

87ª  
EDIÇÃO

Julho de 2023  
revistarenascer.com



2023, O ANO DA  
*Esperança*

R E V I S T A

# Renascer

## *A porta está aberta!*

Rúbia Batista

### **Um Dedo de Teologia: "A cura do cego Bartimeu"**

Rogério Coutinho

### **Viva Bem: "No limite!"**

Alline S. Pimentel Barcellos

### **Papo de Homem: "Preparados para o combate"**

Rafael da Silva Mendes

### **Palavra Pastoral: "A espera de Sara"**

Pr. João Queiroz





5 a 12 anos

# RETIRO KIDS 2023

**TEMA:**  
Jesus, minha esperança!

<b>DATA:</b>	<b>HORÁRIO:</b>
28 de julho	Das 9h30 às 16h00
<b>VALOR:</b>	<b>LOCAL:</b>
R\$ 100,00 PIX: 62 9 8460-5882	<b>CHÁCARA TERRAÇOS</b> Rua Dores do Indaiá, Chácara 5, Bairro Água Branca, CEP: 74723-010

As inscrições podem ser feitas com a liderança do Ministério Infantil ou pelo número (62) 9 8460-5882

A Chácara Terraços fica no Setor Água Branca, Goiânia. Próximo ao Estádio Serra Dourada, Fórum Cívico, da Procuradoria Geral da República, 4 quadras abaixo do Shopping Lozandes.

# Dízimos e Ofertas



AG. 4384  
C/C 41.279-9



AG. 4148-3  
C/C 106.000-7



COOP. 5004-0  
C/C 1.009.888-7



AG. 0910  
C/C 13001433-7



AG. 2256  
C/C 1076-9 Op.003



Para fazer PIX, escaneie o QrCode ao lado, no aplicativo do seu banco ou insira os dados abaixo:

**PIX: Igreja Batista Renascer**  
**03.954.904-0001/44**



batistarenascer.com

## ÍNDICE

- 04** Editorial:  
**Há esperança para a saúde física e emocional?**
- 05** Um dia de Chef:  
**Sabores aconchegantes para as férias**  
Katia Regina S. Martins
- 06** Vida a Dois:  
**Meu cônjuge tem depressão, e agora?**  
Leonardo Gonçalves Hayne
- 07** Para Elas:  
**Rivalidade feminina: Deus nos fez rivais?**  
Alana Carla
- 08** Entrevista:  
**Vida Ativa na terceira idade**
- 09** Um Dedo de Teologia:  
**A cura do cego Bartimeu**  
Rogério Coutinho
- 10** Capa:  
**A porta está aberta!**  
Rúbia Batista
- 12** Comunidade:  
**Esperança verdadeira: Renascer Kids organiza Retiro para as crianças**
- 13** Viva Bem:  
**No limite!**  
Alline S. Pimentel Barcellos
- 14** Palavra Pastoral:  
**A espera de Sara**  
Pr. João Queiroz
- 16** Novos Dilemas:  
**Jogos na infância: sempre os vilões?**  
Renato de Sousa Neto
- 17** Papo de Homem:  
**Preparados para o combate**  
Rafael da Silva Mendes
- 18** Crônicas & Contos:  
**Uma aventura sobre os trilhos**  
Dr. Anibal Filho

### Expediente:

Presidente: João Queiroz

Editora Responsável:  
Marina Oliveira Lopes Coelho

Diagramação e criação:  
Felipe Tavares

Fotos:  
Paulo Rogê  
Gabrielle Fernanda Meschini

Revista online:  
Vinícius de Carvalho Santos

Revista em áudio e publicidade:  
Fernando de Castro

Jornalista:  
Jéssica Lima

Colunista: Anibal Filho  
Roteirista para história em quadrinhos: Diana Alves  
Ilustrador: Evander Mendonça

Impressão: Flex Gráfica  
Tiragem: 1000 exemplares  
Site: [revistarenascer.com](http://revistarenascer.com)  
Instagram: @revistarenasceribr

ZAION PUBLICIDADE E EDITORA  
CNPJ: 38.418.192/0001-23  
Rua 208 com 9ª Avenida, 364,  
Setor Leste Vila Nova, Goiânia-GO  
CEP: 74563-220  
Goiânia – Goiás – Brasil  
Site: [agenciazaion.com.br](http://agenciazaion.com.br)  
Instagram: @agenciazaion  
Telefone: (62) 3261-4759

Acesse o QR-code para ler as matérias em inglês, espanhol e francês:





“Amado, oro para que você tenha boa saúde e tudo corra bem, assim como vai bem a sua alma”.  
(3 João 1:2)

# EDI TORIAL

## HÁ ESPERANÇA PARA A SAÚDE FÍSICA E EMOCIONAL?

A saúde física e emocional são aspectos fundamentais da nossa vida.

Quando enfrentamos dificuldades nesses dois âmbitos, é comum nos sentirmos perdidos e desanimados. No entanto, é importante lembrar que A PORTA ESTÁ ABERTA e que nunca estamos sozinhos nessa jornada. Há sempre esperança e recursos disponíveis para nos auxiliar.

Na busca pela saúde física e emocional, a ciência e a medicina têm avançado de maneira impressionante. Novas descobertas e tecnologias estão sendo desenvolvidas, oferecendo tratamentos mais eficazes e melhor qualidade de vida aos pacientes. Por isso, é importante manter-se informado e buscar profissionais qualificados que possam auxiliar em cada etapa do processo de recuperação. Mesmo nas situações mais complexas, como no adocimento de um cônjuge, existe um caminho disponível. Pensando nisso, se o SEU CÔNJUGE TEM DEPRESSÃO, é importante entender que não se trata de uma mera

fraqueza de personalidade ou caráter, mas sim de um adocimento mental.

Deus nos fez triúnos, assim como Ele. Somos corpo, alma e espírito. Com isso, o que afeta uma área, também afeta a outra. Do mesmo modo, quando a saúde emocional e mental não está bem, o corpo também sente! Portanto, não deixe a situação piorar e chegar NO LIMITE!

A esperança em Cristo Jesus é um elemento essencial nesse contexto, pois nos ajuda a superar os desafios emocionais e a encontrar equilíbrio. Vejamos o exemplo da CURA DO CEGO BARTIMEU – que mesmo com muitos problemas momentâneos, sabia que Jesus poderia curá-lo não somente da sua cegueira física, mas também poderia trazer a salvação para a sua vida! Portanto, por mais sombrios que os dias pareçam, o Senhor sempre nos convida a enxergar a luz no fim do túnel. Que a esperança n’Ele se torne uma aliada constante em sua jornada para a saúde física e emocional.  
Boa leitura!

