

## Exercícios físicos no verão

O exercício deve preferencialmente ser feito sob orientação de educador físico, compreendendo um aquecimento, alongamento e o exercício propriamente dito.

Com a chegada do verão, muitas pessoas querem ficar com a saúde e com o corpo em dia. Porém, começar uma atividade física sem um preparo adequado pode resultar em uma série de problemas, ao invés do "corpo sarado".

São muito comuns problemas musculares, como distensões, contraturas e dores musculares, além de problemas decorrentes da excessiva exposição ao sol, como queimaduras de pele, insolação e desidratação.

Segundo o especialista em Medicina Esportiva do Hospital Samaritano de São Paulo, Mauro Vaisberg, todo exercício deve ser precedido de um bom preparo. Este começa com uma consulta médica que vai orientar a pessoa em relação ao esforço ao qual ela está apta.

O exercício deve preferencialmente ser feito sob orientação de educador físico, compreendendo um aquecimento, alongamento e o exercício propriamente dito. "Para que a pessoa consiga resultados positivos para a saúde, os exercícios devem ser praticados com regularidade", salienta Vaisberg.

A escolha de roupas adequadas, como camisetas confortáveis e tênis são importantes. Devem ser escolhidas roupas leves que facilitem a transpiração, além de outros mecanismos de proteção como boné e óculos escuros. Além disso, o uso de protetor solar é recomendado principalmente para indivíduos de

pele clara, lembrando como regra prática não passar o protetor acima dos olhos para evitar que durante a prática do exercício ocorra irritação dos olhos.

Um ponto muito importante, especialmente no verão, é a hidratação, pois no calor o corpo perde mais água e sais minerais durante a prática da atividade física. De acordo com o médico, é recomendável beber líquido antes, durante e após os treinos, principalmente isotônicos, pois estes além de repor líquidos, também reequilibram sais minerais e repõem os estoques de carboidratos, importantes para a prática do exercício.

A escolha do horário para o treino também deve ser lembrada como um dos pontos a serem levados em consideração pelo atleta. O mais indicado é praticar atividades no início da manhã, pois a poluição e a temperatura são menores, ou de noite, quando o calor é mais ameno. "O melhor é optar por lugares abertos, com árvores, onde haja bastante ventilação e sombra", indica o médico.

A alimentação também deve ser cuidada. A pessoa deve optar por alimentos de fácil digestão, como vegetais, carnes magras e frutas, evitando doces e gorduras. "Uma dieta saudável aliada à atividade física é uma receita infalível para boa saúde e bom condicionamento físico", finaliza o especialista.

### Dr. Mauro Vaisberg

Médico reumatologista, especialista em Medicina Esportiva do Hospital Samaritano.  
[www.samaritano.org.br](http://www.samaritano.org.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  
Prs. Ivaldo e Neise Silva (45) 9959-1464

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

**Ministério Diaconal**  
Anderson Obinski (45) 9105-1726  
Arlindo Pereira da Silva (45) 8819-5613  
Cláudio Fernandes (45) 3038-1348  
Judenil Correa (45) 3326-9197  
Jurandir de Freitas Meira (45) 9949-7064  
Lilian S. C. Obinski (45) 9994-5191  
Marli G. Correa (45) 3326-9197  
Patrícia R. Santos Alves (45) 9944-1696  
Paulo Walberto Tiem (45) 3226-3077  
Vanderlei Freitas Alves (45) 9934-3737

**Recanto Ebenézer**  
Anderson Obinski (45) 9105-1726

**Periolo**  
Rua Jaraguá, 10 - Periolo  
Cascavel - PR

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

**Ministério Pastoral**  
Pr. Theodózio Kutianski (45) 9949-4400

**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) 9111-0731  
Benjamim Margotti Netto (45) 9912-8710  
Fábio Ferreira de Queiroz (45) 9142-4748  
Rosi Oliveira Margotti (45) 9103-0306

**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  
Ivanete Camestrini (45) 3038-1687

**Presbítero**  
Reni V. Sparremberger (45) 9134-9542

**Evangelista**  
Edegar Nunes da Costa (45) 3228-3319  
Elvira Aparecida Joay (45) 3326-6427

**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  
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**  
Renato Donassolo (49) 3622-7248  
Roberto Cesar Ristow (49) 8827-1112

# jornal da Casa

## Deixe a glória brilhar!

"Levanta-te, resplandece, porque vem a tua luz, e a glória do Senhor vai nascendo sobre ti". **Isaías 60.1**

