Milagres

Tu és o Deus que realiza milagres; mostras o Teu poder entre os povos. **Salmo 77:14**

A ferida na perna do homem estava aberta e inchada, com a carne apodrecida até o osso. Dolores respirou fundo e olhou para os olhos suplicantes do homem. O culto evangelístico tinha terminado e muitos se reuniram para pedir oração, mas aquele era o pior caso de doença que Dolores havia visto. Quando ela terminou de orar, um sentimento estranho tomou conta dela.

– Volte amanhã – ela lhe disse.

Dolores foi para casa, mas não conseguia dormir. A imagem da perna do homem voltava à sua memória o tempo inteiro. "Senhor, o que estás tentando me dizer?", ela perguntou.

No dia seguinte, ela encontrou um médico e perguntou o que fazer. Comprou alguns curativos e foi para o culto.

Quando o homem chegou, Dolores limpou sua ferida. Ela percebeu que estava doendo, mas ele não reclamou. A cada duas noites, ela repetia o processo. Quando a conferência evangelística terminou, a ferida estava sarando, e uma camada de pele saudável havia crescido na extremidade.

Por meio de um intérprete, o homem lhe contou que tinha gasto todo seu dinheiro com a perna. Estava quase pronto para desistir e morrer, mas orou e Deus o orientou a ir aos cultos porque ali ele receberia ajuda.

Dolores sentiu lágrimas encherem seus olhos ao perceber o que Deus havia feito. Então pensou consigo mesma: "Às vezes, você ora por milagres; em outras ocasiões, Deus usa você para realizar os milagres!"

#info
Jesus fez um milagre na vida de uma mulher. Quer saber quem era ela? Leia Marcos 5:25-34.

REAJA AGORA!

Olhe a seu redor. Existe alguém que necessita de sua ajuda de alguma maneira? Não espere! Comece a fazer alguma coisa agora mesmo e talvez Deus opere um milagre por meio de você.

Feridas do coração

Mas Ele foi traspassado por causa das nossas transgressões, foi esmagado por causa de nossas iniquidades; o castigo que nos trouxe paz estava sobre Ele, e pelas Suas feridas fomos curados. **Isaías 53:5**

Cauã ficou chocado ao ver os cortes no braço de Mari.

– O que aconteceu? – ele perguntou.

Mari se apressou para cobrir os machucados com a manga da blusa, visivelmente chateada porque Cauã havia notado.

– Nada – murmurou ela.

Cauã olhou bem no fundo dos olhos da amiga.

– Fui eu que fiz isso em mim mesma, ok? – disse ela, começando a chorar. – Não quero que ninguém saiba. Por favor, Cauã! E pare de me olhar desse jeito. Você não faz ideia de como é ser eu.

Cauã não sabia o que dizer. Mari olhava para o nada.

– Às vezes, dói dentro de mim. É tão intenso que não consigo suportar. É por isso que eu fiz isso. Por favor, não me julgue – Mari voltou a olhar para Cauã. – Meu padrasto é muito controlador. Não consigo nem pensar no que aconteceria se ele descobrisse.

Cauã passou a ajudar Mari a vencer seus problemas.

As pessoas que se ferem estão passando por angústia emocional profunda. Necessitam se sentir amadas, ouvidas e aceitas a fim de conseguirem falar sobre o que lhes causa sofrimento. Se você conhece alguém que está se cortando, seja um amigo que sabe ouvir e incentive o outro a conversar com alguém em quem confia sobre a dor que está vivenciando. E o mais importante: ore pedindo a intervenção divina. É Ele quem cura todas as feridas, por dentro e por fora.

REAJA AGORA!

Que textos bíblicos você poderia usar para encorajar alguém que está sofrendo com uma dor emocional profunda? Escreva-os aqui:

_____

_____

_____

Compartilhe esses textos com alguém que esteja com o coração ferido.

#info
A esperança é algo muito poderoso! De acordo com os pesquisadores Zubieta e Stohler, a esperança usa os mesmos caminhos químicos no cérebro que os analgésicos e pode reduzir a dor, melhorar a saúde e o bem-estar.

"Estou com você"

Mas eu, quando estiver com medo, confiarei em Ti.
Salmo 56:3

Quando Jean acordou, seu coração estava acelerado dentro da caixa torácica e sua garganta estava seca. Embora o pesadelo tivesse acabado, sua pele formigava com as gotículas de suor. Ele sentia muito medo e não conseguia se controlar.

Vencendo seus instintos, Jean se assentou devagar e colocou os pés no chão. Então se levantou, andou sobre o carpete escuro para ligar a luz e pegar a Bíblia. Abriu em uma página marcada e leu: "Por isso não tema, pois estou com você; não tenha medo, pois sou o seu Deus. Eu o fortalecerei e o ajudarei; Eu o segurarei com a Minha mão direita vitoriosa" (Isaías 41:10). Ele leu o texto uma, duas, três vezes! E, quanto mais lia, menos medo sentia. Aliás, quando ele apagou as luzes e voltou para a cama, sentia que Deus estava bem perto e pronto para protegê-lo.

Na manhã seguinte, contou ao pai sobre a experiência que tivera.

– Jean – disse o pai com os olhos brilhando –, você viveu uma experiência linda com a Palavra de Deus!

Jean se assentou, sorrindo à medida que se dava conta de toda a situação. Lembrou-se do quanto foi bom sentir paz por meio da leitura da Bíblia.

– Acho que descobri o segredo para espantar o medo – Jean falou e deu uma piscadinha para o pai.

#info
A Bíblia foi o primeiro livro impresso no mundo e também é o mais distribuído.

ORAR + LER A BÍBLIA = **VENCER**

REAJA AGORA!

Você já usou versos da Bíblia para combater o medo ou outras experiências negativas? A leitura da Bíblia aproxima você de Deus, traz paz e espanta o medo.

O que você pode dar?

O generoso prosperará; quem dá alívio aos outros, alívio receberá.
Provérbios 11:25

Harvard é a universidade mais antiga e (provavelmente) a mais influente dos Estados Unidos. É famosa no mundo inteiro, com uma longa herança de excelência educacional. Muitas pessoas notáveis estudaram em Harvard, inclusive seis presidentes dos Estados Unidos e vários ganhadores do prêmio Nobel. Harvard é uma das instituições mais ricas de ensino superior do mundo. Mas você sabia que tudo começou com apenas nove alunos e um professor?

A situação mudou com um presente generoso. Quando o ministro de Charlestown, Massachusetts, morreu em 14 de setembro de 1638, aos 31 anos de idade, deixou sua biblioteca e metade de seus bens para a faculdade recém-fundada. Em homenagem a ele, a instituição recebeu seu nome. Ele se chamava John Harvard.

Caso não fosse por sua doação generosa para algo com que ele se importava, provavelmente ninguém se lembraria do nome de John Harvard. Hoje, o nome dele é praticamente sinônimo do que lhe era mais importante: educação.

Com o que você realmente se importa? É algo que pode ser valioso para sua família, igreja ou comunidade? Ninguém é jovem demais para contribuir com tempo, dinheiro, oração ou ideias para algo que seja importante. Vá em frente. Faça a diferença.

#info
A biblioteca da Universidade Harvard tem o segundo maior acervo dos Estados Unidos. Com mais de 14,6 milhões de livros, só fica atrás da Biblioteca do Congresso.

REAJA AGORA!

Você acredita que realmente é melhor dar do que receber? Já viveu alguma experiência em que isso aconteceu? Compartilhe seus dons, tempo, talento, recursos ou qualquer outra coisa. **AFINAL...**

Muito útil

Toda a Escritura é inspirada por Deus e útil para o ensino, para a repreensão, para a correção e para a instrução na justiça, para que o homem de Deus seja apto e plenamente preparado para toda boa obra. **2 Timóteo 3:16, 17**

– Com quem os filhos de Adão se casaram? – Ana perguntou à professora de Religião depois da aula.

Pega de surpresa, a professora Cléo pediu a Ana que repetisse a pergunta.

– O que eu quero saber é: como não havia outras famílias na Terra com filhas para Caim e Sete se casarem, eles acabaram se casando com quem?

A professora Cléo sorriu.

– Você está certa! Não havia outras famílias na Terra. Deus só havia criado Adão e Eva. Mas o primeiro casal teve muitos filhos, que, depois de um tempo, casaram-se entre si.

Ana franziu a testa.

– Mas como você sabe disso? Eu achava que Adão e Eva só tinham gerado Caim, Abel e Sete. Não sabia que eles tiveram filhas.

A professora Cléo pegou a Bíblia.

– Vejamos o que está escrito aqui.

Ao abrir no capítulo 5 de Gênesis, marcou com o dedo indicador o verso 4 e leu:

– "Depois que gerou Sete, Adão viveu 800 anos e gerou outros filhos e filhas."

Em seguida, entregou a Bíblia nas mãos de Ana, para que a aluna pudesse ler por conta própria.

Ana devolveu a Bíblia para a professora com um sorriso.

– Que legal! Acho que é por isso que gosto tanto desta aula! Sempre encontramos as respostas na Bíblia.

#info

Adão tinha 687 anos quando, na oitava geração da humanidade, Matusalém nasceu. Matusalém pode ter passado 243 anos com Adão. Noé nasceu 126 anos após a morte de Adão, mas é possível que seu avô Matusalém contasse histórias que havia escutado de Adão.

REAJA AGORA!

A Bíblia é uma fonte de informações e mensagens importantes. Nela você pode encontrar respostas para muitas de suas perguntas. Ela é muito útil! Mas o melhor de tudo é que a leitura da Bíblia aproxima você de Deus. Você costuma ler a Bíblia diariamente? Se a resposta é não, que tal começar um plano de leitura da Bíblia? Você descobrirá coisas incríveis e vai perceber o quanto a Palavra de Deus pode mudar sua vida.

Pode ser um capítulo por dia.

Escolhas

Como é feliz o homem que acha a sabedoria, o homem que obtém entendimento. **Provérbios 3:13**

Liz colocou a avaliação de Ciências na mesa do professor.

Ele pegou a prova, analisou e disse:

– A última resposta está errada. Quer mais uma oportunidade?

Liz movimentou a cabeça de um lado para o outro, balançando o cabelo castanho e saiu da sala bem mais cedo que seus colegas. Os outros alunos do sétimo ano não saíram tão depressa. E quando receberam uma segunda, terceira e até quarta chance para refazer a resposta que haviam errado, voltaram para a carteira a fim de repensar.

No dia seguinte, quando as provas foram entregues, Liz descobriu que havia tirado a nota mais baixa da sala.

– Não é justo! – ela dizia para todos que encontrava. – O professor deveria ter insistido um pouco mais comigo.

– O que você escolheu fazer? – a mãe de Liz perguntou, lembrando-a de sua decisão anterior. – Já conversamos sobre isso. Cada escolha que fazemos tem consequências. Não adianta tentar culpar outras pessoas por suas escolhas.

Liz olhou para a mãe. Ela já havia escutado isso antes, mas foi a primeira vez que se sentiu tão mal por ter escolhido o caminho mais fácil.

Enquanto fazia alguns exercícios na aula de Ciências do dia seguinte, Liz ficou com dúvida em algumas perguntas. Sentiu vontade de pular essa parte, mas se lembrou do que havia acontecido da última vez que tinha tomado essa decisão. Então levantou a mão e esperou até receber ajuda.

#info

Seu cérebro é surpreendente. É tão singular quanto sua impressão digital. Ele usa quase um quarto da energia que vem de seu consumo diário de alimentos e pesa quase um quilo.

REAJA AGORA!

Que decisões você vai tomar hoje e quais são as possíveis consequências? Decidir nem sempre é fácil. Ao longo do dia temos que fazer escolhas que podem ser negativas ou positivas. Por isso, solicitar a orientação de Deus é fundamental. Ele está disposto a dar sabedoria para quem pede. Então, é melhor pedir ajuda do que se arrepender depois, você não acha?

Pilha de ossos

O Deus que fez o mundo e tudo o que nele há é o Senhor dos céus e da terra. **Atos 17:24**

Houve uma época em que o rio passou por uma tremenda inundação – explicou o guia do parque nacional. – As águas transbordaram e correram pela terra. A correnteza levou animais vivos e mortos, lançando-os água abaixo até chegarem ao local onde agora podem ser encontrados.

Davi cutucou o irmão mais velho na costela.

– Será que contamos para ele o que realmente aconteceu?

Daniel balançou a cabeça e sussurrou:

– Até poderíamos, mas ele não acreditaria.

– Mas a história do guia não faz tanto sentido quanto o relato bíblico sobre o dilúvio – Davi sussurrou de volta.

Após a palestra, os garotos caminharam até o muro de ossos de dinossauros enterrados. Os fósseis formavam uma pilha mais alta do que eles, aparecendo de todos os ângulos. Alguns ossos eram maiores do que os meninos.

– Aquele osso fazia parte da perna de um dinossauro desconhecido – Davi leu. – Uau! – acrescentou. – Qualquer que fosse a espécie, era enorme!

– Espero que haja dinossauros no Céu – disse Daniel, passando os dedos pelo gigantesco osso. – Eu realmente gostaria de ver como eles eram.

– Eu também! – Davi concordou. – Eles eram incríveis! Mas, se tiver dinossauros no Céu, espero que eu cresça bastante.

Ele sorriu ao pensar nisso, enquanto explorava a antiga pilha de ossos.

REAJA AGORA!

Deus é o criador da vida. O verso de hoje nos mostra que Ele fez o mundo e tudo o que nele existe. Apesar de não termos respostas para todas as dúvidas em relação aos dinossauros, sabemos que Deus tinha um propósito ao criar esses animais e ao permitir a extinção deles. Com certeza, o Céu será um lugar de muitas descobertas incríveis! Teremos contato com animais diferentes.

Mas, fique tranquilo! Todos serão mansos, ok? Enquanto não chegamos ao Céu, que tal pesquisar um pouco mais sobre os dinossauros e sua origem? Se alguém perguntasse para você sobre os dinossauros e o dilúvio, o que você responderia?

{Isaías 65:25}

#info

Apesar de ter aproximadamente 9 metros de comprimento, o estegossauro tinha um cérebro do tamanho de uma noz.

Missionários adolescentes

Quanto aos nossos, que aprendam a dedicar-se à prática de boas obras, a fim de que supram as necessidades diárias e não sejam improdutivos. **Tito 3:14**

O ar quente e úmido fez Adam pingar de suor assim que desceu do avião. Ao olhar em volta, contemplou um mundo totalmente diferente das montanhas de neve e árvores desfolhadas que havia deixado para trás. Ali o sol brilhava intensamente sobre palmeiras verdes, a terra marrom e os prédios pintados em cores vivas.

– Ei, Adam! – chamou sua amiga Beatriz. – Venha para cá!

Adam se uniu ao grupo de desbravadores, que escutava as instruções do líder. A missão deles seria passar duas semanas ajudando os médicos e enfermeiros visitantes nas clínicas que montariam em várias vilas pequenas.

No fim de cada dia, o corpo de Adam doía de tanto ir de um lado para o outro, buscando equipamentos e ajudando alguns dos médicos voluntários.

– Eu não fazia ideia de que havia pessoas necessitando de tanta ajuda – Brittany comentou. Ela e Adam se assentaram nos degraus de uma pequena construção, tomando água enquanto aguardavam a próxima tarefa.

– É verdade! – Adam concordou. – Jamais imaginei que eu poderia fazer a diferença.

– Sim! Eu achei que estávamos apenas saindo para uma aventura. Agora sei o quanto somos necessários.

– É gostoso ajudar de verdade! – Adam disse enquanto se levantava em um salto a fim de levar materiais para um médico que sinalizou precisar de ajuda.

#info

O Clube de Desbravadores da Igreja Adventista do Sétimo Dia foi fundado em 1950 e continua com uma forte ênfase de ajuda humanitária. O hino dos desbravadores só foi oficializado em 1952 e a letra que temos em português foi traduzida e adaptada por Isolina Waldvogel.

REAJA AGORA!

O que você pode fazer hoje em seu lar, sua escola ou seu bairro a fim de ser um missionário para Jesus? Use seus dons e talentos para mostrar o amor de Deus às pessoas que estão perto ou longe. Seja criativo!

5 de fevereiro • Sexta-feira >>>>

Não vale a pena

Portanto, cada um de vocês deve abandonar a mentira e falar a verdade ao seu próximo, pois todos somos membros de um mesmo corpo. **Efésios 4:25**

Alan encostou a cabeça na carteira. Será que a aula de Matemática não terminaria nunca? Talvez se ele pensasse com toda intensidade conseguiria fazer a professora parar de falar sobre frações. Ele estava cansado de ouvir sobre somar, subtrair, multiplicar e dividir aquele monte de números.

– Alan, você fez a tarefa?

Ele levantou a cabeça e, com os olhos turvos, olhou para a professora Bete.

– Ahn? O quê? – resmungou.

– Terminou os exercícios de Matemática? – repetiu ela.

– Vou fazer em casa – informou ele.

E ele fez mesmo. No dia seguinte, Alan entregou o dever de Matemática, e estava quase tudo certo.

A professora Bete ficou muito surpresa! Ela não esperava que Alan conseguisse responder as tarefas.

Finalmente, chegou o dia da prova. Enquanto corrigia a avaliação de Alan, a professora Bete percebeu que ele não sabia resolver os problemas e tirou uma nota péssima.

Depois da aula, no dia seguinte, a professora Bete conversou com Alan. Arrependido, o menino confessou que pedia a um colega de outra turma para resolver as tarefas por ele. A conversa foi longa, e as consequências não foram boas. Depois de muitas aulas de reforço, bastante empenho, privações e dedicação, ele aprendeu um pouco mais sobre Matemática. E não apenas isso! Também aprendeu que mentir não vale a pena.

#info
A primeira mentira do nosso planeta foi contada pelo inimigo de Deus. Ele se disfarçou de serpente e enganou Eva quando disse: "Certamente não morrerão!" (Gênesis 3:4).

REAJA AGORA!

A mentira pode parecer algo simples, mas é muito perigosa e bastante destrutiva. Ela pode arruinar reputações, acabar com relacionamentos e quebrar a confiança. Mentir é pecado e, como qualquer outra desobediência, separa a pessoa de Deus. Portanto, **FIQUE LONGE DA MENTIRA E DOS MENTIROSOS**. Mentir é perigoso e não vale a pena.

6 de fevereiro • Sábado >>>>

Muito amor

Mas Ele foi traspassado por causa das nossas transgressões, foi esmagado por causa de nossas iniquidades; o castigo que nos trouxe paz estava sobre Ele, e pelas Suas feridas fomos curados. **Isaías 53:5**

Mateus segurou firme a coleira de seu cão da raça *golden retriever* nas mãos.

– Quero garantir que Cindy não vai escapar de mim hoje – ele explicou para o pai enquanto saíam de casa.

No caminho, Cindy agiu como de costume, pressionando a coleira para sentir um odor diferente mais à frente ou parando e fincando os pés quando cheirava algo interessante depois que todos já haviam passado.

Cindy começou a correr quando chegaram ao parque.

– Ei, espere por mim!

– Mateus chamou, dando passos gigantescos para tentar acompanhar, mas Cindy não ouvia.

Mateus tentava detê-la, mas ela forçava a coleira e seu peso impulsionava o garoto para frente. A grande cadela passou por ervas daninhas, desceu em um caminho, desviou de arbustos e finalmente atravessou o estacionamento de cascalho.

– Cindy! – gritou ele, mas a cadela não diminuiu nenhum pouco. Em vez disso, Mateus caiu e saiu derrapando pelo estacionamento.

Quando os dois finalmente pararam, sangue escorria pelos cotovelos e canelas de Mateus.

– Por que você não soltou a coleira? – perguntou o pai quando finalmente conseguiu alcançar os dois fugitivos.

– Fiquei com medo do que poderia acontecer caso Cindy corresse para longe. Talvez ela pudesse se machucar – respondeu Mateus, enquanto avaliava os próprios ferimentos. – Eu a amo demais.

#info
Os *golden retrievers* são treinados para busca e resgate, detecção de incêndio e de drogas. Eles também podem atuar como cães terapeutas e cães-guias para os cegos.

REAJA AGORA!

DEUS AMA VOCÊ! Ele enviou Seu único filho para livrá-lo dos perigos do pecado. Jesus foi humilhado, ferido e morreu para que você tivesse a chance de receber perdão e vida eterna. Entregue agora mesmo seu coração a Deus em resposta a tão grande amor e fique sempre junto Dele.

De fachada

Vigiem e orem para que não caiam em tentação. O espírito está pronto, mas a carne é fraca. **Mateus 26:41**

Você gosta de enigmas? Veja este:

Um vigia noturno sempre aproveitava para dormir nos horários do trabalho. Foi descoberto, pediu desculpas, mas seu patrão avisou que, na próxima vez em que isso acontecesse, ele seria demitido. Em uma noite, sem informar antes, o patrão chegou e o pegou no flagra, de olhos fechados, com as mãos apoiando a cabeça. "A-há!", falou o patrão. O vigia noturno acordou assustado e disse apenas uma palavra, que o salvou de ser demitido e ainda fez o patrão se desculpar e ir embora.

Pergunta: Que palavra foi essa?

Quer um tempo para pensar?

Em nossa vida espiritual, muitas vezes, agimos como esse vigia: como se estivéssemos atentos, despertos, e até falamos amém com força, que foi a palavra utilizada pelo vigia para passar a ideia de que estava orando naquele momento. A diferença entre aquele patrão e Deus é que ninguém é capaz de enganar o Eterno. Palavras bonitas e atitudes cristãs de fachada podem iludir as pessoas, mas nosso Senhor não conhece apenas nossa aparência externa. Ele vai ao coração, à mente, ao profundo da alma. E ali está nossa essência, quem realmente somos.

#info

Na igreja primitiva, um homem chamado José vendeu sua propriedade e deu todo o dinheiro aos apóstolos, para distribuir conforme a necessidade das pessoas. Esse ato tão nobre certamente deve ter ficado conhecido por muita gente. Atrás da mesma fama de bondade, o casal Ananias e Safira vendeu uma propriedade, ficou com uma parte do dinheiro, mas entregou o restante dizendo que aquele era o valor total. Verdade? Mentira! A quem eles pensam que estavam enganando?

Leia essa história na Bíblia e veja o que aconteceu (Atos 4:34-37; 5:1-10).

REAJA AGORA! Ter uma vida dupla não é coisa para cristão. Peça ajuda a Deus para não ser um cristão de fachada, mas um legítimo e genuíno seguidor do Mestre.

Saúde total!

Eu vim para que tenham vida e a tenham plenamente. **João 10:10**

Você cuida da sua saúde ou acha que é jovem demais para se preocupar com isso?

Saiba que pessoas da sua idade:

1. Podem ter problemas como diabetes tipo 2, pressão alta e colesterol elevado provocados pela troca de alimentos saudáveis por uma alimentação rica em gordura e açúcares.
2. Passam mais tempo brincando com eletrônicos, desde computadores até *videogames* portáteis do que se divertindo de maneira ativa ao ar livre.
3. Necessitam de 30 a 60 minutos de exercício moderado a intenso por dia.

Então vamos mexer o corpo! Você pode:

©Kvector | adobe stock

acrescente outra atividade legal aqui

Os benefícios de uma vida ativa agora o ajudarão a ser um adulto saudável. Você terá mais energia e uma perspectiva mais positiva diante da vida.

#info

O macarrão instantâneo passa por um processo industrial no qual ele é frito e depois desidratado. Além de ser um alimento ultraprocessado, tem alto teor de gordura e sódio.

REAJA AGORA! É mais fácil romper um antigo mau hábito por meio da substituição por um novo hábito positivo. Que novos hábitos você pode adquirir para melhorar sua saúde? Qual será sua primeira mudança? Jesus quer o melhor para você! Ele quer que você tenha saúde.

A menina diferente

Não julguem apenas pela aparência, mas façam julgamentos justos. **João 7:24**

– Oi, mãe – Tom chegou em casa pronto para contar sobre o primeiro dia de volta às aulas.

– Foi tudo bem? – perguntou a mãe.

– Sim, mas me perdi a caminho do laboratório de Física – contou. – Quando finalmente cheguei, todos os meus amigos já tinham dupla. A única que estava sem ninguém era uma menina.

– E isso é ruim? – a mãe indagou com um sorriso.

– Não... O problema é que ela é muito estranha. Usa óculos fundo de garrafa, só anda com roupas esquisitas e segurando um livro.

– Tom, não é legal falar desse jeito...

– Não quero ser amigo de uma menina assim. Ela deve ser muito chata!

– Mas não é certo julgar sem conhecer – a mãe o repreendeu.

Passaram-se vários dias, e Tom começou a mudar de ideia.

– O laboratório de Física foi muito bom – contou para a mãe. – Fomos os primeiros a terminar o projeto de novo. A Becky é ótima na parte de Física, e eu vou superbem em Matemática.

Depois de algumas semanas, a mãe perguntou:

– Você está achando tranquilo ter a Becky como dupla no laboratório?

Tom levou alguns segundos para responder.

– Sinto falta dos meus amigos, mas acho que vou continuar fazendo dupla com a Becky – explicou. – Ela é muito divertida e superinteligente. Estamos aprendendo várias coisas legais juntos.

A mãe sorriu enquanto Tom concluía:

– Somos bons amigos agora. Não é certo julgar pelas aparências, não é? – ele disse e deu uma piscadinha para a mãe.

#info

A palavra julgar vem do latim judicare, que significa o ato de formar um conceito ou emitir um parecer a respeito de algo.

REAJA AGORA!

Não avalie as pessoas pela primeira impressão ou pelo que os outros dizem. Quando vier à sua mente um pensamento ruim sobre outra pessoa, procure destacar as qualidades que ela tem e não os defeitos. Em vez de criticar, ofereça ajuda. Sempre pense: "Como Jesus trataria essa pessoa?" Faça o que Jesus faria.

Cesta!

Não fui Eu que ordenei a você? Seja forte e corajoso! Não se apavore nem desanime, pois o Senhor, o seu Deus, estará com você por onde você andar. **Josué 1:9**

– Queria ser como Eric – John disse ao pai enquanto os dois brincavam de basquete na garagem da casa em que moravam.

– Por que você quer ser como ele? – o pai quis saber.

– Ele sempre é o primeiro a ser escolhido para jogar basquete. Eu nunca fui escolhido primeiro – John terminou de falar e jogou a bola para o pai.

– E faz tanta diferença assim ser escolhido primeiro? Mesmo que você nunca seja o primeiro a ser escolhido para o jogo de basquete, certamente tem habilidades únicas e precisa valorizá-las. Em que você é bom? – o pai devolveu a bola para John.

Ele pensou um pouco e respondeu:

– Eu costumo organizar as jogadas do time.

– Isso significa que você é um bom armador – o pai completou.

– Mas, se eu fosse alto como o Eric, poderia ser um pivô. Eu iria atuar no ataque e na defesa, ficar perto da cesta e fazer muitos pontos – John simulava todos os movimentos enquanto falava.

– Você precisa aprender uma coisa, filho. Seu valor não está em você ser o primeiro ou o segundo, mas em sempre fazer o melhor que pode.

John tentou fazer uma cesta e errou o alvo.

– Mas parece que para Eric é mais fácil acertar – o menino disse, apontando para a cesta.

– Deus criou você de maneira única. Pare de se comparar aos outros. Esforce-se, seja persistente e dê o seu melhor. No momento certo, você vai conseguir.

O menino deu um sorriso para o pai mostrando que entendeu a mensagem. Em seguida, arremessou a bola na cesta.

– Ponto! – os dois correram e se abraçaram vibrando de alegria.

REAJA AGORA!

Invista nos dons que Deus lhe deu. Não seja preguiçoso. Estude, tenha muito empenho e se desenvolva. Busque ser excelente naquilo que você faz. Não fique se comparando às outras pessoas. Preocupe-se em dar sempre o seu melhor e não em ser o primeiro. Deus honrará seus esforços e fará você muito feliz.

#info

A queniana Hyvon Ngetich caiu já nos metros finais da Maratona de Austin e continuou todo o percurso de joelhos. Ela concluiu a prova em terceiro lugar. Hyvon foi aplaudida de pé, e seu esforço será sempre lembrado.

Os três irmãos

A religião que Deus, o nosso Pai, aceita como pura e imaculada é esta: cuidar dos órfãos e das viúvas em suas dificuldades e não se deixar corromper pelo mundo. **Tiago 1:27**

Todo dia alunos de nossa escola jogam comida fora – disse o professor Arnold para o auditório repleto de estudantes. – Quando vejo isso, lembro-me de uma história que gostaria de compartilhar com vocês.

O professor Arnold começou a contar a história:

Três irmãos estavam quase terminando o jantar.

– Estou cheio – disse o irmão mais novo e despejou as sobras no prato do irmão do meio.

Com olhar agradecido, o menino de dez anos continuou a comer até que ele também ficou satisfeito. Ele se levantou, colocou as sobras no prato do irmão mais velho e o garoto de 12 anos continuou comendo. Depois que todo o alimento terminou, o primogênito olhou para cima com sorriso de satisfação.

Os alunos ficaram em silêncio, olhando para a tela que mostrava uma foto dos irmãos comendo.

– Aos 12 anos, esse irmão mais velho cuida de sua família. Os pais do menino morreram, e eles vivem com a avó idosa e doente. Aqueles garotos costumam comer na escola e saem todos os dias em busca de alimentos doados por pessoas gentis. Então vão para uma pequena casa de barro com apenas algumas esteiras no chão. Por isso, eles sabem o verdadeiro valor das coisas. Eles nunca desperdiçam alimento.

#info
Segundo a ONU (Organização das Nações Unidas), a fome e a desnutrição fazem crianças morrerem a cada minuto.

Muitos alunos foram impactados pela história que o professor Arnold contou. Mas ele só teve a certeza disso no outro dia, quando as zeladoras confirmaram que quase não foram encontrados alimentos desperdiçados nas lixeiras da escola.

REAJA AGORA!

E você? Costuma desperdiçar alimento? Também reclama da comida e de outras coisas que tem? Troque a reclamação por gratidão. Muitas pessoas sofrem com fome e outras necessidades. Agradeça a Deus pelo que você tem e procure meios de ajudar a quem precisa.

Aparências

Não julguem apenas pela aparência, mas façam julgamentos justos. **João 7:24**

Cabelos grisalhos saltavam para fora da touca de crochê vermelha da senhorinha que se debruçava sobre o carrinho de supermercado, empurrando-o devagar pelos corredores. Logo atrás vinha um homem barbado, musculoso e mal-encarado. Seus olhos estavam fixos na mulher.