Equipe Editorial da Revista  
Renascer

Nesta edição você também encontrará uma entrevista esclarecedora sobre A VIDA ATIVA NA TERCEIRA IDADE, com o osteopata Diego Ribeiro. Na Coluna Novos Dilemas, você vai entender um pouco mais sobre OS JOGOS NA INFÂNCIA – será que eles são sempre os vilões no desenvolvimento das crianças?

Além disso, separamos uma matéria especial para as mulheres, com um texto sobre RIVALIDADE FEMININA e também um papo para os homens sobre a missão de se PREPARAR PARA O COMBATE. No final da revista, você poderá encontrar a nossa Crônicas & Contos, com uma história de emocionar com o título UMA AVENTURA SOBRE OS TRILHOS e também a nossa história em quadrinhos preparada com muito carinho para trazer diversão e reflexão para a sua vida – O SENHOR DO DESCANSO.

Para saber mais sobre a Revista Renascer, siga o nosso perfil no Instagram @revistarenascibr.

## UM DIA DE CHEF

As férias do mês de julho chegaram e com elas, a oportunidade perfeita para desfrutar de momentos especiais em família e saborear pratos deliciosos que aquecem o coração. Nesta edição, a nossa chef Kátia Regina, fez uma seleção irresistível de uma receita que tem como estrela principal as batatas, além de uma surpreendente sobremesa para adoçar ainda mais esses momentos especiais.

Acredite: preparar essas delícias na cozinha é uma oportunidade de criar memórias afetivas e desfrutar dos momentos de alegria em família. Então, pegue o seu avental, coloque uma música bem animada e embarque conosco nessa jornada gastronômica rumo aos pratos que vão aquecer o seu paladar nessas férias.

### BATATAS ASSADAS COM CREME DE MILHO E REQUEIJÃO CREMOSO

#### Ingredientes:

10 batatas médias (cortadas em pedaços grandes)  
1 lata de creme de leite  
1 lata de milho (sem soro)  
1 copo de requeijão cremoso  
1 cebola média  
1 colher pequena (tipo de café) – rasa com sal  
Fatias de queijo muçarela para cobrir

#### Modo de preparo:

- Espalhe as batatas cortadas em uma forma e reserve
- Coloque no liquidificador o milho sem soro, o requeijão cremoso, o creme de leite, o sal e a cebola. Bata até formar uma massa homogênea.
- Despeje o creme sobre as batatas na forma e cubra com papel alumínio.
- Asse em forno a 200° por 40 a 50 minutos e depois retire o papel alumínio.
- Por cima, coloque o queijo muçarela e leve ao forno por mais alguns minutos para dourar.
- Sirva com arroz branco, frango assado e salada de folhas.

### MOUSSE DE CHOCOLATE SAUDÁVEL

#### Ingredientes:

2 barras de chocolate amargo ou de sua preferência  
2 copos de iogurte natural desnatado  
1 xícara (chá) de leite em pó

#### Modo de preparo:

- Corte a barra de chocolate em pedaços pequenos e leve para derreter em banho-maria ou no micro-ondas.
- Depois que o chocolate estiver derretido, coloque todos os ingredientes na batedeira ou liquidificador. Bata bem, por cerca de 5 minutos, até obter uma textura bem lisa e cremosa.
- Leve ao refrigerador por 1 hora.

#### Sugestão:

Use frutas vermelhas para incrementar o mousse de chocolate saudável. É válido também salpicar leite em pó. A receita vai ficar ainda mais linda e saborosa!

**Por Kátia Regina S. Martins**  
Pastora da Igreja Batista Renascer. Líder e integrante da equipe de treinadoras/CNN/UDF - Curso Mulher Única. Formada em Pedagogia. Esposa, mãe, funcionária pública Federal. Proprietária da @aveiadourada – Bolos fitness a base de aveia



Foto: Arquivo Pessoal





# VIDA A DOIS MEU CÔNJUGE TEM DEPRESSÃO, E AGORA?

A descoberta de um diagnóstico clínico de uma doença física ou mental, embora traga a luz sobre a descoberta do que está acontecendo com a saúde da pessoa, traz também angústia e muitas dúvidas, sem contar que a situação se torna ainda mais difícil quando vem revestida de um certo preconceito.

Esse é o caso do transtorno depressivo maior, ou como é mais popularmente conhecido, a depressão. Infelizmente, muitas vezes, esse quadro está quase sempre associado culturalmente com a ideia de fraqueza e incapacidade de enfrentar a vida. Assim, se aumenta o sofrimento de quem possui tal diagnóstico.

Como toda doença, a depressão também afeta a vida daqueles que estão mais próximos e ligados afetivamente, como amigos, familiares e o cônjuge. E falando do cônjuge, como poderia este ou esta lidar e ajudar a esposa ou esposo que está passando pela depressão? É possível oferecer apoio, suporte e encontrar um caminho para um bom relacionamento em meio a crise? A resposta é sim!

Para isso, é importante começar a buscar um conhecimento mais profundo sobre o quadro e entender que a depressão não se trata de uma

mera fraqueza de personalidade ou caráter, mas sim de um adoecimento mental pela qual a pessoa está passando. Nesse sentido, a mente, assim como o corpo humano e seus órgãos, estão sujeitos a doenças, ambos por questões ambientais ou genéticas.

Outros pontos importantes para quem tem um cônjuge com depressão é evitar julgamentos, sendo sempre uma fonte presente de escuta e contato físico com a pessoa adoecida. Esse comportamento é essencial para gerar uma melhor percepção de segurança e alívio do sofrimento mental, principalmente nos momentos de maior angústia. Além disso, seja suporte do seu companheiro (a), incentive e acompanhe no tratamento psicoterápico e auxilie com os medicamentos, devidamente orientados por um profissional.

Ademais, é muito importante também que você se preocupe com a sua saúde física e mental, procurando respeitar os seus limites e aprendendo a dividir o momento do cuidado como outros que se importam também com seu cônjuge.

Por fim, seja o apoio espiritual que seu cônjuge precisa neste momento. Portanto, ore, interceda e o leve a fazer o mesmo. Entenda que a depressão tem tratamento, e quando

aliado a boa informação, possibilitará viver um relacionamento com menos sofrimento.

Com certeza, juntos, vocês vão aprender com as experiências de que a vida sempre terá bons e maus momentos, que tem um início e um fim e com isso, vão trazer um novo ressignificado à vida, dando valor aos aspectos da paz, alegria e harmonia que sempre estamos esquecendo enquanto deixamos a correria da vida nos levar. Respire e reflita sobre isso.