"A glória de Deus é o homem vivendo abundantemente e a vida abundante do homem é a visão da glória de Deus". *Irenaeus*

Muitos cristãos acham entediante pensar na vida celestial. O mesmo pensamento têm a respeito de adoração. Porém, não deveria ser dessa forma. Não há nada que possa produzir mais gozo e prazer do que estar na presença do Senhor. Cada momento em oração é um refrigério para a nossa alma e um motivo de júbilo para nossos corações. A oração nos fortalece, nos anima, nos faz recuperar as forças espirituais. Quando gastamos um pouco de nosso tempo diante de Deus, adorando-O e glorificando o Seu nome, nos sentimos fortalecidos e somos capazes de enfrentar, com muito mais coragem e ousadia, os problemas



que possam surgir à nossa frente.

O verdadeiro cristão precisa viver abundantemente. E para que isso aconteça, não pode se afastar da presença do Senhor. Desta forma ele obtém vitórias em suas lutas, resplandece em seu testemunho, brilha e ilumina os ambientes

por onde passa. A glória do Senhor está presente em tudo o que faz. Ele não se desvia do caminho porque seus olhos espirituais estão dirigidos a Deus e é o Senhor quem o faz caminhar com firmeza e segurança.

Como diz um antigo cântico jo-

vem: "Deixe a glória de Deus brilhar, deixe a glória de Deus brilhar, Deixe a glória de Deus brilhar, Deixe a glória de Deus brilhar, Deixe a glória em seu rosto brilhar, Deixe a glória de Deus brilhar em seu rosto, deixe a glória de Deus brilhar".

Você acha que orar e adorar ao Senhor é chato? Você tem agido com indiferença quando seus irmãos se reúnem para buscar a presença do Senhor? Talvez seja exatamente isso que esteja faltando para que você seja feliz e tenha uma vida vitoriosa. Ainda há tempo de você deixar a glória de Deus brilhar em seu rosto.

**Pr. Paulo Roberto Barbosa**

Um cego na Internet!

### Você sabia?

Qual homem ganhou um reino enquanto procurava jumentas?  
R.: Saul. Ele saiu para procurar pelas jumentas perdidas de Quis, seu pai, quando encontrou-se com o profeta Samuel a fim de lhe pedir auxílio. Deus já havia avisado Samuel a respeito da visita de Saul, e de que ele era o escolhido para ser rei em Israel.

**Pizzaria O Forno**  
2 PIZZAS  
**R\$ 34,99**  
no balcão  
disk pizza  
**3226-9398**  
rodízio de pizzas  
de terça a domingo  
Rua Jorge Lacerda, 205  
esquina com Pernambuco (próx. ao Shopping JL)

**Timber**  
PISOS E REVESTIMENTOS  
www.timberpisos.com.br  
Pisos de Madeira  
Pisos Vinílicos  
Persianas  
Papel de Parede  
Forros térmicos e acústicos  
Projetos personalizados  
Decks  
Rua Engenheiros Rebouças, 2093 Cascavel/PR (45) 3039-4400

(45) 3226-1400  
**Pam pile**  
Um Pão De Panificadora  
**Panificadora & Confeitaria**  
Rua Cuiabá, 4623  
Alto Alegre  
Cascavel - PR

**Dom Place**  
BUFFET  
(45) 3035-4920

INGLÊS, ESPANHOL E ITALIANO  
**Blessed Idiomas**  
MATRICULE-SE!  
R. Selvino Casagrande, 781 www.blessedidiomas.com.br (45) 3226-0329

“Olha que hoje te constituo sobre as nações e sobre os reinos, para arrancares e derribares, para destruíres e arruinares e também para edificares e para plantares”. **Jeremias 1.10**

## Delegação

É sempre muito complicado falar sobre autoridade de uma forma geral. Sobre autoridade espiritual mais ainda. Eu realmente creio, no meu coração, que o Senhor Nosso Deus não tem filhos prediletos, no sentido de favorecer a uns em detrimento de outros como alguns pais terrenos o fazem. Mas também creio que, se nem todos recebem o mesmo chamado, os mesmos dons e as mesmas atribuições, nem todos têm a mesma autoridade.