A professora Vanda observava os dois à distância. "Que homem estranho!", pensou ela. "Parece perigoso. Eu acho que ele pode fazer algo mau com essa senhora. Roubá-la, talvez!" Enquanto os acompanhava na seção de hortifrúti, ouviu o homem dizer:

– Qual você quer, mãe? Este tipo de cenoura ou as de tamanho *baby*?

#info
Na história de Davi e Golias, quando os dois soldados se encontraram, Golias fez algo que era comum em combates: ele provocou Davi, porque "era só um rapaz, ruivo e de boa aparência" (1 Samuel 17:42). Possivelmente isso significava que ele não deveria estar lá, na guerra. Em troca, ao se dirigir ao gigante, em vez de menosprezar seu inimigo, Davi apenas disse: "Você vem contra mim com espada, com lança e com dardos, mas eu vou contra você em nome do Senhor dos Exércitos" (1 Samuel 17:45).

Instantaneamente a opinião da professora Vanda sobre o homem mudou. Observou admirada enquanto ele acompanhava a mãe com paciência em meio às frutas e verduras, ajudando-a a fazer boas escolhas.

"Com certeza, as aparências podem enganar", pensou a professora Vanda enquanto continuava suas compras.

No dia seguinte, a professora Vanda contou a história para seus alunos. A princípio, eles acharam uma boa ideia a professora ter ficado de olho na senhora idosa. Surpreenderam-se ao descobrir que o homem de aspecto perigoso era, na verdade, seu bondoso filho. Eles entenderam que é importante ter cuidado ao andar por aí, mas não devemos fazer julgamentos precipitados.

REAJA AGORA!

Como você pode julgar sem analisar apenas nas aparências? **RELEIA O VERSO DE HOJE** e pense no que Jesus faria se estivesse em seu lugar.

13 de fevereiro · Sábado >>>>

O bando

Filhos, obedeçam a seus pais no Senhor, pois isso é justo. "Honra teu pai e tua mãe" – este é o primeiro mandamento com promessa. **Efésios 6:1, 2**

Alexander estava na trilha, observando o movimento na vegetação à sua esquerda. De repente, a alguns metros de onde ele observava (assustado, mas, ao mesmo tempo, fascinado), algo apareceu no solo camuflado da floresta e correu pelo caminho. Gambás!

"Saio correndo?", Alexander se perguntou, mas já era tarde demais. O exército preto e branco o viu e estava seguindo rápido em sua direção. Seis narizes farejavam ao redor; cinco cheiravam seus pés.

Absolutamente imóvel, para não trazer uma catástrofe sobre si, Alexander segurou o fôlego. Cinco gambás bebês se viraram para a mãe, como se estivessem discutindo suas descobertas. A mãe gambá, relutante em se aproximar do jovem, farejou os filhotes e olhou em sua direção.

Ela deu um grito alto de repente e correu de volta para a cobertura segura da vegetação. Diante do pedido da mãe, todos os filhotinhos voltaram de uma só vez e seguiram sua rápida ordem de retirada.

Alexander observou enquanto a família desaparecia no verde solo da floresta. Estremecendo aliviado, ele ficou feliz porque a mamãe gambá tinha decidido fugir, em vez de lutar. E também sabia que, no momento, seu bem-estar estava relacionado ao fato de que aqueles filhotinhos haviam decidido obedecer à mãe.

#info

Quando gambás e outros membros da família dos marsupiais se sentem ameaçados, lançam um jato de enxofre e outros compostos, cujo cheiro pode se espalhar por cerca de 4 metros.

REAJA AGORA!

Quando seus pais falam com você, como é sua reação? Há algo que você deveria mudar em sua maneira de responder? Deus pede que você não só obedeça a seus pais, mas, também, dedique a eles amor, respeito e atenção.

14 de fevereiro · Domingo >>>>

Mão amiga

Levem os fardos pesados uns dos outros e, assim, cumpram a lei de Cristo. **Gálatas 6:2**

Paulo estava terminando de fazer seu pedido na cantina do colégio quando viu Gustavo pegar um doce e enfiá-lo rapidamente no bolso do blusão da escola. A atendente não percebeu e, naquele momento, Paulo não sabia o que fazer.

Aquilo não saía da cabeça do garoto. Naquele dia, depois da aula, indo para casa, ele viu algumas aves voando em V e se lembrou do que tinha aprendido na igreja. O pastor tinha dito que esses pássaros que voam em V têm uma peculiaridade: durante o trajeto, o que está na liderança pode se cansar e, ao acontecer isso, ele vai para o fim da formação. Mesmo estando atrás, ele grasna para incentivar os outros a manter o ritmo e a velocidade. E, assim, eles se ajudam. O pastor concluiu dizendo que também devemos nos ajudar, encorajando uns aos outros em nossa jornada cristã.

Paulo decidiu ajudar Gustavo. No dia seguinte, ele respirou fundo e falou com o amigo que o viu pegando o doce e se ofereceu para ajudá-lo a pagar.

– Eu posso pagar – revelou Gustavo, surpreso e encabulado. – Não sei o que deu em mim.

Os meninos conversaram a respeito do assunto. Gustavo disse que realmente se sentiu mal depois, mas não sabia mais como agir.

– Acho que você devia procurar o pessoal da cantina e acertar isso – ele sugeriu corajosamente. – Se quiser, vou com você.

Gustavo prometeu fazer isso, mas preferia ir sozinho e, antes que os garotos entrassem na sala para o início das aulas, Gustavo chamou:

– Paulo, obrigado, amigo!

#info

Você sabe a diferença entre furto e roubo? Furto é quando os bens são obtidos sem contato com a vítima. Roubo é quando os bens são retirados da própria vítima ou na presença dela.

Ambos errados!

REAJA AGORA!

Em situações como a vivida por Paulo, é mais fácil fingir que não viu nada, ter raiva ou denunciar o colega. É bem mais complicado abordar a pessoa, revelar que sabe algo constrangedor a respeito dela e oferecer ajuda. Alguém que você conhece está precisando de ajuda para superar uma dificuldade? Peça a Deus para lhe mostrar como ser útil para essa pessoa.

Salvos por um bote

Nossa esperança está no Senhor; Ele é o nosso auxílio e a nossa proteção. **Salmo 33:20**

– Excelente trabalho em equipe! – elogiou o guia. – Podem descansar agora.

Com os remos nos joelhos, os remadores pararam para recuperar o fôlego. De repente, uma grande pedra surgiu no rio à frente do grupo. Antes que passassem ao redor dela, na próxima curva, o guia estendeu os braços e a segurou.

– Vamos esperar o bote seguinte – disse ele. – Como o nível da água está muito alto, a correnteza está mais forte que de costume. Espero que a equipe mande alguém, em um bote maior, para nos ajudar.

Porém, o tempo passava e ninguém aparecia. O guia sabia que não deveriam prosseguir usando um bote tão pequeno. Um grave acidente poderia acontecer.

Todos tentavam ajudar a manter o bote preso à pedra. Porém, a correnteza parecia aumentar cada vez mais. Ninguém estava esperando por aquela situação. Um sentimento de pavor começou a tomar conta do grupo. Sem ajuda, eles estariam perdidos.

– Vejam! – gritou um dos meninos apontando para o topo da cachoeira, de onde descia outro bote bem maior.

De repente, um dos meninos se levantou e gritou:

– Você pode nos resgatar aqui?

Com muito esforço, o outro guia conseguiu ir em direção ao pequeno bote em que o grupo estava. A passagem dos tripulantes para o outro bote não foi nada fácil. A descida em meio à água agitada também não. Um grande alívio tomou conta de todos quando conseguiram parar em um lugar seguro.

– Não tenho dúvidas de que foi um milagre! – o guia disse, emocionado, ao retirar o último menino do bote.

REAJA AGORA!

Você já sentiu, de maneira forte, a proteção de Deus em sua vida? Quando isso aconteceu?

É bom saber que "um anjo da guarda é designado a todo o seguidor de Cristo". Conte com a ajuda de Deus em todos os momentos. Peça que Ele envie um anjo para proteger você neste dia.

A Verdade Sobre os Anjos, p. 14

#info

O aumento inesperado e repentino do nível de água de um rio, devido a chuvas nas cabeceiras ou em trechos mais altos de seu percurso, é conhecido como cabeça-d'água.

Pense bem

A sabedoria do homem prudente é discernir o seu caminho, mas a insensatez dos tolos é enganosa. **Provérbios 14:8**

– Não estou me sentindo muito bem! – Paulo disse para a mãe enquanto se arrumavam para ir à encenação na escola.

A mãe colocou Paulo na cama, avisou o diretor do programa e o substituto do filho na peça. Alguns minutos depois, o telefone tocou.

Era um amigo médico, cujo filho estudava na mesma sala de Paulo. A mãe explicou o problema, e o doutor disse:

– O Jeferson acabou de me contar sobre um desafio que Paulo aceitou essa semana na aula de Ciências. Parece que alguns de seus amigos o desafiaram a beber um copo com água do lago que o professor havia levado para que a turma examinasse no microscópio.

Enquanto levava Paulo para o pronto-socorro da cidade, a mãe perguntou por que ele tinha feito aquilo.

– Fiquei com medo de que eles achassem que eu era covarde.

A mãe balançou a cabeça confirmando que ele não deveria ter agido tão mal. Afinal, tudo o que estavam passando poderia ter sido evitado.

Paulo foi atendido e ficou em observação, no hospital, por algumas horas. Aquela brincadeira sem graça lhe rendeu muita dor, várias picadas de agulha e o impediu de participar de um dos eventos mais esperados da escola.

Na volta para casa, a mãe de Paulo perguntou:

– Da próxima vez que alguém quiser apostar algo com você ou o desafiar a fazer alguma coisa, você pode pensar um pouco antes de agir?

– Pensar um pouco? Mil vezes, no mínimo – garantiu, contraindo a barriga. – Realmente, agir por impulso não vale a pena! Eu preciso de coragem mesmo é para fazer o que é certo.

#info

Um estudo feito pela ONU (Organização das Nações Unidas) afirma que água suja pode matar mais do que a violência no mundo.

REAJA AGORA!

Qual é sua estratégia quando seus amigos tentam pressioná-lo a fazer algo errado? Geralmente você cede à pressão do grupo ou analisa as consequências? Jesus é o exemplo perfeito do que devemos fazer quando formos desafiados por alguém. Quando foi tentado a fazer o que era errado, Ele venceu a tentação com a Palavra de Deus. Faça como Jesus: pense sempre nos conselhos da Bíblia e diga "não" para o pecado.

Leia sobre isso em Mateus 4.

Artrópode antigo

O Senhor é [...] o Criador de toda a terra. Ele não se cansa nem fica exausto; Sua sabedoria é insondável. **Isaías 40:28**

O s fósseis dos trilobitas são muito antigos – explicou o professor Rodrigo na aula de Biologia.

Os alunos do oitavo ano estavam estudando sobre Deus como Criador. Eles tinham muitas perguntas para fazer.

– O trilobita é classificado como um animal do mesmo grupo das lagostas e aranhas. "Tri" significa três e "lobita" quer dizer lóbulos. Hoje pensamos nos trilobitas como parte da família das lagostas, dos caranguejos e das aranhas – explicou o professor Rodrigo. – Mas havia algo de incomum nessas criaturas. Elas são encontradas na parte de baixo das formações geológicas, sem nenhum outro fóssil abaixo delas.

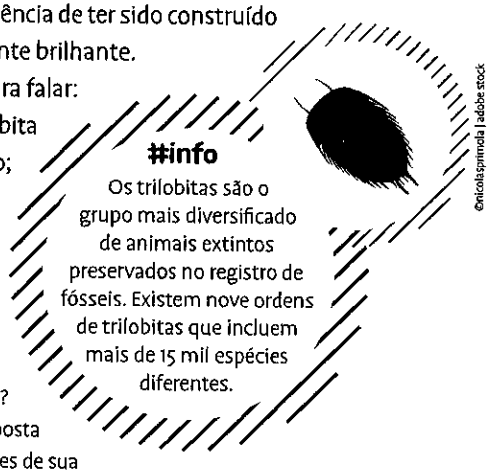
O professor mostrou a imagem de um desses fósseis e continuou a explicar:

– No entanto, os trilobitas eram muito complexos. Tinham olhos mais sofisticados do que qualquer organismo. O olho na extremidade da antena permitia que o animal enxergasse debaixo da água sem distorções. Somente esse sistema de visão já é uma evidência de ter sido construído por um designer absolutamente brilhante.

Dorothy levantou a mão para falar:

– Então parece que o trilobita não passou por uma evolução; ele foi criado!

A turma concordou.



#info

Os trilobitas são o grupo mais diversificado de animais extintos preservados no registro de fósseis. Existem nove ordens de trilobitas que incluem mais de 15 mil espécies diferentes.

REAJA AGORA!

E se alguém questionasse sua fé no criacionismo? O que você falaria para essa pessoa? Conseguiria dar uma boa resposta ou não saberia apresentar as razões de sua fé? Se você pesquisar um pouco mais sobre o assunto, vai perceber que existem muitas evidências das digitais de Deus espalhadas por toda a parte e que seu Criador também cuida de você.

Missionários no quintal

E disse-lhes: "Vão pelo mundo todo e preguem o evangelho a todas as pessoas." **Marcos 16:15**

C atherine estava falando com os vizinhos sobre um programa de televisão que tinha assistido.

– Mas ela os vê, e eles lhe dizem como encontrar as respostas.

"Será que ela está falando sobre fantasmas?", James pensou. Então correu para sua casa e pegou uma Bíblia.

Ele abriu a porta de tela e voltou para a companhia do irmão Mike e de Catherine. Enquanto folheava a Bíblia, James começou a explicar por que escolhia não assistir ao tipo de programa que ela havia acabado de descrever.

Primeiro James mostrou **ECLESIASTES 9:5**. Depois de ler, perguntou:

Procure em sua Bíblia e leia.

– Se os mortos não sabem de nada, como eles podem voltar para conversar conosco ou nos assombrar? Não sei ao certo em que você acredita, mas eu creio na Bíblia – James concluiu.

– Sim! – concordou Mike. – E você, Catherine?

– Preciso estudar mais sobre esse assunto. Conheço pouco sobre a Bíblia – admitiu ela, balançando a cabeça. – Mesmo assim, acho que não vou mais assistir àquele programa de televisão.

– Isso mesmo, Catherine! – Mike aprovou a decisão da menina.

– Podemos estudar a Bíblia juntos, o que acha? – James perguntou.

– Legal! Podemos começar agora mesmo! Vou lá buscar minha Bíblia – Catherine falou enquanto corria em direção à porta de casa.

James também foi em casa buscar um caderno com anotações.

– Vi que vocês vão estudar a Bíblia juntos. Que legal! – comemorou a mãe dos meninos.

– Sim! – falou James. – E, pelo visto, vamos começar uma grande amizade também.

REAJA AGORA!

Não perca a oportunidade de falar do amor de Deus para outras pessoas. Compartilhe as verdades da Palavra de Deus com quem você conhece. Fale com seus amigos, vizinhos ou com quem mais puder. Não tenha medo ou vergonha. Jesus estará com você e o ajudará.

#info

Em 1884, Frederich Dressler trocava por bebida as revistas e os folhetos adventistas que recebia dos Estados Unidos. O dono da mercearia, Sr. Davi, usava as páginas como papel de embrulho. As pessoas compravam os produtos e liam os textos. Foi assim que a mensagem adventista chegou ao Brasil.

19 de fevereiro · Sexta-feira >>>>

Argumento lógico

Pois Nele foram criadas todas as coisas nos céus e na terra, as visíveis e as invisíveis, sejam tronos sejam soberanias, poderes ou autoridades; todas as coisas foram criadas por Ele e para Ele. **Colossenses 1:16**

Meu pai fala que os dias deveriam ser mais longos durante a semana da criação – Brian contou para sua classe.

– Isso não está certo – foi a resposta rápida de Clara. – Como os dias poderiam durar milhões de anos?

– De fato, na Bíblia está escrito que foram primeiro as plantas, depois os animais e depois as pessoas, assim como a evolução – disse Brian, franzindo a testa. – Pode ter se passado um longo período entre os dias.

– Isso não faz sentido – a turma esperou enquanto Raquel organizava seus pensamentos. – Se o primeiro foi formado por tarde e manhã, como a Terra poderia reduzir sua velocidade de rotação para formar dias e noites tão compridos? As coisas não sairiam flutuando no espaço sem gravidade?

– E como um dia poderia ter milhões de anos? O lado voltado para o Sol queimaria e tudo do lado distante do Sol congelaria – acrescentou Clara.

– Vocês compartilharam ótimas ideias! – disse o professor João, ainda segurando a Bíblia. – Muito tempo atrás, decidi acreditar no que está escrito na Bíblia. Penso no que os cientistas dizem e comparo ao que a Bíblia me diz. Se as duas ideias entrarem em choque, escolho a Bíblia e uso a lógica, assim como vocês acabaram de fazer, para entender a ciência.

#info

Os astrônomos acreditam que uma estrela explode ou se transforma em supernova aproximadamente a cada 25 anos. Os resquícios das estrelas que viram supernovas podem ser mensurados. Nossa galáxia mostra resquícios de supernovas há cerca de 7 mil anos.

REAJA AGORA!

O amor de Deus é revelado na história da criação. A Bíblia apresenta informações muito interessantes e profundas sobre esse tema. Você pode ler Gênesis 1, Salmo 33:6, Isaías 42:5, Hebreus 1:10 e muitos outros textos que falam a respeito de Deus como Criador.

"E DEUS CUIDA DE TUDO E SUSTENTA TODAS AS COISAS QUE CRIOU"

(*CAMINHO A CRISTO*, P. 86).

20 de fevereiro · Sábado >>>>

Sopa deliciosa

Assim, quer vocês comam, quer bebam, quer façam qualquer outra coisa, façam tudo para a glória de Deus. **1 Coríntios 10:31**

A brisa fria daquele dia refrescou os desbravadores após a longa e abafada viagem de ônibus. Eles tinham levado horas para chegar ao local do acampamento e agora todos precisavam ajudar a montar as barracas antes de anoitecer.

– David, Nick! – chamou o diretor. – Vocês estão encarregados do jantar, certo? Enquanto isso, vamos armar as barracas. E obrigada por ajudarem! – acrescentou. – Sei que geralmente temos pessoas extras para preparar as refeições, mas hoje a maioria só vai chegar depois que anoitecer.

Antes de partir para o acampamento, David e Nick tinham decidido fazer sopa de legumes e sanduíches. Os adolescentes começaram o trabalho, acendendo os fogões de acampamento, colocando água para ferver e definindo quanto tempo levaria para cortar os legumes e cozinhar o macarrão. A parte mais difícil era temperar. Primeiro, acrescentaram um pouco disso e um pouco daquilo. Um dos líderes foi escolhido para provar e encorajá-los no trabalho.

Depois da oração, os desbravadores deram as primeiras colheradas na sopa de David e Nick.

– Hummmm! Esta sopa está uma delícia! – falou um dos desbravadores. – Posso pegar mais? É a melhor sopa que já comi!

Os adolescentes serviram os outros membros e líderes do clube, oferecendo repetição para quem queria. Todos aprovaram a sopa. Naquela noite, os dois perceberam que tinham uma nova habilidade e descobriram a alegria que vem quando servimos os outros.

#info

Acredita-se que, antigamente, as pessoas tinham o costume de guardar objetos preciosos embaixo da terra para mantê-los em segurança. A Bíblia tem uma história sobre um homem que enterrou seus talentos. Para aprender mais, leia Mateus 25:14-30.

REAJA AGORA!

Você já tentou fazer algo novo e descobriu que é bom nisso? Deus deu a cada um talentos especiais. Use suas habilidades para glória de Deus.

21 de fevereiro • Domingo >>>>

Breve intervalo

A nossa cidadania, porém, está nos céus, de onde esperamos ansiosamente o Salvador, o Senhor Jesus Cristo. **Filipenses 3:20**

Quando criança, Carol gostava muito de viajar de ônibus. Entrar em um carro, esticar-se em bancos confortáveis e conhecer pessoas de lugares diferentes era o que tornava as viagens tão atrativas para ela. Mas, mesmo assim, depois de algum tempo, acabava perdendo a paciência, querendo chegar o mais rápido possível ao destino.

Muitos anos depois, durante a faculdade, ela começou a gostar mais dos momentos de ócio em que apenas observava a paisagem pela janela, ouvia música ou tirava um cochilo. Após períodos agitados do ano letivo, poder aproveitar a viagem sem fazer absolutamente nada era como um descanso mental para Carol. O conforto da viagem a fazia querer adiar "só mais um pouquinho" a chegada, mesmo sabendo que no fim do percurso encontraria abraços calorosos de seus familiares.

A vida nesta Terra pode ser comparada a uma viagem, pois se resume a isto: um curto período de tempo antes da eternidade. Se você pensar em seu tempo de vida, talvez não pareça tão curto assim, mas, ao comparar com o que é eterno, verá que não passa de um breve intervalo.

Se em algum momento de sua viagem, você se sentir como Carol e não se importar com que demore "só mais um pouquinho" para chegar, lembre-se de que a viagem é necessária, mas, por si só, não vale nada, se não conduzir ao destino correto. E esse destino é o Céu. Chegar lá deve ser o seu maior desejo.

#info

No Brasil, uma linha de ônibus faz uma das viagens mais longas do mundo. Saindo do Rio de Janeiro, percorre cerca de 6 mil quilômetros até Lima, no Peru. A viagem dura cinco dias e é feita pelo revezamento de três motoristas.

REAJA AGORA!

Assim como uma viagem exige preparo e planejamento, esta vida é também um tempo de preparação para a vida futura. Sabe como se preparar para ir para o Céu? Valorize desde já o que é importante lá! Decida hoje mesmo estar pronto para quando esse dia chegar.

22 de fevereiro • Segunda-feira >>>>

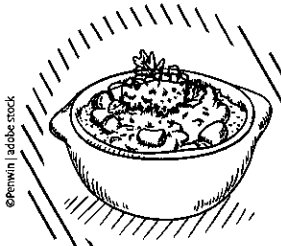
Primeiro alimento

Satisfaze-nos pela manhã com o Teu amor leal, e todos os nossos dias cantaremos felizes. **Salmo 90:14**

Você costuma comer pela manhã ou sai de casa na correria e deixa de lado o desjejum? Sabia que é muito importante tomar café da manhã? Veja alguns motivos:

Seu corpo precisa de energia logo no início do dia. Em inglês, a palavra para café da manhã é *breakfast*. Se ela for separada em duas, fica *break* e *fast*. *Break* significa quebrar e *fast* quer dizer jejum. O café da manhã quebra o jejum que você fez por pelo menos oito a dez horas enquanto dormia.

Sem o café da manhã, você pode se sentir cansado, inquieto ou irritado. No meio da manhã, o nível de energia cai, o humor piora, geralmente quando você mais precisa raciocinar. Além disso, as pesquisas mostram que quem não toma café da manhã come mais ao longo do dia e isso costuma levar a um ganho de peso indesejado.



©Penwin | adobe.stock

#info

Os costumes em relação ao desjejum variam bastante entre os países. No Egito, por exemplo, o café da manhã é bastante reforçado. É comum comerem o chamado ful medames, feito com feijões de fava, grão-de-bico, óleo vegetal, cominho e outros temperos, como alho, cebola, cebolinha, limão, azeite e pimenta.

REAJA AGORA!

É bom que você saiba que, todas as manhãs, além de alimento físico, seu corpo precisa de alimento espiritual. O que você faz logo que acorda? Entra nas redes sociais, brinca, corre para se arrumar para ir à escola ou busca a Deus em primeiro lugar? Comece o dia com Deus, alimente-se com Sua Palavra e saia para as atividades do dia cheio do Espírito Santo. Assim, você terá força para enfrentar o mal.

Palavras temperadas

O seu falar seja sempre agradável e temperado com sal, para que saibam como responder a cada um. **Colossenses 4:6**

Laura chegava brava na escola nova e se chateava com facilidade quando os colegas de classe a desagradavam. Andrew era o que mais a incomodava.

Um dia sentado no fundo da sala, Andrew jogou uma bolinha de papel no pescoço da colega.

Laura estava com péssimo humor naquele dia, e Andrew não dava trégua. Quando Andrew mexeu com ela novamente, Laura gritou com ele na classe, dizendo coisas terríveis sobre a família do garoto.

– Você não sabe o que está falando – ele gritou nervoso de volta.

O professor fez os dois pararem a briga, mas a discussão não havia terminado. No intervalo, precisaram ficar com o professor enquanto os amigos saíram para o pátio.

Por 15 minutos, os dois permaneceram assentados bravos em silêncio. Por fim, Laura começou a chorar.

– Desculpe-me! – disse ela. – Eu fui muito maldosa. Você me perdoa? Prometo não agir dessa maneira de novo.

Surpreso, Andrew também pediu desculpas sinceras para Laura.

Os dois cumpriram a promessa que fizeram. Pararam completamente de brigar. Quando acabavam as folhas de Laura, Andrew emprestava as suas. Se o lápis de Andrew quebrava, Laura emprestava o dela. Eles começaram a tratar um ao outro com educação, respeito e atenção. Sabe o que aconteceu? A vida passou a ser bem mais feliz!

#info

"O amor fará aquilo que o argumento deixar de realizar. Mas a petulância de um momento, uma só resposta áspera, uma falta de polidez cristã em qualquer pequenina questão, pode dar em resultado a perda de amigos, bem como de influência" (Obreiros Evangélicos, p. 121).

REAJA AGORA!

Jesus foi um exemplo de verdadeira cortesia. Ele tratava todos com atenção, carinho e respeito. E você? Como tem tratado seus professores, colegas, irmãos, pais ou idosos? Suas palavras e atitudes são parecidas com as de Jesus? Ele foi e continua sendo uma companhia agradável, e quer ajudá-lo a ser assim também.

É justo?

A luz rala nas trevas para o íntegro, para quem é misericordioso, compassivo e justo. **Salmo 112:4**

Assim que Marcos começou a pegar no sono, foi incomodado por um mau cheiro muito forte.

– O que foi isso? – ele gritou de dentro da barraca.

– Acho que um gambá acabou de jogar seu jato fedorento na Mel – falou o pai.

Marcos e o irmão Lucas saíram da barraca com os pais. Pobre Mel! Eles nunca tinham visto a cachorrinha tão triste.

– Por que um gambá faria isso com ela? – perguntou Lucas. – Ela só estava deitada dormindo.

– Não sei – respondeu o pai. – Mas precisamos fazer algo para ajudá-la.

Ele saiu em busca de um guarda-florestal enquanto a mãe e os garotos pegavam sabonete e xampu. Em seguida, levaram Mel até uma mangueira e lavaram o pelo dela. Vez após vez, se revezaram para esfregar, enxaguar e usar mais sabão a fim de limpar o corpo da cadela.

– Ainda não consigo entender por que o gambá lançou seu jato na Mel – Lucas reclamou enquanto descansava. – Ela não estava fazendo nada além de dormir.

– Isso ele faz por instinto, não por maldade. Talvez ele estivesse se sentindo ameaçado por ela – disse a mãe, enquanto lavava a cachorrinha. – Às vezes, porém, coisas ruins realmente acontecem com quem é inocente.

Marcos fez carinho na cabeça de Mel, e ela abanou o rabo. Entendeu que seus amados estavam tentando ajudá-la.

#info

Nosso olfato é tão poderoso que, quando sentimos o fedor de um gambá, estamos cheirando 0,00000000000002 gramas de fragrância. Os cães têm 200 milhões de receptores olfativos, cerca de 20 vezes mais do que nós. Não é de se espantar que eles fujam do cheiro de gambá!

REAJA AGORA!

Você já sofreu sem ter feito nada de errado? O que você fez para se sentir melhor? Confie em Deus! Ele sempre cuida de você.

Compartilhando

Não deixe de falar as palavras deste Livro da Lei e de meditar nelas de dia e de noite, para que você cumpra fielmente tudo o que nele está escrito. Só então os seus caminhos prosperarão e você será bem-sucedido. **Josué 1:8**

Após cursar um ano de faculdade, Brenda havia aceitado o chamado de se tornar estudante missionária. Passaria um ano na Micronésia e lecionaria para uma turma do sétimo ano.

Antes de ir para a missão, ela foi informada de que muitas pessoas não tinham Bíblia lá. Ela perguntou à mãe se poderia levar as Bíblias que estavam sobrando em casa.

A mãe de Brenda fez não só isso, mas também compartilhou a preocupação da filha na igreja. As famílias reuniram as Bíblias que tinham a mais em casa e compraram outras novas para doar. Também oraram para que, do outro lado do oceano, meninos e meninas desejosos aprendessem mais sobre seu Salvador.

Meses depois, quando Brenda retornou para casa, ela contou seu testemunho:

"Quando dei o primeiro estudo bíblico para meus alunos, fiquei encantada com a seriedade das perguntas. Eles estavam tão animados para aprender! Mas, quando lhes disse para procurar na Bíblia a resposta para suas dúvidas, eles baixaram o olhar e ficaram em silêncio encarando a carteira. Então, perguntei qual era o problema, e eles explicaram: 'Desculpe, professora! Não temos nenhuma Bíblia.' Eu os deixei abrir as caixas que eu havia levado. Vocês precisavam ver aqueles olhos brilhando enquanto cada um deles pegava uma preciosa Bíblia para si."

#info

A Micronésia é uma região do oceano Pacífico localizada entre as Filipinas, a Indonésia, a Nova Guiné e a Polinésia. O nome é a combinação de dois termos da língua grega, "micros", que significa pequeno, e "nesos", o equivalente a ilha, formando assim "pequenas ilhas".

REAJA AGORA!

O que você pode fazer para ajudar outras pessoas a conhecer mais sobre Jesus? Brenda se tornou uma missionária, deu estudos bíblicos e distribuiu Bíblias. Que estratégias você pode usar para falar do amor de Deus hoje? Pense em pelo menos uma e coloque-a em prática.

Ele vem

Eis que venho em breve! **Apocalipse 22:12**

Os seres humanos olham para as estrelas no céu noturno desde que o mundo é mundo. Com o lançamento do telescópio espacial Hubble, temos a oportunidade de ver mais longe no espaço profundo do que nunca antes. Além das distorções da atmosfera terrena, o céu pode ser contemplado com clareza.

Órion, o caçador, é uma constelação facilmente identificável à noite. As mais fáceis de identificar são as três estrelas em linha reta que representam o cinto do caçador, mas outro conjunto de três estrelas representa a espada de Órion. Na verdade, a estrela do meio na espada consiste em uma grande nuvem de gás chamada de *nébula*. Nessa nébula, nascem estrelas. Será por esse espaço extraordinário repleto de estrelas que Jesus passará um dia ao voltar para a Terra?