Foto: Paulo Rogé

**Por Leonardo Gonçalves Hayne**  
Psicólogo Clínico Cognitivo comportamental, especialista em Neuropsicopedagogia e Gestão estratégica de pessoas, diácono e professor do Ministério Infantil da Igreja Batista Renascer.

# PARA ELAS RIVALIDADE FEMININA: DEUS NOS FEZ RIVAIS?

A rivalidade feminina tem sido um estigma no universo feminino ao longo dos anos. Ouvimos constantemente que mulheres “são assim mesmo”, desunidas e competitivas, como se a rivalidade fizesse parte da natureza feminina. Somos ensinadas desde cedo que “amizade entre mulheres não é verdadeira” ou que “homens são mais fáceis de lidar”; somos levadas a acreditar que outras mulheres são nossas rivais e que precisamos ser melhores que elas.

Crescemos ouvindo nossas mães, avós e tias falando mal de outras mulheres, criticando seus corpos ou suas roupas. Somos formadas achando que somos perigosas, venenosas e traiçoeiras, e isso tem poder sobre a nossa percepção de mundo. Tudo o que ouvimos desde cedo acaba influenciando a construção de um imaginário em nossa mente.

Ocorre que, apesar de sermos constantemente bombardeadas com essas informações, devemos tomar a iniciativa de questionar tais ensinamentos, afinal de contas, eles não possuem nenhum fundamento bíblico. Quando Deus criou o homem e a mulher, conforme está descrito lá em Gênesis, Ele colocou a Sua imagem e semelhança em nós. Fomos criadas para resplandecer os atributos comunicáveis do Criador através de nossas vidas, como por exemplo, amor, bondade, misericórdia e justiça.

Sabemos que Gênesis 3 mostra quando o pecado entrou no mundo e deturpou as relações por completo, trazendo discórdia para a huma-

nidade, mas como fomos salvas e redimidas pelo sangue de Jesus, por esse motivo, a queda não deve nos definir, mas sim o padrão inicial de Deus, com Sua harmonia e beleza. Ao nos criar, o Senhor não colocou a rivalidade como algo incorporado em nós, ou seja, não fomos criadas para isso. Sendo assim, devemos combater esses padrões pecaminosos e lutar todos os dias para desmentir a ideia de que somos naturalmente desunidas. Esse pensamento é pecaminoso e só demonstra a sociedade doente na qual estamos inseridas.

A Bíblia aponta para o exemplo de mulheres que competiram entre si, causando destruição em suas relações. Lia e Raquel (Gênesis 30), esposas de Jacó que brigavam pela atenção do marido e, como Raquel era estéril e Lia tinha muitos filhos, isso acabou gerando uma competição doentia entre elas, que afetou o bem-estar de toda a família.

Também podemos citar o exemplo de Sara e Agar (Gênesis 16), que começaram a competir pois Agar, serva de Sara, havia concebido um filho Abraão; além de Ana e Penina (1 Samuel 1), relatando a Palavra que Penina era rival de Ana e a provocava por conta da sua fertilidade, enquanto a outra era estéril.

Ao mesmo tempo, vemos exemplos de união como Rute e Noemi. As duas estavam em uma situação de vulnerabilidade, eram mulheres e viúvas, mas elas decidiram se ajudar. Da mesma forma que Rute ficou ao lado da sua sogra e a acompanhou em seus momentos difíceis, Noemi incentivou sua nora a vencer os desafios e a crescer.

Elas se apoiaram e juntas conseguiram superar o luto, as dificuldades e os julgamentos. Elas sofreram juntas e, ao final, se alegraram na presença do Senhor, sendo um grande exemplo de como a união entre as mulheres pode ser impactante e transformadora.

Diante de tudo isso, precisamos incentivar a união feminina, nos desafiando dia após dia a levantar outras mulheres, elogiá-las e fazê-las crescer. Precisamos desenvolver a compreensão de que a vitória de uma mulher não significa a sua derrota; elogiar e incentivar suas amigas não te faz retroceder; impulsionar uma colega não te puxa para baixo. Portanto, precisamos caminhar de mãos dadas e tornar o mundo um lugar mais leve para nós mesmas e para as demais portadoras da imagem e semelhança Divina.



Foto: Arquivo Pessoal

**Por Alana Carla**  
Teóloga, Bacharel em Direito, Mestra e doutoranda em Ciências das Religiões. Atualmente desenvolve o seu ministério com mulheres de todas as idades nas redes sociais (@alanacarla) e trabalha como professora de Teologia e feminilidade bíblica na internet.



# ENTREVISTA

VIDA ATIVA NA TERCEIRA IDADE

Por Jéssica Lima

Você imagina que a “vida depois dos 60” é sinal de repouso e dores nas articulações? Essa ainda é a imagem que muitos possuem quando pensam na terceira idade. No entanto, bons profissionais de saúde comprovam que é possível, com acompanhamento e informação, manter uma rotina constante de exercícios físicos. Além disso, estar em movimento é sinal de bem-estar e vigor, não importa a idade! Confira a seguir a entrevista exclusiva com o fisioterapeuta e osteopata, Diego Ribeiro.

## Como uma vida ativa contribui para a saúde e bem-estar da pessoa idosa?

Precisamos entender que o exercício físico é fundamental em todas as fases de nossas vidas. Quando voltamos o nosso olhar para a pessoa idosa, podemos pontuar inúmeros benefícios de uma vida ativa. Entre eles, o desenvolvimento da autonomia, o que possibilita a maior liberdade para realizar as tarefas diárias em seu cotidiano, melhorando sua disposição, e até mesmo, seu olhar na forma de encarar a vida.

## O que explica as mudanças mais significativas no processo do envelhecimento, no ponto de vista de impactos no organismo?

Com o processo de envelhecimento, é comum desenvolvermos uma perda de massa muscular, e consequentemente, outros problemas podem ser desencadeados. Um exemplo é a diminuição da força muscular, o que pode interferir diretamente no aumento das quedas. Outros podem apresentar dificuldades em executar atividades simples do dia-a-dia.

## Para aqueles que apresentam alguma limitação como problemas ortopédicos, quais indicações costumam ser boas opções?

Toda atividade bem assistida, bem orientada, com progresso gradativo e que respeite os limites de cada paciente pode ser eficiente. Hoje, de acordo com a minha experiência clínica e prática, posso dizer que não existem limitações. Isso porque vai depender da disposição de cada paciente e de um bom acompanhamento profissional. Exercícios de musculação, Pilates, hidroterapia e exercícios cardiorrespiratórios são todos indicados, sempre respeitando as individualidades e limitações, com o objetivo de buscar sempre a evolução do paciente.

