...
www.casadeoracao.org.br

“Lançando sobre ele toda a vossa ansiedade, porque ele tem cuidado de vós”.

1 Pedro 5.7

Uma sociedade vitoriosa

Uma viúva que, com muito sucesso, cuidou de uma família muito grande, estava sendo entrevistada por um repórter. Além de seus seis filhos, ela adotou mais 12 crianças mantendo uma vida estável e um semblante de plena confiança. Quando o entrevistador perguntou-lhe o segredo de sua magnífica proeza, sua resposta para o jornalista foi assombrosa. Disse ela: “A minha administração foi boa porque eu faço parte de uma sociedade!” “O que você quer dizer com isso?” perguntou ele. A viúva respondeu: “Há muitos anos atrás eu disse: Senhor, eu farei todo o trabalho e Tu cuidarás das aflições. E todo esses anos eu tenho estado livre de qualquer ansiedade.”

Nós deveríamos aproveitar e seguir o exemplo daquela mãe. Enquanto cuidamos daquilo que nos compete fazer, não devemos nos afligir com as lutas da vida.

Às vezes nos deixamos levar grandemente pelas tribulações que nos assolam. En-

volvemo-nos tanto com as batalhas e crises de cada dia que não encontramos tempo para trabalhar em prol de nossa edificação, da construção de nosso lar e de nosso crescimento espiritual que deve ser o alicerce para uma vida vitoriosa.

Jesus já havia nos alertado para o fato de que no mundo teríamos aflições. Isso não é nenhuma novidade, e todos nós o sabemos muito bem. O que esquecemos é que Ele venceu o mundo e nos mandou “ter bom ânimo.”

Quando entregamos todas as tribulações no altar de Deus, descansamos, confiantes, na Sua intervenção e sobre-nos tempo para viver e aproveitar as bênçãos que Ele nos preparou.

Deixe Jesus cuidar de todos os momentos de turbulência de sua vida. Fazendo isso, você encontrará tempo para ser feliz.

Pr. Paulo Roberto Barbosa
Um cego na Internet!



Namoro, noivado e casamento Pv 4.10-7

Introdução:

Deus ao criar o homem e a mulher, deu-lhes todas as condições para serem felizes, na sua sabedoria, lhes proveu dos órgãos necessários para o desempenho de todas as suas atividades, inclusive a reprodução de sua espécie.

Considerações gerais:

a) Sobre o namoro:
Várias definições tem sido dadas a namorar, como:

Galanteio, atrair, chamar a atenção, porém o sentido mais real é inspirar amor.

OBS: O namoro não deve jamais ser um passatempo, mas o início da procura de uma companheira (o) para a jornada da vida. Vale a pena lembrar que jovem cristão deve pedir a confirmação de Deus para o namoro, se o namoro é ante-sala do casamento como seria um namoro sem a confirmação de Deus?

b) Sobre o noivado:
O noivado é metade do caminho entre o namoro e o casamento, antes de tudo o noivado é um ato sério. O noivado é um compromisso social, esse compromisso os jovens assumem diante de suas famílias.

c) Sobre o casamento:
O casamento é a união física e espiritual entre duas pessoas de **sexo oposto**, desse ato resulta o lar, que é a mais antiga instituição da raça humana.

Perguntas acerca de namoro, noivado e casamento:

- a) Com que idade um jovem pode namorar?
Assim que uma criança vai chegando a adolescência, começa a ser impulsionada pelo desejos da mocidade. Passa a ser influenciada pelos colegas, só que todos esses desejos podem ser controlados, se o jovem for convertido, gostar de ler a Bíblia, freqüentar os cultos na Igreja etc. ...
- quando tiver maturidade, (personalidade formada)
- quando tiver preparado para enfrentar o casamento
- quando for dirigido pôr Deus nesta direção.
- b) Como descobrir a vontade de Deus no namoro?
• Deus se preocupa conosco em todas as aspectos da nossa vida, por isso devemos buscar a sua vontade.
- não namore antes de orar.
- dialogue com o desejado(a) e orem juntos.
- não faça comentários antes da certeza.
- Deus pode te falar de várias maneiras, a maneira mais prática é quando as circunstâncias

passam a ser favoráveis e você passa a ter uma tranquilidade em relação a pessoa amada. (Cuidado com profetas casamenteiros, espírito de santo Antônio).

c) O que devo fazer para que o namoro produza edificação espiritual em nós?

- o namoro que busca edificação espiritual firma-se sobre o ideal do casamento.
- deve evitar certas intimidades físicas, para que não entristeças o espírito de Deus (Efésios 4.30).
- os jovens namorados devem orar juntos e compartilhar os seus ideais juntos.
- lembre-se, somos luz do mundo e o namoro do cristão é diferente do mundo.
- tudo que fizer deve glorificar a Deus (1 Coríntios 10.31), e com ordem e decência (1 Coríntios 14.40).
- d) Existem regras para orientar o namoro cristão?

O casamento foi instituído por Deus, e para que tudo seja feito certo, precisa seguir as regras do Senhor.

- o jovem cristão não deve namorar por passatempo.
- não deve namorar com descrente (2 Coríntios 6.14-18).
- só deve namorar com objetivo de casar-se.
- o namoro do crente deve ser conduta cristã, com responsabilidade e maturidade.
- não passem muito tempo a sós (zona de perigo).

e) Quando dois jovens devem e podem tomar-se noivos?