Em um dos livros mais antigos de Ellen White, *Primeiros Escritos*, ela conta parte do que aprendeu sobre a segunda vinda de Jesus. Ellen White escreveu que a atmosfera se separará e seremos capazes de ver Órion através do espaço aberto. Ouviremos a voz de Deus e a cidade santa descerá exatamente daquele lugar.

Embora não tenhamos todas as respostas acerca da rota de retorno de Jesus, contamos com a promessa de que nosso Amigo logo virá para nos buscar.

#info

A nebulosa de Órion é o maior complexo de gás e pó estelar visível dentro da nossa galáxia, denominada Via Láctea. Quando se olha através do pó escuro da nebulosa de Órion, é possível ver que o interior é brilhantemente iluminado por novas estrelas incandescentes.

REAJA AGORA!

Enquanto Jesus prepara o Céu para nós, o que podemos fazer a fim de preparar o coração para recebê-Lo? Você conhece alguém que ainda não sabe que Jesus em breve voltará? Pense em como você pode transmitir essa mensagem para essa pessoa.

27 de fevereiro · Sábado >>>>

Até o fim

Estou convencido de que Aquele que começou boa obra em vocês vai completá-la até o dia de Cristo Jesus. **Filipenses 1:6**

Jane se recostou no banco do passageiro e abaixou o visor solar do carro, sorrindo para si mesma no espelho. Tinha sido um ótimo dia. Os dois anos anteriores pareciam infindáveis, mas, naquela manhã, ela tinha tirado o aparelho. Jane sorriu consigo mesma de novo e depois disparou outro sorriso para a mãe.

O ortodontista havia orientado:

– Não se esqueça, Jane: para seus dentes continuarem alinhados, você precisa usar, por um ano, o aparelho móvel que estou lhe entregando. É necessário ficar com ele o tempo inteiro, com exceção das refeições.

E acrescentou:

– Ah, tem mais uma coisa: não se surpreenda se demorar cerca de uma semana para se acostumar a falar de novo.

Jane passou a língua pelos dentes, apreciando aquela sensação lisa.

A caminho de casa, a mãe disse:

– Você prestou bastante atenção? Se não usar o aparelho móvel direitinho perderá todo o tratamento anterior. Seus dentes ficarão tortos novamente.

Jane conseguiu concluir o tratamento e teve um bom resultado.

"NADA PODEMOS FAZER SEM ÂNIMO E PERSEVERANÇA"

(A CIÊNCIA DO BOM VIVER, P. 196).

#info

Segundo o Guinness (Livro dos Recordes), o homem mais velho do mundo a conseguir um diploma universitário foi um japonês de 96 anos de idade.

REAJA AGORA!

Arrumar o armário, aprender a tocar um instrumento musical, fazer o ano bíblico... O que você começou e não terminou? Se você é do tipo que começa algo e não conclui, precisa aprender a não desistir no meio do caminho. Deus quer que sejamos perseverantes no que é certo e bom. Ele prometeu nos dar a vitória no fim do percurso. O Céu é nosso destino. Permaneça com Jesus, dia a dia, até o fim.

28 de fevereiro · Domingo >>>>

Anuncie a Palavra!

Porque "todo aquele que invocar o nome do Senhor será salvo". Como, pois, invocarão Aquele em quem não creram? E como crerão Naquele de quem não ouviram falar? E como ouvirão, se não houver quem pregue? E como pregarão, se não forem enviados? Como está escrito: "Como são belos os pés dos que anunciam boas novas!" **Romanos 10:13-15**

As formas que as pessoas usam para ouvir sobre Deus mudaram ao longo do tempo. Quando Jesus esteve na Terra, Ele partilhava as boas-novas sobre Seu Pai, o perdão e a salvação ao conversar com as pessoas. Ele caminhava de cidade em cidade, ensinando os amigos ao longo do caminho. Ao voltar para casa, os ouvintes compartilhavam o que tinham aprendido com os próprios familiares e amigos.

Paulo escrevia cartas e viajava de cidade em cidade, fundando novas igrejas e incentivando os fiéis em Cristo. Por causa da obra de **PAULO**, as pessoas entendiam melhor a mensagem de esperança e amor que Jesus ensinava.

Quase 2 mil anos depois, usando a imprensa, que já havia sido inventada, Tiago e Ellen White escreveram histórias e artigos a fim de ajudar outros a entender o que a Bíblia ensina.

Você pode aprender mais sobre ele lendo algumas de suas cartas no Novo Testamento.

Agora temos o rádio, a televisão e a internet, que são meios práticos e rápidos de contar ao mundo sobre a mensagem de amor de Jesus.

REAJA AGORA!

Jesus disse a Seus discípulos: "Sigam-Me, e Eu os farei pescadores de homens" (Mateus 4:19). O que você acha que Ele quis dizer com "pescadores de homens"? Pense um pouco. Quando queremos atrair peixes, precisamos de iscas. O que você tem feito para atrair outras pessoas a Jesus? Os discípulos aprenderam o quanto Deus ama as pessoas e transmitiram isso de jeitos diferentes. Faça como eles. Saia hoje e "vá pescar"!

#info

Quando o apóstolo Paulo escrevia uma carta, ele não a colocava em um envelope com selo em uma caixa de correio. Paulo entregava a mensagem terminada para um amigo de confiança. Então o mensageiro viajava vários quilômetros para entregar a carta em mãos.

1º de março • Segunda-feira >>>>

Qual é o seu dom?

E Ele designou alguns para apóstolos, outros para profetas, outros para evangelistas, e outros para pastores e mestres. **Efésios 4:11**

Elizabeth tinha uma voz linda. Todos amavam ouvi-la cantar. Sempre que a igreja precisava de alguém para a mensagem musical, ela era a primeira a ser chamada.

Mônica, a gêmea de Elizabeth, sentia orgulho do talento da irmã. Não podia negar que ela tinha um dom especial. Ao mesmo tempo, porém, esse talento a fazia se sentir mal, pois Mônica nunca era convidada para participar com a música especial. Nunca era chamada para fazer solos no coral da escola.

– Não tenho nenhum talento – Mônica disse para a professora da classe infantil que estava auxiliando. – Por que Elizabeth ficou com todos?

– Realmente, ela tem qualidades especiais – concordou a professora –, mas você deve ter algumas características que ela não possui.

– Como o quê? – perguntou Mônica. – Não sou boa em nada!

– Deus tem planos diferentes para cada um de nós – disse a professora. – Você não precisa cantar na igreja para servir a Deus. Só tem de fazer algo com os talentos que o Senhor lhe deu, no lugar em que Ele a colocar. Falando nisso, você poderia contar a história para as crianças na próxima semana?

A professora piscou, e Mônica sorriu, entendendo o recado. Ela percebeu que aquela era uma oportunidade de usar seu dom para a glória de Deus.

#info

O timbre de uma voz é definido pelo tamanho das pregas vocais. Quanto mais finas e curtas, mais aguda é a voz. Quanto mais grossas e elásticas, mais grave é a voz. O som é produzido quando o ar, ao passar pelas pregas, as faz vibrar.

REAJA AGORA!

Nem todos os talentos envolvem fazer algo em frente a uma porção de gente. Quais de seus talentos você pode usar nos bastidores? É possível fazer uma grande diferença com pequenas ações no dia a dia. Coloque-se à disposição de Deus hoje e peça que Lhe mostre maneiras de servi-Lo.

2 de março • Terça-feira >>>>

Ela virá

Ora, a fé é a certeza daquilo que esperamos e a prova das coisas que não vemos. **Hebreus 11:1**

– Vejo você depois da aula, filho!

Tony começava o quinto ano em uma escola nova. Estava nervoso, mas a mãe prometeu que viria depois da aula para buscá-lo. Combinaram que ela o esperaria perto de um grande carvalho que havia por ali.

A professora de Tony o ajudou a se ambientar com facilidade. No fim da aula, ele estava feliz com a mudança. Correu até o carvalho, animado para contar à mãe sobre o dia. Ela ainda não estava lá, mas Tony tinha certeza de que ela logo chegaria.

Ele viu os colegas de classe irem embora, um por um. Mas continuava esperando. Onde estava sua mãe? À medida que os minutos se passavam, Tony começou a se sentir ansioso. Com certeza, a mãe não havia se esquecido dele, não é mesmo?

"Ela virá", uma voz dentro da cabeça de Tony lhe dizia. "Ela prometeu."

Depois de muito tempo ali, parado, finalmente viu o carro da mãe.

– Eu sabia que você viria! – exclamou. – Pensei em voltar andando para casa, mas como você me pediu para esperar, resolvi ficar.

– Estou tão feliz porque você ficou! – a mãe disse, quase sem ar. – Tive um problema e não consegui chegar a tempo. Se você não estivesse aqui, não sei o que eu teria feito. Agora vamos para casa, e você pode me contar tudo sobre seu primeiro dia de aula.

#info

No reino animal, a gestação mais demorada é a da salamandra alpina. Ela espera mais de três anos até ver seus filhotes. Haja paciência!

REAJA AGORA!

Você já duvidou das promessas de Deus? Quais textos da Bíblia você é capaz de encontrar que declaram que Deus sempre cumpre Suas promessas? Escreva-os em papéis e deixe-os em diversos lugares (como bolsos, gavetas, debaixo do travesseiro, etc.) para sempre se lembrar de que Deus é fiel.

3 de março • Quarta-feira >>>>

Calor até demais

Os mais altos céus pertencem ao Senhor, mas a terra, Ele a confiou ao homem.
Salmo 115:16

Você mora em um lugar em que a temperatura fica abaixo de zero no inverno? Essa não é a realidade da maior parte do Brasil, com clima mais tropical. Já quem mora na extremidade norte ou sul do planeta, como no Canadá ou na Patagônia, por exemplo, precisa enfrentar um inverno bem mais rigoroso.

As pessoas que moram em locais de clima frio costumam desejar alguns dias a mais de sol e, quem sabe, um pouco menos de neve. Nos últimos anos, esses desejos têm se tornado realidade, mas essa não é, necessariamente, uma boa notícia.

A Terra está mais quente do que nunca. Pelo menos em parte, isso acontece por causa da poluição e do excesso de lixo. E, embora um dia mais quente possa representar diversão na praia para você, também pode significar que um urso polar próximo ao Polo Norte esteja perdendo alimento porque as geleiras estão derretendo. Pode significar que o suprimento de água para animais do deserto esteja secando. Ou que as pessoas não possam cultivar determinados alimentos porque o solo está ressecado.

Deus confiou aos seres humanos o cuidado da Terra e precisamos fazer o que pudermos para preservá-la. Não jogue lixo no chão. Sempre recicle jornais e revistas, bem como garrafas de plástico e latinhas. Se puder, vá andando ou de bicicleta para os lugares, em vez de pedir aos pais que o levem de carro. O que mais você pode fazer?

#info
Em São Paulo, os habitantes que trocam o uso de automóveis por bicicletas ajudam a reduzir 3% do volume de emissões de gases poluentes. Esse meio de transporte, além de fazer bem à natureza, é ótimo para a saúde de quem o utiliza.

REAJA AGORA!

Mostre suas ideias a seus amigos ou colegas de sala. Juntos, vocês podem pensar em mais atitudes para ajudar o meio ambiente. Coloquem as ideias em ação e chamem mais pessoas para cuidar do que Deus criou.

4 de março • Quinta-feira >>>>

Mais fortes

E Joabe disse a Abisai: "Se os arameus forem fortes demais para mim, venha me ajudar; mas, se os amonitas forem fortes demais para você, eu irei ajudá-lo. Seja forte e lutemos com bravura pelo nosso povo e pelas cidades do nosso Deus. E que o Senhor faça o que for de Sua vontade".
2 Samuel 10:11, 12

O verso de hoje fala sobre uma batalha enfrentada por Davi quando era rei de Israel. Um rei amonita tinha respondido de maneira ofensiva a uma mensagem de paz enviada pelo rei Davi e, prontamente, armou um exército caso a ofensa fosse revidada.

Cercados pelo inimigo e seus aliados, os comandantes do exército israelita, os irmãos Joabe e Abisai, adotaram uma tática interessante: dividiram as forças. Em vez de brigar pelo comando de tão importante conflito, decidiram compartilhar a responsabilidade e concentrar a força de ambos no ponto mais fraco do combate. Deus estava ao lado deles e os fez vencer a batalha.

Por mais que se trate de uma situação de guerra, em pleno campo de batalha, a declaração de Joabe a **ABISAI** mostra a essência da verdadeira amizade: os pontos fortes de um fazem fortes os pontos fracos do outro. E o principal de tudo é que, quando os amigos se colocam sob a vontade e direção de Deus, ainda que sejam apenas dois, com Ele, são a maioria! Qualquer dificuldade se torna mais fácil de superar ao lado de bons e verdadeiros amigos e com a ajuda do melhor Amigo, que é Deus! Conte sempre com Ele!

#info
A palavra amigo veio do latim "amicus". Acredita-se que o significado da palavra original esteja ligado ao amor ou ao cuidado que uma pessoa demonstra pela outra.

REAJA AGORA!

Amigos de verdade são aqueles que nos incentivam a fortalecer o que temos de bom e nos ajudam a vencer as fraquezas. Seja esse tipo de amigo e esteja sempre perto de pessoas assim. E nunca se esqueça:

DEUS É AMIGO PARA TODAS AS HORAS!

O que tem para o almoço?

Assim, quer vocês comam, quer bebam, quer façam qualquer outra coisa, façam tudo para a glória de Deus. **1 Coríntios 10:31**

Jeff fez careta quando abriu a lancheira na hora do almoço. É claro! Era **PAD THAI** de novo! Ele queria, uma vez na vida, abrir a lancheira e encontrar apenas macarrão com queijo ou até mesmo pão com creme de amendoim. Sua mãe, que havia emigrado da Tailândia para os Estados Unidos antes de Jeff nascer, gostava de preparar pratos de sua terra natal. Mas Jeff não queria comida tailandesa.

Pad thai é um prato composto por macarrão de arroz, tofu, vegetais, limão e especiarias.

"Estamos nos Estados Unidos", pensava. "Por que não podemos comer a comida daqui? Até perdi o apetite. Acho que vou dizer que esqueci de trazer meu almoço."

– Não posso deixar você com fome! – disse a professora. – Ainda teremos muitas atividades até o fim da excursão. Ficarei feliz em compartilhar meu almoço com você.

Para a surpresa de Jeff, ela pegou uma vasilha plástica cheia de... *pad thai!*

– Professora Karen! – ele exclamou, enquanto olhava para a professora loira, de olhos azuis. – Você não é tailandesa! Onde conseguiu essa comida?

#info
A culinária brasileira foi formada pela influência de diversas culturas: portuguesa, africana, indígena, alemã, japonesa, italiana, libanesa, espanhola e síria.

– Meu esposo é tailandês – respondeu ela. – E Deus me abençoou com um marido que sabe cozinhar! Esse é um dos pratos preferidos dele.

Nessa hora, Jeff timidamente mostrou para ela o que havia levado.

– Minha mãe cozinha para mim todos os dias – disse ele. – Então acho que Deus me abençoou também!

REAJA AGORA! Quais são seus critérios na hora de escolher o que comer? Apenas a aparência e o sabor do prato ou o valor nutricional do alimento? Seu corpo é o templo do Espírito Santo; por isso, é seu dever cuidar dele, escolhendo bem o que come. Que alimentos você precisa diminuir em seu cardápio? E quais precisa incluir?

Cuidado com o que vê

Tudo o que for verdadeiro, tudo o que for nobre, tudo o que for correto, tudo o que for puro, tudo o que for amável, tudo o que for de boa fama, se houver algo de excelente ou digno de louvor, pensem nessas coisas. **Filipenses 4:8**

Quando volta para casa da escola, o que você faz? E quando tem um tempinho livre, como gosta de aproveitá-lo? Pode ser que a maioria dos seus amigos gaste o tempo livre na internet, assistindo a vídeos ou jogando.

Embora muitos jogos, filmes e músicas possam transmitir informações saudáveis, alguns são carregados de mensagens negativas e até perigosas. Os jogos cujo objetivo é roubar um carro ou bater em alguém são um exemplo disso. Pense: Isso é algo que um cristão deve fazer? Se não, por que seria um jogo para um cristão jogar?

Você pode argumentar: "Isso não me afeta. Eu vou à igreja, oro e leio a Bíblia quase todo dia. Não sou como nenhum dos personagens ruins desses jogos ou filmes. Isso é só diversão para mim!" Mas tudo aquilo com o qual você e eu entramos em contato nos afeta de uma maneira ou de outra.

Somos transformados, para melhor ou para pior, por aquilo que lemos, ouvimos e assistimos. A exposição constante à violência, mesmo que imaginária, muda seus padrões de pensamento, guiando seus atos de maneiras que talvez você nem reconheça.

#info
Existem plataformas na internet que disponibilizam cursos gratuitos oferecidos por grandes universidades ao redor do mundo. Você pode aprender desde um novo idioma até conceitos de Programação, Nutrição ou Psicologia, por exemplo.

Não é errado usar a internet por um pouco de tempo, mas é preciso escolher com muito cuidado o conteúdo que você acessa. O que tem guiado seus pensamentos?

REAJA AGORA! Toda vez que for acessar a internet, tenha a consciência de que não está sozinho. Caso não tenha certeza sobre o que fazer, pergunte-se: Eu jogaria, ouviria ou assistiria a isso com Jesus ao meu lado?

7 de março · Domingo >>>>

Sem guerra

Não retribuam mal com mal, nem insulto com insulto; ao contrário, bendigam.
1 Pedro 3:9

Você já esteve em guerra contra alguém?

Não é preciso ter aviões de combate ou uma estratégia militar para estar em guerra. Talvez você esteja bravo com um amigo que o traiu. Ou quem sabe sinta inveja de um colega de classe mais popular que você. Ou ainda esteja sem conversar com um de seus familiares.

A guerra nunca é uma circunstância feliz. É sempre bom evitar conflitos. Mas, se eles acontecerem, o ideal é procurar resolvê-los o quanto antes, de maneira respeitosa.

Infelizmente, às vezes, não é possível ser amigo de todos, porque algumas pessoas podem criar inimizades sem que seja nossa culpa. Nesses casos, é preciso ter paciência e não revidar. Jesus foi o maior exemplo dessa atitude. Ele tinha muitos inimigos, mas continuava Seu ministério e sempre demonstrava amor pelas pessoas. Com a ajuda Dele, é possível não retribuir o mal dos nossos inimigos.

#info
Shalom é uma saudação comum no Oriente. Essa palavra hebraica é um voto de paz.

Siga o exemplo de Jesus e ore pelos seus inimigos. Quando você ora por alguém, Deus atua na vida daquela pessoa e o amor cresce dentro de você.

"O MAIS FORTE ARGUMENTO EM FAVOR DO EVANGELHO É UM CRISTÃO QUE SABE AMAR E É AMÁVEL."

(*A CIÊNCIA DO BOM VIVER*, P. 470)

REAJA AGORA!

Muitas vezes, Jesus foi maltratado enquanto esteve na Terra. Como Ele agia para com aqueles que O tratavam mal? Decida, agora, demonstrar o mesmo amor a todas as pessoas. Ore a Ele, pedindo que o ajude.

8 de março · Segunda-feira >>>>

Apenas um par de tênis

Não se desviem, para seguir ídolos inúteis, que de nada valem nem podem livrá-los, pois são inúteis.
1 Samuel 12:21

Todos os dias, Sandro caminhava para a escola com seus tênis já bem desgastados. Quando chegava, pegava uma caixa na mochila e a abria, revelando um lindo par impecável do último modelo lançado. Ele tirava os tênis velhos, guardava na mesma caixa e, com cuidado, calçava o precioso modelo novo.

No recreio, o menino só saía se estivesse com os tênis surrados. Sandro não queria que os tênis novos ficassem riscados ou sujos de grama. Tinham custado caro, e ele queria que permanecessem novinhos em folha.

Certo dia, a aula foi interrompida por um treinamento inesperado de segurança em caso de incêndio.

– Todos se enfileirem no pátio! – orientou o professor.

"Ah, não!", pensou Sandro. "Não posso sair com meus tênis novinhos!"

O menino correu para o fundo da sala, tentando fazer a troca de calçados. Com a pressa, acabou se atrapalhando e saiu muito depois dos colegas.

– Sandro, onde você estava? Em uma situação real, você estaria correndo um sério risco! – alertou o professor, desconfiando do motivo do atraso.

O menino abaixou a cabeça. O que valia mais?

#info
Os tênis surgiram quando se descobriu um processo para deixar a borracha mais resistente, chamado vulcanização. Logo, atletas se interessaram em trocar as solas de couro por solas de borracha, e os jogadores de tênis foram os que contribuíram para o nome do calçado como o conhecemos hoje.

REAJA AGORA!

Lendo a Bíblia, aprendemos que é errado dar espaço à idolatria. Você sabe o que pode ser um ídolo em sua vida? Se existe algo que traz mais sensação de segurança, confiança e felicidade a você do que seu relacionamento com Deus, então é preciso rever suas prioridades. Que tal passar mais tempo conhecendo o amor de Deus em vez de admirar pessoas ou coisas daqui?

Até mais, vovô!

Pois a trombeta soará, os mortos ressuscitarão incorruptíveis e nós seremos transformados.
1 Coríntios 15:52

Diego acreditava na Bíblia e sabia que Jesus voltaria para a Terra a fim de ressuscitar dos mortos Seus seguidores fiéis e levá-los para o Céu com todos os salvos. Mesmo assim, foi difícil se assentar no quarto de hospital com o avô, escutando o bipe do monitor cardíaco e os sussurros dos adultos do lado de fora.

Os pais de Diego estavam conversando com o médico sobre a condição de seu avô. Ele ouviu as palavras "doador de órgãos" e "testamento" serem mencionadas algumas vezes e já tinha idade suficiente para entender o significado daqueles termos. Lágrimas lhe encheram os olhos e seu coração ficou apertado.

Parecia tão injusto! Seu avô não merecia ter sido atropelado por um carro em alta velocidade enquanto atravessava a rua. Ele foi até a cama do avô e pegou sua mão. Era tão frágil! Lágrimas mornas e salgadas rolavam pelo rosto do garoto. Suavemente, o vovô apertou a mão de Diego.

– Eu te amo, vô! – sussurrou.

Poucos minutos depois, o avô faleceu. Mas Diego sabia que aquele "tchau" não seria para sempre. Ele veria o vovô novamente no dia da ressurreição.

"Obrigado por essa promessa, Senhor!", orou. "Sempre aguardarei com expectativa Sua segunda vinda!"

#info
A Bíblia relata a história de dois homens que não passaram pela morte. Quer saber quem são? Leia Gênesis 5:24 e 2 Reis 2:11.

REAJA AGORA!

Quem são as pessoas que você deseja encontrar no Céu?

* Jesus

Espelho meu

Então disse Deus: "Façamos o homem à Nossa imagem, conforme a Nossa semelhança" [...] Criou Deus o homem à Sua imagem, à imagem de Deus o criou; homem e mulher os criou.
Gênesis 1:26, 27

Alguns acham que, para ser considerado belo, é preciso não ter nenhum "defeito". Mas isso é realista? Existe alguém "perfeito"?

De jeito nenhum! Apesar disso, muitas pessoas podem se sentir inferiores, especialmente quando se comparam a modelos e estrelas de cinema que gastam milhares de dólares em tratamentos caros, cosméticos e até cirurgias plásticas. Alguns, obcecados por essa suposta perfeição, acabam ficando doentes, chegando a destruir o próprio corpo na tentativa de se encaixar em certos padrões de "beleza". O mais trágico é que essa busca é em vão, pois não existe ninguém que seja perfeito.

#info
O modelo de beleza nunca foi o mesmo ao longo da História: houve o tempo em que se valorizava um corpo atlético e pálido. Em outra época, eram consideradas bonitas as pessoas de estrutura larga e volumosa. Já em outros momentos, o corpo achatado, sem curvas, era o mais belo.

Não desperdice seu tempo se comparando a ninguém. Muitas das celebridades apenas disfarçam a realidade com procedimentos estéticos e edições digitais de imagem, mas nem todas admitem isso. E é assim que o "padrão" de beleza se torna inatingível. A real beleza é marcada pela singularidade de cada pessoa e pela diversidade de todos.

A verdade é que cada um de nós foi abençoado pela genética. Por quê? Porque, conforme a Bíblia, Deus nos criou à Sua imagem. É verdade! Quer padrão mais especial que esse?

REAJA AGORA!

Deus nos criou à Sua imagem e semelhança, mas o pecado veio para distorcer essa imagem. Pense nas características de Deus. Quais delas você já tem? Quais ainda precisa desenvolver? Que tal trabalhar nisso? Você pode usar Gálatas 5:22, 23 como referência.

É preciso amar

Com isso todos saberão que vocês são Meus discípulos, se vocês se amarem uns aos outros. **João 13:35**

Arthur nunca tinha visto seu pai tão chateado.

Sua família organizou uma reunião com as crianças e os adolescentes da vizinhança para estudar a Bíblia. Eles estavam lendo Romanos, quando, com expressão confusa, Sabrina perguntou:

– Quem é Paulo?

Algumas meninas por perto deram uma risadinha. Sabrina ficou toda vermelha.

O Sr. Wilson, que estava coordenando o estudo, parou imediatamente. Com pesar, anunciou que eles fariam uma pequena pausa para beber água.

Então pediu aos que tinham rido de Sabrina para permanecer.

Enquanto todos se dirigiam para a cozinha, Arthur viu que Sabrina ficou afastada, no corredor. Estava de costas para os colegas. Ele foi até ela.

– Oi! – disse, baixinho. – Você realmente não sabe quem é Paulo?

Sabrina não olhou para cima, mas balançou a cabeça.

– Minha família não é cristã – respondeu ela. – Nunca estudei sobre isso antes.

#info

O livro de Romanos, na verdade, é uma carta. Existem 22 cartas em forma de livros na Bíblia, e a maioria delas foi escrita pelo apóstolo Paulo.

Então, Arthur ficou tão desapontado quanto seu pai. Como Sabrina poderia aprender sobre o amor de Jesus se fosse zombada pelas pessoas que afirmavam segui-Lo?

Quando o grupo se reuniu novamente, as meninas que tinham dado uma risadinha se aproximaram de Sabrina e pediram desculpas. Elas reconheceram não ter agido corretamente e se ofereceram para ajudá-la a achar na Bíblia os versos que seriam lidos naquele estudo.

REAJA AGORA!

Alguém disse que é preciso pregar sobre o amor de Jesus, usando palavras apenas se necessário. Sabe o que isso significa? Que é mais importante agir como Jesus agia do que somente falar sobre Ele. Qual ação de amor você pode colocar em prática hoje mesmo? Pense em pelo menos mais uma para cumprir no fim da semana.

MISSÃO CUMPRIDA ( )

Que bonito!

Acaso não sabem que o corpo de vocês é santuário do Espírito Santo que habita em vocês, que lhes foi dado por Deus, e que vocês não são de vocês mesmos? **1 Coríntios 6:19**

A imagem corporal é a visão que cada um tem de si mesmo. Qual será a sua? Faça o teste para descobrir:

Como você se sente quando está com seu grupo de amigos?

(A) Amo estar com eles!

(B) Às vezes, penso que preciso "cuidar" mais de mim.

(C) Sinto que não é justo eles terem o corpo mais bonito que o meu.

O que você pensa quando é convidado para algum evento?

(A) Oba! Diversão!

(B) Acho que vou fazer exercícios alguns dias antes para parecer melhor.

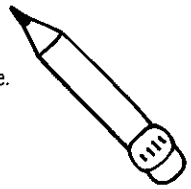
(C) Acho que não vou. Nada fica bem em mim.

Quais são seus critérios ao escolher suas roupas?

(A) Roupas que combinam com meu estilo e personalidade.

(B) Procuro aquelas que disfarçam minhas imperfeições.

(C) Prefiro as que escondem melhor o meu corpo. Mas não gosto muito de comprar roupas.



A maioria de suas respostas foi A? Você parece estar tranquilo quanto à sua aparência. Só não se esqueça de cuidar da saúde! Maioria B? O cuidado com o corpo é importante, mas lembre-se de valorizar e apreciar a si mesmo. Caso tenha escolhido a maioria de respostas C, converse com um adulto em quem confia e fale sobre seus sentimentos. Tente valorizar aquilo de que mais gosta sobre si mesmo.

#info

A pele é o maior órgão do corpo. Em um adulto de tamanho médio, ela tem cerca de 2 metros quadrados de extensão.

REAJA AGORA!

Uma das maneiras de manter sua imagem corporal positiva é cuidar bem do próprio corpo pelos motivos corretos. Procure ser saudável porque Deus o criou para ser a melhor versão de você mesmo, e não a cópia de outra pessoa. Quando se sentir mal consigo mesmo, lembre-se de que Deus o ama exatamente por ser quem é: filho Dele! Aproveite e pense em mais motivos que o fazem ser especial.

13 de março · Sábado >>>>

Primeiro, o mais importante

Tragam ao santuário do Senhor, o seu Deus, o melhor dos primeiros frutos das suas colheitas. **Êxodo 23:19**

Davi estava aguardando ansioso a visita de seu time de futebol ao parque de exposições da cidade. No dia do passeio, o pai de Davi lhe deu uma nota de 50 reais. Era o pagamento pelos pequenos serviços que o garoto tinha feito para ajudá-lo ao longo das últimas semanas.

Ele e os amigos olharam a mostra, foram a alguns brinquedos, visitaram as barracas com lembrancinhas, comeram pipoca e amendoins. Enquanto o dia terminava, um dos amigos de Davi viu uma última aventura.

– Vejam! Vamos ao brinquedo mais radical do parque! – chamou.

– Legal! – exclamou Davi.

Então procurou o dinheiro no bolso, mas descobriu que só tinha uma nota de cinco reais, que separou no início do dia.

– Galera, não posso ir. Só tenho cinco reais. Podem ir sem mim.

– Mas o brinquedo custa apenas cinco reais! – disse o amigo. – Você tem o suficiente.

Davi balançou a cabeça, em negação. Ele não tinha o suficiente para pagar pelo brinquedo e devolver a Deus. Sabia que 10% dos 50 reais que havia recebido do pai deveriam continuar separados para Deus.

– Tudo bem! – disse aos amigos. – Vou esperar aqui.

Ele tinha certeza de que o brinquedo não seria tão divertido caso gastasse o dinheiro do dízimo para estar ali.

#info

Quando Deus orientou que os dízimos e as ofertas fossem levados à igreja, era para que os líderes religiosos não tivessem que se preocupar com o próprio sustento, sendo obrigados a abandonar o serviço no templo para trabalhar. Dessa forma, tanto eles quanto os gastos relacionados à manutenção da igreja podem ser atendidos.