## Existem mitos sobre a prática de exercícios físicos na terceira idade? Se sim, quais?

Diariamente, atendo pacientes com problemas relacionados a coluna, e que muitas vezes são orientados a permanecerem em repouso. É muito comum ouvirmos dos pacientes que eles foram orientados a não realizarem agachamentos nos seus programas de exercícios. Mas, o simples movimento que fazem para sentar em uma cadeira ou no sofá, é um agachamento. Assim, o exercício servirá como um facilitador para a execução desses movimentos no cotidiano. Quando um paciente aceita essa condição de permanecer em repouso, a possibilidade de piorar o quadro clínico é maior e a recuperação pode ser mais lenta também.

## Isso também vale para casos onde um desgaste já foi diagnosticado?

É muito comum que em casos de pacientes com desgaste da cartilagem articular, como as artroses,

quando ficam em repouso desenvolvem mais fraqueza muscular e as dores nas articulações podem intensificar. O segredo é manter o corpo em movimento, e sempre buscar fortalecê-lo. Se você é idoso, e já ouviu que não pode realizar exercícios físicos por apresentar alguma patologia, tente mudar a forma de enxergar a sua situação. Sim, você pode realizar exercícios físicos. Lembre-se: movimento é vida!

## Qual deve ser o mínimo de atividade realizada?

Sempre oriento meus pacientes a manter o corpo em atividade diariamente, pois não estamos trabalhando apenas a parte muscular ou as articulações, mas também os órgãos internos, que estão sendo estimulados e precisam do movimento para melhorarem as suas funções. Mas, pensando em “estímulo musculoesquelético”, pelo menos 3 vezes durante a semana.

## Pela sua experiência, idosos costumam notar melhora na disposição e na própria saúde mental?

Sim, não somente os idosos, mas principalmente os familiares e acompanhantes. Muitas vezes, a disposição melhora ao ponto de querer voltar a fazer passeios, reunir com a família e até fazerem viagens.

## Para quem deseja abandonar o sedentarismo, qual pode ser o primeiro passo?

Quando se está sedentário, muitas vezes o corpo já está em sofrimento, então, é importante buscar qualquer atividade que dará um estímulo para seu corpo, o que é um bom passo. Procure um profissional da área de Educação Física ou um Fisioterapeuta que possa te ajudar, e assim, fazer a diferença em sua vida.

# UM DEDO DE TEOLOGIA A CURA DO CEGO BARTIMEU

*“E eis que dois cegos, assentados junto do caminho, ouvindo que Jesus passava, clamaram, dizendo: Senhor, Filho de Davi, tem misericórdia de nós! E a multidão os repreendia, para que se calassem; eles, porém, cada vez clamavam mais, dizendo: Senhor, Filho de Davi, tem misericórdia de nós! E Jesus, parando, chamou-os, e disse: Que quereis que vos faça? Disseram-lhe eles: Senhor, que os nossos olhos sejam abertos. Então Jesus, movido de íntima compaixão, tocou-lhes nos olhos, e logo seus olhos viram; e eles o seguiram”.* (Mateus 20:30-34).

A passagem do cego Bartimeu, que era filho de Timeu, aparece descrita na Bíblia nos Evangelhos de Mateus, Lucas e Marcos. Nesses textos, é interessante observarmos as diferenças ao trazerem informações. Lucas, por exemplo, menciona dois cegos, Mateus fala sobre “saindo de Jericó” e Marcos, “chegando a Jericó”.

Isso acontece por se tratar de livros sinópticos, onde temos um mesmo fato descrito e narrado por autores diferentes. Desse modo, entende-se que há aspectos individuais e culturais envolvidos pelos autores na descrição e citação de pessoas. Além disso, também há diferenças em relação à posição geográfica da cidade de Jericó, uma vez que a mesma já tinha sido invadida e por isso, foi construída e reconstruída em locais diferentes.

No entanto, mesmo com a diversidade de informações, não temos divergências na mensagem principal do texto. É como se tivéssemos três pessoas vendo um vaso de flores em uma sala e descrevendo-o de formas distintas, segundo o ponto de onde cada um está na sala. Contudo, os relatos não deixarão de ser uma descrição fiel de um vaso de

flores.

Sendo assim, gostaria de apontar um “dedo” nessa história teológica e destacar a pergunta de Jesus ao cego Bartimeu, que tanto clamava por seu nome e por misericórdia. Disse Jesus: “O que queres que eu te faça?”. É estranho ouvir esse questionamento, uma vez que o “autor de grandes milagres” se deparou com um cego que pedia esmola. Com certeza, nessa situação, o primeiro pensamento é a cura do tal cego. Porém, mesmo estando clara tal circunstância, a pergunta de Jesus vai além.

Nessa história, chamo a sua atenção para algo: o respeito ao livre arbítrio. Jesus não era invasivo e com certeza iria respeitar o pedido do cego, ainda que fosse algo que atendesse somente a necessidade momentânea, como por exemplo dinheiro, comida, etc. Sem dúvida, Bartimeu enfrentava muitos problemas imediatos, pois tinha perdido o seu sustento e era, portanto, pedinte, e não tinha outra fonte de renda. Além disso, ele enfrentava constrangimentos ao ter que explicar para os fariseus tudo o que ocorrera com ele. Outro aspecto interessante sobre Bartimeu é a compreensão dele que, mesmo sem ver, ele sabia que estava diante de Cristo e sabia também o que Jesus era capaz de fazer. Por esse motivo, tal posicionamento levou o cego a ser claro em sua resposta diante do Mestre.

Assim, tratava-se, portanto, não somente de um milagre para voltar a enxergar o mundo, mas também de ser salvo e liberto das trevas. Infelizmente, muitas pessoas hoje em dia não estão prontas para receber a verdadeira liberdade do Evangelho e o tal milagre. O fato é que o milagre, a cura e a liberdade sempre tem um preço, e nesse sentido,

pressupõe uma vida fora da zona de conforto, que inclui o enfrentamento de medos e o reconhecimento de Cristo como Senhor e Salvador, sendo assim obedientes a Ele e a Sua Palavra.

O cego Bartimeu foi curado e com isso toda a sua vida foi transformada. Hoje, pense na pergunta de Jesus: você realmente está disposto (a) a ter sua vida transformada pelo Evangelho, ou deseja apenas um socorro no momento oportuno? Portanto: o que você quer realmente que Jesus faça por você?

Meu desejo é que o seu encontro com Jesus venha gerar transformação em todas as áreas da sua vida, e que o Senhor te abençoe de forma extraordinária, hoje e sempre.