Ao longo da história de Israel homens sempre foram levantados por Deus para liderar, mas isso também sempre foi polêmico. Por que seria diferente hoje? Nossos pastores, missionários, evangelistas, ministros de louvor e tantos outros líderes também são questionados, nunca agradam a todos... Mas este é o estilo de Deus para liderar seu povo. Imagino se nos nossos dias alguém chegasse diante da igreja local dizendo que Deus apareceu a ele e lhe dissesse o que este versículo narra. Misericórdia...

A despeito da reação das pessoas, nós temos de ter uma coisa chamada senso de missão. Se Deus decidir me usar como líder de multidões, eu tenho de me resolver nisso

com Ele. Se for chamado para liderar 4 pessoas, tenho de ter a mesma resolução com Ele. Ninguém é melhor do que ninguém no Reino de Deus, mas alguns de fato deverão encarar missões ou tarefas mais grandiosas aos olhos humanos. Por quê? Nem imagino, Deus é soberano e quer assim.

O cerne deste ensino é que se Deus nos chamar, não devemos nos esconder. Se não chamar, não devemos nos meter. A convicção é pessoal, a confirmação pode ser coletiva. O chamado, meu irmão, é intransferível. Alguém pode até fazer o que precisa ser feito, mas se a vaga é sua, como dizem nossos adolescentes, corre pro abraço que é contigo.

Minha oração neste dia é que o Senhor confirme Seu chamado na vida de cada um de Seus filhos, e que cada vocacionado entenda seu próprio chamado.

“Pai, ajuda-nos a compreender o chamado do Senhor pra cada um de nós, por mais simples que possa parecer diante dos homens. Ensina-nos a Te honrar com fidelidade.”

**Mário Fernandes**

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

## Andai em Espírito

Digo, porém: Andai em Espírito, e não cumpríveis a concupiscência da carne. **Gálatas 5.16**

Prezados irmãos e amigos, o apóstolo Paulo, inspirado pelo Santo Espírito de Deus, deu-nos uma receita tremenda para vencermos os desafios desta vida e deste século corrompido pelo pecado. Creio que ele presenciava, já em seu tempo, a maneira como o mundo vivia, sem se preocupar com a vida pecaminosa e, pensando na igreja que deveria viver uma vida santa e irrepreensível, para alcançar a morada celestial, deu então esta receita que está no texto acima, escrito aos Gálatas 5.16: “vivam pelo Espírito...”. Esta é a receita infalível. Você quer viver de maneira santa entre uma geração corrompida? Viva pelo Espírito de Deus. Só assim poderemos vencer os desejos da carne, ou seja, os desejos pecaminosos. Neste mês em que a mídia em geral tem propagado as festas de carnaval, onde o pecado reina solto (ou seria o diabo?), onde os limites não são impostos, o verdadeiro cristão precisa estar revestido do poder do Espírito Santo para vencer, para não dar lugar a carne com toda sorte de pecado.

Que Deus, através do Seu Santo Espírito, possa nos ajudar a sermos santos e irrepreensíveis neste mundo.

**Bp. Davi**

bpdavi@casadeoracao.org.br



## Sansão

“Escolhi o caminho da fidelidade; diante de mim pus as tuas ordenanças”. **Salmos 119.30**

Um dos personagens bíblicos que mais me fascina é Sansão. Por várias razões. A primeira vez que li a história de Sansão eu ainda era um menino lá na bela Palotina. Sem entendimento algum, fiquei fascinado com aquele sujeito forte, destemido. A história de Sansão nos dá algumas lições.

Sansão era filho de Manoá, cuja esposa era estéril. Num belo dia eis que um anjo do Senhor apareceu à mulher e disse-lhe que ela teria um filho, e que o menino seria consagrado a Deus desde o ventre até o dia da sua morte. E disse também que Sansão começaria a livrar a Israel das mãos dos filisteus. Ou seja, o menino viria a este mundo com uma missão específica.

Sansão foi o décimo terceiro juiz de Israel, e reinou por vinte anos. O povo de Israel sofria demasiado. O povo de Israel era rebelde, desobediente, não seguia as ordenanças de Deus. Por isso sofria e era oprimido pelos Filisteus. Muitos outros juízes haviam sido levantados por Deus, mas a situação não mudava. Uns se rebelavam, outros perdiam o foco. Mas agora a coisa se apresentava de maneira totalmente diferente, afinal Sansão fora o único gerado exclusivamente com o propósito de ser o libertador do povo Israelita. A Bíblia diz que Sansão era nazireu de Deus,

ou seja, consagrado de Deus. E para levar a cabo sua missão, o Senhor deu a ele um dom diferenciado, especial: uma força descomunal. E essa força estava ligada ao seu cabelo. Enquanto Sansão tivesse os seus cabelos longos a força estaria com ele. Era o sinal de obediência, aliança. E o que aconteceu?