REAJA AGORA! Devolver o dízimo é reconhecer que Deus é o doador de tudo o que temos. Quando entregamos a Ele 10% de nossos ganhos, estamos demonstrando nossa fé em Seu cuidado. Registre seus ganhos em uma agenda e separe o dízimo antes de gastar qualquer quantia. Seja fiel a Deus e você será abençoado.

14 de março · Domingo >>>>

A solução dos irmãos Kellogg

"Peço que faça uma experiência com os seus servos durante dez dias. Não nos dê nada além de vegetais para comer e água para beber." [...] Passados os dez dias, eles pareciam mais saudáveis e mais fortes do que todos os jovens que comiam a comida da mesa do rei. **Daniel 1:12, 15**

Não me sinto nada bem com essa refeição! – disse John depois do desjejum.

– Concordo – respondeu Will, seu irmão, ao sair da mesa. – O que podemos fazer para resolver isso?

Eles estavam incomodados com o desjejum típico nos Estados Unidos no fim do século 19: comidas pesadas e prejudiciais à saúde, como bacon frito e tortas cheias de açúcar e sódio.

Os irmãos tinham crescido em um lar que valorizava a vida saudável. Seus pais serviam uma alimentação composta de frutas, verduras e grãos integrais. Determinados a levar alimentos mais saudáveis para a mesa do desjejum, eles se propuseram a desenvolver um produto único e disponibilizá-lo nos mercados.

Esse produto foi nada mais nada menos que o primeiro cereal matinal produzido em massa, pronto para o consumo. Chegou às lojas em 1906 e revolucionou as refeições nos lares norte-americanos.

Os irmãos afirmavam que o cereal de milho era uma alternativa mais saudável e leve do que a refeição gordurosa que muitas pessoas ingeriam para começar o dia. Talvez você já tenha visto ou até comido: os flocos de milho Kellogg's.

Com um pouco de inovação e muita inspiração, John e Will conseguiram espalhar sua mensagem de um estilo de vida mais saudável.

#info

Você mesmo pode fazer seu desjejum saudável. Na noite anterior, junte iogurte ou suco, aveia, passas, amendoim ou outra castanha. E deixe guardado na geladeira. Na manhã seguinte, é só juntar uma fruta fresca picada e se deliciar.

REAJA AGORA! Como criou nosso corpo, Deus sabe exatamente o que é melhor para ele; por isso, deixou instruções em Sua Palavra. Agora, pense: o que você costuma comer no desjejum? Planeje a refeição do dia seguinte, fazendo escolhas mais saudáveis.

15 de março • Segunda-feira >>>>

Telefone sem fio

Farei calar ao que difama o próximo às ocultas. Não vou tolerar o homem de olhos arrogantes e de coração orgulhoso. **Salmo 101:5**

– Você ficou sabendo que a Cristina roubou o dinheiro da mesa do professor? – Ana perguntou a Helen.

– Quem lhe disse isso? – Helen se admirou.

– Ouvi por aí. Todo mundo está comentando.

A menina ainda não estava convencida.

– Como você sabe que é verdade?

– Ouvi o João e o Raul conversando. Eles disseram que viram tudo.

– Uau! – sussurrou Helen. – Isso é horrível!

No recreio, Helen contou a notícia para Jane.

– Você sabia que a Cristina roubou o dinheiro do professor Tomas? – disse, baixinho.

– Não acredito! – exclamou Jane.

Helen deu de ombros. Mais tarde, quando os alunos estavam mudando de uma sala para a outra, ela viu Cristina seguir o diretor até a sala dele. Helen mordeu os lábios. Então era verdade!

No dia seguinte, o professor Tomas fez um anúncio.

– Estão espalhando alguns rumores de que alguém pegou dinheiro da minha mesa – começou. – Gostaria de acabar com esses boatos, pois não são verdadeiros. Vejam bem, eu não guardo dinheiro na mesa. Então espero que essa fofoca acabe agora mesmo!

Helen ficou morrendo de vergonha e profundamente arrependida. Depois de pedir perdão para a colega, decidiu que jamais falaria de ninguém pelas costas novamente.

#info

Cientistas holandeses organizaram uma pesquisa para descobrir os efeitos da fofoca, e, entre eles, estavam ansiedade e medo.

REAJA AGORA!

A fofoca pode acabar com amizades e trazer muito sofrimento às pessoas. Como filhos de Deus, devemos nos tratar como irmãos, cuidando e levando em consideração o sentimento das outras pessoas. Faça agora mesmo um compromisso com Deus e consigo mesmo de nunca falar ou escutar nenhum tipo de fofoca.

16 de março • Terça-feira >>>>

Nada de sorte

"Porque sou Eu que conheço os planos que tenho para vocês", diz o Senhor, "planos de fazê-los prosperar e não de causar dano, planos de dar a vocês esperança e um futuro." **Jeremias 29:11**

Algumas pessoas acreditam em sorte, levando sempre consigo objetos que, segundo elas, impedem que coisas ruins aconteçam. Alguns costumes supersticiosos são o de jogar sal sobre um dos ombros, cruzar os dedos, ou ainda procurar por um trevo com quatro folhas.

Por mais que muitas pessoas estejam convencidas do "poder" desses objetos ou gestos, as coisas boas que acontecem "por causa" deles não passam de coincidências. O maior erro de se apegar a objetos de "sorte" é pensar que a vida está à mercê do acaso. De que cada pessoa precisa dar um jeito, sozinha, de se dar bem.

#info

Muitos atletas profissionais são tão supersticiosos que às vezes passam dias, semanas e até meses sem lavar determinada peça de roupa (como as meias). Quem quer estar perto de alguém usando algo tão fedorento?

Ao ler a Bíblia, descobrimos que isso não é verdade. Não estamos sozinhos. Deus cuida de todos e tem um plano especial para cada um. Se coisas ruins acontecem é porque este mundo é cheio de pecado. Por isso, a única segurança que podemos ter é confiar no poder de Deus e em Sua sabedoria para cuidar de nós.

Não existe sorte. Existe Deus!

REAJA AGORA!

Pense em três sonhos que você quer realizar. O que você pode fazer, que está ao seu alcance, para atingir seus objetivos? Não conte com a sorte. Estabeleça um plano de metas, mas, antes de tudo, entregue seus planos a Deus e peça a Ele que faça o melhor em sua vida.

Ele deu tudo

Ninguém tem maior amor do que aquele que dá a sua vida pelos seus amigos. **João 15:13**

Pai do ano.

Era assim que algumas pessoas estavam chamando James Kim. Ele e a família partiram de carro do estado de Oregon, com o plano de viajar até sua região natal, no norte da Califórnia. Mas, quando eles não chegaram, familiares e amigos se preocuparam. Passaram-se dias, enquanto uma busca intensiva era realizada. Por fim, Katie, a esposa, e as filhas foram encontradas em uma estrada nas montanhas de Oregon. A família tinha parado na estrada por causa de uma tempestade de neve.

A temperatura estava abaixo de zero e eles não tinham condições de se aquecer. Sobreviveram por mais de uma semana comendo biscoitos e papinhas, que tinham levado para as meninas de quatro anos de idade e sete meses, respectivamente. Infelizmente, James morreu depois de sair do carro a fim de procurar ajuda.

A equipe de resgate que encontrou o corpo de James constatou que ele havia andado por vários quilômetros, atravessando rios gelados e neve profunda. Sofreu de hipotermia severa (que acontece quando a temperatura do corpo cai drasticamente abaixo do normal) e não fez uma refeição adequada por duas semanas. Mas prosseguia em busca de um milagre, deixando pistas para a equipe de busca que ele imaginava estar procurando por eles.

Assim como James fez tudo o que podia para salvar sua família, Jesus ofereceu-Se como sacrifício para salvar você. Ele é o Salvador do mundo!

#info

Existem sete tipos de neve: flocos de neve (floco de gelo), grão de neve (partículas bem pequenas e opacas de gelo), grão de gelo (pelotas de gelo), graupel (partículas pesadas de neve), granizo (pedras sólidas de gelo), chuva congelada (água congela ao entrar em contato com o solo) e água-neve (cai no chão com traços de cristalização).

REAJA AGORA!

Você já agradeceu a Jesus por morrer em seu favor? Que tal abrir o coração a Ele neste momento e expressar toda a sua gratidão?

Faça sua parte

Pois Eu tive fome, e vocês Me deram de comer; tive sede, e vocês Me deram de beber. **Mateus 25:35**

Você já viu fotos de pessoas, em lugares distantes, vivendo em situações de extrema necessidade? Fotos como a de uma criança desnutrida ou a de uma mulher idosa deitada em uma esteira o dia inteiro porque não tem energia para levantar? Embora seja difícil entender os motivos para essas pessoas terem tão pouco, é fácil identificar que estão sofrendo.

Mas o que você pode fazer para ajudar?

"Eu não tenho emprego", talvez diga. "Não tenho dinheiro para comprar comida para milhões de pessoas. Mesmo se eu tivesse, como poderia chegar lá?"

Você não precisa tentar ajudar milhões de pessoas, mas pode ajudar uma (talvez duas e até mais). Existe uma maneira de conseguir levar o auxílio onde ele precisa chegar.

Uma organização chamada Agência Adventista de Desenvolvimento e Recursos Assistenciais (ADRA) trabalha para ajudar as pessoas do mundo inteiro. Mas a ADRA não pode fazer isso sozinha. Necessita de doações de pessoas que se importam e querem ajudar, mesmo em pequena escala. Alguns projetos, como fornecer uma refeição quente para um idoso na Ásia, custam apenas 1 real!

Você consegue separar 1 real ou mais para ajudar os necessitados? Em caso afirmativo, a ADRA apreciará sua ajuda. Acesse www.adra.org.br e clique em "Doe agora".

DOAR

#info

ADRA é uma agência humanitária que está presente em mais de 130 países e, no Brasil, está organizada em 13 regionais que abrangem 15 estados.

REAJA AGORA!

Leia 2 Coríntios 8:13-15. O que está escrito nessa passagem a respeito da sua responsabilidade como cristão?

© Vadim | adobe stock

Bom amigo

Não tema, pois Eu o resgatei; Eu o chamei pelo nome; você é Meu. **Isaías 43:1**

Carlos estremeceu quando percebeu que um grupo de garotos se reunia em volta de Júnior. Ele sabia muito bem o que aquilo significava. Por um momento, pensou em virar as costas. Não queria assistir à cena.

Carlos tinha medo de passar a sofrer bullying também, mas sabia que deveria se posicionar e defender o amigo. Então, reuniu toda a sua coragem para confrontar Tony, um menino maldoso do nono ano.

Quando estava se aproximando do grupo, avistou um professor e chamou a atenção para os meninos maltratando seu colega. O professor interferiu na situação e tomou as providências. Tony e seu grupo foram encaminhados à diretoria, enquanto Júnior era atendido na enfermaria.

– E aí, como você está? – perguntou Carlos.

Júnior olhou para o amigo com gratidão.

– Sei que você chamou o professor. Obrigado por ser um bom amigo!

Os amigos se abraçaram e agradeceram a Deus por dar coragem a Carlos e por enviar o professor no momento exato.

#info

Desde 2018, existe uma lei no Brasil que atribui às escolas a função de promover uma cultura de paz e combater todo e qualquer tipo de violência em seu ambiente.

REAJA AGORA!

Se estiver sofrendo bullying, procure a ajuda de um adulto de confiança e não se esqueça de que Deus sempre está ao seu lado. Conte seus problemas a Ele, peça Sua proteção e confie que enviará Seus anjos para guardar você.

Não à violência

Quanto ao mais, [...] sejam compassivos, amem-se fraternalmente, sejam misericordiosos e humildes. **1 Pedro 3:8**

Bullying é um assunto sério, não só para quem está em idade escolar, mas para os adultos também. O bullying pode levar as pessoas a se sentirem deprimidas, sem valor e até tirar a vontade de viver. Essa prática jamais deve ser aceita como se fosse apenas uma brincadeira.

O que você faria para ajudar um colega nessa situação? Leia os exemplos de bullying a seguir e escreva sua reação.

* Alunos estão rindo das roupas, da aparência ou do jeito de um colega.

_____

* Todos em sua escola estão espalhando boatos sobre um aluno.

_____

* O mesmo colega é sempre escolhido por último para um time.

_____

* Muitos colegas saem de perto quando um aluno chega.

_____

* Um grupo de alunos implica sempre com o mesmo colega.

_____

* Alguns alunos usam apelidos maldosos ou pejorativos para chamar um colega.

_____

#info

Para saber se alguém está sofrendo bullying, fique atento aos sinais: desinteresse repentino por atividades ou lugares de que antes gostava, frequentes dores de cabeça ou de barriga, apetite desregulado, isolamento, irritabilidade.

REAJA AGORA!

Não é seguro enfrentar alguém que pratica bullying. O ideal é procurar adultos de confiança, como seus pais ou professores e pedir que eles interfiram na situação. Acima de tudo, peça sabedoria e auxílio a Deus. Ele é um refúgio para as situações mais difíceis.

21 de março • Domingo >>>>

Trabalho em equipe

Ora, assim como o corpo é uma unidade, embora tenha muitos membros, e todos os membros, mesmo sendo muitos, formam um só corpo, assim também com respeito a Cristo. **1 Coríntios 12:12**

Nas Olimpíadas do Rio de Janeiro, em 2016, Abbey D'Agostino e Nikki Hamblin estavam competindo pela medalha de atletismo. Durante a prova, porém, as duas corredoras se chocaram e caíram na pista.

Em vez de se levantar o mais rápido possível para recuperar o tempo perdido, Abbey decidiu ajudar Nikki. Quando as duas voltaram a correr, Abbey percebeu que tinha machucado seu tornozelo.

Então, foi a vez de Nikki amparar a colega, até que ela saísse da pista em uma cadeira de rodas. Apenas Nikki completou a prova, mas, logo na linha de chegada, sua nova amiga Abbey a esperava para um abraço de gratidão. Por causa de seu espírito esportivo, as duas atletas foram incluídas na final pelos organizadores do evento.

Assim como machucar apenas uma parte do corpo pode afetá-lo da cabeça aos pés, os problemas de uma pessoa podem afetar as outras. Deus criou os seres humanos para agir em harmonia, trabalhando em conjunto, como o organismo. Como em uma grande família, dependemos uns dos outros. **NÃO SEJA INDIFERENTE AO QUE SE PASSA À SUA VOLTA.** Levante quem "cair" perto de você.

#info

De acordo com profissionais da saúde, o dedo mínimo, que pode parecer insignificante, é o que dá 50% de força para a mão. Sem ele, segurar objetos, principalmente pesados, é uma tarefa muito mais difícil.

REAJA AGORA!

Tente pensar em alguém próximo a você, como um vizinho, colega de classe ou de escola, ou mesmo um parente que esteja passando por uma situação difícil. O que você pode fazer para ajudar? Pense em duas ações, mesmo que simples, e as coloque em prática.

22 de março • Segunda-feira >>>>

O real valor

Quem confia em suas riquezas certamente cairá, mas os justos florescerão como a folhagem verdejante. **Provérbios 11:28**

Tina era de uma família humilde. A maioria de suas roupas vinha de brechós. Ela nem se lembrava da última vez que havia comprado algo novo. Sua mãe tinha dois empregos para conseguir sustentar a família e não havia folga financeira para luxos.

Todos os anos, após o Natal, os colegas de Tina se divertiam muito contando sobre os presentes, muitas vezes caros, que tinham ganhado. Nesses momentos, ela era a mais animada. Embora ganhasse coisas simples, sabia que o valor de seus presentes estava no esforço que a mãe fazia para comprá-los.

Algumas pessoas acham que o valor das coisas está associado ao preço delas e acabam fazendo o mesmo com as pessoas, valorizando apenas quem tem isso ou aquilo, em vez de prestar atenção nas qualidades.

E para você, o que vale mais?

#info

A palavra brechó vem do nome Belchior e faz menção a um vendedor do século 19 que saía pelo Rio de Janeiro vendendo roupas e objetos usados. Com o tempo, os brechós se tornaram cada vez mais comuns. Quem compra roupas usadas está ajudando a reduzir os gastos de energia, de água e de resíduos gerados pela fabricação de peças novas. Além de economizar dinheiro, contribui para a preservação da natureza.

REAJA AGORA!

Pense em pelo menos cinco coisas que não têm preço, mas valem muito. Sabe qual é a mais valiosa delas?

O ♡ DE DEUS

Filhos do mesmo Pai

> *Se alguém afirmar: "Eu amo a Deus", mas odiar seu irmão, é mentiroso, pois quem não ama seu irmão, a quem vê, não pode amar a Deus, a quem não vê.* **1 João 4:20**

– Sam! – a irmã mais nova de Samanta chamou, enquanto sentava ao seu lado no sofá. – Por que algumas pessoas acham ruim alguém ser de uma cor diferente?

Ela tirou os olhos do livro que estava lendo e analisou a expressão confusa da irmã.

– O que a fez pensar nisso? – ela perguntou.

– Bem, tem uma menina nova na minha sala e algumas das crianças estão zombando dela – a garotinha explicou.

– O que você acha? – perguntou Samanta.

– Não entendo qual é o problema – pausou ela, enquanto pensava. – Conversei com ela e parece uma menina bem legal. Gostaria de ser amiga dela.

Samanta deixou o livro de lado e abraçou a irmãzinha.

– Algumas pessoas não gostam de ninguém com aparência diferente da delas – começou. – Talvez tenham muito em comum com elas, mas se recusam a aceitar qualquer tipo de diferença exterior.

– Por quê? Isso não faz sentido!

– Não faz, mesmo – Sam concordou. – Deus nos criou muito diferentes uns dos outros, mas com o mesmo valor: **SOMOS TODOS FILHOS AMADOS DELE!**

#info
A palavra preconceito vem da junção de outras duas: "pré" e "conceptus", do latim. Significa formar um conceito sobre algo antes de conhecê-lo.

REAJA AGORA!

Como você trata as pessoas diferentes de você? Lembre-se de que todos somos irmãos, e Deus espera que demonstremos a cada pessoa o mesmo amor que dizemos sentir por Ele.

A semente do futuro

> *Plante de manhã a sua semente, e mesmo ao entardecer não deixe as suas mãos ficarem à toa, pois você não sabe o que acontecerá, se esta ou aquela produzirá, ou se as duas serão igualmente boas.* **Eclesiastes 11:6**

Em 2019, o Brasil foi considerado o terceiro maior produtor de milho do mundo, e um dos maiores exportadores também. Mas o cultivo de milho não é tão simples. Por ser uma planta que depende de muita água e condições específicas de temperatura, é preciso ter um planejamento muito cuidadoso para que o plantio ocorra na época certa.

Um exemplo entre tantas regiões que produzem milho no Brasil é o Nordeste, onde os pequenos produtores contam com as chuvas de março para marcar a semeadura. Mesmo que as boas condições favoreçam o plantio, ainda é preciso esperar pela maior concentração de chuva em junho, no período próximo à colheita, que promove a maturidade dos grãos. O calendário de plantio e colheita nessa região está associado a festividades típicas, que envolvem a comemoração pelo plantio bem-sucedido.

Cultivar uma plantação tem muitos riscos, pois depende de fatores que não podem ser controlados, como a condição do tempo. Quanto maior é o risco, maior a responsabilidade de preparo. O **VERSO DE HOJE** ilustra um semeador incansável, fazendo tudo o que está ao seu alcance para garantir uma boa colheita.

Que frutos você gostaria de colher? Uma carreira bem-sucedida e útil para a sociedade? Uma família unida e feliz? Um caráter semelhante ao de Deus? É preciso investir no plantio agora! Identifique suas fraquezas e necessidades, aproveite as oportunidades que surgirem e peça que Deus cultive o solo de sua vida.

#info
O "cabelo" do milho tem uma função essencial para a planta. Cada "fio" capta o pólen liberado por outros pés de milho e forma um grão na espiga. Assim, eles são os responsáveis pela formação de cada espiga de milho.

REAJA AGORA!

Como você pode se preparar hoje para a vida que quer ter no futuro? Peça sabedoria a Deus, entregue seus planos e confie a Ele aquilo que foge de seu controle.

O maior missionário

Ela dará à luz um filho, e você deverá dar-Lhe o nome de Jesus, porque Ele salvará o Seu povo dos seus pecados. **Mateus 1:21**

Certo homem recebeu a oportunidade de se tornar missionário. Ele havia feito muitas obras para Deus antes, mas essa foi a primeira vez que O chamaram para viajar a uma nova região. Estava preocupado com a população nativa, pois ela tinha a reputação de ser fria e cruel. Ele sabia que, se viajasse para aquela área, correria perigo. Mas também sabia que era o único qualificado para a tarefa, então concordou em ministrar para aquelas pessoas.

Quando chegou, ninguém Lhe deu atenção. Não havia motivo para isso. Não era ninguém para eles. Mas Ele havia chegado para cumprir uma missão divina e estava determinado a fazer com que ouvissem Sua mensagem. Orava com frequência pedindo sabedoria, orientação e poder para realizar grandes milagres em nome de Deus.

Logo, o homem tinha muitos seguidores. Ficavam maravilhados com a verdade nas palavras que Ele pregava. Sentiam esperança depois de ouvir Seus sermões, pois os levava a crer na bondade novamente.

Mas muitos dos nativos não se impressionaram com Ele. Aliás, alguns achavam que ele era louco e exigiram que parasse de pregar e fosse embora. Como Ele permaneceu, elaboraram um plano: fizeram uma emboscada. Ele foi sequestrado e assassinado.

Talvez você já tenha ouvido falar sobre esse missionário antes. O nome dele é Jesus.

#info

Na Bíblia, o primeiro missionário recebeu uma grande tarefa: abençoar todas as nações da Terra! Quer saber quem foi ele? Leia mais em Gênesis 12.

REAJA AGORA!

Jesus cumpriu Sua missão na Terra e agora está no Céu, aguardando o momento de voltar e acabar definitivamente com o mal. Enquanto isso, Ele tem uma missão especial para cada um de nós. Você já descobriu qual é a sua? Se já, peça-Lhe força e sabedoria para realizá-la. Se ainda não, peça-Lhe que mostre a você.

Imperdível

Escolham hoje a quem irão servir [...]. Mas eu e a minha família serviremos ao Senhor. **Josué 24:15**

Heloísa gostava muito de fotografar. Ela tinha feito um curso em sua cidade, e seus tios lhe deram uma câmera. Boa parte de seu tempo livre era gasto praticando suas habilidades como fotógrafa.

Então foi como um sonho se tornando realidade quando a rádio local anunciou que um renomado fotógrafo estaria passando pela cidade com uma exposição de fotos e uma oficina para os 30 primeiros interessados. Seus pais concordaram que ela fosse, e Heloísa conseguiu se inscrever para o curso a tempo.

Mas ficou arrasada quando a data foi anunciada: a exposição e a oficina seriam em uma sexta-feira à noite. Era o único dia em que o fotógrafo estaria na cidade. Mesmo desapontada, ela não pensou duas vezes em ceder sua vaga para o evento, pois tinha um compromisso mais importante para aquele dia.

Quando chegou a noite do evento, Heloísa estava em casa, com seus pais, agradecendo a Deus pela chegada do sábado. "Nada pode ser pior que perder a oportunidade de passar tempo com meu Melhor Amigo", ela pensou.

#info

A primeira selfie da história foi tirada pelo americano Robert Cornelius, em 1839. Ele estava ao lado de sua loja de lâmpadas e precisou ficar em pé por mais de 15 minutos, esperando a foto ser reproduzida.

REAJA AGORA!

Ao fim da criação, Deus estabeleceu o sábado como um dia exclusivo para passar tempo com Seus filhos. No início, no Éden, Ele aparecia pessoalmente para conversar com Adão e Eva; mas, mesmo que você não consiga vê-Lo, não significa que Ele não esteja presente. Dedique um tempo especial para conversar a sós com Deus no próximo sábado e sinta a alegria de estar com seu melhor Amigo.

#SÁBADO #MELHORDIA
#ENCONTROMARCADO

De mudança

Pois vejam! Criarei novos céus e nova terra, e as coisas passadas não serão lembradas. Jamais virão à mente! **Isaías 65:17**

Michelle sentiu uma sensação incômoda nos olhos enquanto abria uma caixa cheia de álbuns de fotografia e os arrumava na estante. Tentou impedir que o choro viesse à tona, mas as lágrimas fluíram assim mesmo. Sua família tinha se mudado de uma grande cidade para a região rural.

A nova cidade era mais tranquila do que a menina estava acostumada, e as pessoas dali eram bem diferentes. Michelle não tinha certeza se conseguiria se encaixar naquele lugar. Seus pais disseram que a adaptação levaria tempo, mas afirmaram que logo ela teria muitos amigos.

Por dentro, Michelle não conseguia concordar. Como, um dia, ela se sentiria em casa em um lugar tão diferente? Ela conheceu um grupo de meninas de sua idade, mas elas falavam diferente, se vestiam de maneira diferente e gostavam de coisas que Michelle nem conhecia. Ela se sentia como um peixe fora d'água.

Você já se sentiu assim em alguma situação?

O mundo pode ser um lugar difícil para os cristãos. Isso acontece porque esta Terra não é nosso verdadeiro lar. Sem dúvida, é um lugar de habitação temporário, mas Jesus prometeu preparar uma Nova Terra para nós, onde viveremos para sempre. Se você sente que não se encaixa por ser diferente, há um motivo: é porque você é diferente mesmo!

#info

Se você boceja ao ver seu amigo bocejar, esse pode ser um sinal de que são realmente próximos. Pesquisadores italianos afirmam que o bocejo é mais contagiante entre pessoas que sentem forte empatia uma pela outra.

Mas não se sinta mal por isso. Da próxima vez que se sentir deslocado, lembre-se de que Jesus em breve voltará para nos levar ao nosso lar verdadeiro.

REAJA AGORA!

Você já enfrentou uma grande mudança? Imagine como Jesus deve ter Se sentido quando veio do Céu para a Terra! Só o amor explica tudo o que Ele fez enquanto esteve aqui. Siga Seu exemplo e viva uma vida de amor, assim como a de Jesus, por onde você for!

Fiel até o fim

O senhor respondeu: "Muito bem, servo bom e fiel! Você foi fiel no pouco, eu o porei sobre o muito. Venha e participe da alegria do seu senhor!" **Mateus 25:21**

De acordo com a ONU, três em cada quatro pessoas no mundo não têm liberdade para seguir a própria religião. Para os cristãos, um entre 12 pode ser perseguido por sua fé. No Brasil, onde a própria televisão transmite programas religiosos de diversas denominações, essa realidade parece distante.

Mas há lugares em que é proibido construir igrejas, ou mesmo expressar a fé em uma crença diferente da oficial adotada pelo país.

A Bíblia nos conta que, nos dias que antecederem a volta de Jesus, os cristãos enfrentarão oposição e precisarão escolher entre ceder à pressão e ter uma vida fácil ou se posicionar ao lado de Cristo e aceitar as dificuldades que acompanharão essa escolha. No fim, porém, sabemos que aqueles que escolherem Jesus receberão a vida eterna.

#info

Atualmente, o cristianismo é a religião com maior número de crentes, com mais de 2 bilhões de pessoas ao redor do mundo. Em segundo lugar, está o islamismo e, em terceiro, o hinduísmo.

O que você escolherá?

REAJA AGORA!

Você já se sentiu pressionado por um grupo de amigos a fingir que não é cristão? Como você lidou com a situação? As pequenas escolhas ajudam a tomar grandes decisões. Seja fiel nos detalhes de seu dia a dia e peça a Deus força para permanecer fiel nas situações mais desafiadoras.

29 de março • Segunda-feira >>>>

É para o seu bem

Nenhuma disciplina parece ser motivo de alegria no momento, mas sim de tristeza. Mais tarde, porém, produz fruto de justiça e paz para aqueles que por ela foram exercitados. **Hebreus 12:11**

Mayara estava superempolgada com o bichinho de estimação que havia adotado na sociedade protetora dos animais de sua cidade. Ginger era uma *hamster* anã, cheia de lindas manchinhas marrons e brancas, além de olhos negros brilhantes. Quando levou Ginger para casa, Mayara a colocou em uma gaiola na prateleira mais alta, para que Pingo, o gato da família, não mexesse com ela. Mas Ginger tentava fugir da gaiola o tempo inteiro.

– Por que a Ginger tenta sair toda hora? – Mayara perguntou à mãe. – Ela não sabe que não é seguro?

– Ela é um animal, não pode discernir essas coisas. Mas, pense bem... quantas pessoas agem da mesma forma – respondeu a mãe, que estava na cozinha, terminando de lavar a louça do jantar. – Assim como a Ginger, tentamos o tempo inteiro fazer coisas que não são boas para nós. É claro que ela não sabe o quanto é perigoso fugir da gaiola, assim como nós nem sempre sabemos, ou mesmo compreendemos, os perigos do pecado.

– Ainda bem que temos um Pai celestial que nos protege dos perigos – ela lembrou a filha. – Assim como você protege a Ginger.

Mayara concordou.

– Sim! Às vezes, quando não ganhamos o que queremos, pensamos que Deus não está nos ouvindo. Mas talvez Ele esteja apenas fazendo o que é melhor!

#info

Os dentes de hamsters nunca param de crescer. Isso os ajuda a alimentar-se corretamente. Aliás, se você notar o tamanho das bochechas, não é por acaso: eles costumam armazenar comida ali, para levar para a família ou para comer depois.

REAJA AGORA!

Você já pediu a Deus algo que queria muito e aparentemente ficou sem resposta? Em vez de ficar frustrado com Deus ou achar que Ele é injusto, peça que Lhe mostre qual é Sua vontade e Lhe agradeça por sempre fazer o melhor.

30 de março • Terça-feira >>>>

Conte tudo

O Senhor ouviu a minha súplica; o Senhor aceitou a minha oração. **Salmo 6:9**

Jenifer e Maria estavam voltando da escola, quando Maria contou à amiga que estava orando para seu pai conseguir o emprego para o qual havia se candidatado.

– Eu não costumo orar, mas achei que deveria desta vez – ela comentou.

– Vou orar por isso também. – Jenifer prometeu. – Maria... por que não aproveita e começa a orar sempre?

– Como assim? Eu não sei o que mais poderia falar.

– Ah, amiga, é mais simples do que você imagina. É só conversar com Deus como se estivesse me contando o seu dia: suas conquistas, como a boa nota em Geografia, seus problemas, seus pedidos, como o emprego do seu pai...

– Hum, não sei. E quando eu fizer algo ruim? Não vou ter coragem de orar.

– Mas essa é a melhor parte: pedir perdão sinceramente e receber uma nova chance para fazer diferente! A oração traz a certeza de que Deus sempre está a seu lado, cuidando, orientando, consolando... É a certeza de ter um melhor Amigo sempre por perto!