Foto: Arquivo Pessoal

**Por Rogério Coutinho**  
Pastor na Igreja Batista Renascer  
Criador do método Conexão 5x15  
@rogerioacoutinho



# A PORTA ESTÁ ABERTA!

A vida é uma caixinha de surpresas... Hoje uma conquista, amanhã uma enorme tristeza, mês que vem um luto e no final do ano, uma promoção. Quantos acontecimentos, um sobe e desce de sentimentos e emoções. Assim somos nós, os seres humanos, e é nessas ocasiões que nós vemos uma desregulação emocional das pessoas e com isso, surgem as dores emocionais.

A verdade é que nenhum de nós está imune de enfrentar situações desafiadoras na jornada da vida. Mas, e quando isso acontece, o que fazer?

Por um longo tempo, não se fazia nada. Sim, nada! Isso adoeceu pessoas, e era como jogar a sujeira pra debaixo do tapete, sabe? A dor, o problema, a ferida aberta estavam ali, mas não eram tratados. As síndromes, os transtornos e as crises emocionais não são descobertas recentes, mas ganharam um lugar de destaque quando a situação se espalhou pelo mundo e assim, as doenças psíquicas/emocionais vieram parar nas redes de TVs, nas capas de revistas e na internet.

Agora, que famosos e anônimos foram acometidos pelos males das emoções, tais conceitos ganharam popularidade e passaram a serem reconhecidos como doenças incapacitantes. Analise a si mesmo por um instante: como você reagiu na sua última dor emocional?

- a) Negou a dor;
- b) Aconselhou-se com amigos, familiares ou pastor;
- c) Procurou ajuda profissional;
- d) Esperou a dor passar com o tempo.

De fato, existem caminhos, e escolher o melhor para si é uma opção oferecida a cada um de nós. Mas hoje, quero trazer aqui algo que se faz necessário pensar. Pedir ajuda, tratar-se e reconhecer que sozinho não é possível, é antes de tudo, uma atitude de coragem e não de fraqueza, como muitos pensam. Abrir mão da autossuficiência revela uma atitude de força; estratégia para vencer e necessária para sair da zona de conforto, ainda que esta seja da doença ou da dor.

Sim, porque até com a dor e o sofrimento nos acostumamos. Acredite, ficar como se está é mais cômodo, menos expositivo e até mais controlável, porém, é o caminho para a permanência de dias penosos e difíceis. A promessa para nós é de vida, e vida com abundância (João 10:10).

Interessante que Jesus, o Cristo, nos advertiu em João 16:33, que nesse mundo teríamos aflições, mas que deveríamos ter bom ânimo, pois Ele venceu. E por ser vencedor, Ele possui pessoas, vidas e profissionais que são verdadeiros instrumentos de cura para o doente e que ajudam o caído a se levantar. Se hoje você se encontra nessa condição, lembre-se, a PORTA ESTÁ ABERTA! Leia Mateus 7:7 - "Peçam, e será dado; busquem, e encontrarão; batam, e a porta será aberta". Assim, qual sua necessidade? De um profissional capacitado para te ajudar? Peça e receberá direção e ajuda, mas não se conforme em permanecer no problema.

Na Igreja Batista Renascer, contamos com um serviço de qualidade, oferecido pelo Instituto Renascer Saúde. Temos profissionais em Psicologia que oferecem Psicoterapia

para adolescentes e adultos, membros da Igreja ou comunidade, a preços sociais. Ficou interessado? Siga as instruções:

- Preencha uma ficha de inscrição contendo seus dados pessoais na recepção da igreja ou pelo site (batistarenascer.com).

- Agora, é só aguardar que um profissional do nosso time entrará em contato para agendar seu atendimento psicológico, assim que houver vaga disponível para o dia e horário que você preencheu na ficha.

- Ao ter seu horário agendado, basta comparecer e ser atendido.

Cuide-se e acredite: há uma porta para você! Entre e fique a vontade! Vamos cuidar de você.

Obs: No Instituto Renascer Saúde, também oferecemos Atendimento Nutricional. Para agendamento, siga as instruções acima citadas.

Foto: Gabrielle Meschini



**Por Rúbia Batista**

Psicóloga com atuação na área clínica, Pós-graduada em Terapia Cognitiva Comportamental e Gestão de Pessoas e Organizações. Atua como Coordenadora do Instituto Renascer Saúde. @psicologarubiabatista





## COMUNIDADE

# ESPERANÇA VERDADEIRA: RENASCER KIDS ORGANIZA RETIRO PARA AS CRIANÇAS

Por Jéssica Lima

No final deste mês, no dia 28 de julho, as crianças da Batista Renascer estarão reunidas no Retiro Kids, uma programação muito especial planejada pelo Ministério Infantil. O evento acontece todos os anos durante as férias, e dessa vez, terá como tema o sentido da verdadeira esperança que encontramos em Cristo.

“Estamos preparando com muito carinho, um dia especial com muita diversão e brincadeira, é claro, afinal é para crianças, porém o objetivo principal é de ministrar a Palavra de Deus ao coração de seus filhos e ensiná-los a adorarem ao Senhor”, conta a Pastora Valéria Faria, líder do ministério.

Para que a adoração seja vista como um estilo de vida ainda na infância, os integrantes do ministério IBR Music serão os responsáveis pelo momento de louvor e adoração. Segundo a professora Valéria, a inscrição para o retiro representa mais do que um convite para uma tarde de alegrias e brincadeiras, mas um investimento no futuro espiritual e emocional dos pequeninos.

### Um chamado

Por que falar sobre esperança? Nas Escrituras, a palavra aparece ao lado do amor e da fé como exemplos das três coisas que “permanecem acima de tudo” (leia I Coríntios 13). Assim,

a pastora explica que a escolha do tema se tornou clara após um período de oração envolvendo a equipe de pastores.

“Estamos vivendo tempos difíceis, e as crianças absorvem tudo que acontece ao seu redor, gerando insegurança, medo e ansiedade. É importante que elas entendam que Jesus é a nossa esperança, que Deus tem o controle de todas as coisas, e que Ele cuida de nós o tempo todo”, afirma.

Além disso, de acordo com ela, a própria Palavra estabelece como princípio que pais e mães invistam na formação espiritual de seus filhos desde a infância. Para a pastora, é no início da vida que muitas lições são aprendidas. “O texto de Provérbios diz tudo, é uma afirmação, de que somente a Palavra de Deus dará direção correta à vida dos nossos filhos”, relembra Valéria.

### Conexões

“A amizade é muito importante na vida das pessoas. Uma boa amizade proporciona memórias, afeto e momentos prazerosos”, define a Pastora Valéria. “A convivência com outras crianças ajuda na forma de pensar, de resolver problemas e o Retiro Kids é uma ótima oportunidade para construir novas amizades”, completa.

Atualmente, cerca de 200 crianças participam das atividades fixas do ministério. Entre elas, estão as aulas que acontecem de forma simultânea à programação de cultos da igreja, a Escola Bíblica Dominical, Clube de Leitura e Cultos Kids.