O menino Sansão cresceu. Por diversas vezes Sansão encarou os filisteus, e com sua força extraordinária dada pelo Senhor sempre saía vitorioso.

Em certa ocasião, Sansão foi à Gaza e ali se envolveu com uma prostituta. O passo seguinte foi de afeiçoar com uma bela mulher do vale de Soreque, cujo nome era Dalila (Juízes 16.4). Essa bela moça seria o elo que traria a desgraça à vida dele. Os filisteus queriam de qualquer maneira descobrir em que consistia a força de Sansão, qual era o ponto vulnerável. Sansão já havia feito grandes estragos entre os filisteus. Somente em uma única ocasião ele ferira mil homens com uma queixada de jumento (Juízes 15.15).

Os príncipes dos filisteus resolveram investir pesado pra descobrirem o segredo e decidiram usar Dalila. Como recompensa ela receberia uma fortuna em moedas de prata pela descoberta. E ela desempenhou seu papel com maes-

tria e paciência. Na primeira tentativa Sansão enganou. Na segunda, idem. Mas a moça era persistente. Na terceira tentativa ela apelou pra tática sentimentalista. Choramingou. E Sansão vacilou, cedeu. Todas as vezes que ele fingia revelar segredo, ela o testava. Nem assim a ficha de Sansão caiu. Esqueceu por completo da sua missão. Entre manter o segredo, o pacto com Deus, e abrir mão da companhia de Dalila ele preferiu jogar a unção de Deus no lixo. O Espírito de Deus se retirou dele. E os frutos não acorrentado teve os olhos arrancados, foi humilhado ao extremo, serviu de chacota aos filisteus que enalteciam ao seu deus Dagom por ter lhes entregue o inimigo. Creio que todos conhecem o fim de Sansão.

Nobre leitor, assim como Sansão, cada um de nós foi gerado com um propósito por Deus. Certamente não estamos nesse mundo a passeio. Se dermos boabeira, se vacilarmos dando lugar, brechas, ao diabo a derrota virá infalivelmente. Na caminhada, muitos correm o risco de ser enganados pelos encantos desse mundo, pelas ofertas aparentemente maravilhosas de satanás que, conhecendo nossos desejos carnis, oferece justamente aquilo que se assemelha com

o que buscamos e que é agradável aos olhos. Muitas dessas oferendas até tem aparência de bênção, mas que no imo é mal. *Há um caminho que ao homem parece direito, mas o fim dele são os caminhos da morte (Provérbios 14.12).*

É possível ver Sansão na vida de muitas pessoas que se dizem voltados para Jesus. Pessoas que não querem negar a si mesmo, que não se entregam à vontade do Senhor. Pessoas que se camuflam de cristãos e enganam a muitos. Amados, uma hora a máscara cai. Pessoas assim estão à mercê do diabo, e o inimigo é mestre em dar rasteira e trazer vergonha não só aos culpados, mas a todos os que o cercam. É preciso vigiar.

Assim como Sansão, muitas vezes usamos nossos dons em benefício próprio, em vantagens pessoais. Muitas vezes somos simplesmente membros de uma determinada igreja e não discípulos de Cristo.

Sansão teve uma segunda chance, mas isso nem sempre acontece. Convém ficarmos atentos quanto aos propósitos de Deus para nossas vidas. E nos esforçarmos em cumprí-los!

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 da Amargosa, 810  
3228-1144  
3228-1262 (fax)  
gilguardiano@hotmail.com

Santa Felicidade  
R. Cabo Fribolita B. de Aquino, 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

# Jerusalém ou Emaús Parte I

“E eis que no mesmo dia iam dois deles para uma aldeia, que distava de Jerusalém sessenta estádios, cujo nome era Emaús”. **Lucas 24.13-15**

É possível que muitos estejam a caminho de Emaús, enquanto que Jesus os quer de volta à Jerusalém... Através destas mensagens baseadas em Lucas 24.13-31 estaremos sendo tocados pelo Espírito do Senhor, para glória do Seu Nome!