– Uau, Jenifer! Eu nunca tinha pensado assim. Acho que vou tentar – Maria respondeu, sorrindo.

Ela não via a hora de chegar em casa para estar a sós com seu novo melhor Amigo.

#info

De acordo com estudos, a oração faz bem à saúde: diminui o nível de estresse, regula a pressão arterial, ajuda a fortalecer o sistema imunológico e pode até conceder anos a mais de vida.

REAJA AGORA!

Orar por alguém é um dos presentes mais poderosos que você pode dar. Ore por alguém hoje e, se quiser, conte a essa pessoa e pergunte se há algo em especial pelo qual orar.

ORAÇÃO = PROVA DE

Bons hábitos

Longa vida para o senhor! Muita paz para o senhor e sua família! E muita prosperidade para tudo o que é seu! **1 Samuel 25:6**

Quando a Igreja Adventista do Sétimo Dia estava começando, uma das fundadoras da igreja, Ellen G. White, teve uma visão que a inspirou a enfatizar mudanças que as pessoas precisavam fazer em seu estilo de vida e alimentação.

Naquela época, a maioria das pessoas não dava muita importância à saúde. Aquilo que sabemos hoje (por exemplo, que ar fresco, água limpa, higiene pessoal, alimentação nutritiva e muito exercício são necessários para a boa saúde) não era um conhecimento comum para as pessoas do século 19 e início do 20. Muitos trabalhavam por horas infindáveis, tinham uma alimentação ruim, cheia de gordura animal, mantinham a casa escura e sem circulação de ar e não tomavam banho com regularidade. Depois não conseguiam entender por que estavam sempre doentes, cansados e deprimidos!

Ellen White disse que, para que as pessoas pudessem fazer a obra de Deus com plenitude, precisavam ser fortes e ter saúde vibrante. Então começou a promover uma vida mais saudável por meio da pregação e de material escrito sobre o assunto. Muitas de suas orientações inspiradas por Deus foram confirmadas pela ciência anos mais tarde.

#info

Um estudo da University College de Londres mostrou que são necessários 66 dias repetindo uma ação para que ela se torne um hábito. Outros especialistas acreditam que alguns hábitos incentivam a formação de outros. Por exemplo: a prática de exercícios físicos estimula a alimentação saudável.

REAJA AGORA!

Quais são três hábitos que você precisa mudar em sua rotina? Comece mudando um por vez. Leia as orientações de saúde deixadas por Deus e coloque-as em prática.

MEU CORPO É O TEMPLO DO ESPÍRITO SANTO.

Enviados por Deus

De manhã ouves, Senhor, o meu clamor; de manhã Te apresento a minha oração e aguardo com esperança. **Salmo 5:3**

#@%&!

Cris levou a mão à boca, tentando voltar atrás depois de ter falado aquela palavra horrível, mas era tarde demais.

Ela e a mãe eram novas no bairro. A garota fez amigos com facilidade, e não demorou muito para aprender o palavreado vulgar deles.

Certo dia, dois homens tocaram a campainha da casa de Cris.

Eles se apresentaram, e a mãe permitiu que entrassem na casa.

Os homens mostraram uma coleção de livros cristãos.

Cada livro tinha várias histórias sobre adolescentes que enfrentaram os mesmos desafios que Cris encontrava todos os dias.

Emocionada, a mãe de Cris disse que não tinha dúvidas de que Deus os enviou naquele momento para ajudá-la. Ela estava orando sobre isso e, dias antes, sonhou que dois homens viriam à sua casa trazendo algo especial. Quando a mãe de Cris contou o sonho, todos ficaram muito emocionados.

#info

No século 17, na França, um homem chamado Pedro Valdo contratou pessoas para copiar trechos da Palavra de Deus para serem distribuídos. Por causa da perseguição aos cristãos, poucos tinham acesso à Bíblia naquela época. Então, ele mandou confeccionar uma bolsa tiracolo, que era colocada no pescoço de seus funcionários e ficava escondida sob o casaco. Dentro dela havia porções escritas da Bíblia que eram entregues para muitas pessoas. Esse movimento cresceu, influenciou o cristianismo da época e de futuras gerações. Dessa iniciativa surgiu a palavra colportor, que significa carregar, portar no pescoço.

Ela comprou uma coleção para Cris e outros livros para si.

Como é bom ver que Deus responde a nossas orações!

REAJA AGORA!

Ore a Deus entregando suas preocupações e seus problemas. No tempo certo, Ele enviará a resposta e será o melhor para você. Aguarde com esperança!

2 de abril • Sexta-feira >>>>

Leões à espreita

Estejam alertas e vigiem. O Diabo, o inimigo de vocês, anda ao redor como leão, rugindo e procurando a quem possa devorar. Resistam-lhe, permanecendo firmes na fé, sabendo que os irmãos que vocês têm em todo o mundo estão passando pelos mesmos sofrimentos. **1 Pedro 5:8, 9**

Já viu um desses canais que apresentam vida selvagem? Se sim, a cena descrita a seguir não lhe parecerá estranha: cerca de 100 búfalos pastam tranquilamente. Eles não sabem, mas um grupo de seis leões está à espreita. Eles procuram uma oportunidade para atacar. De repente, percebem que um dos búfalos se afastou do rebanho. É a presa perfeita!

Como se tivessem combinado, os leões avançam na direção desse búfalo desgarrado. Um pula em suas costas, outro o agarra pela perna para detê-lo na corrida e os demais chegam para terminar o serviço. É horrível! Difícil de assistir! Pobre búfalo! Já era!

Há outro aspecto chocante que, muitas vezes, pode ser visto nesses duelos entre búfalos e leões. Mesmo estando em número maior, nem sempre os búfalos partem em defesa daquele que foi atacado. Às vezes, ficam à distância, só observando a cena. Imagine 99 búfalos, com seus chifres afiados, partindo em defesa do companheiro. Facilmente colocariam os leões para correr.

#info
Em pequenas distâncias, o leão chega a atingir 50 quilômetros por hora e, quando ataca, um de seus principais alvos é o pescoço da vítima.

Como um leão, Satanás está à espreita. Qualquer um que se distancie um pouquinho de Jesus se torna alvo fácil para ele. Então, primeiro: não se distancie de Jesus e nem do povo de Deus. Mesmo que haja problemas por perto, ainda é o mais seguro a fazer. Segundo: Conhece alguém que esteja tendo lutas espirituais? Em vez de simplesmente olhar à distância e falar "ainda bem que não é comigo", pense em como ajudar. Imagine fiéis, afiados na oração, que podem partir em defesa de um irmão e afugentar o inimigo!

REAJA AGORA! Que ajuda você pode oferecer a quem esteja precisando? Oração, uma palavra de ânimo, um sorriso, um abraço, uma mensagem... tantas maneiras! Permaneça firme na fé, busque o poder e a proteção de Deus contra o mal e não perca a oportunidade de ser uma bênção para alguém.

3 de abril • Sábado >>>>

Bom Pastor

O Senhor é o meu pastor; de nada terei falta. Em verdes pastagens me faz repousar e me conduz a águas tranquilas. **Salmo 23:1, 2**

Ô! Xô! Fora do caminhão – disse Bob.

Bob estava tremendo de frio enquanto ajudava o irmão mais novo a conduzir os 31 filhotes de ovelha para o aprisco, que estava com muita neve ao redor. A família havia pendurado várias lâmpadas para tentar manter os recém-nascidos aquecidos.

Infelizmente, naquela noite, a temperatura esfriou tanto que dois cordeirinhos morreram congelados. Isso cortou o coração de Bob. "Ó, Senhor! Por favor, ajuda-nos a pensar em algo para manter os cordeirinhos aquecidos durante a noite", ele orou.

Então sua mãe teve uma ideia:

– Bob, você e o Adam precisam me ajudar a levar as ovelhas para os fundos de nossa casa – insistiu a mãe, enquanto o sol se punha no vale abaixo.

Bob não sabia o que a mãe tinha em mente, mas ele e o irmão a ajudaram a conduzir as ovelhas pela neve. Quando chegaram na parte de trás da casa, a mãe abriu a porta dos fundos e deixou os cordeirinhos entrarem.

#info
Estudos revelam que as ovelhas são capazes de identificar diferentes expressões da face de outros integrantes do rebanho.

Bob não conseguia acreditar no que estava vendo! Como iria dormir com ovelhas pela casa inteira? Então percebeu que o pai havia colocado um pedaço grande de compensado de madeira limitando uma parte da casa para os animais. Ficou bem apertado, mas finalmente a família conseguiu ajeitar as 29 ovelhas no pequeno espaço, e todas foram salvas.

REAJA AGORA! Jesus é um bom pastor que cuida de Suas ovelhas de maneira única. Ele Se importa com você e entregou a própria vida para salvar a sua. Qual será sua resposta diante de tão grande amor?

4 de abril • Domingo >>>>

Que trabalheira!

O que as suas mãos tiverem que fazer, que o façam com toda a sua força. **Eclesiastes 9:10**

Meninos, agora temos trabalho a fazer – disse dona Marlene. – Vocês já descascaram o milho?

Não demorou muito para Alex, Noemi e Shirley terem uma porção de espigas descascadas em uma grande cesta a seus pés.

– Excelente! – disse a avó ao ver a pilha. – Vocês formaram uma ótima equipe! Agora o que acham que devemos fazer?

– Um lanchinho? – Alex deu um palpite.

– Espertinho! – sorriu a avó. – Na verdade, ainda há muito trabalho para fazer. Vou ensinar a vocês como ralar esse milho.

Noemi reclamou, mas obedeceu e viu que, com os primos, a tarefa foi feita rapidamente

– Que beleza! Vocês estão de parabéns! – exclamou dona Marlene. – A partir de agora, deixem comigo! Podem acompanhar o vovô nas outras tarefas do sítio.

Os primos saíram dali e, com o avô, passaram o dia todo alimentando os animais, colhendo frutas, mexendo na horta, limpando o quintal, consertando a cerca. Ufa!

Noemi estava se divertindo, mas precisava admitir que jamais havia trabalhado tanto na vida. No fim do dia, parecia que todos os músculos de seu corpo doíam.

"Vou pensar duas vezes antes de reclamar de lavar a louça em casa depois disso", pensou Noemi. Ela percebeu que sua vida era bem tranquila em comparação com as tarefas dos avós no sítio.

#info

Se você acha que o trabalho é algo ruim, está enganado. Ele surgiu antes do pecado em nosso planeta. Deus colocou Adão para cuidar do jardim do Éden, cultivando e cuidando dele (Gênesis 2:15). O trabalho é uma bênção!

REAJA AGORA!

Você ajuda nos trabalhos de casa ou reclama quando precisa contribuir de alguma forma? Por que você acha que Deus criou o trabalho?

5 de abril • Segunda-feira >>>>

Diferente

Vocês, porém, são geração eleita, sacerdócio real, nação santa, povo exclusivo de Deus, para anunciar as grandezas Daquele que os chamou das trevas para a Sua maravilhosa luz. **1 Pedro 2:9**

Com frequência, Rose se sentia excluída na nova escola. Ela não conseguia se enturmar, já que seus colegas de classe muitas vezes falavam de temas sobre os quais ela não sabia e também não gostava. Certo dia, entendeu por que se sentia tão sozinha.

A professora anunciou:

– Hoje vocês preencherão um questionário. Dê a resposta que se aplica a você, lembrando-se de que a pesquisa é confidencial.

Rose se concentrou na carteira e começou a preencher o questionário. Uma das perguntas era: "Você já fumou?" Em seguida: "Você já consumiu bebida alcoólica?" e "Pratica alguma religião?" Rose respondeu tudo. Era um questionário enorme, e as perguntas mostrariam o perfil dos alunos.

No intervalo, alguns colegas da turma de Rose estavam na fila do bebedouro, conversando sobre a pesquisa. Dois já tinham fumado, quatro haviam provado cerveja e poucas famílias eram cristãs. Então começou a entender por que às vezes ela não parecia se encaixar tão bem com a galera da escola.

Rose era diferente da maioria de seus colegas. Ela muitas vezes se sentia um peixe fora d'água e precisava aprender a conviver com as pessoas daquele grupo sem deixar que seus valores fossem influenciados por elas. Não foi fácil, mas a boa notícia é que ela conseguiu vencer os desafios com a ajuda de Deus e com o apoio de seus pais.

#info

Em 1 Pedro 2:9, lemos que os cristãos são um "povo exclusivo de Deus". Podemos achar que "exclusivo" significa estranho ou um pouco esquisito, mas o termo também quer dizer extraordinário, notável e especial. Em outras palavras, você é extraordinário. Você é especial!

REAJA AGORA!

E você? Já enfrentou dificuldades por ser diferente? Não negocie seus valores. Não ceda às pressões. Você não precisa fazer o que é errado só porque muita gente está fazendo. Testemunhe de Jesus e conte com a ajuda Dele em todos os momentos.

6 de abril · Terça-feira >>>>

Resposta rápida

E tudo o que pedirem em oração, se crerem, vocês receberão. **Mateus 21:22**

-O brigada, mãe! – Douglas pegou a pipa em tom vermelho vivo e passou os dedos por suas extremidades, empolgadíssimo para começar.

Fora, o vento balançava os galhos das árvores de um lado para o outro e o Sol brilhava, levando seu calor para o campo atrás da casa.

– Vamos tentar! – disse a mãe.

Não demorou muito e eles estavam lá fora com o presente de Douglas. Logo a pipa ganhou altitude. A mãe observava enquanto o filho fazia a pipa subir e descer pelo céu.

Foi então que um vento súbito tirou a pipa do controle de Douglas. Antes que ele se desse conta, o objeto vermelho no céu ficava cada vez menor. Sua pipa estava indo embora!

Douglas correu atrás da pipa pelo amplo campo gramado. Por fim, ele a viu ficar presa em uma árvore. Observou horrorizado a linha da pipa descer em direção ao carretel, em sua mão.

Sem pensar muito, ele orou em voz alta: "Senhor, por favor, me ajuda a recuperar minha pipa!"

Assim que terminou a oração, Douglas viu um homem se arriscar, subir na árvore e pegar o brinquedo.

– Muito obrigado! – disse Douglas ao receber a pipa das mãos do homem.

O menino não conseguia conter a alegria em ter sua pipa de volta e ver sua oração atendida tão rapidamente.

#info

Os chineses foram os primeiros fabricantes de pipas, há cerca de 3 mil anos. Eles usavam seda e bambu. Desde então, as pipas já foram usadas em experimentos científicos e até com fins militares.

REAJA AGORA!

Você se lembra de uma ocasião em que Deus respondeu suas orações de maneira rápida? É muito bom quando Deus nos responde prontamente. Mas, se você orou e o problema ainda não foi resolvido, não desanime. Deus sempre sabe o que é melhor para cada um de nós.

7 de abril · Quarta-feira >>>>

Barulho estranho

Observem as aves do céu; não semeiam nem colhem nem armazenam em celeiros; contudo, o Pai celestial as alimenta. Não têm vocês muito mais valor do que elas? **Mateus 6:26**

-E i! O que é isso?

– Piu, piu. Piu, piu!

– Shhh! – Brian levou o dedo aos lábios enquanto Jeferson e ele se aproximavam do som.

– O que você acha que é? – sussurrou Jeferson.

– Não sei, mas vamos descobrir – sugeriu Brian.

De repente, ele tirou um galho do caminho.

– Veja!

Embaixo dos arbustos estava um filhote de passarinho encarando os dois gigantes que o encontraram.

– Piu, piu! – gorjeou.

– Ah, não! Ele deve ter caído do ninho – disse Brian.

– O que podemos fazer?

– Vamos pedir ajuda para seu pai.

O pai de Jeferson pegou o pássaro e perguntou aos meninos se queriam ajudá-lo a alimentar o bichinho.

– Claro! Você acha que ele vai sobreviver? – perguntou Jeferson.

– Bem, este filhotinho é uma criatura de Deus e está nas mãos Dele. Mas faremos questão de lhe dar bastante comida!

E foi isso que fizeram. O passarinho cresceu cada vez mais. Finalmente chegou o momento de ser devolvido à natureza. Brian e Jeferson levaram a gaiola do passarinho para os arbustos perto de onde o haviam encontrado.

– Ok. Abra a gaiola! – disse o pai de Jeferson.

Quando a portinha se abriu, o passarinho pareceu sair pé ante pé. Então estendeu as asas e voou para cima, rumo aos altos galhos de uma árvore.

#info

O beija-flor é o único pássaro capaz de pairar e voar de ré. As asas de algumas espécies podem chegar a bater 80 vezes por minuto.

REAJA AGORA!

Por menores que sejam os passarinhos, Deus conhece suas necessidades e cuida deles. De que formas Ele faz o mesmo por você? Deus também pode usar você para suprir as necessidades de outras pessoas.

Seja forte!

Não fui Eu que ordenei a você? Seja forte e corajoso! Não se apavore nem desanime, pois o Senhor, o seu Deus, estará com você por onde você andar. **Josué 1:9**

"Seja forte e corajoso! Não se apavore." Júlio repetia as palavras vez após vez, enquanto tentava aprender os versos da Bíblia. Infelizmente, não parou para pensar no que as palavras significavam.

O maior medo de Júlio estava ligado a falar em público e também relacionar-se com pessoas. Então achou que o mundo tinha chegado ao fim quando foi sorteado para falar, em nome do grupo, na visita que a classe faria ao asilo da cidade.

– Vamos entregar esses cartões a cada idoso. Muitos são solitários e amam receber visitas! Ver vocês vai alegrar o dia deles – explicou a professora.

Quando o grupo chegou ao asilo, Júlio ficou parado na porta, nervoso, olhando para o cartão em suas mãos. No envelope havia um nome escrito: Ester Perklin.

Ficou esperando, sem saber o que fazer, enquanto uma mulher frágil, bem magrinha, aproximava-se dele. Estendeu a mão em direção à mão suada de Júlio e disse, com voz trêmula:

– Muito prazer em conhecê-lo. Eu sou Ester Perklin.

Júlio se sentiu tentado a recuar a mão, mas ficou com medo de machucá-la. Em vez disso, deixou que ela o conduzisse até o sofá. Ela ainda estava segurando sua mão quando ele se assentou, e a classe começou a cantar alguns hinos. Logo ele começou a relaxar e apreciar a visita. "Não é tão ruim assim...", pensou, ao ver a expressão de prazer iluminar o rosto da dona Ester. As palavras do verso da Bíblia ecoaram em sua mente, e ele percebeu que não precisava temer, pois Deus estava a seu lado. Júlio cumprimentou a todos, abriu a Bíblia, leu um verso e fez um curto comentário. Que bom! Ele conseguiu.

#info

A lista dos medos considerados mais comuns, inclui: aracnofobia (medo de aranhas), entomofobia (medo de insetos, como baratas), ofidiofobia (medo de serpentes e cobras), cinofobia (medo de cães), entre outros.

REAJA AGORA!

Todos nós temos medos. Qual é o seu? Da próxima vez que se sentir tentado a ter medo, lembre-se de que Deus está com você aonde quer que for.

NÃO TENHA MEDO TENHA FÉ

Teste sua saúde 1

Disse Deus: "Eis que dou a vocês todas as plantas que nascem em toda a terra e produzem sementes, e todas as árvores que dão frutos com sementes. Elas servirão de alimento para vocês." **Gênesis 1:29**

Se você souber a resposta, mostre! E pode se tornar um expert em saúde!

Faça o teste a seguir e veja se você come bem.

(A) Quantas frutas você consome por dia?

_____

(B) Quantas porções de proteína você ingere?

_____

(C) E de legumes e verduras?

_____

(D) Quantas porções de grãos você come?

_____

* Sugestão de consumo diário: A. 2-4 frutas; B. 2-3 porções; C. 3-5 porções; D. 6-11 porções)

EXISTEM OITO SEGREDOS PARA UMA SAÚDE EXCELENTE. AQUI REVELAREMOS UM AO ALCANCE DE TODA GENTE. PREENCHA A RESPOSTA: PARA SER RICO EM SAÚDE, NÃO É PRECISO MÁGICA, NEM ENGANAÇÃO. APENAS SIGA OS OITOS SEGREDOS. O PRIMEIRO É UMA BOA

_ _ _ _ _ _ _ _ _ _

(Dica: é a ciência de comer de maneira saudável.)

Comer bem envolve evitar gordura e doces. Lembre-se de que *hoje* é o melhor momento para adotar uma alimentação saudável.

#info

O que os nutrientes fazem por você? O ferro ajuda a transportar oxigênio e combater infecções. A vitamina K ajuda o sangue a coagular de maneira adequada. A vitamina C ajuda a formar o tecido que mantém as células unidas, e a vitamina A ajuda os olhos a se adaptar a mudanças de iluminação.

REAJA AGORA!

Deus Se preocupa com nossa saúde. Ele nos criou e sabe que precisamos de alimentos saudáveis para que nosso corpo funcione de maneira adequada. Tente anotar tudo que você come por no mínimo um dia inteiro, ou, quem sabe, por uma semana. Existe algo que você gostaria de mudar?

10 de abril • Sábado >>>>

Casa móvel

O Senhor o guiará constantemente; satisfará os seus desejos numa terra ressequida pelo sol e fortalecerá os seus ossos. **Isaías 58:11**

-Desculpem-me, mas vocês não podem se mudar para cá – explicou o homem.

Toby escutava do carro enquanto os pais conversavam sobre o que fazer. Eles haviam comprado um terreno a fim de ter um lugar para estacionar a grande casa móvel novinha que haviam comprado (nos Estados Unidos, isso é comum!). Infelizmente, as leis de habitação proibiam casas móveis naquela propriedade.

"O que vamos fazer?", pensou Toby. "Eu não quero me mudar." Toby havia crescido no lugar em que viviam. "Eu amo este bairro. Todos os meus amigos moram aqui!", ele continuava pensando. Mas não havia escolha. Sua família precisaria achar outro lugar para viver.

Por um curto período, eles levaram a casa para um estacionamento próprio para residências móveis. Não havia ninguém da idade de Toby, então ele se sentia muito entediado. À noite, sozinho no quarto, Toby conversou com Deus. "Por que o Senhor nos deixou comprar aquele terreno?", perguntou. "O Senhor sabe do que precisamos. Não consigo entender!"

Porém, um ano depois, sua família transportou a casa móvel para o campo. Agora Toby tinha muitas opções para se manter ocupado! Além de tarefas para fazer, ele tinha um cachorro, um gato, uma cabra, uma ovelha e vários outros animais. E gostava muito de cuidar deles! Certa noite, enquanto fazia uma trilha pelas colinas próximas, Toby se deu conta de como estava agradecido porque as coisas tinham acontecido daquela maneira.

#info

Um motorhome é uma casa com motor. Ele é um trailer montado, geralmente, sobre um ônibus ou caminhão. Cada pequeno espaço é aproveitado para caber o que é básico em uma casa: cama, fogão, geladeira, banheiro, etc.

REAJA AGORA!

Pense em um momento em que Deus tenha dito "espere" para você. Se Deus permite que uma porta se feche, procure a que Ele está abrindo. Confie Nele. Ele cuida de cada detalhe de sua vida e sabe o tempo certo para tudo.

11 de abril • Domingo >>>>

Cristão hoje e sempre

Jesus Cristo é o mesmo, ontem, hoje e para sempre. **Hebreus 13:8**

Em uma loja de antiguidades, um homem encontrou um objeto muito interessante: uma machadinha antiga, mas em perfeito estado de conservação. Vendo o interesse do cliente, o proprietário da loja se aproximou e informou que aquela "preciosidade" tinha pertencido a George Washington, primeiro presidente dos Estados Unidos, que nasceu em 1732 e faleceu em 1799.

– Mas então estou muito mais surpreso – comentou o cliente. – Ela está bem mais conservada do que eu imaginava.

– É verdade que, ao longo do tempo, ela passou por algumas reformas.

– Como assim? – perguntou o cliente, curioso.

– O cabo precisou ser trocado três vezes, e a cabeça, se não me engano, duas.

O cliente sorriu, agradeceu a informação e saiu dali. George Washington sequer tocou em qualquer parte da machadinha que estava exposta ali; nada nela era original. Você acha que podemos dizer que aquela machadinha era mesmo de George Washington? É claro que não!

Algumas pessoas querem mudar as estruturas do cristianismo para se sentirem confortáveis com o título de cristãs! Mas o que aprendemos com o verso bíblico de hoje? Cristo é o mesmo SEMPRE, ou seja, não muda. Deus não tem que Se adaptar ao nosso estilo de vida. Nosso estilo de vida é que precisa se adaptar a Deus.

#info

Por um ano inteiro, Barnabé e Saulo estiveram pregando e ensinando em Antioquia. Foi lá que os seguidores de Cristo foram chamados de cristãos pela primeira vez. Isso está registrado em Atos 11:26.

REAJA AGORA!

Jesus é o exemplo que devemos seguir. Que característica Dele você acha que deve ter ainda mais em sua vida? Comece a pensar em como fazer isso. Ore a respeito, e Deus vai ajudá-lo a ser cada vez mais semelhante a Jesus Cristo.

Nada de cestas

Vocês não sabem que, de todos os que correm no estádio, apenas um ganha o prêmio? Corram de tal modo que alcancem o prêmio.
1 Coríntios 9:24

– Vamos ver quem é bom o suficiente para passar por mim! – o pastor Smith desafiou o grupo de jovens.

Ele estava em frente ao templo, quicando uma bola de basquete. Ouvir aquele som era mais do que Brian conseguia aguentar. Todos sabiam que ele era o melhor da quadra. Brian se levantou, tirou a jaqueta e saiu do banco.

– Vamos jogar basquete! – anunciou ao pastor.

– Você primeiro – o pastor Smith disse, enquanto jogava a bola na direção de Brian.

– Ok, mas cadê a cesta?

Brian percebeu que faltava algo bem importante ali para ter um jogo. Não havia aro, nem cesta. Ele olhou para o largo sorriso no rosto do pastor, que o observava de mãos abertas. Sem graça, Brian jogou a bola de volta.

– Há alguém aqui que jogue um jogo sem objetivo? De que adianta começarmos um jogo se não temos cesta? – o pastor Smith perguntou, enquanto Brian se assentava no banco.

Todos estavam em silêncio. Brian sabia que havia feito exatamente isso em várias ocasiões; não em um jogo de basquete, mas na vida. Ele ouviu com atenção o pastor acrescentar:

– Como seria possível ganhar o jogo da vida sem nenhum objetivo verdadeiro para almejar?

Aquela aula prática fez Brian e seus colegas refletirem bastante. E você? Não viva sem refletir, sem metas, sonhos ou objetivos. Tenha foco e lute para alcançar aquilo que você deseja. Não perca tempo imaginando que é jovem demais para alcançar seus sonhos. Comece a pensar no futuro agora.

#info
Quando o basquete foi inventado, os times arremessavam a bola em cestos de guardar cereais.

REAJA AGORA!
Faça uma lista com alguns dos objetivos que você gostaria de alcançar daqui a 5, 10 e 20 anos. Depois de fazer a lista, ore e planeje maneiras de alcançar seus objetivos.

A crença de Eva

Toda a Escritura é inspirada por Deus e útil para o ensino, para a repreensão, para a correção e para a instrução na justiça.
2 Timóteo 3:16

Alguém sabe o que significa a palavra "evolução"? – perguntou o professor.

Uma garota da sala de Eva respondeu:

– Significa que tudo no mundo surgiu de alguma coisa.

– É uma boa definição – disse o professor. – Nós, seres humanos, somos descendentes de criaturas antigas que também deram origem aos chimpanzés, gorilas e símios que conhecemos hoje. Certo, Eva?

– Professor, eu não acredito nisso – ela respondeu, com sinceridade.

– Bem, Eva, em que você acredita então?

– Acredito no que está na Bíblia: que as pessoas foram criadas por Deus, que soprou o fôlego de vida em Adão no sexto dia da semana da criação e criou Eva a partir de uma das costelas do primeiro homem.

A classe começou a dar risada. Até o professor riu.

– Eva, a Bíblia não passa de escritos de um povo antigo tentando encontrar sentido em coisas que não compreendia.

Eva sentiu o rosto queimar. Ficou abatida ao perceber que seu professor de Ciências se referia à Bíblia como se fosse um livro sem importância.

– Existem bibliotecas inteiras de livros que explicam a evolução – acrescentou o professor.

– Sim, mas Deus não inspirou a escrita desses livros – contestou Eva. – E Ele inspirou pessoas para escrever a Bíblia.

Eva defendeu a Bíblia de maneira corajosa e firme. Depois da aula, Jon se aproximou da colega.

– Acho que você está certa em relação à Bíblia. Há algo nela que mexe comigo, diferente de todas as outras coisas que já li.

Ele ergueu a mão para dar um "toca aqui" na amiga.

– E obrigada por se posicionar lá na sala. Você foi muito corajosa!

#info
Embora alguns livros didáticos, enciclopédias e outros materiais promovam a teoria evolucionista de Charles Darwin como se fosse um fato científico, sua teoria jamais foi comprovada.

REAJA AGORA!
Quando sua fé é contestada, você fica em silêncio ou consegue falar sobre o que acredita? Você consegue defender suas crenças?

14 de abril • Quarta-feira >>>>

Seja justo

Quem semeia a injustiça colhe a maldade; o castigo da sua arrogância será completo. **Provérbios 22:8**

Vejam a bagunça que o Breno está fazendo!

Breno tentou esconder o papel, mas era tarde demais. Seus amigos já tinham visto as linhas tortas multicoloridas. O grupo caiu na risada.

– Venha cá! Mostre pra gente esse lixo! – riu Dani.

Vários outros se aglomeraram em volta da carteira de Breno para ver os desenhos. Ele se encolheu na cadeira, vermelho de vergonha. Queria desaparecer.

– Cada um em seu lugar – instruiu a professora de Artes. Muitos de vocês já fizeram aula de Artes no passado, por isso desenham com base em uma perspectiva diferente.

Então olhou para Dani.

– Você tem uma experiência diferente de alguém que esteja na aula de desenho pela primeira vez. Por isso, sabe que existem muitos estilos de arte. Julgar a arte de alguém, comparando-a às próprias obras, me parece uma avaliação muito pobre.

Dani se remexeu incomodado na carteira e se voltou para Breno:

– Não fui justo com você – admitiu. – Por favor, me desculpe.

Os outros colegas também se arrependeram e pediram perdão.

Breno aceitou as desculpas. Se não fosse pela rápida intervenção da professora, talvez ele não se sentisse confiante para continuar com as aulas de desenho.