Para mais informações sobre as atividades, entre em contato com a liderança do Ministério Infantil.



## VIVA BEM

# NO LIMITE!

O mundo atual tem levado as pessoas ao limite. Além disso, geralmente ainda não sabem reconhecer o seu próprio limite ou não têm habilidades para colocar limites em si mesmo e nos outros. Tudo isso gera uma cadeia de problemas na saúde, no trabalho e nos relacionamentos, o que pode desencadear alguns transtornos psicológicos, como por exemplo a depressão, ansiedade, Síndrome de Burnout, entre outras. Deus nos fez trinos, assim como Ele. Somos corpo, alma e espírito. Com isso, o que afeta uma área, também afeta a outra. Do mesmo modo, quando a saúde emocional e mental não está bem, o corpo também sente! Na depressão, por exemplo, além dos sintomas emocionais, o corpo todo fica inflamado, o que leva a pessoa a sentir dores físicas, cansaço excessivo e falta de forças físicas e emocional, perda de memória, dificuldade de concentração, o que pode gerar uma confusão e engano, levando a pessoa a acreditar que está doente no corpo apenas, sendo que na verdade, a origem é emocional. Na ansiedade, a pessoa sente palpitações, dor de cabeça, sudorese,

dores no peito, membros formigando, pressão alta, entre outros sintomas, o que faz com que a pessoa acredite que está tendo um infarto. Na Síndrome de Burnout, existe um cansaço mental e físico excessivo. Dores musculares, distúrbios respiratórios, disfunção sexual, alterações hormonais, insônia, falta de concentração, pressão alta, apatia.

Esses são alguns dos sintomas físicos que os transtornos emocionais causam, por isso é importante observar-se, conhecer-se, identificar quando algo não vai bem e procurar ajuda prontamente. É importante também identificar a causa do sofrimento e aprender a lidar, enfrentar ou, muitas vezes, a selecionar o que realmente é importante e essencial na sua vida. Não dá pra ter ou fazer tudo de uma vez, é preciso estabelecer limites!

Não negligencie a sua saúde física, mental e espiritual. Quando a alma sofre, o corpo adocece e o espírito enfraquece. Cuide de você, para que possa viver o melhor de Deus para a sua vida e família. Não seja escravo das suas convicções e preconceitos. Não assumo o risco de

viver no limite! O preço é muito alto e você pode ter perdas irreparáveis.

Se você se identificou com os sintomas, procure um médico, mas também procure um psicólogo para cuidar de você de forma completa. Você merece viver de forma leve e saudável, no corpo, na alma e espírito.



Foto: Arquivo Pessoal

**Por Alline S. Pimentel Barcellos**  
CRP09/4806  
Psicóloga, Psicoterapeuta,  
Especialista em Gestão  
das emoções para mulheres,  
casais e famílias.  
Presbítera na Igreja Fonte da Vida  
Contatos: (62) 9.8516-6842  
@allinebarcellospsicologa



## PALAVRA PASTORAL

## A ESPERA DE SARA

Nessa edição da Revista Renascer, gostaria de abordar sobre o processo das promessas do Senhor. Como filhos de Deus, precisamos entender que existe uma caminhada entre a realização da promessa e o seu cumprimento. Infelizmente, muitos se perdem no meio do processo, por não saber esperar do modo correto, e com isso entregam os pontos.

Nesse sentido, muitos questionam sobre o não cumprimento de uma promessa, como se o erro estivesse em Deus, quando, na realidade, o problema está no ser humano. Para nos aprofundarmos mais sobre o exercício da espera, quero compartilhar algumas lições que aprendemos com Sara, a esposa de Abraão e serva do Senhor.

Primeiro, com a sua história, vemos o quanto a espera pode ser árdua. Isso você bem sabe, afinal, esperar não é uma tarefa fácil. Como você reage quando a notícia que você tanto esperava não chega no tempo previsto? A nossa expressão se torna triste e abatida. Caro leitor, eu acredito que muitos desanimam porque vivem apenas com os olhos naturais. Assim, são incapazes de enxergar com o espírito. O resultado é o desânimo e uma visão limitada do que vivem.

Na história de Sara, vemos que em um momento de desesperança, ela age de maneira equivocada. Acreditando que não haveria outro modo de Abraão ter uma descendência, ela autoriza com que a sua serva se deite com o seu marido, ato que foi responsável por gerar a vida de Ismael. Quantos de nós não agimos do mesmo modo? Por achar que Deus está demorando ou que está, no mínimo, atrasado, agimos por nós mesmos. O resultado é que entramos em desespero e em grandes conflitos.

Confiar em Deus é mais do que acreditar, é estar pronto para qualquer situação. Apenas com esse entendimento é que teremos um nível mais profundo de relacionamento com o Senhor.

Além disso, nos tempos de Sara, a maior realização de uma mulher era ser mãe. Sendo assim, quanto mais filhos, mais a mulher seria valorizada. Agora, imagine a posição em que ela se encontrava. O nome de seu marido, Abraão, significava simplesmente "pai de multidões". Certamente não era nada fácil esperar pela realização dessa promessa. Sara conviveu décadas com a dor da espera, mas ao olharmos para ela, aprendemos que dores antigas podem ser curadas. Ainda hoje, costumo sempre repetir que as Escrituras irão "funcionar" à medida que você crê no que ali está escrito. Se olharmos meramente com os nossos olhos humanos, sabemos que provavelmente ninguém esperava que Sara, já com 90 anos, seria capaz de gerar uma criança. O que isso nos ensina hoje? Viver com Deus é mesmo uma loucura! Desse modo, é esperar que coisas aconteçam "do nada", mesmo na ausência de explicações lógicas ou mais prováveis.

Quero finalizar essa Palavra Pastoral com uma frase: você não conseguirá acertar um alvo se não puder enxergá-lo. O que isso diz sobre o tema da espera? O trabalho do inimigo é encher a sua mente com incredulidade. Assim, você se torna incapaz de criar imagens do que deseja contemplar em seu futuro. O Senhor nos dotou com uma capacidade espetacular de imaginarmos e de sonharmos, por isso, não perca tempo dando espaço para as dúvidas.

Há muitos anos atrás, eu só tinha a imagem do que seria a igreja que eu e minha família estaríamos. No

começo, contava apenas com uma promessa do Senhor, poucas pessoas para nos ajudar e em mãos, a chave da imobiliária. Hoje, vejo que grandes coisas o Senhor tem feito por nós e pela Igreja Batista Renascer.

Veja o que está escrito em Salmos: "Sustenta-me, segundo a tua promessa, e eu viverei; não permitas que se frustrem as minhas esperanças" (Salmos 119:116). Portanto, podemos nos apegar firmemente à esperança que encontramos no Senhor.