Jesus havia morrido e este já era o terceiro dia após sua morte. Era o domingo! Um domingo bem diferente dos demais, haja vista os acontecimentos que sucederam Jerusalém com a morte de um homem que havia se tornado muito conhecido e que as multidões se empenhavam por vê-lo e ouvi-lo. No entanto, ele havia sido morto, pendurado numa cruz por ação direta dos principais sacerdotes e príncipes de Israel. Nesse contexto, dois discípulos se colocam a caminho de Emaús: uma aldeia que distava aproximadamente 10 km de Jerusalém. Quando empreenderam essa caminhada não faziam

idéia dos acontecimentos que se seguiriam.

Como era de se esperar, assim que se colocam em marcha, a cada passo que davam conversavam acerca de Jesus. A mente deles estava sendo bombardeada pelos acontecimentos. Era difícil de acreditar que depois de tudo o que Jesus havia feito, pregado, falado, operado, curado, desafiado os escribas e farizeus chamando-os de hipócritas, agora, tudo terminasse assim.

Talvez argumentassem: como pode uma pessoa ficar tão desfigurado! Quanto sangue derramado; quantas feridas abertas! como sua face estava desfigurada a ponto de não se parecer mais a face do mestre que todos os dias os ensinava!

Eles conversavam e conversavam, certamente se lamentavam e desesperados procuravam achar um ponto de equilíbrio

para tudo o que acontecera... E aconteceu que, indo eles falando entre si, e fazendo perguntas um ao outro, o mesmo Jesus se aproximou, e ia com eles. Mas os olhos deles estavam como que fechados, para que o não conhecessem.

O acontecido era de tal monta e tinha empreendido uma tão forte impressão em suas mentes que Jesus se aproximou deles e eles não O reconheceram.

Jesus estava ali certamente preocupado com ambos. Eles deveriam permanecer em Jerusalém e não se deslocar para Emaús! Jesus se aproxima para testificar da vitória! Como fora dito por Moisés, testificado pelos profetas, descrito nas Escrituras era necessário que Ele viesse ao mundo, padecesse pelos pecados da humanidade, mas ao terceiro dia ressuscitasse. Ali se encontrava a

prova autêntica e inquestionável- ele estava vivo!

Todavia, eles não O reconheceram.

Não seria o caso de acontecer o mesmo conosco tantas e tantas vezes? Situações que nos ocorrem ou ocorrem a nossa volta imprimem tão grande pressão sobre nossas mentes e almas que nossa visão do Cristo ressurreto fica embotada. Jesus vê, se coloca ao nosso lado na caminhada, fala conosco e no entanto não nos damos conta de Sua maravilhosa presença! Estamos tão envolvidos no que nos cerca que não conseguimos visualizar a vitória, mesmo ela estando bem a nossa frente...

continua...

**Vilson Ferro Martins**

[www.vozdotrono.com.br](http://www.vozdotrono.com.br)

# Aprendendo com a dor

“Você nunca será a pessoa que poderá ser se dores, pressões, tensões e disciplinas forem retiradas da sua vida”. **James G. Bilkey**

Dor é uma lição esperando ser compreendida e aprendida. Ao nos submetermos ao ensino dessa grande lição, podemos transcender a própria dor. Se você tocar um ferro quente, sentirá uma dor terrível. Se você negligenciar o aprendizado desta experiência, a dor voltará todas as vezes que você tocar o ferro quente.

Quando você aprende a

lição de que a dor tem algo a ensinar, e ao evitar tocar o ferro quente, você certamente não terá que suportar aquela dor novamente. O que é que você pode aprender com as dores que esta vida lhe causa? Em cada dor existe uma lição. Algumas vezes a lição é evitar cometer os mesmos ou novos erros. Em outras ocasiões é a lição de aprender a aceitar, valorizar e triun-

far sobre os desafios que temos à nossa frente.

Você já aprendeu que, nesta vida, é impossível conseguir algo em troca de nada? Ou a sua dor ainda está tentando ensinar-lhe isso? Você já aprendeu a viver com foco e propósito? Ou continua a resistir às preciosas lições que uma dor pode ensinar-lhe? Liberte-se da dor ao aprender aquilo que ela

está pronta a lhe ensinar.

Para Meditação:

“Bem-aventurado o homem cuja força está em ti, em cujo coração se encontram os caminhos aplanados, o qual, passando pelo vale árido, faz dele um manancial; de bênçãos o cobre a primeira chuva” (Salmos 84.5-6).