#info

Sobre o bullying:
Agressores (*bullies*) – Aproveitam-se da fragilidade da pessoa para tentar menosprezá-la e diminuí-la. Vítimas (*victims*) ou alvos do bullying – Podem sofrer de maneira passiva, provocadora ou agressora. Espectadores (*bystanders*) – Apoiam os agressores, riem e, de alguma forma, incentivam as agressões.

REAJA AGORA!

Deus é perfeitamente justo em tudo o que faz. Ele não tolera injustiças e deseja que nós, Seus filhos, sejamos justos e misericordiosos como Ele é. Quer combater a injustiça? Viva de maneira justa. Seu exemplo pessoal é muito importante para motivar outros a serem corretos. Por isso, não permita que alguém seja tratado de maneira ruim; em vez disso, trate as outras pessoas como Jesus trataria.

15 de abril • Quinta-feira >>>>

Amor ao próximo

O amigo ama em todos os momentos; é um irmão na adversidade. **Provérbios 17:17**

"Senhor, por favor, quero ser amável e fazer o bem ainda hoje", Cindi pediu assim que acordou pela manhã.

No fim da aula, ela teve uma ideia. Decidiu visitar Sheryl, uma aluna nova da escola.

A mãe da garota abriu a porta com um sorriso.

– Você não vai me perguntar por que eu ando em uma cadeira de rodas? – Sheryl indagou depois que Cindi e ela conversaram por um tempo. – Todas as outras pessoas perguntam...

– Bem, eu tenho essa dúvida, sim – admitiu Cindi. – Mas pensei que você me contaria quando estivesse pronta.

– Você sabe o que é espinha bífida? – Sheryl perguntou.

– Não – disse Cindi. – Nunca ouvi falar.

– É um defeito congênito que afeta a coluna. Eu nasci com esse problema, e a consequência é que minhas pernas não funcionam.

– Mas seus braços se movimentam normalmente – observou Cindi.

– Meus olhos e minha língua também!

Sheryl colocou a língua para fora e brincou, revirando os olhos. As duas deram risada. O tempo passou tão depressa que Cindi mal podia acreditar quando a mãe de Sheryl lhe disse que eram cinco da tarde e sua mãe já estava no portão da casa para buscá-la.

– Obrigada por ter vindo aqui. Essa foi a melhor tarde das últimas semanas – Sheryl agradeceu enquanto se despedia de Cindi.

Enquanto voltava para casa, Cindi olhou para o céu e orou: "Deus, obrigada por minha nova amiga Sheryl. Obrigada por ter respondido à oração que fiz pela manhã."

#info

As gestantes que consomem ácido fólico durante a gravidez podem reduzir o risco de ter um bebê com espinha bífida em até 70%. O ácido fólico pode ser encontrado naturalmente em verduras verde-escuras, feijões, ervilhas e algumas frutas.

REAJA AGORA!

Quer ser amável e fazer o bem ainda hoje? Ore. Deus colocará oportunidades para que você espalhe amor por onde for.

Teste sua saúde 2

Vocês foram comprados por alto preço. Portanto, glorifiquem a Deus com o seu próprio corpo. **1 Coríntios 6:20**

Se você souber a resposta, mostre! E pode se tornar um expert da saúde!

Como anda seu preparo físico?

(A) Quantos minutos por dia você gasta fazendo exercícios cardiovasculares (fortalecendo o coração por meio do aumento dos batimentos cardíacos)?
_____minutos

(B) Quantos dias por semana você faz um treino de força?
_____dias

EXISTEM OITO SEGREDOS
PARA UMA SAÚDE EXCELENTE.
AQUI REVELAREMOS UM
AO ALCANCE DE TODA GENTE.
PREENCHA A RESPOSTA:
COMA PROTEÍNA PARA OS MÚSCULOS
E CENOURA PARA MELHOR ENXERGAR.
PARA NÃO VIRAR SEDENTÁRIO,
VOCÊ PRECISA SE _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

(Dica: essa prática deixa você mais forte.)

Respostas sugestivas:

(A) Pelo menos quatro dias por semana, dedique 30 minutos ou mais para exercícios cardiovasculares. Isso pode incluir caminhar, correr, pular corda, andar de bicicleta, nadar ou qualquer outra coisa que aumente seus batimentos cardíacos.

(B) Toda semana, faça três ou quatro treinos de força. Se você não tiver halteres, pode usar latas da cozinha ou encher uma garrafa com 1 litro de água. Também é possível fazer abdominais, flexões ou qualquer outro exercício que fortaleça os músculos. Lembre-se de procurar a orientação de um profissional para não provocar lesões em seu corpo.

REAJA AGORA!

"O desejo de Deus para com toda criatura humana exprime-se nas palavras: 'Amado, oro para que você tenha boa saúde e tudo corra bem, assim como vai bem a sua alma' (3 João 2)" (*A Ciência do Bom Viver, p. 113*). Pense nisso e cuide de seu corpo!

#info

Pular corda aumenta a resistência cardiovascular, auxilia na manutenção do peso, desenvolve a coordenação motora e melhora a força das pernas e dos pés.

Saudade de casa

Quanto a mim, confio em Ti, Senhor. Eu disse: Tu és o meu Deus. Nas Tuas mãos, estão os meus dias. **Salmo 31:14, 15, ARA**

Emanuel logo encontrou seu lugar com o restante do grupo. Embora gostasse do acampamento, ele era muito tímido e não estava acostumado a ficar longe de casa.

– Venham, vamos nos reunir em volta da fogueira – chamou o Sr. Breda.

O coordenador se assentou de um lado da fogueira, enquanto os garotos ficaram em frente, olhando uns para os outros por entre as chamas.

O Sr. Breda começou a falar:

– No fundo de uma masmorra funda e escura, José estremecia, pensando se um dia voltaria a ver o pai.

Enquanto ouvia a história de José, Emanuel pensou que entendia um pouco daquilo que José tinha passado. Ele também sentia falta de casa. Como estava com saudade da família! Ao fim da história, o coordenador perguntou:

– Meninos, quando José foi vendido como escravo e mandado para bem longe, no Egito, ele provavelmente sentiu bastante saudade de casa. O que vocês acham que ele fez?

– Ele orou – vários garotos responderam.

– É verdade! – disse o Sr. Breda. – Ele orou a Deus. Que tal fazermos o mesmo hoje à noite?

Os garotos abaixaram a cabeça enquanto o coordenador orava:

"Pai celestial, muito obrigado por estarmos aqui no acampamento. Pedimos Tua proteção. Senhor, alguns de nós estão com saudade de casa hoje. Pedimos que estejas conosco, assim como permaneceste com José no Egito. Em nome de Jesus, amém."

Emanuel sentiu paz. Deus estava cuidando dele e logo estaria em casa com seus pais.

#info

Dentre as sete maravilhas do mundo antigo, somente uma permanece de pé: a grande pirâmide de Gizé. Ela é composta por cerca de 2.500.000 pedras. Cada pedra pesa de 2 a 80 toneladas.

REAJA AGORA!

Da próxima vez que você se sentir sozinho, lembre-se de que Deus está a seu lado. Ele cuida de você em todas as situações e, em breve, voltará para levá-lo para morar no Céu, com Ele, em uma casa especial.

18 de abril · Domingo >>>>

Deus é maior

Nossa esperança está no Senhor. Ele é o nosso auxílio e a nossa proteção. **Salmo 33:20**

Havia algum tempo que Uriah sofria com uma úlcera na perna esquerda. Quando tinha quatro anos, uma forte infecção na perna a deixou enrugada e encolhida. Aos 12 anos, o problema havia voltado. Seu médico, um cirurgião conhecido, falou com sua mãe, a Sra. Smith, em particular:

– Lamento lhe dizer isso, mas a infecção está tão grave que a perna precisará ser amputada.

Perguntando-se como Uriah receberia a notícia, a mãe entrou novamente no quarto do garoto.

– Você está disposto a amputar a perna, Uriah? – indagou ela.

– Com certeza! – ele respondeu, cheio de coragem.

Então, acrescentando um toque de humor, disse:

– Se preciso perder ou a vida ou a perna, é melhor perder a perna.

Então a mãe e a irmã de Uriah o seguraram na mesa da cozinha, enquanto o cirurgião cortava a perna do garoto acima do joelho. O procedimento durou 20 minutos, sem anestesia, pois não existia nenhum tipo de anestesia em 1845. Lágrimas escorreram pelo rosto de Uriah, enquanto ele gritava de dor.

Foi uma época difícil! Mesmo assim, após alguns anos, ele estava se preparando para estudar na Universidade Harvard. Deus tinha outros planos para a vida dele. Uriah se tornou poeta, compositor de hinos, autor e inventor. Tornou-se um homem bem-sucedido e usou seus dons para a glória de Deus.

#info

Em 15 de maio de 2006, Mark Inglis escalou o monte Everest. O neozelandês foi a primeira pessoa com as duas pernas amputadas a subir a montanha mais alta do mundo.

REAJA AGORA!

Deposite em Deus sua esperança. Se as coisas não vão tão bem em alguma área de sua vida, confie que Deus pode resolver qualquer situação. Mesmo que coisas ruins aconteçam, Ele pode ajudá-lo a superar as dificuldades e vencer.

O MEU DEUS É MAIOR QUE MEUS PROBLEMAS

19 de abril · Segunda-feira >>>>

Eu?

O Senhor voltou a chamá-lo como nas outras vezes: "Samuel, Samuel!" Samuel disse: "Fala, pois o Teu servo está ouvindo." **1 Samuel 3:10**

Você já foi desafiado por Deus a fazer alguma coisa e ficou com vergonha? E se Deus lhe pedisse para pregar diante de uma multidão? O que você faria?

"Nos últimos dias, diz Deus, derramarei do Meu Espírito sobre todos os povos. Os seus filhos e as suas filhas profetizarão, os jovens terão visões, os velhos terão sonhos" (Atos 2:17). Jesus vai voltar e está chamando pessoas de sua idade para ajudar a espalhar as boas-novas aos outros.

Você tem medo, vergonha ou não se acha capaz para fazer isso? Os discípulos de Jesus eram homens simples e pregaram um sermão que levou 3 mil pessoas ao Senhor. O próprio Cristo não era um pregador "formado". Mas "todos os que O ouviam ficavam maravilhados com o Seu entendimento e com as Suas respostas" (Lucas 2:47). Ele estava conectado a Deus, a fonte de toda sabedoria.

Contudo, talvez Deus não esteja pedindo que você pregue no púlpito. Na obra Dele existem várias outras necessidades e, muitas vezes, os sermões mais eloquentes são os que provêm de nossas ações. Em qualquer posição em que nos encontrarmos, **PODEMOS PREGAR DO AMOR DE DEUS POR MEIO DE NOSSO EXEMPLO.**

#info

Desde que Ellen Gould White tinha 17 anos até sua morte, cerca de 70 anos depois, Deus lhe concedeu cerca de 2 mil sonhos e visões. Ela compartilhou posteriormente muitos desses sonhos em forma de sermões, artigos e livros.

REAJA AGORA!

Qual é o chamado de Deus para sua vida? Abra o coração para a direção divina e, quando Ele mostrar o que você deve fazer, diga "sim"!

Sem freio

Clame a Mim no dia da angústia: Eu o livrarei, e você Me honrará. **Salmo 50:15**

Quer dirigir meu quadriciclo? – Tom perguntou a Sarah.

Ela hesitou no início, mas acabou respondendo:

– Quero sim.

Sarah pegou o guidão e esperou Tom subir na garupa. Ao dar a partida, sentiu-se confiante, mas logo se deu conta de que estava em alta velocidade rumo à margem de um rio e seus três metros de desnível.

– Devagar, Sarah! – Tom gritou em seu ouvido.

Ela congelou à medida que a margem se aproximava e o freio não funcionava.

– MAIS DEVAGAR! – Tom gritava.

Mas Sarah não sabia mais o que fazer.

A última coisa de que Sarah se lembrou antes de perder a reação foi de orar: "Jesus, por favor, nos salva!"

Sarah e Tom pularam do quadriciclo enquanto ele caía na água. Aterrissaram com um baque. Ficaram imóveis, até Tom se assentar e perceber machucados em algumas partes do corpo.

#info

Para conduzir um quadriciclo no Brasil é obrigatório usar capacete e ter carteira nacional de habilitação (CNH) categoria "B".

– Você está bem? – ele disse, com um gemido.

Sarah piscou algumas vezes.

– Acho que sim – sussurrou.

Os dois se levantaram devagar. O corpo deles doía um pouco, mas os machucados pareciam não ser graves.

– Por que você não freou? – reclamou Tom.

– O freio não funcionou – Sarah disse.

Enquanto passava a mão em um ponto dolorido das costas, Sarah olhou para o quadriciclo destroçado. Aparentava exatamente como ela se sentia, todo torcido e desfigurado, mas ainda era um quadriciclo.

Eles estavam salvos. Um milagre aconteceu.

– Tom, Deus nos protegeu. Vamos agradecer!

Os dois oraram e agradeceram por estarem vivos.

REAJA AGORA!

Você já viu milagres acontecendo com pessoas que você conhece? Já aconteceu algum milagre em sua vida? Lembre-se da proteção de Deus e agradeça.

Tesouro escondido

Se procurar a sabedoria como se procura a prata e buscá-la como quem busca um tesouro escondido, então você entenderá o que é temer ao Senhor e achará o conhecimento de Deus. **Provérbios 2:4, 5**

"Senhor, por favor, ajuda-nos a encontrar alguns fósseis bem legais!", Denis orou enquanto caminhava ao lado de Robert, seu amigo. Eles estavam em uma aula de campo em um sítio arqueológico localizado na cidade em que moravam.

De repente, Denis viu algo: uma pedra engraçada que parecia uma concha.

– Robert! – chamou. – Acho que encontrei um fóssil.

– Uau! Fomos os primeiros da turma a encontrar os fósseis – exclamou Robert.

– Parabéns! Encontrar fósseis é um trabalho difícil e minucioso – falou o paleontólogo que estava acompanhando o grupo. – Quando o cientista atinge uma área em que há vestígio de fósseis, como esqueletos ou fragmentos de ossos, ele geralmente retira a rocha que se encontra por cima deles, para conseguir fotografá-los. O trabalho seguinte é muito delicado e detalhado. Após a cuidadosa retirada do material, tudo é organizado e catalogado.

Todos ficaram impressionados com o que estavam vendo. Eles aprenderam bastante sobre o trabalho detalhado dos paleontólogos e descobriram que encontrar um fóssil era como achar um tesouro escondido!

#info

Pesquisas e descobertas arqueológicas indicam que o espinossauro, o tiranossauro rex e o giganotossauro estão entre os maiores dinossauros carnívoros. Eles pesavam entre 6 e 7 toneladas, com aproximadamente 13 metros de comprimento.

REAJA AGORA!

O estudo da Palavra de Deus deve ser semelhante à procura de fósseis. Quanto mais atenta, profunda e minuciosa for a pesquisa, maiores as chances de você encontrar o precioso tesouro, que é o conhecimento de Deus.

"O ESTUDO DA BÍBLIA DEVE OCUPAR O LUGAR MAIS IMPORTANTE"

(*Fundamentos da Educação Cristã*, p. 108).

Doce como limão

Provem e vejam como o Senhor é bom. **Salmo 34:8**

O professor Gerson contou a respeito de um limoeiro diferente que ele cultivava. Tratava-se de uma espécie enxertada, que dava extraordinários limões doces.

Um dia, o professor recebeu a visita de um amigo. E, como a maioria de nós, aquele amigo conhecia apenas limões azedos. Por mais que o professor insistisse que seus limões eram doces, o amigo se recusava a provar, quem sabe achando que era uma brincadeira.

Disposto a mostrar que um limão pode ser doce, o professor cortou o primeiro e chupou-o tranquilamente, sem fazer careta. Desconfiado, seu amigo deu apenas uma lambida no limão e acabou constatando que era verdade. O limão era doce. E o desfecho dessa história é que ambos passaram o restante da tarde chupando muitos limões doces daquele limoeiro peculiar.

Você pode passar anos ouvindo os pregadores falando do amor de Deus. Pode cantar na igreja e fazer parte de grupos de amigos cristãos. Mas nada disso será plenamente aproveitado se você não conhecer a Deus. Apenas ouvir alguém dizer que Deus é maravilhoso não é o suficiente. Você precisa experimentá-Lo, prová-Lo e sentir isso por si mesmo.

Quer um relacionamento com Deus, mas não sabe como fazer isso? Tranquilize-se. Não é difícil. Deus está ansioso para um encontro pessoal com você. Por isso, Ele também fará uma parte nessa aproximação. Quanto a você, basta buscá-Lo diariamente, em oração, em pensamento, e lendo a Bíblia.

#info

O enxerto é uma técnica em que um broto é colocado em um corte no galho de outra planta, para que ele receba nutrientes e possa crescer e se desenvolver. Em Nova York, um pesquisador usa essa técnica para produzir árvores que dão até 40 tipos de frutos. Seu nome é Sam Van Aken.

REAJA AGORA!

Hoje à noite, procure se lembrar disto: escreva uma carta para Deus, contando-Lhe sobre o seu dia. Depois, a sós, fale com Ele a respeito da carta e mantenha-se em silêncio por algum tempo. Tente senti-Lo espiritualmente e você conseguirá fazê-lo até fisicamente. Bom encontro!

Teste de saúde 3

A mulher lhe disse: "Senhor, dê-me dessa água, para que eu não tenha mais sede, nem precise voltar aqui para tirar água." **João 4:15**

Por dentro e por fora, qual é o nível de limpeza do seu corpo?

(A) Quantos copos de água por dia você bebe? _____

(B) Com que frequência você toma banho? _____

(C) Você sempre lava as mãos antes de comer? _____

(D) Você sempre lava as mãos antes e depois de ir ao banheiro? _____

EXISTEM OITO SEGREDOS
PARA UMA SAÚDE EXCELENTE.
AQUI REVELAREMOS UM
AO ALCANCE DE TODA GENTE.
PREENCHA A RESPOSTA:
ENQUANTO SE EXERCITA,
VOCÊ PRECISARÁ DE BASTANTE LÍQUIDO.
PARA REPOR O QUE SE PERDE NO SUOR,
SUCOS DE FRUTAS DE TODOS OS TIPOS
E PRINCIPALMENTE_ _ _ _ _ _ _ _ _

(Dica: é o nome científico da água.)

Respostas sugestivas:

(A) A quantidade de água depende de alguns fatores, como peso, por exemplo. Mas, em média, são oito copos por dia. Levar uma garrafa de água para a escola pode ajudar.

(B) Tome, pelo menos, um banho por dia. Um banho diário pode melhorar sua pele, seu humor e ajudar a reduzir a acne.

(C) Não deixe de fazer isso! Pense nos vários lugares pelos quais suas mãos passaram desde a última vez em que você as lavou. Imagine lamber essas superfícies. Bem nojento, não é mesmo?

(D) Se você ainda não adquiriu esse hábito, é hora de começar. Evite os germes. Lave as mãos com frequência.

#info

Com cerca de 1% de desidratação, o desempenho mental começa a ser prejudicado.

REAJA AGORA!

Está com sede? Vá beber um pouco de H2O! Seu corpo lhe agradecerá por isso. E para encontrar uma solução para a sede espiritual, converse com Jesus. **ELE É A ÁGUA DA VIDA.**

Quer aprender mais sobre isso? Leia João 4:1-30.

24 de abril • Sábado >>>>

Em todo lugar

Estou com você e cuidarei de você, donde quer que vá. **Gênesis 28:15**

"Ah, como eu gostaria que Deus estivesse aqui comigo!", pensou Bianca, sentada na carteira, esperando a hora do recreio.

– Está pronta para jogar vôlei? – sua amiga Heloísa perguntou.

– Aham – Bianca respondeu, desanimada.

Durante o intervalo, ela se sentiu pior ainda. Não conseguia acompanhar a turma e só deixava a bola cair. Então orou: "O Senhor sabe que estou sentindo como se tudo estivesse dando errado esta semana. O Senhor diz que sempre estará comigo. Sei que Se importa com os pequenos e grandes detalhes da minha vida. Por favor, ajuda-me a acreditar que tudo vai melhorar. Não posso viver sem o Senhor!" Bianca sentiu a paz entrar em seu coração.

De repente, a bola apareceu bem à sua frente. Bianca se encheu de vida. Deu um salto e bateu de maneira precisa na bola. Ela marcou seu primeiro ponto no jogo, o que garantiu a vitória de seu time.

– Perfeito! – gritou Heloísa.

Bianca sorriu enquanto todos comemoravam.

"Obrigada, meu Deus!", Bianca sussurrou. "O Senhor me deixou saber que está comigo e então me ajudou a ficar melhor. O Senhor é incrível!"

Bianca aprendeu muito na escola aquele dia. Aprendeu várias coisas nos estudos. Aprendeu a fazer um ataque no jogo de vôlei. **MAS A LIÇÃO MAIS IMPORTANTE QUE ELA APRENDEU FOI QUE DEUS ESTÁ SEMPRE A SEU LADO.**

#info
Onipresença é um termo teológico que indica que Deus está em todo lugar.

REAJA AGORA!

Deus está com você neste momento. Que tal passar um tempo conversando com Ele agora mesmo? Aproveite e entregue nas mãos de Deus todos os detalhes de sua vida.

25 de abril • Domingo >>>>

Sem medo

Sejam fortes e corajosos. Não tenham medo nem fiquem apavorados por causa delas, pois o Senhor, o seu Deus, vai com vocês; nunca os deixará, nunca os abandonará. **Deuteronômio 31:6**

Aos 12 anos de idade, Ellen Harmon entregou a vida a Deus. Sua conversão a levou ao batismo um ano depois. Pouco tempo após essa ocasião, quando Ellen estava com 13 anos, sua família participou de uma série de cultos que mudou sua vida. Um evangelista chamado Guilherme Miller pregou nas reuniões, e a jovem Ellen se convenceu de que não estava bem diante de Deus. Reconheceu que tinha pecados em sua vida que precisava confessar, mas não sabia ao certo como fazer isso.

"Jesus virá em breve a fim de levar Seu povo escolhido para o lar. E eu preciso estar pronta!", pensou Ellen. Ela orava a fim de estar preparada para a segunda vinda de Cristo.

Por volta dessa época, ela recebeu uma impressão da parte do Senhor. Ellen sempre fora tímida e nunca orava em voz alta nos cultos de oração. Mas começou a sentir que Deus a estava impressionando a orar em público nas reuniões.

Ellen tentou evitar essa tarefa. Era tímida demais. No entanto, cada vez que orava em silêncio a Deus, sentia a forte impressão de que deveria orar em voz alta quando se ajoelhava com as amigas. Ela até parou de orar em silêncio a fim de evitar essa convicção interior profunda.

Ellen sabia o que precisava fazer, mas adiou por três semanas. Finalmente, ela fez uma prece curta durante um culto de oração. No mesmo instante, sentiu doce paz e alegria no coração e louvou a Deus por Sua bondade para com ela.

#info
Posteriormente, Ellen Harmon se casou com um pregador chamado Tiago White e continuou a fazer o que Deus lhe encorajava. Com o tempo, essa moça tímida pregou para o mundo inteiro.

REAJA AGORA!

Releia o verso de hoje. Como você pode aplicar essa mensagem em sua vida? Resuma sua resposta em uma frase e escreva aqui:

Salvo por um triz

Eles responderam: "Creia no Senhor Jesus, e serão salvos, você e os de sua casa."
Atos 16:31

Em um dia cinzento, Kevin, de 13 anos, estava brincando no quintal da casa dos avós. Mais cedo, ele havia observado os eletricistas consertarem os postes e fios com problema no bairro. Naquele momento, ao agarrar uma bola perto de um fio desencapado na grama, ele sentiu um choque agudo de 7.200 volts de eletricidade queimando pelo corpo.

A corrente elétrica passou pelo tronco e desceu pelas pernas, dedos dos pés, meias e tênis. Ele ainda recorda como foi olhar para baixo e observar um brilho azulado em volta dos pés antes de cair no chão.

– Meu filho foi eletrocutado – gritou o pai ao telefone com a atendente do serviço de emergência.

Pela gravidade do acidente, o menino deveria estar morto. Mas ele estava vivo e correram com ele para o hospital.

Logo depois do acidente, o garoto foi entrevistado por um repórter. Com um sorriso no rosto, ele afirmou:

– Nem acredito que estou vivo. Foi por um triz. Deus me salvou!

#info
Quanto maior for a intensidade da corrente elétrica, maiores serão os efeitos prejudiciais do choque no organismo. A primeira medida em caso de choque elétrico é tentar interromper, o mais rápido possível, o contato da pessoa com a fonte elétrica.

REAJA AGORA!

Como Deus tem demonstrado grande amor e misericórdia por você? Além de enviar proteção e salvar sua vida física, Ele envia salvação no sentido espiritual. Sabe o que você precisa fazer para ganhar esse presente? Apenas acreditar em Jesus.

Ouvir de verdade

Filhos, obedeçam a seus pais no Senhor, pois isso é justo.
Efésios 6:1

Quer dar uma voltinha? – Fred perguntou para Bill, enquanto pegava o carrinho de rolimã.

– Sim! – o irmão mais novo respondeu com um sorriso.

– Fred, não deslize morro abaixo! – ele ouviu sua mãe advertir. – Você irá rápido demais! Vocês podem se machucar!

Mas Fred não atendeu à recomendação.

– Mais devagar! – gritava Bill.

– PAAAARE! – gritou a mãe.

O carrinho voou ladeira abaixo, e a mãe de Fred saiu correndo atrás, assistindo horrorizada aos meninos atravessarem perigosamente um cruzamento.

"Jesus, preciso de ajuda!", clamou Fred.

A mãe estava se aproximando quando o carrinho bateu em uma pedra e caiu na grama. CRASH!

Fred e Bill também caíram cada um para um lado do gramado de uma casa. A mãe deles bateu a perna no carrinho e se machucou.

Por semanas depois desse episódio, Fred ficou pensando no que poderia ter acontecido. Um carro poderia ter atropelado os dois! Sua mãe poderia ter se ferido gravemente. E, ao observá-la mancar pela casa, sentiu o desejo de ter dado ouvidos a ela antes.

#info
Os três menores ossos do corpo humano exercem uma das maiores funções.
O martelo, a bigorna e o estribo ajudam você a ouvir.

"FILHOS QUE DESONRAM E DESOBEDECEM AOS PAIS, E NÃO LEVAM EM CONTA SEUS CONSELHOS E INSTRUÇÕES, NÃO PODEM TER PARTE NA TERRA FEITA NOVA. A TERRA PURIFICADA NÃO SERÁ LUGAR PARA O FILHO OU A FILHA REBELDE, DESOBEDIENTE, INGRATO. A MENOS QUE APRENDAM OBEDIÊNCIA E SUBMISSÃO AQUI, JAMAIS A APRENDERÃO; A PAZ DO REDIMIDO NÃO SERÁ MAREADA POR FILHOS DESOBEDIENTES, INDISCIPLINADOS, INSUBMISSOS. NENHUM TRANSGRESSOR DO MANDAMENTO PODE HERDAR O REINO DO CÉU."

O LAR ADVENTISTA, P. 295

REAJA AGORA!

Como anda sua audição quando seus pais lhe pedem para fazer algo? Você pode ser um ouvinte melhor?

Diamantes brutos

Ao verem isso, os discípulos Tiago e João perguntaram: "Senhor, queres que façamos cair fogo do céu para destruí-los?" **Lucas 9:54**

Os diamantes não revelam todo seu brilho enquanto pedras brutas, assim que encontrados. Em vez disso, eles precisam ser cortados e polidos em diferentes formatos a fim de exibir o brilho pelo qual são conhecidos. Quanto mais tempo o lapidador gasta no diamante e quanto mais preciso é seu trabalho, mais brilho a pedra terá.

Dois dos discípulos de Cristo eram um pouco rudes em sua abordagem ao testemunhar para o mundo. O nome deles era Tiago e João. Certa vez, esses irmãos sugeriram a Jesus que invocasse fogo do céu para destruir uma vila que não os deixou entrar. Por causa desse jeito bruto, Cristo os apelidou de Filhos do Trovão.

Jesus poderia ter expulsado os dois do grupo. No entanto, conseguia enxergar o verdadeiro potencial de ambos e sabia que seriam ajudantes poderosos trabalhando pelas pessoas. Para Cristo, aqueles homens eram diamantes brutos. Assim como a pedra preciosa, a princípio eles não pareciam ter um caráter piedoso. Necessitariam ser polidos, para perder as asperezas. Então refletiriam Sua luz com muito brilho.

#info

O objeto que pode ser o maior diamante da galáxia não está na Terra. De acordo com astrônomos pesquisadores, todo o centro da estrela anã branca BPM 37093 é um diamante com cerca de 4 mil quilômetros de diâmetro.

REAJA AGORA!

Você é um diamante bruto? Peça a Jesus que elimine suas arestas ásperas e faça um polimento em sua personalidade de maneira que você reflita o brilho Dele por onde passar.

"Este mundo é a oficina de Deus. E cada pedra que pode ser usada no templo celestial deve ser talhada e polida, até ser pedra provada e preciosa, ajustada para seu lugar no edifício do Senhor."

Orientação da Criança, p. 168

Ide

E disse-lhes: "Vão pelo mundo todo e preguem o evangelho a todas as pessoas." **Marcos 16:15**

Jesus ordenou: "Ide, portanto, fazei discípulos de todas as nações, batizando-os em nome do Pai, e do Filho, e do Espírito Santo; ensinando-os a guardar todas as coisas que vos tenho ordenado. E eis que estou convosco todos os dias até à consumação do século" (Mateus 28:19, 20, ARA). O que você acha que Jesus quis dizer quando falou isso para os discípulos?

Alguns chamam essa conhecida passagem de Comissão Evangélica. Mas o que ela tem que ver com você? Muito acham que, por falar sobre batismo, deve servir apenas para pastores e evangelistas. Embora isso esteja parcialmente correto, **VOCÊ** também tem um papel importante a desempenhar nesse grande desafio que Jesus nos deixou, logo depois de ressuscitar.

Note, porém, a segunda parte: "Ensinando-os a guardar todas as coisas que vos tenho ordenado". Todos nós temos um papel a desempenhar. Podemos dar um bom exemplo para as pessoas que nos cercam todos os dias. Por meio de nosso estilo de vida, alcançamos as pessoas e lhes ensinamos sobre o amor de Jesus.

Não se prenda à ideia de que você é muito jovem. Jesus ainda era uma criança quando começou a ensinar adultos no templo. Lembre-se de que Ele lhe diz:

"E eu estarei sempre com vocês, até o fim dos tempos" (Mateus 28:20).

REAJA AGORA!

Como você pode demonstrar a uma pessoa que se importa com ela? Como pode partilhar o evangelho com as pessoas a seu redor?