Assim como Abraão, Sara também teve seu nome mudado. Antes, era conhecida como Sarai. Na Bíblia, toda mudança de nome envolve maturidade e relacionamento com o Senhor. Com isso, vemos que a promessa — o filho — somente foi entregue a esse casal quando ambos estavam maduros, conectados ao Senhor e em um novo nível de fé.

E você, está disposto a esperar o tempo certo de Deus? O meu conselho é para que aproveite o tempo do processo para aprender e amadurecer a sua fé, pois as promessas d'Ele nunca falham! Deus te abençoe!

Foto: Paulo Rogê



Pastor João Queiroz  
Pastor Presidente da Igreja Batista  
Renascer.





# NOVOS DILEMAS JOGOS NA INFÂNCIA: SEMPRE OS VILOES?

Os jogos eletrônicos têm sido alvo de debate constante quando se trata da infância. Muitos pais preocupam-se com os efeitos negativos que eles podem ter sobre seus filhos, e se perguntam se o melhor a fazer seria aboli-los por completo da vida deles. No entanto, é importante notar que nem todos os jogos são igualmente prejudiciais, e muitos podem ser usados de forma educativa, desde que os limites de uso sejam bem definidos.

Os jogos eletrônicos são muito diferentes. Enquanto alguns podem apresentar conteúdos violentos, outros são projetados para fins educacionais e promovem o desenvolvimento cognitivo. Por isso, os pais devem se familiarizar com as classificações etárias e os conteúdos dos jogos que seus filhos desejam.

Os games projetados para fins educacionais ensinam habilidades para a resolução de problemas, estimulam o pensamento crítico e aumentam a capacidade de colaboração. Quando os pais escolhem jogos adequados para cada faixa etária durante a infância, as experiências interativas proporcionam benefícios cognitivos e sociais para os filhos.

Para que os resultados positivos ocorram, é essencial estabelecer limites claros quanto ao tempo gasto jogando. Além disso, os pais devem se envolver na vida dos filhos e dialogar sobre como estes se comportam em relação

aos jogos, tendo em vista o uso responsável. É importante que as crianças entendam a diferença entre a fantasia e a realidade, para que não tenham prejuízos em seu bem-estar emocional.

Ao contrário do que muitas vezes se pensa, os jogos podem complementar o ensino tradicional e tornar o aprendizado mais envolvente e divertido. Em vez de aboli-los, os pais fazem melhor ao vê-los como objeto de análise e atenção. Portanto, com um equilíbrio saudável entre educação e entretenimento, os jogos se tornam instrumentos valiosos para a formação das crianças.



Foto: Arquivo Pessoal

**Por Renato de Sousa Neto**  
Graduado em Ciências Econômicas e em Matemática. Especialista em Metodologias Ativas de Educação. Professor e Orientador de área em Matemática no Ensino Fundamental e Médio. Pesquisador na linha de Formação de Professores em Ciências, Matemática e Tecnologias.

# PAPO DE HOMEM PREPARADOS PARA O COMBATE



“Precisamos ter consciência situacional da área”, foram as palavras que o Major me disse, logo antes de viajarmos para uma missão de reconhecimento em uma certa região da Amazônia.

Ter consciência situacional foi exatamente o último critério que o Senhor utilizou para selecionar quem lutaria por Israel ao lado de Gideão contra os midianitas. Os Trezentos de Gideão tinham consciência de que viviam em situação de conflito iminente e por isso, não negligenciaram as medidas de segurança da tropa, nem sequer para beber água, pois estavam sempre vigilantes e atentos a qualquer aproximação do inimigo.

Segundo Sun Tzu, “a habilidade de alcançar a vitória mudando e adaptando-se de acordo com o inimigo é chamada de genialidade” (Arte da Guerra). Logo, ignorar o inimigo, num contexto de guerra, seria caminhar a passos largos em direção à derrota, pois a ausência do senso de perigo nos faz baixar a guarda.

Infelizmente, milhares de cristãos nos dias atuais vivem alheios a uma guerra real, reproduzindo o mesmo comportamento dos nove mil e setecentos homens que se tornaram alvos expostos e vulneráveis quando Deus os fez descer às águas para saciarem a sede. A verdade é que em nosso dia-a-dia, muitos de nós ignoram ou desconhecem por completo o inimigo real que busca constantemente nos destruir.

Mas, que guerra seria essa? Quem seria este inimigo tão implacável, que não podemos ignorá-lo nem mesmo nos momentos de descanso? Na primeira carta de Pedro, inspirada pelo Espírito Santo, o apóstolo nos adverte e nos aponta o verdadeiro inimigo dos filhos de Deus, dizendo: “Estejam alertas e vigiem. O Diabo, o inimigo de vocês, anda ao redor como leão, ru-

gindo e procurando a quem possa devorar.” (1 Pedro 5:8).

Nas guerras convencionais que presenciamos na história da humanidade, normalmente entre nações beligerantes há limites bem definidos, movimentos e manobras, planos logísticos e poderes bélicos. No entanto, a nossa guerra é espiritual, com uma luta constante em um território inóspito e temporário, contra forças das trevas, onde a igreja deverá permanecer até que o Senhor Jesus volte para buscar a Sua noiva e resgatá-la desse mundo.

Isso significa que devemos viver com medo e angustiados por possíveis ataques do inimigo? Certamente que não! O próprio Senhor Jesus nos garantiu “Neste mundo vocês terão aflições; contudo, tenham ânimo! Eu venci o mundo” (João 16:33). Nesse sentido, há uma grande diferença em viver com medo e estar preparado para as batalhas que venham a surgir. Então, como se preparar e combater batalhas que são espirituais?

Ao longo dos séculos, a definição de guerra tem evoluído, e novas estratégias e armas foram surgindo conforme o avanço da globalização. Armas empregadas no passado como arcos, lanças e alabardas se tornaram obsoletas e ineficazes nos tempos atuais. O fato é que devemos selecionar as armas certas para uma guerra espiritual, caso contrário, elas terão o mesmo efeito de uma flecha atingindo a fuselagem de uma viatura blindada de combate.

Uma batalha espiritual não é travada com armas naturais, por mais tecnológicas e poderosas que sejam. Afinal, nossa luta não é contra carne, mas contra as forças espirituais, os dominadores deste mundo de trevas, como descreve o Apóstolo Paulo em sua carta aos Efésios. A Palavra do Senhor nos ensina

sobre as armas espirituais e seus poderosos efeitos quando ativadas por meio da fé, no entanto, quero destacar apenas uma que creio ser indispensável em um combate espiritual: a oração!