- quando estiverem certos de que estão na vontade de Deus.
- quando estiverem preparados psicologicamente para isto.
- quando estiverem se compreendendo razoavelmente, nunca devem ser influenciados pôr terceiros.
- quando acertarem devidamente com os pais.
- quando estiverem na rota do casamento, isto é, logo após o noivado, devem-se preparar materialmente para isto.
- f) quando dois jovens devem pensar no casamento?
• Desde o momento em que se tomam namorados.
- Mas o noivado não deve demorar muito, não pode fugir do objetivo.

Observações acerca dos desejos da mocidade:

Namoro não é flerte, nem passatempo.
a) o cuidado e vigilância nesse período é muito importante, lembre-se: o estímulo do homem é visual, e na mulher é através do tato

b) Mulher é mais auto-controlável, não se deve estender à carícias (Provérbios 20.21).

c) Jovem, a sua firmeza lhe permitirá um lar feliz, por todos os anos de sua vida, o próprio rapaz lhe depositará confiança.

d) Valorize-se não se vulgarize como mercadoria barata.

e) Sempre verifique se é amor, paixão ou apetite desordenado?

- LEMBRE-SE:**
- amor é controlado – paixão não
 - amor busca realidade – paixão não
 - amor procura dar mais do que receber – paixão não
 - amor cresce – paixão não

Paixão não correspondida transforma-se em ódio (paixão não serve para matrimônio).

Amor é gostar do outro(a) com os defeitos que ele(a) tem.

Outras observações necessárias:

a) É pecado Ter impulso sexual?
Não! Claro que não.

O impulso sexual é atração normal de um sexo pelo outro. É uma energia poderosa dentro do ser humano. Porém não é pecaminoso, a não ser se for correspondido. Foi Deus que fez o sexo e nos fez com estes impulsos.

O sexo na Bíblia: (uma dádiva divina)
• Frutifiquei e multipliquei (Gênesis 1.28)
• O que Deus fez era bom (Gênesis 1.31)
• Jesus confirmou no novo testamento (Mateus 19.4-6), se fosse coisa ruim não teria criado nem confirmado.

b) A realidade mais importante da Igreja:
• Nossos princípios (1 Pedro 1.15,16; I Reis 21.1-3)

• Santidade em tudo (1 Tessalonicenses 5.22, 23), espírito, alma e corpo.

c) Perigos da orientação mundana:

- Livros sem vida que mistura ciência com conceitos extra - bíblicos, status, playboy, ele e ela e etc. ...
- Afaste-se destas revistas
- Evite aceitar informações de colegas que contam façanhas nesta área. Isto é uma maneira sutil do diabo lhe enganar.
- Saiba escolher suas amizades e companheiros verdadeiros (1 Coríntios 15.33), PLATÃO: diga-me com quem tu andas e direi quem tu és?
- Seja bem informado(a) pela palavra de Deus (1 Coríntios 6.20)
- Submissão total ao Espírito de Deus (Efésios 5.18)
- Os impulsos precisam ser controlados (2 Timóteo 2.22)

Nilson Marcos e Rocivana Cabral

CRUZADAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL 2011

Cidade onde Jesus curou um paralisado descido pelo telhado (Mc 2:1-12)	Expressão referente a Jesus, ocorre apenas duas vezes no texto bíblico (Jo 1:29, 36)	Foram chamados de "raça de víboras" por Jesus (Mt 12:24, 34)	Ator (pop.) Montara; erguera	Cantor gospel e produtor musical, gravou o CD "Eu Estava Lá"
Ter fé em	Deusa dos sidônios (I Rs 11:33)			
		Oferece com propósitos caritativos	Antiga estação espacial russa	
Loucos (pop.)			Árvore da flora sul-americana	A cidade dos objetos gigantes (SP)
Lado, em inglês	O sexto planeta do Sistema Solar			
		(?)-seca, a popular baba		Onde está?
			"Pequeno", em "mini-fúndio"	Substância viscosa de origem vegetal (pl.)
Difícil; custosa	Guerreiro do Japão feudal			
		Está (pop.)	Inerente; congênita	O Paraíso Terrestre Rara; exclusiva
Profeta que escreveu a história do rei Abias, de Judá (II Cr 13:22)	Firmou a primeira aliança com Deus			Integrante da facção majoritária do Islã
		Cidade para onde Jonas foi enviado		
			Inscrição afixada à cruz de Cristo	
(?) Nissi: grupo teatral gospel, montou a peça "O Jardim do Inimigo"		Esconderijo de animal		100, em algarismos romanos
	Cidade do primeiro sermão de Paulo			

4 BANCO 3/ido, 4/síde — umbu, 5/árdua, 6/suntita, 7/astarte.

100 EXERCÍCIOS PARA DEIXAR A MENTE AFIADA!
Nas bancas e livrarias. **COQUETEL**
www.coquetel.com.br

Solução

O	C	S	V	W	V	D	S	
R	V	C	O	L	E	U		
I	R	N	I	V	A	O	E	J
E	A	I	N	I	N	N	D	
H	S	U	N	I	V	E		
N	E	I	V	O	D	I		
I	V	R	W	V	S	O		
P	R	B	R	V	A	R	V	
N	V	W	V	E	S	I	D	S
O	N	R	U	V	S	E		
S	V	S	O	I	O	D		
R	I	W	I	R	E	R	C	
E	T	R	V	I	S	V	O	
W	U	V	N	R	V	A	F	C
E			V					