#info

Quando os pregadores escandinavos foram jogados na prisão por ensinar que Jesus voltaria, Deus derramou o Espírito Santo sobre crianças e jovens. Como eram menores de idade, a lei não podia impedir que anunciassem as boas-novas às pessoas.

Teste de saúde 4

Mas, para vocês que reverenciam o Meu nome, o Sol da justiça se levantará trazendo cura em suas asas.
Malaquias 4:2

Se você souber a resposta, mostre! E pode se tornar um expert da saúde!

EXISTEM OITO SEGREDOS
PARA UMA SAÚDE EXCELENTE.
AQUI REVELAREMOS UM
AO ALCANCE DE TODA GENTE.
PREENCHA A RESPOSTA:
SAIA PARA METABOLIZAR A VITAMINA D.
DE FORÇA VOCÊ IRÁ SE INUNDAR.
SE NÃO FICAR DENTRO DE CASA O TEMPO INTEIRO,
ENCONTRARÁ ISSO NA

(Dica: é outra maneira de dizer "luz do sol".)

Esta profecia apontava para o nascimento de Jesus.

Qual é seu conhecimento sobre o Sol? Responda às perguntas a seguir para descobrir:

(A) Quanto tempo você fica exposto à luz solar por dia? _____

(B) Você protege os olhos do brilho do Sol?
Sim _____ Não _____

Respostas sugestivas:

(A) Relaxar ao Sol é uma ótima maneira de reduzir o estresse e estocar vitamina D. Se você se expõe ao Sol por 10 a 15 minutos por dia algumas vezes por semana, está ótimo. Procure se expor ao Sol nos horários adequados. Não se esqueça de usar protetor solar.

(B) O uso de óculos escuros protege os olhos dos raios ultravioleta emitidos pelo Sol, que podem danificar a visão.

REAJA AGORA!

Lendo a Bíblia, aprendemos que Jesus é o Sol da justiça. Tal como o Sol que brilha sobre todos trazendo luz e saúde, Jesus ilumina nossa vida e nos cura do pecado.

#info
A luz solar, viajando à velocidade da luz, vem do Sol para a Terra à uma distância de 150 milhões de quilômetros em apenas 8 minutos.

Diga-me com quem anda

O homem honesto é cauteloso em suas amizades, mas o caminho dos ímpios os leva a perder-se.
Provérbios 12:26

Joyce e outras meninas de sua turma estavam arrumando as coisas no quarto em que ficariam durante aquela excursão. Animadas, conversavam sobre as atividades e passeios programados para aqueles dias.

Joyce gostava das colegas, mas as meninas do quarto ao lado, de uma classe adiante, pareciam ser mais legais. As meninas mais velhas chamavam a atenção, e Joyce queria andar com elas. Então, no outro dia, quando foi convidada para participar das atividades com essas meninas, Joyce não pensou duas vezes.

Infelizmente, a "diversão" que elas estavam planejando era diferente da que Joyce imaginava. As meninas combinaram que sairiam às escondidas para conhecer a cidade. Joyce estava em dúvida sobre o que fazer, mas, como queria ser parte do grupo, acabou indo.

Não demorou muito para se arrepender. As meninas, de quem ela queria tanto ser amiga, tinham desobedecido todas as regras da excursão e se comportaram muito mal. Enquanto elas diziam estar se divertindo, Joyce só pensava em um jeito de voltar para junto de sua turma. No dia seguinte, Joyce e as outras garotas foram disciplinadas e mandadas de volta para casa. Mas Joyce já havia aprendido a lição. Dali para frente, ela escolheria suas amizades com mais cuidado.

#info
A ciência comprova os benefícios das boas amizades para a saúde das pessoas e também dos animais.

REAJA AGORA!

Quantas boas decisões seu melhor amigo o ajudou a tomar? Pense nas coisas que você e seu melhor amigo mais gostam de fazer juntos. Todas essas atividades podem ser feitas na companhia do melhor Amigo.

JESUS?

2 de maio • Domingo >>>>

Nascida para servir

Cada um exerça o dom que recebeu para servir aos outros, administrando fielmente a graça de Deus em suas múltiplas formas. **1 Pedro 4:10**

Clara Barton era a caçula em uma família com cinco filhos, no século 19. Ela era bem mais nova, pois todos os irmãos e irmãs tinham, no mínimo, dez anos a mais do que ela. Mas ser a mais nova de casa não impedia Clara de ser útil. Quando ela tinha 11 anos, seu irmão David se feriu e ficou doente após cair do telhado do celeiro. Por cerca de dois anos, Clara foi uma das principais responsáveis por cuidar dele. Ela fazia os curativos e dava todos os remédios.Ainda adolescente, Clara se tornou professora. Posteriormente, trabalhou no escritório de patentes dos Estados Unidos. Mas, quando a Guerra Civil começou no país, o conhecimento de Clara na área de enfermagem voltou a ser útil. Ela trabalhou como enfermeira nos campos de batalha e enfrentou muita dificuldade para conseguir os suprimentos médicos necessários.

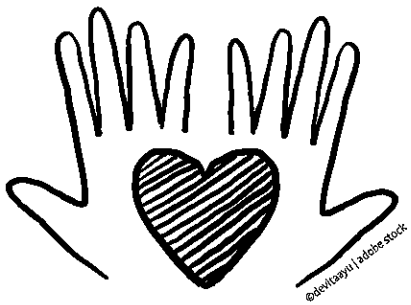
Clara decidiu trabalhar para obter suprimentos médicos para os dois exércitos envolvidos na Guerra Civil. Viajou para a Europa após o fim da guerra para ver a Cruz Vermelha Internacional em ação. Sentiu-se inspirada a levar a instituição para os Estados Unidos e, por meio de seus esforços, a Cruz Vermelha dos Estados Unidos foi fundada em 1881, sob sua presidência.

#info

Dois livros da Bíblia foram escritos por um médico: o evangelho de Lucas e Atos dos Apóstolos.

REAJA AGORA!

Como seguidores de Jesus, devemos viver uma vida de serviço. Assim como o Mestre aliviava o sofrimento das pessoas que encontrava, cada um de nós pode fazer alguma diferença na vida de outros. Pense em suas habilidades. De que formas você pode servir aos outros?



©devitayut | adobe stock

3 de maio • Segunda-feira >>>>

Os poços de Ryan

Ninguém o despreze pelo fato de você ser jovem, mas seja um exemplo para os fiéis na palavra, no procedimento, no amor, na fé e na pureza. **1 Timóteo 4:12**

Ryan Hreljac tinha apenas seis anos de idade quando ficou sabendo que nem todas as pessoas do mundo têm acesso à água limpa. Sua professora do primeiro ano disse à classe que os habitantes de algumas partes da África precisam viajar muitos quilômetros só para obter água. A turma de Ryan começou a angariar recursos para ajudar em projetos no continente africano. Nesse mesmo período, ele descobriu que eram necessários 70 dólares para construir um poço. Então, decidiu que era isso que ele queria fazer. Ryan trabalhou por quatro meses a fim de ganhar 70 dólares para a escavação do primeiro poço.

Mas não parou por aí. Ryan cresceu e fundou a Ryan's Well Foundation. Por meio de sua organização, ele já apoiou centenas de projetos diferentes.

Ryan teve a oportunidade de viajar pelo mundo inteiro, visitando vilas africanas nas quais os recursos foram usados na escavação de poços. Ele já viajou para muitos lugares a fim de conseguir doações para sua fundação e conheceu pessoas famosas, incluindo apresentadores, atletas, líderes políticos, religiosos e até mesmo príncipes e princesas.

Ryan Hreljac mostrou ao mundo que alguém que se importa pode fazer uma grande diferença em relação aos problemas do mundo.

#info

Mais de 2,1 bilhões de pessoas ao redor do mundo não têm acesso à água potável.

REAJA AGORA!

Ao se deparar com um problema, não pense em suas limitações ou incapacidades. Confie no que Deus pode fazer se você simplesmente estiver disposto a ser usado por Ele. Que tal começar agora? Pense em um problema que parece grande demais e encontre uma maneira de fazer a diferença.

©treenabeena | adobe stock

4 de maio • Terça-feira >>>>

Melhores amigas

Quem ama não é ciumento.
1 Coríntios 13:4, NTLH

Lauren e Sara eram melhores amigas desde o sexto ano. Então, quando estavam no oitavo, Sara conheceu Tati no treino de futebol e fez amizade com ela.

Lauren observava com ciúme Sara e Tati voltarem do campo de futebol conversando e rindo juntas.

– Lauren, hoje não vou poder voltar para casa com você. Vou almoçar na casa da Tati – disse Sara. – Vejo você amanhã...

Lauren voltou sozinha para casa, chutando as pedras da calçada e sentindo pena de si mesma. Quando chegou, foi para o quarto e fechou a porta. Não queria conversar com ninguém. Sua única vontade era ficar sozinha e pensar em como sua melhor amiga não tinha mais tempo para ela.

Mais tarde, Sara ligou, querendo contar sobre a visita à Tati.

– Mamãe disse que semana que vem você e a Tati podem vir aqui para casa depois da aula – disse ela. – Não seria maravilhoso?

A princípio, Lauren não achou nada maravilhoso. Ela queria que as coisas continuassem como sempre, somente ela e Sara como melhores amigas. Mas sabia que o ciúme acabaria com a amizade delas. Então, decidiu encontrar espaço no coração para ser amiga de mais uma pessoa.

– Seria muito legal! Estou ansiosa para conhecer a Tati.

E pensou: "Talvez eu precise fazer novas amizades também, para incluir em nosso grupo."

#info
A palavra "ciúme" tem a mesma origem da palavra "zelo": o termo grego "zelosus", que significa "fervor, intenso desejo". Mas não se confunda, pois zelo e ciúme são coisas bem diferentes.

REAJA AGORA!

Você já ficou com ciúme de alguém? A Bíblia diz que o verdadeiro amor não fica enciumado, porque isso é egoísmo. Se você se sentir deixado de lado, saiba que Jesus, o melhor Amigo, estará sempre com você. Peça que o ajude a ser sempre um bom amigo.

5 de maio • Quarta-feira >>>>

Depois de Netuno

O Senhor não vê como o homem: o homem vê a aparência, mas o Senhor vê o coração. **1 Samuel 16:7**

Em 1930, Clyde Tombaugh, um jovem astrônomo norte-americano, descobriu um objeto no Sistema Solar depois do planeta Netuno. Esse objeto recebeu o nome de Plutão e passou a ser considerado o nono planeta do Sistema Solar.

Durante a maior parte do século 20, as crianças aprenderam o nome dos nove planetas do Sistema Solar: Mercúrio, Vênus, Terra, Marte, Júpiter, Saturno, Urano, Netuno e Plutão. Com o passar do tempo, porém, os cientistas começaram a questionar se Plutão era mesmo um planeta. Em 2006, a União Astronômica Internacional redefiniu o significado de **planeta** e deliberou que Plutão não era mais um dos nove planetas. Em vez disso, foi classificado como "planeta-anão", juntamente com dois outros objetos chamados Ceres e Éris.

Os cientistas continuam debatendo se Plutão deve ou não ser considerado um planeta. O fato de o chamarmos de planeta tem que ver com *nossa* maneira de rotulá-lo. Ao longo de toda essa discussão, porém, Plutão continua no mesmo lugar, do mesmo tamanho e formato. Nada mudou!

Às vezes, rotulamos as pessoas de maneira positiva ou negativa. Assim como o planeta-anão, muitos de nós recebem mais de um rótulo ao longo da vida. Mas a realidade de quem somos não muda de acordo com a forma que os outros nos enxergam. O que importa é quem somos aos olhos de Deus.

#info
A superfície de Plutão possui uma área esbranquiçada, no formato semelhante ao de um coração. A Tombaugh Regio, como é o nome da região, é formada por nitrogênio, metano e monóxido de carbono em estado sólido, ou seja, gelo.

REAJA AGORA!

Que rótulos as pessoas já lhe deram ao longo da vida? Você tem o costume de rotular outras pessoas? Leia o verso de hoje novamente e reflita sobre o que é mais importante: fatores externos ou o coração?

A casa de Deus

Aquietai-vos e sabei que Eu sou Deus. **Salmo 46:10, ARA**

Sérgio acordava cedo e era o primeiro de sua família a ficar pronto para ir à igreja. Parecia muito animado para adorar a Deus. Mas, durante os cultos, Sérgio demonstrava "animação" até demais. Ele comentava coisas que nem sempre tinham relação com a mensagem, e fazia seus colegas rirem. Quando esquecia sua Bíblia, acompanhava a leitura pelo celular, mas não desligava a internet e nem o volume, causando ruídos e desconcentrando as outras pessoas.

Percebendo a falta de reverência de Sérgio, seus pais o chamaram para uma conversa:

– Estamos preocupados com você, filho – o pai começou. – Sua atitude na igreja não está apenas incomodando as pessoas; está desrespeitando a Deus.

– Mas, pai, eu nunca me atraso e estou sempre à disposição para fazer o que me pedem – o garoto se justificou.

– Querido, pense melhor em sua motivação para ir à igreja: estar com seus amigos ou adorar a Deus? – a mãe de Sérgio perguntou.

Durante a semana, Sérgio pensou nas palavras dos pais e começou a considerar sua postura diante de Deus. Ele certamente se sentiria chateado se um amigo o tratasse da mesma forma em sua própria casa. Além disso, Ele devia muito mais que respeito a Deus; devia reverência a Ele!

No culto seguinte, em vez de fazer gracinhas para os colegas, Sérgio decidiu anotar as dúvidas que tinha quanto ao sermão. No fim do culto, ele se sentia muito mais próximo de Deus e ansioso para voltar na próxima semana. Mas pelos motivos certos.

#info

Uma das igrejas mais antigas do mundo é a Catedral de Echmiatsin, na Armênia. Ela foi fundada em 301 d.C. e hoje é considerada Patrimônio Mundial pela Unesco.

REAJA AGORA!

Como você se comporta quando está na igreja? Ser reverente não é adotar uma postura imóvel e desconfortável, e não se aplica só ao tempo que você passa na igreja, mas é ter a consciência de que Deus está sempre presente e de que nossos pensamentos e ações devem ser direcionados para louvá-Lo e adorá-Lo.

Velocidade máxima

Portanto, também nós, uma vez que estamos rodeados por tão grande nuvem de testemunhas, livremo-nos de tudo o que nos atrapalha e do pecado que nos envolve e corramos com perseverança a corrida que nos é proposta. **Hebreus 12:1**

Quando estava no nono ano, Allyson entrou para o grupo de corrida da escola. Apenas dez semanas após a primeira classificatória, ela chegou em sétimo lugar nos 200 metros de um campeonato estadual. Allyson Felix havia descoberto aquilo que ela nascera para fazer: correr.

Já no terceiro ano do ensino médio, Allyson quebrou o recorde dos 200 metros rasos na categoria feminina do ensino médio. Chegou a perder a festa de formatura a fim de se qualificar para um evento estadual.

Em 2004, aos 18 anos de idade, Allyson correu os 200 metros rasos nos Jogos Olímpicos de Atenas. Ela quebrou o recorde mundial de juniores na classificatória e ganhou medalha de prata na final. Hoje, ela é a maior medalhista de campeonatos mundiais de atletismo.

Allyson dá a Deus o crédito de ajudá-la durante o estresse das competições. "Eu oro muito. Sempre separo tempo para a Palavra, para conversar com Deus. Minha agilidade é dom divino, e eu corro para a glória do Senhor. Tudo que faço vem Dele."

Você não precisa ser um recordista mundial ou medalhista olímpico para reconhecer os dons que Deus lhe deu. Allyson escolheu dedicar suas habilidades para Deus, e você deve fazer o mesmo, não importa quais forem. Quando colocamos Deus no centro da vida, cada vitória nossa é um testemunho do poder Dele.

#info

Os cinco anéis da bandeira olímpica simbolizam cinco continentes. Eles se entrelaçam em sinal de amizade, a qual deve existir nas competições internacionais. A bandeira olímpica foi hasteada pela primeira vez em 1920.

REAJA AGORA!

Qual é seu "evento olímpico", aquilo que você imagina ter a capacidade de fazer bem? Com a ajuda de Deus, desenvolva essa habilidade para a glória Dele. E não se esqueça de que, na corrida da vida, é preciso ficar longe do mal e perseverar até o fim.

10 de maio · Segunda-feira >>>>

Elefantes em resgate

Deus fez os animais selvagens de acordo com as suas espécies, os rebanhos domésticos de acordo com as suas espécies, e os demais seres vivos da terra de acordo com as suas espécies. E Deus viu que ficou bom. **Gênesis 1:25**

Durante o *tsunami* devastador que varreu o sudeste da Ásia em dezembro de 2004, elefantes ajudaram a salvar a vida de vários turistas. Uma menina de oito anos da Grã-Bretanha estava andando de elefante em um *resort* turístico na Tailândia quando a água começou a recuar. O elefante, percebendo que algo estava errado, correu com a menina nas costas, fugindo da água até um local mais alto. Quando a onda que veio em seguida os alcançou, a água bateu na lateral do elefante, mas a menina ficou ilesa.

Em outro *resort* na Tailândia, um grupo de turistas foi acordado antes do sol nascer pelo barulho de elefantes gritando. Embora a grande onda ainda não houvesse chegado, os elefantes ficaram agitados e começaram a se soltar das correntes e a sair correndo rumo a um local mais alto. Nem os cuidadores dos animais nem os turistas sabiam o que estava errado. Mas imaginaram que talvez os elefantes soubessem de algo que eles não tinham entendido e seguiram os animais ilha adentro. Por causa disso, sobreviveram ao *tsunami*.

Deus criou a natureza para estar em sintonia. Muitas vezes, os animais são mais sensíveis aos sinais do meio ambiente que os seres humanos. Mesmo assim, eles continuam sendo irracionais, e dependem do nosso cuidado e respeito. É nosso dever cuidar de toda a criação de Deus.

#info

Os elefantes também foram usados para ajudar na limpeza após o tsunami. São animais fortes e de pisada firme. Suas trombas são boas para alcançar espaços pequenos e recolher a sujeira.

REAJA AGORA!

Na criação, Deus colocou o homem como responsável pela natureza. Você já viu um animal em situação de vulnerabilidade? O que fez para ajudá-lo e cumprir a função dada por Deus?

11 de maio · Terça-feira >>>>

Confiança traída

Até o meu melhor amigo, em quem eu confiava e que partilhava do meu pão, voltou-se contra mim. **Salmo 41:9**

– Você prometeu que não ia contar para ninguém! – gritou Karina, com o rosto vermelho de raiva.

Ela havia confiado um segredo à sua amiga Jéssica. Seus pais estavam se divorciando, e a menina ficou arrasada. Karina ainda não conseguia contar a todo o mundo, mas precisava conversar com alguém. Então pediu a Jéssica que guardasse segredo.

No dia seguinte, quando Karina chegou à escola, todas as meninas estavam falando do assunto.

– Ai, Karina, você deve estar se sentindo muito triste agora que seus pais estão se separando – disse uma menina que ela mal conhecia.

Na hora do intervalo, foi falar com Jéssica.

– Como você pôde fazer isso? Eu confiei que você guardaria segredo!

Jéssica pediu desculpas, arrependida, pois sabia que tinha quebrado a confiança de sua amiga.

A confiança é fundamental para uma amizade. Mas ela precisa ser uma via de mão dupla. Devemos ser capazes de confiar em nossos amigos e também nos mostrar dignos de confiança. Isso significa guardar segredo (a menos que alguém esteja em perigo) e estar presentes para apoiar nossos amigos quando eles precisam de nós.

A verdadeira amizade, fundamentada na verdade, é um dos maiores dons de Deus!

#info

Algumas profissões, como a dos médicos e psicólogos, são fundamentadas na relação de confiança entre o profissional e o paciente. Revelar informações obtidas em consultas é ilegal e antiético.

REAJA AGORA!

Algum amigo já traiu sua confiança? O que você aprendeu com essa experiência? Infelizmente, nem todas as pessoas são confiáveis, e, por isso, precisamos escolher muito bem em quem confiar. Mas Deus jamais vai trair sua confiança. Com Ele, seus segredos e sonhos estão seguros. Confie Nele!

Que maravilha!

Sabemos também que o Filho de Deus veio e nos deu entendimento, para que conheçamos Aquele que é o Verdadeiro. E nós estamos Naquele que é o Verdadeiro, em Seu Filho Jesus Cristo. Este é o verdadeiro Deus e a vida eterna. **1 João 5:20**

Com 30 metros de altura, mais de uma tonelada de concreto armado, posicionada numa montanha a 709 metros acima do nível do mar, está a famosa estátua do Cristo Redentor, na cidade do Rio de Janeiro.

Não há turista que vá ao Rio e não se aventure a subir ladeira acima no **CORCOVADO** para ver esse monumento, uma das sete maravilhas do mundo moderno. Apenas a cabeça tem quase três metros de altura. A envergadura de ponta a ponta dos dedos tem quase 28 metros.

morro em que está a estátua

Mas que Redentor é esse?

Talvez sua atenção ainda não tenha sido voltada para isso, mas os olhos do Cristo Redentor são cegos. E, para piorar, o escultor não fez nem mesmo a marcação das pupilas, aqueles círculos que sugerem a visão. Há apenas aberturas bem arredondadas.

Como está, o Cristo Redentor parece se recusar a ver as pessoas aos seus pés. No lado de fora do manto esculpido na pedra está um coração; pequeno, simples e, obviamente, sem vida. É o redentor que você gostaria de ter? Claro que não, não é mesmo?

Nosso Redentor tem o olhar voltado para nós, cuida, perdoa, acalma a tempestade, afugenta o medo. Esse é o Cristo que encontramos na Bíblia, o Verdadeiro, Aquele que multiplica pães e peixes para alimentar as pessoas, que cura e até ressuscita, que ensina e salva.

Nunca perca o verdadeiro Cristo Redentor de vista. Ele é a maior das maravilhas!

#info

Jesus Cristo nasceu, viveu e morreu unicamente para nos salvar. Agora, Ele está no Céu, ainda agindo em nosso favor. "Quando vosso coração recua ante a dolorosa prova, lembrai-vos de que vosso Redentor vive para interceder por vós." (*O Desejado de Todas as Nações*, p. 659)

REAJA AGORA!

Parece difícil de acreditar, mas muitas pessoas não conhecem a respeito do verdadeiro Cristo. Se encontrasse alguém assim hoje, qual característica de Jesus você começaria a apresentar a essa pessoa?

Mais perto do que parece

Para onde poderia eu escapar do Teu Espírito? Para onde poderia fugir da Tua presença? Se eu subir aos céus, lá estás; se eu fizer a minha cama na sepultura, também lá estás. **Salmo 139:7, 8**

Acácio da Silva Sarmento trilhava um caminho perigoso em sua vida. Era membro de uma gangue em sua cidade natal. Certo dia, Acácio estava procurando dinheiro para comprar cigarros. Revirou todos os cantos da casa, na esperança de encontrar algum valor, até que pegou um livro. Não havia dinheiro nenhum debaixo dele, mas o título chamou sua atenção: "*Onde você estará após a morte?*"

Acácio era curioso e gostava de ler. Então, na mesma hora, sentou-se no quintal de sua casa com o livro. Enquanto lia, começou a refletir sobre os questionamentos que o livro levantava: sobre Deus, morte e seu estilo de vida.

Alguns dias depois, Acácio conheceu um cristão e começou a lhe fazer algumas perguntas.

– Procure na Bíblia – disse o novo amigo. – As respostas estão todas lá.

Então Acácio conseguiu uma Bíblia e, de fato, encontrou as respostas que estava procurando. Foi atraído a Jesus e sentiu Seu amor por ele. Logo foi batizado e se tornou cristão. Deixou para trás a vida na gangue e se ocupou falando aos outros sobre seu novo amigo: Jesus.

Acácio parecia viver longe de Deus, mas a verdade é que nunca estamos afastados demais que Seu amor não possa nos alcançar. Deus faz de tudo para buscar Seus filhos para mais perto de Si.

#info

De acordo com a Sociedade Bíblica do Brasil, a Bíblia na íntegra está disponível em 563 idiomas, e existem 1.334 traduções do Novo Testamento. Isso significa que mais de 6 bilhões de pessoas podem ter acesso à Palavra de Deus.

REAJA AGORA!

Alguma vez você já fez algo e se sentiu longe de Deus? Nesses momentos, lembre-se de que Ele está sempre perto e disposto a conceder o perdão! Ore a Ele, admita seus erros, peça perdão e poder para manter-se sempre perto de Deus.

Armadilha

O vinho é zombador e a bebida fermentada provoca brigas; não é sábio deixar-se dominar por eles. **Provérbios 20:1**

Se alguém perto de você quisesse beber e perguntasse por que você não faz isso, o que você diria? Conhecendo fatos sólidos sobre o consumo de álcool, você pode alertar seus amigos a fugir dessa armadilha.

1. Seu corpo logo aumenta a tolerância ao álcool. Isso significa que é uma substância viciante.

2. Os órgãos mais afetados pelo consumo de álcool são o coração, o fígado e os vasos sanguíneos.

3. No início, o álcool provoca um efeito de euforia, mas, em seguida, provoca perda de coordenação motora e sono.

4. Além de prejudicial à própria saúde, o alcoolismo é perigoso para outras pessoas: ele é a causa de muitos acidentes automobilísticos e até de atos de violência.

Seu corpo é o templo do Espírito Santo e precisa estar em condições de ser usado por Deus. Fique longe de tudo o que o prejudica. Por mais "populares" que pareçam ser, os efeitos das escolhas ruins mostram que elas não passam de ilusão. Na Bíblia, lemos:

"O vinho é zombador e a bebida fermentada provoca brigas; não é sábio deixar-se dominar por eles" (Provérbios 20:1).

"Ora, as OBRAS DA CARNE são manifestas: imoralidade sexual, impureza e libertinagem; idolatria e feitiçaria; ódio, discórdia, ciúmes, ira, egoísmo, dissensões, facções e inveja; EMBRIAGUEZ, orgias e coisas semelhantes. Eu os advirto, como antes já os adverti: aqueles que praticam essas coisas NÃO HERDARÃO O REINO DE DEUS." (Gálatas 5:19-21)

#info

De acordo com os cientistas, o álcool causa dependência porque age em uma região do cérebro relacionada ao prazer e em outra, relacionada à tomada de decisões. Uma pessoa alcoolizada pode se sentir bem e, mesmo assim, seu poder de decisão ser afetado pelas substâncias alcoólicas.

REAJA AGORA!

Decida manter seu corpo livre de substâncias prejudiciais e cuidar de sua saúde como forma de adorar a Deus. Faça um compromisso pessoal de não usar álcool, e responda sempre "não" se alguém oferecer a você.

Cuidado protetor

Ouça, meu filho, a instrução de seu pai e não despreze o ensino de sua mãe. **Provérbios 1:8**

"Como a mamãe é superprotetora!", Sabrina pensou, irritada. Ela estava muito chateada porque os pais não tinham permitido que ela fosse a uma festinha organizada por um colega da escola. "Todos vão estar lá... menos eu!"

– Vai ser muito tranquilo – Sabrina garantiu, no dia seguinte, ainda tentando convencê-los. – Os pais de Tales estarão lá e nem haverá muita gente! Vocês já me deixaram ir à casa de amigos antes.

Mas eles continuaram firmes em sua decisão.

– Você pode convidar a Elisa para dormir aqui no sábado – sugeriu a mãe. – Os pais dela também não a deixaram ir à festa.

No dia seguinte à festa, Sabrina ouviu os comentários dos colegas. Alguns disseram que foi a maior diversão que já tiveram. Outros não gostaram. Os pais de Tales não estavam na casa, e um grupo de rapazes mais velhos bebeu e brigou.

– Foi meio assustador – Rosa admitiu – e fiquei sabendo que o Tales levou uma baita bronca quando os pais dele chegaram em casa.

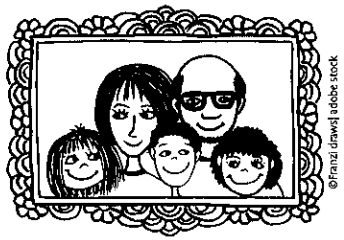
Ao ouvir essas coisas, Sabrina entendeu que seus pais protetores queriam apenas o melhor para ela.

#info

A influência do grupo sobre uma pessoa é comprovada pela ciência. Ao estar com um grupo de pessoas que age de uma forma, seu cérebro tende a imitar esse comportamento para conectar-se com os outros.

REAJA AGORA!

O que você pede a seus pais e eles dizem não? Pense com cuidado antes de achar que eles estão apenas querendo frustrar seus planos. Deus deu a eles uma responsabilidade muito grande: cuidar de você e protegê-lo. Assim como deu a você o dever de respeitá-los.



©Pranzi drawn| adobe stock

Efeitos da oração

Orem continuamente.
1 Tessalonicenses 5:17

Na era inicial do cristianismo, um jovem chamado Agostinho cresceu na cidade de Tagaste, no norte da África. Aos 17 anos de idade, Agostinho saiu de casa para estudar. Durante aqueles anos, as crenças cristãs, ensinadas por sua mãe, eram a última coisa em sua mente.

Mas Mônica, a mãe, jamais deixou de orar por ele. Anos mais tarde, quando Agostinho se mudou para a Itália a fim de começar um novo emprego e encontrar uma esposa, a mãe o acompanhou. Ela continuava orando para que, um dia, o filho entregasse a vida a Deus.

Certo dia, Agostinho se sentiu impressionado a pegar a Bíblia e começar a ler. Encontrou Romanos 13:13 e foi tocado por sua orientação a vivermos de maneira decente, "como pessoas que vivem na luz do dia" (NTLH). Decidiu abandonar a vida que havia levado até ali e se tornar cristão. Após se batizar, voltou para sua terra natal na África com a mãe. Infelizmente, a mãe de Agostinho faleceu na viagem, mas morreu sabendo dos bons resultados dos longos anos de oração pelo filho. Agostinho acabou se tornando um dos escritores e mestres mais importantes da igreja cristã primitiva.

REAJA AGORA!

Quem ora por você? Por quem você ora? Às vezes, pode parecer que Deus esteja demorando para atender às suas preces, mas isso não é verdade. Ele sempre ouve e responde no momento certo, na hora certa, do jeito certo. Não desista de orar, mas confie que Deus já está agindo, mesmo que você ainda não perceba.

#info
Jesus falou sobre uma oração que não agrada a Deus. Quer saber qual é? Leia Lucas 18:9 a 14.