Segundo Robert Law, “a oração é um instrumento poderoso não para fazer com que a vontade do homem seja feita no céu, mas para fazer com que a vontade de Deus seja feita na Terra”. Quando oramos, reconhecemos que a nossa confiança não está em nossa própria força, mas sim no Senhor dos Exércitos que vai a frente da batalha nos guiando para a vitória.

Por fim, não podemos recorrer a essa poderosa arma somente quando nos vemos em situações de lutas e dificuldades. A oração na vida do cristão precisa ser preventiva e não apenas reativa. Assim, devemos nos colocar em uma posição de vantagem sobre o inimigo, antes mesmo de qualquer ação demoníaca. Desse modo, será possível negar quaisquer vulnerabilidades ao opressor, escapar de suas emboscadas e ataques traiçoeiros. Em cada batalha, podemos nos lembrar: “Os que confiam no Senhor serão como o monte de Sião, que não se abala, mas permanece para sempre”. (Salmos 125:1).



Foto: Arquivo Pessoal

**Por Rafael da Silva Mendes**  
Presbítero da Igreja Batista Renascer - Sede Capitão de Infantaria do Exército Brasileiro



# GRÔNICAS & CONTOS UMA AVENTURA SOBRE OS TRILHOS

T rês da tarde, um dia qualquer do início de dezembro no meio da década de setenta. O trem de ferro apontava apitando entre as casas mais longínquas e quintais com bananeiras e laranjeiras, interrompendo o trânsito de fuscas, carroças e bicicletas. Na plataforma da estação, dez crianças ficavam em alvoroço, uns com os olhos fitos na locomotiva que se aproximava, outros amarrando os cadarços dos sapatos enquanto os mais velhos ajudavam a reunir as sacolas, mochilas e malas para facilitar a entrada no trem. Tudo com gritaria e muita ansiedade pela tão esperada viagem. A mãe tentava controlar a euforia dos pirralhos, com palavras de ordem sobre silêncio, calma e adjetivos não tão carinhosos. Quando o trem estacionava rangendo as rodas e se estendendo ao longo de toda a plataforma, um robusto senhor de meia idade, uniforme surrado e quepe azul parecia uma estátua à porta da composição, recolhendo e ticando os bilhetes com um perfurador de mão. Alguns minutos depois todos estavam acomodados no vagão, depois de disputarem quase a tapas os lugares próximos às janelas. A viagem era uma espécie de prêmio de fim de ano, depois dos conturbados dias de provas finais no grupo escolar. Para a mãe, era um alívio saber que poderia contar com ajuda dos pais na fazenda, quando a meninada seria alimentada por quase dois meses, mesmo tendo

que espalhar os colchões de palha de milho pelo assoalho do casarão. Assim, a trupe se esparramava para dormir depois de cochilar ouvindo histórias na grande cozinha, ao rabo do fogão de lenha, à luz das lamparinas. A viagem de trem era um misto de aventura e fascínio pelas paisagens exuberantes de rios, montanhas e túneis. Quando era o fim da linha, na estação quase à beira do rio com moitas de bambus em suas margens, sempre tinha uma camionete e um sorriso largo à espera. O tio se encarregava de fazer o traslado da meninada que se espremia na carroceria, cantando as canções populares do rádio e gritando cada vez que a estrada oferecia uma lombada leve, que chegava a esfriar a barriga. Era um tempo em que ninguém parecia ter medo de crianças se despencarem pela estrada ou era mesmo o único jeito possível, e era melhor fazer de conta que a preocupação não existia para a mãe aflita dentro da cabine. Nas vezes em que o fim da viagem entrava pela boca da noite, havia uma parada na fazenda do tio, antes do destino final na manhã seguinte. Quantas memórias dos jantares com deliciosas almôndegas e nacos de carne que se desfiavam depois de fritas na gordura que as latas conservavam por meses. Logo, o conforto das camas, os sons da noite e os pedidos esparsos de bênção dos quartos à luz de lampiões, faziam com que tudo parecesse mágico.

Logo seria de manhã, com o sol invadindo as janelas, ao som da orquestra do gado no curral e da passarada em algazarra no vasto quintal. Hora de levantar acampamento, tomar leite fresco com quitandas e ganhar a estrada novamente, para o lugar onde um casal de velhinhos esperava fitando a porteira pelas janelas azuis de madeira, para logo ouvir a algazarra dos cães quando a camionete chegava com a turma cantando eufórica. Deus cuida de tudo pra quem espera n'Ele. Sempre vai haver alguém disposto a ajudar, um sorriso na chegada, uma mão estendida, uma mesa farta, uma boa surpresa, para, no fim das contas, se traduzir em gratidão e louvor ao Seu nome e produzir boas memórias para alimentar a mente, quando o trem da vida precisar de esperança para continuar!



Por Anibal Filho  
Pastor na Igreja Batista Renascer  
@pr.anibalfilho

## Férias de Verdade para sempre



CHÁCARAS

a partir de:  
1.000 m<sup>2</sup>.

Pronto para construir,  
pronto para morar.



Adquira sua chácara  
com ENTRADA  
FACILITADA e  
BENEFÍCIOS pra  
vida toda.

Acesse e saiba mais  
terrasantacidadedolazer.com.br



ONDE VOCÊ ESTÁ indo MELH Jovem?

EU ESTOUI EM BUSCA DO MONTE DO DESCANSO!

VOCÊ PARECE BEM CANSADO. ESSE FARDÃO NÃO ESTÁ PESADO DEMAIS PARA CARREGAR?

ESTÁ SIM, MAS EU PRECISO CARREGÁ-LO ATÉ O MONTE.

DEUS, EU ESTOUI ANSIOSO E PREOCUPADO, MAS QUIERO ENTREGAR ESSE PESO A TI! EU SEI QUE É A SUA BONDADE QUE TEM ME SUSTENTADO ATÉ AQUI, POIS O SENHOR É BOM! DEUS, OBRIGADO POR TUDO!

O MONTE FICA LOGO A FRENTE, MAS SE VOCÊ FOR DEVAGAR PODERÁ SE SURPREENDER COM O QUE VAI ENCONTRAR.

OBRIGADO, SENHOR!

\*NÃO VIVAM PREOCUPADOS COM COISA ALGUMA; EM VEZ DISSO, CREM A DEUS PEQUENO AQUELO QUE PRECISAM E AGRADECENDO-LHE POR TUDO QUE ELE JÁ FEZ\*

Salmos 37:5  
Entrega o teu caminho ao SENHOR, confia n'Ele, e o mais ele fará.

© SENHOR DO DESCANSO POR: Diana Alves - roteiro @dianabunelle Evander Mendonça - arte @evander\_illustram