**Pr. Nélio da Silva**

# A necessária presença

## de Deus Parte I

“Então Moisés lhe disse: Senhor, se a Tua presença não vai comigo, não nos faça subir deste lugar. Pois como saberão que tenho achado graça aos Teus olhos, eu e o teu povo?” **Êxodo 33.15, 16a**

Estar junto de Deus é a coisa mais maravilhosa que existe. Passar tempo em Sua presença, buscando-O em oração, adoração, bem como em mergulhos profundos em Sua palavra é verdadeiramente o que faz da nossa vida, uma vida plenamente vitoriosa (1 Tessalonicenses 5.17, Salmos 95.6, Salmos 1). Você com certeza já ouviu, leu ou mesmo talvez disse estas palavras. Não são revelações novas. Na verdade, são entendimentos semeados em nossa mente e consciência deste que viemos para Cristo. Mas tenho me perguntado nestes dias: Porque, é tão difícil praticar isso?

Temos vivido dias de despertamento, amados. Dias em que o nosso coração tem sido confrontado pelo Espírito Santo a realmente buscar com dedicação viver a vida de Jesus (Gálatas 2.20) e sermos instrumentos de cura e transformação das realidades e situações muitas vezes cruéis que nos cercam em nossas casas, cidades, nação e também outras nações (Isaías 61.1-3, Jeremias 1.10). Findou-se o tempo em que eram considerados chamados por Deus somente aqueles que falavam, cantavam e/ou oravam “boni-

to”. Na verdade, este nunca foi o critério de escolha de Deus, mas nós erroneamente vimos este critério ser usado na Igreja do Senhor durante todos estes anos para separar os “ungidos” dos “demais”, como se alguém por sua capacidade ou talento

**“Precisamos nos encher, até não caber mais e transbordar para todos os lados”.**

humano fosse mais santo ou melhor que o seu irmão (Romanos 3.23). Quanto engano! Quanta cegueira!

Mas glórias a Deus, que neste tempo tem levantado profetas, filhos obedientes ao chamado de Deus, que tem aberto suas bocas com coragem e ousadia (Jeremias 1.4-9) para dizer a toda esta geração: “Filhos de Deus, acordem, a responsabilidade de preparar esta terra para a volta do Senhor é de todos nós!”

É isso mesmo, queridos. A exemplo de Moisés, nós somos chamados por Deus a levar Seu povo, hoje a Igreja, à Terra da Promessa. A responsabilidade de ganhar as almas pelas quais Jesus espera, de ir em busca dos filhos pródigos, de curar os en-

fermos, expulsar os demônios e invocar a presença da glória do Pai sobre esta terra é minha (Marcos 16.15, Mateus 28.19, Mateus 10.8). E sua também. Jesus está desafiando a nossa geração a se levantar das redes fresquinhas nas varandas de

nossas casas e irmos atrás daqueles por quem o coração de Deus chora. Somos chamados a capturá-los e isso não com palavras vazias, cheias de persuasão humana, mas com o poder de Deus (1 Coríntios 2.5,13 e 4.20) para atraí-los e guiá-los à fonte da Água da vida (Apocalipse 21.6)!

Cada um tem um papel específico a realizar no Reino de Deus. Em toda essa imensidão que é a nossa nação, e tantas outras nações da terra, há algo para ser feito em favor do Seu estabelecimento que só pode ser feito por mim, por você (Atos 9.15). Há uma missão para cada um de nós. Ah, meus amados, há tanto para se fazer e tão pouco tempo! De onde nos virá

a unção para realizarmos tão grande obra? A resposta conhecemos bem: A fonte é o Senhor (Salmos 87.7, Salmos 62.11)!

Ou seja, se quero cumprir o propósito para o qual eu nasci, se eu quero realizar os sonhos de Deus, se eu quero cumprir a minha missão no Reino, eu preciso buscar a presença do Senhor (Salmos 105.4)! Precisamos buscar, perseguir a presença do Senhor, Igreja! Precisamos nos encher, até não caber mais e transbordar para todos os lados (Efésios 5.18,20). A única coisa que nos torna especiais e diferentes dos outros bilhões de seres humanos que nos cercam é a presença de Deus em nossas vidas (Êxodo 33.15,16), fluindo abundantemente (João 7.38). A presença de Deus é nossa maior arma (1 Samuel 17.45)! Eu preciso da presença de Deus em mim. E você também precisa!

Deus te abençoe!

continua...

**Thais Monteiro Brum**

[www.vidanovamusic.com](http://www.vidanovamusic.com)

[thaisapaixonadaporjesus@yahoo.com.br](mailto:thaisapaixonadaporjesus@yahoo.com.br)