© Infadel | adobe stock

O maior de todos os *reality shows*

Combati o bom combate, terminei a corrida, guardei a fé. Agora me está reservada a coroa da justiça, que o Senhor, justo Juiz, me dará naquele dia; e não somente a mim, mas também a todos os que amam a Sua vinda.
2 Timóteo 4:7, 8

Existem alguns programas de televisão do tipo *reality show*, uma espécie de competição que leva os participantes a realizar diversos desafios, muitas vezes, enfrentando seus maiores medos, por um prêmio no final. Por mais que alguém pense que essa seja uma modalidade nova de programação, o primeiro *reality show* foi, na verdade, um documentário transmitido em 1973, que acompanhou a vida de uma família norte-americana por alguns meses. Seu nome era *An American Family* (Uma família americana).

Hoje, a maioria desses programas foca na competição entre os participantes e até em brigas entre eles. Os programas de transformação incentivam as pessoas a ficar insatisfeitas com a própria aparência e mudá-la. **ALGUNS *REALITY SHOWS* MENOSPREZAM O CASAMENTO, A FAMÍLIA E O COMPROMISSO.**

Não perca seu tempo assistindo a isso!

Por mais terríveis que algumas produções de televisão sejam, elas se assemelham, em algum sentido, à vida cristã neste mundo. Durante as 24 horas de nosso dia, somos testemunhas do amor de Deus e de como Sua graça pode transformar vidas. Cada escolha que fazemos, cada ação e palavra são notadas pelas pessoas ao nosso redor. Não estamos em uma competição, mas queremos alcançar o mesmo prêmio: a vida eterna.

#info
Não temos que nos preocupar sobre como nos ocupar na vida eterna. Haverá muito o que fazer. Veja este texto de Ellen White: "Então fui levada a um mundo que tinha sete luas. Vi ali o bom e velho Enoque, que tinha sido trasladado. [...] Perguntei-lhe se este era o lugar para onde fora transportado da Terra. Ele disse: 'Não é; minha morada é na cidade, e eu vim visitar este lugar.'" (Primeiros Escritos, p. 40)

REAJA AGORA!

Como suas escolhas refletem seu objetivo na vida? Como suas ações testemunham do amor de Deus? Peça que Ele o ajude todos os dias a manter-se fiel.

Nota honesta

Quem pratica a fraude não habitará no Meu santuário; o mentiroso não permanecerá na Minha presença. **Salmo 101:7**

A prova de História foi muito mais difícil do que Manu havia esperado. Após ler toda a prova, percebeu que não sabia a resposta de várias questões. Ela havia estudado, e muito! Mas, para ela, História era mais difícil do que as outras matérias.

Por outro lado, seu colega Josué, na carteira à frente, parecia saber todas as respostas. Concentrado, ele nem estava se dando ao trabalho de esconder a prova. Se ela olhasse só um pouquinho poderia muito bem ver algumas de suas respostas.

"Só vou tirar uma dúvida. Quem sabe, assim, eu me lembre do que estudei", ela começou a refletir.

Manu sabia que era errado. Mas ela tinha estudado. Seria apenas uma pequena ajuda! Com o coração acelerado, a menina deu uma rápida olhada na carteira da frente, mas rapidamente desviou o olhar. "Não importa o quanto eu tenha dificuldade para me lembrar do que estudei. Vou responder à prova usando apenas o conhecimento que me esforcei para adquirir", ela concluiu, antes que pudesse ter lido a resposta do colega.

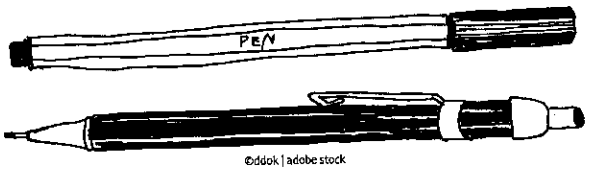
Ao entregar a prova, ela não tinha certeza da nota que tiraria, mas estava satisfeita por ter dado seu melhor e fazer isso de consciência limpa.

#info

Especialistas afirmam que, para aprender algo, debruçar-se sobre os livros não basta: uma boa noite de sono é fundamental para lembrar-se do conteúdo estudado. Além disso, colocar em prática o que estudou ajuda a fixar o conhecimento.

REAJA AGORA!

Seja honesto consigo mesmo: O que há de errado em colar? Ao usar um conhecimento que não lhe pertence, você está "roubando-o" de quem se esforçou para adquirir. Deus espera que, como Seus filhos, sejamos verdadeiros e honestos em todas as situações, assim como Ele é.



©ddok | adobe stock

Não seja como um panda

Portanto, se alguém está em Cristo, é nova criação. As coisas antigas já passaram; eis que surgiram coisas novas! **2 Coríntios 5:17**

Muitos animais são sociáveis, interagem com pessoas e outros animais, e se adaptam com facilidade a novos ambientes. Esse não é o caso dos pandas-gigantes. Eles são criaturas tímidas, que não gostam de se aventurar por lugares onde vivem seres humanos. À medida que as pessoas ocupam cada vez mais regiões nativas dos pandas na China, isso tem se tornado um problema, pois seu *habitat* continua a diminuir.

Esses animais não lidam bem com mudanças. A única coisa que eles realmente gostam de comer é bambu. Quando todo o bambu de sua área morre naturalmente, os pandas podem até morrer de fome, pois são incapazes de se mudar para outros lugares onde há mais bambus para comer.

A vida é cheia de mudanças. Deparamo-nos a todo instante com situações que exigem de nós adaptação e aceitação de mudanças. Ao contrário dos pandas, os seres humanos foram abençoados por Deus com a capacidade de fazer mudanças e prosseguir rumo a novos desafios.

Alguma vez você já se sentiu como se fosse um panda em meio a mudanças repentinas e, às vezes, radicais? Saiba que você não precisa enfrentar tudo sozinho. As mudanças fazem parte da vida e são importantes para o nosso crescimento. Não seja como um panda! Permita que Deus use todas as circunstâncias para fazer de você uma "nova criatura", cada dia mais parecida com Ele.

#info

Os pandas-gigantes deixaram de ser uma espécie em extinção para ser uma espécie vulnerável. Isso se deve à iniciativa da China de restaurar as florestas de bambu.

REAJA AGORA!

Que mudanças você enfrentará no futuro próximo em sua vida? Uma mudança de cidade? Escola nova? A chance de conhecer um novo amigo ou tentar algo diferente? Peça que Deus o ajude a lidar com as mudanças e os desafios que a vida lhe apresentar.

20 de maio • Quinta-feira >>>>

Acima da média

Aquele que é capaz de fazer infinitamente mais do que tudo o que pedimos ou pensamos, de acordo com o Seu poder que atua em nós, a Ele seja a glória na igreja e em Cristo Jesus, por todas as gerações, para todo o sempre! Amém! **Efésios 3:20, 21**

Quem é você na escola? Aquele que faz apenas o suficiente para passar de ano? Que entrega somente alguns trabalhos, que presta atenção "mais ou menos" nas aulas? E em casa? Faz apenas as tarefas que seus pais insistem muito que faça?

Cuidado! Pode ser mais fácil viver "na média", mas esse estilo de vida cobra um preço alto no futuro. Quando faz o mínimo possível e não se esforça para realizar o melhor que pode, é você que sai perdendo. Toda vez que "estuda para passar", perde boas oportunidades que teria no futuro, se estivesse preparado para elas. Quando não colabora em casa, deixa de desenvolver responsabilidade e autonomia.

Mas não é só isso. Viver uma vida medíocre também é ofensivo a Deus, pois Ele o criou para atingir todo o seu potencial. Ao dar o melhor de si, você glorifica a Deus e mostra quão grande é Seu poder. Reflita no texto a seguir:

"Não vos contenteis em atingir um ideal baixo. Não somos o que poderíamos ser e o que Deus quer que sejamos. Deus concedeu-nos faculdades de raciocínio, não para que fiquem inativas ou sejam pervertidas por ocupações terrenas e sórdidas, mas para que sejam desenvolvidas ao máximo, refinadas, santificadas, enobrecidas e empregadas no avanço dos interesses de Seu reino." *(A Ciência do Bom Viver, p. 498)*

#info
A palavra medíocre veio do latim "mediocris" e tem a ver com a ideia de estar no meio da subida de uma montanha, ou seja, sem alcançar o topo.

REAJA AGORA!
Pense em seu estilo de vida. Ele reflete as atitudes de alguém à imagem de Deus? O que falta para você ser a melhor versão de si mesmo? Peça ajuda a Deus para começar a mudança hoje mesmo!

THE BEST

©Daria | adobe stock

21 de maio • Sexta-feira >>>>

Marcas de amor

Eu gravei você nas palmas das Minhas mãos. **Isaías 49:16**

Diversos povos e culturas usam pinturas corporais como forma de expressão. Alguns povos indígenas que vivem no Brasil produzem pigmentos a partir de vegetais, como urucum, jenipapo e babaçu. A pintura pode indicar a etnia e até a função do índio no grupo.

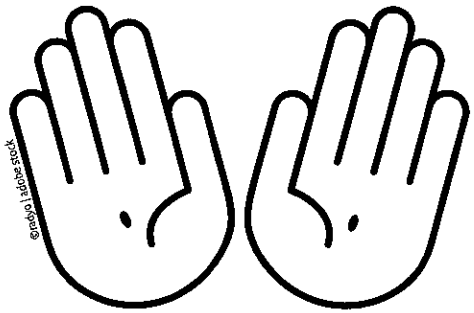
Outras culturas, como a hindu, utilizam a pintura nos casamentos, cobrindo a noiva de desenhos que simbolizam a mudança para uma nova família. Povos africanos também se utilizam de elementos naturais, como cal, barro e rochas para passar mensagens por meio de pintura corporal.

Dependendo do tipo de pigmento utilizado, a pintura sai facilmente. Outros deixam marcas que demoram mais tempo para sair. Marcar o corpo é parte importante de muitas culturas, porque indica a que povo alguém pertence.

Mas existe um símbolo de pertencimento muito mais importante e universal. Na Bíblia, lemos que nosso nome está gravado nas palmas das mãos de Jesus. É uma marca permanente que demonstra a todo instante o quanto Ele Se importa com Seus filhos!

#info
É estimado que o costume de pintar o corpo em ocasiões importantes tenha começado no Egito, por volta de 3.000 a.C.

REAJA AGORA!
Na cultura ocidental, a pintura corporal não possui o caráter coletivo de identidade que tem em outras culturas. Como você expressa quem é? Lembre-se de que nada é mais importante em sua identidade do que ter sido criado e salvo por Jesus. Ele, sim, é quem deve deixar marcas permanentes em sua vida.



©radyo | adobe stock

Só Dele é o louvor

Em Ti quero alegrar-me e exultar, e cantar louvores ao Teu nome, ó Altíssimo. **Salmo 9:2**

George Huff ainda era bem pequeno quando percebeu que conseguia cantar, nota por nota, sempre que uma música popular tocava no rádio. O pequeno George correu até a cozinha e anunciou para a mãe:

– Eu sei cantar!

– Agora estou ocupada – respondeu a mãe. – Vá brincar na sala.

Mas logo todos perceberam o talento de George. Ele cresceu pobre em um projeto habitacional público em Nova Orleans, nos Estados Unidos. Quase todos os fins de semana, recebia o convite para cantar em uma igreja. Quando concluiu o ensino médio, foi fazer faculdade com uma bolsa de música.

George queria fazer carreira nessa área, mas, no fim do terceiro ano de faculdade, acabou o dinheiro da bolsa. Ele precisou deixar as aulas e trabalhar lavando pratos no refeitório da universidade.

Quando seus sonhos pareciam ter chegado ao fim, George teve a oportunidade de participar de um programa de televisão para músicos. Ali se classificou entre os cinco finalistas.

Após a experiência no programa, George recebeu várias propostas para a gravação de um álbum. Escolheu aceitar a oportunidade da Word Records e começou a gravar músicas cristãs, usando seus talentos para louvar a Deus e compartilhar a mensagem de Seu amor com os outros.

#info

Não é apenas a voz dos meninos que muda durante a puberdade. A das meninas também, mas é muito mais sutil. Como as pregas vocais masculinas tendem a ser mais largas que as femininas, a diferença nos meninos é mais evidente. As "falhas" na voz são naturais durante o processo de crescimento dos órgãos envolvidos na fala.

REAJA AGORA!

Quais são seus sonhos para o futuro? Pense bem em seus objetivos e se eles podem ser usados para glorificar a Deus. Então, entregue cada um deles a Ele e peça-Lhe a bênção para ajudá-lo a realizar esses sonhos.

Prioridades

Não terás outros deuses além de Mim. **Êxodo 20:3**

Júnior, precisamos conversar – disse o pai.

– O que foi?

A atenção de Júnior estava concentrada em manobrar o carro virtual na pista de corrida na tela à sua frente.

– Sua mãe e eu achamos que você está gastando muito tempo com jogos.

– Ah, pai! – disse Júnior, finalmente tirando o olho da tela. – Vocês sabem que eu não jogo nada com conteúdo violento, nem jogos de luta, nem nada disso.

– Sim, filho, e é bom poder confiar em você em relação a isso. Mas não se trata apenas de **QUAIS** jogos você joga. Nossa preocupação é de que você parece estar transformando os jogos na prioridade em sua vida. Você volta correndo da escola e se tranca no quarto para jogar.

– Eu faço minha tarefa de casa! – insistiu Júnior. – Bem... quase toda vez.

– Estudos, família, exercícios... Deus – o pai lembrou.

– Essas coisas são mais importantes do que jogos virtuais. Às vezes, parece que os jogos estão se tornando um falso deus em sua vida. Parecem algo que você adora.

– Mas, pai, eu não "*adoro*" jogos de computador! – riu Júnior.

– Adorar algo ou alguém significa colocar isso em primeiro lugar, atribuir a esse elemento a maior importância em sua vida – explicou o pai. – Você deveria pensar melhor nisso. É preciso colocar limites no tempo que você passa jogando.

#info

O sistema de recompensa dos jogos eletrônicos estimula o cérebro a produzir uma substância de bem-estar, a dopamina. Em excesso, isso compromete a região do cérebro que controla a tomada de decisões, o que gera a perda da noção de tempo durante o jogo.

Júnior percebeu que o pai estava certo. Ele sabia que seria muito difícil mudar seus hábitos, mas ele estava disposto a tentar e colocar coisas mais importantes em primeiro lugar.

REAJA AGORA!

Pense nas coisas que mais ocupam seu tempo. Qual é a importância dos momentos com Deus em sua lista diária de tarefas? Aproveite esse momento para ajustar sua lista de prioridades e colocar o mais importante em primeiro lugar.

A lição de Stradivarius

> *Meus irmãos, considerem motivo de grande alegria o fato de passarem por diversas provações, pois vocês sabem que a prova da sua fé produz perseverança.* **Tiago 1:2, 3**

Os violinos mais famosos do mundo foram feitos por Antonio Stradivari, na Itália do século 17. Violinistas célebres dos dias atuais ainda consideram uma honra ter ou tocar um antigo violino Stradivarius, com 300 anos de existência. Segundo muitos instrumentistas, nenhum outro tem o mesmo som.

Por que esses violinos são tão excelentes? Ninguém sabe ao certo, mas alguns cientistas acreditam que os violinos de Stradivari continuam a emitir um lindo som hoje porque foram feitos com madeira muito dura e densa.

© ONYXprj | adobe stock

Nos anos em que Stradivari fabricava violinos, a Europa estava passando por um de seus invernos mais rigorosos. Quanto mais frio o clima, mais devagar as árvores crescem. E, quanto mais lento é o crescimento de uma árvore, mais dura e densa será sua madeira.

#info

O violino considerado mais "famoso" do mundo foi feito em 1716, por Stradivari, e hoje fica em exposição em um museu na Inglaterra.

Nem sempre compreendemos os resultados de longo prazo das coisas que fazemos hoje. Assim como os violinistas atuais podem tocar belas melodias em violinos fabricados há 300 anos, as escolhas que você faz quando jovem afetarão sua vida por vários anos. É possível que agora você esteja passando por momentos difíceis, como um verdadeiro inverno, cheio de limitações e desafios. Assim como Stradivari, porém, você pode usar esses momentos difíceis para produzir algo belo. Com a ajuda de Deus, sua vida pode ser uma linda canção, mesmo em meio às adversidades.

REAJA AGORA!

Que situação você está enfrentando hoje que pode afetar sua vida futura? Peça a Deus sabedoria e força para tomar decisões positivas referentes a essa questão. Saiba que Ele tem o poder para transformar as piores situações em grandes bênçãos!

Esteja disponível

> *Então o Rei dirá aos que estiverem à Sua direita: "Venham, benditos de Meu Pai! Recebam como herança o Reino que foi preparado para vocês desde a criação do mundo. Pois Eu tive fome, e vocês Me deram de comer; tive sede, e vocês Me deram de beber; fui estrangeiro, e vocês Me acolheram."* **Mateus 25:34, 35**

Você pode até dizer "Estou morrendo de fome!" quando chega em casa na hora do almoço, mas a maioria de nós não sabe o que é fome de verdade. Milhões de pessoas ao redor do mundo sabem muito bem o que é passar fome. A trágica realidade é que muitos chegam a morrer de fome.

Isso ocorre em países bem distantes, mas também acontece com pessoas que podem morar no bairro vizinho ao seu. Enquanto estava na Terra, Jesus deu atenção especial às pessoas necessitadas. Por duas vezes, providenciou alimento para uma multidão faminta.

Continuar essa missão foi uma responsabilidade que Ele deixou para Seus seguidores. Fique tranquilo, Ele não espera que você resolva tudo sozinho, mas que faça o que estiver ao seu alcance para suprir as necessidades de quem está próximo de você.

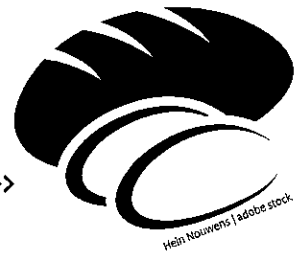
"Mas eu não conheço ninguém!", você pode pensar. Peça a Deus que lhe mostre como pode ser um instrumento nas mãos Dele. "Mas não tenho recursos para ajudar ninguém!" pode ser outro argumento. Apenas coloque à disposição o que você tem, seja tempo, influência ou boa vontade. Permita que o amor que você sente por Deus alcance outros ao seu redor.

#info

Estima-se que o desperdício de alimentos no Brasil seja responsável pela perda de 30% dos alimentos produzidos para consumo.

REAJA AGORA!

Os problemas mundiais de fome e pobreza podem parecer tão imensos que nos sentimos impotentes, como se não pudéssemos fazer nada para ajudar. Mas pense em uma coisa que você pode fazer para ajudar quem não tem o suficiente para comer. Coloque-a em prática até o fim da semana.



Hein Nouwens | adobe stock

"Alô?"

Aí sim, você clamará ao Senhor, e Ele responderá; você gritará por socorro, e Ele dirá: Aqui estou. **Isaías 58:9**

Os irmãos Robbie e Brittany Bergquist tinham apenas 12 e 13 anos de idade quando ficaram sabendo de um soldado norte-americano no Iraque que estava com uma dívida de telefone de 7.600 dólares, por causa de suas ligações para casa. Essa história inspirou os dois a fundar uma organização sem fins lucrativos chamada *Cell Phones for Soldiers* (Celulares para soldados).

Com a ajuda de muitas pessoas, eles arrecadaram mais de 40 mil cartões telefônicos e proporcionaram mais de 200 milhões de minutos de ligação para os soldados em missão. A dupla ganhou alguns prêmios em reconhecimento à sua iniciativa. Vários soldados conseguiram telefonar para a família, e tudo porque dois adolescentes compreenderam a importância de se manter em contato.

Conversar com as pessoas que amamos tem muito valor. Quando nos sentimos confusos ou estamos enfrentando problemas, conversar sobre o assunto com os pais, um parente ou amigo de confiança é de grande ajuda. Para um soldado a milhares de quilômetros de casa, enfrentando o risco de ferimento ou morte, um cartão de telefone é um presente precioso.

Vivemos em um planeta distante de nosso lar celestial, mas nosso Pai tem uma linha direta chamada oração que está aberta a todo instante para usarmos. Você mantém essa linha sempre a postos?

#info
O primeiro telefone celular pesava quase 1 quilo e a bateria durava por apenas meia hora de ligação. Foi vendido por 3.995 dólares. Faça o cálculo pela cotação do dólar de hoje e veja os valores em reais.

REAJA AGORA!

Em quem você confia para conversar quando realmente precisa que alguém o ouça? Se Deus não está em primeiro lugar na sua lista de ouvintes, é preciso aprofundar seu relacionamento com Ele. Deus está sempre disponível para uma boa conversa, mesmo que você não possa vê-Lo. Que tal começar uma boa conversa com Deus agora mesmo?

Espere um pouco

"Pois os Meus pensamentos não são os pensamentos de vocês, nem os seus caminhos são os Meus caminhos", declara o Senhor. "Assim como os céus são mais altos do que a terra, também os Meus caminhos são mais altos do que os seus caminhos, e os Meus pensamentos, mais altos do que os seus pensamentos." **Isaías 55:8, 9**

– Mãe, você pode me ajudar? – gritou Thaís de seu quarto.

– Espere um pouquinho – respondeu a mãe.

Ela estava na cozinha lavando a louça enquanto Cris, a filha mais velha, passava o aspirador de pó nos tapetes.

– Mas eu preciso de ajuda agora! – reclamou a garotinha. – Já arrumei a bagunça e quero pendurar este quadro na parede neste instante.

Cris desligou o aspirador de pó e suspirou.

– Thaís, o dia está escurecendo – disse para a irmã de cinco anos. – Teremos visita para o jantar. Mamãe e eu estamos ocupadas tentando deixar tudo em ordem. Nós a ajudaremos com o quadro depois.

– Mas eu preciso AGORA!

– Ela não entende, não é mesmo, mãe? Sempre acha que o que ela está fazendo é a coisa mais importante do mundo, independentemente do que mais esteja acontecendo. Acho que esse é o jeito das crianças menores pensarem.

A mãe sorriu.

– Às vezes, acho que todos nós somos um pouco assim.

– O que você quer dizer com isso?

– Pense nas orações que fazemos – disse a mãe, fechando a torneira. – Imploramos a Deus que nos dê o que queremos *agora mesmo* e aquilo nos parece tão importante quanto o quadro de Thaís para ela. Não temos ideia de qual é o cenário mais amplo, nem quais são os planos de Deus para nós. Talvez, se entendêssemos essas coisas, seríamos um pouco mais pacientes.

Cris entendeu o recado. E você?

#info
Existem leis no Brasil que limitam o tempo de espera em filas de banco a, no máximo, 30 minutos.

REAJA AGORA!

Pense em uma ocasião na qual você precisou esperar ou recebeu "não" como resposta a uma oração. Ao olhar para trás, consegue ver que havia mais elementos na situação do que você percebia naquele momento? Confie! Deus faz tudo no tempo certo.

30 de maio • Domingo >>>>

Descoberta acidental

Os velozes nem sempre vencem a corrida; os fortes nem sempre triunfam na guerra; os sábios nem sempre têm comida; os prudentes nem sempre são ricos; os instruídos nem sempre têm prestígio; pois o tempo e o acaso afetam a todos. **Eclesiastes 9:11**

O cientista francês Louis Pasteur deixou seu laboratório por várias semanas em 1880. Enquanto estava fora, seu assistente deveria injetar a bactéria do cólera em algumas galinhas a fim de que Pasteur pudesse investigar os efeitos da doença sobre os animais. Mas o rapaz não fez logo a tarefa e, quando usou as bactérias, um mês depois, elas não estavam mais ativas. Embora tenham recebido a injeção, as galinhas não adoeceram.

Posteriormente, Pasteur contaminou as mesmas galinhas com um tipo novo e mais forte da bactéria do cólera. Mesmo assim, elas não ficaram doentes. Louis Pasteur fez uma das maiores descobertas acidentais da história! Descobriu que, quando você infecta alguém com um subtipo fraco de uma doença, a pessoa desenvolve imunidade e não adoece quando se depara novamente com o mesmo tipo de bactéria.

Hoje, a descoberta de Pasteur é usada para vacinar as pessoas contra todo tipo de doença infecciosa. Milhões de vidas já foram salvas por causa da vacinação.

Várias grandes descobertas foram feitas por acaso. Mas Louis Pasteur declarou: "O acaso favorece a mente preparada." Um acidente pode não resultar em algo bom caso a pessoa só pense em reclamar e não esteja pronta para tirar o melhor da situação. Deus é capaz de operar em nossa vida por intermédio de todo tipo de acontecimento, e precisamos estar preparados para transformar cada desafio em oportunidade.

#info

Louis Pasteur inventou um processo para matar micróbios perigosos em líquidos por meio de seu aquecimento, o que impede muitas doenças. O leite pasteurizado recebeu esse nome por causa de Louis Pasteur.

REAJA AGORA!

Para Deus, não há acasos. Peça-Lhe a sabedoria necessária para agir em todas as situações, e conte sempre com Sua ajuda quando algo sair do controle.

31 de maio • Segunda-feira >>>>

É campeã!

Vocês não sabem que, de todos os que correm no estádio, apenas um ganha o prêmio? Corram de tal modo que alcancem o prêmio. **1 Coríntios 9:24**

Quando as crianças imaginam uma carreira esportiva de sucesso, pensam em jogar futebol ou vôlei profissional, ou quem sabe em ganhar provas de ginástica olímpica. *Bobsled*, uma corrida de trenó cronometrada, por uma pista sinuosa e estreita feita para a competição, não é o primeiro esporte que vem à lembrança da maioria dos adolescentes.

O *bobsled* sem dúvida não era um esporte que Vonetta Flowers cogitava praticar enquanto crescia em Birmingham, no Alabama. Ela era campeã de corrida durante o ensino médio e ganhou uma bolsa na faculdade por causa dessa modalidade. Mas uma série de lesões se colocou no caminho entre Vonetta e seu objetivo de entrar para a equipe olímpica de atletismo dos Estados Unidos.

Contudo, em 2002, Vonetta ganhou uma medalha nos Jogos Olímpicos de Inverno quando ela e a companheira de time levaram o ouro no *bobsled* olímpico em Salt Lake, Utah.

A prática de um esporte de inverno foi uma mudança de rota inesperada para Vonetta, porém sua vida tinha dado uma virada bem mais importante alguns anos antes, quando ela começou a frequentar a igreja com uma amiga e entregou o coração ao Senhor. A dedicação de si e de seus talentos para Deus deram a Vonetta novo senso de propósito na vida.

#info

O *bobsled* surgiu na Suíça, na vila de Saint Moritz, no século 19. A modalidade faz parte dos Jogos Olímpicos de Inverno desde sua primeira edição, em 1924.

Depois de Vonetta ganhar medalha de ouro, seu primeiro treinador de corrida, que trabalhara com ela desde os nove anos de idade, parabenizou-a assim: "Deus não permitiu que você ganhasse essa medalha apenas para si mesma. O Senhor a deixou ganhar para que você possa olhar para outra garota da periferia e incentivá-la."

REAJA AGORA!

Você já sentiu medo de tentar algo novo? Pense nas possibilidades que se descortinam diante de você quando tenta uma forma diferente de fazer algo. Então escolha um desafio novo que o assuste um pouco e, com a ajuda de Deus, enfrente-o.

1º de junho · Terça-feira >>>>

Explosão de raiva

"Quando vocês ficarem irados, não pequem." Apaziguem a sua ira antes que o sol se ponha e não deem lugar ao diabo. **Efésios 4:26, 27**

Ivete era uma menina prestativa e simpática, mas tinha um temperamento explosivo. Estava sempre disposta a ajudar, mas, quando as coisas começavam a dar errado, seu mau humor tomava conta. Seus amigos dificilmente discordavam dela, temendo um ataque de fúria.

Certo dia, Ivete estava na cozinha, aprendendo uma receita com a mãe, quando percebeu que um dos ingredientes estava faltando na despensa. Frustrada e muito nervosa, ela jogou tudo fora.

– O que aconteceu? – perguntou a mãe, surpresa.

– Não temos fermento! De que adianta continuar? – ela esbravejou.

– Você poderia ter me perguntado sobre o que fazer antes de se desfazer de tudo. Poderíamos ter usado bicarbonato de sódio que, nesta receita, tem o mesmo efeito – a mãe explicou.

Ivete percebeu o grande erro que havia cometido. Toda vez que algo dava errado, explodir piorava ainda mais as coisas. As situações que poderiam ser revertidas com um pouco de calma e reflexão só acabavam em mais problemas quando ela não se controlava.

– Você precisa aprender a controlar seu temperamento, filha.

Mais tarde, Ivete abriu sua Bíblia no verso do início desta página e pediu que Deus a ajudasse a fugir dos impulsos negativos e a colocar todas as suas emoções sob o controle Dele.

#info

A doença conhecida como raiva (não confunda com o sentimento!) recebeu esse nome porque afeta o sistema nervoso, provocando, entre outros sintomas, agressividade e acessos de fúria.

REAJA AGORA!

De que maneiras positivas é possível expressar a raiva sem ferir os outros ou a si mesmo? Pense em boas estratégias para ajudar você a se acalmar em situações de raiva. Conte sempre com a ajuda de Deus para controlar suas emoções.

2 de junho · Quarta-feira >>>>

Vespa-do-mar

Porque Deus tanto amou o mundo que deu o Seu Filho Unigênito, para que todo o que Nele crer não pereça, mas tenha a vida eterna. **João 3:16**

A vespa-do-mar, ou cubomedusa, é encontrada nos mares da Austrália e do Havaí. Essa criatura fascinante tem quatro olhos, mas nenhum cérebro. Possui forma de sino ou cubo. É transparente, pode chegar ao tamanho de uma bola de basquete e ter até 15 tentáculos dependurados da extremidade inferior do cubo. Os tentáculos, cobertos de células venenosas, podem chegar a 4,5 metros de comprimento. Quando a vespa-do-mar identifica determinados componentes químicos na pele de sua presa, libera o veneno na vítima. Se alguém estiver nadando e for picado por uma vespa-do-mar, pode não conseguir voltar à praia. A picada é extremamente dolorosa e fatal.

Uma maneira de se proteger de uma picada da vespa-do-mar talvez surpreenda você: meia-calça. Isso mesmo! Os ferrões das vespas-do-mar não picam através da malha, por isso é comum salva-vidas australianos usarem meia-calça nos braços e nas pernas.

Na Bíblia, Paulo fala que o **"AGUILHÃO DA MORTE É O PECADO".** (1 Coríntios 15:55, 56) Aguilhão era uma ponta de ferro usada para guiar animais. Assim como a vespa-do-mar, as tentações de Satanás podem parecer difíceis de identificar, a princípio, mas sua "picada" resulta em terrível dor e morte. A boa notícia, que o apóstolo celebra na continuação do texto, é que podemos encontrar segurança na cobertura do perdão e da justiça de Jesus.

Encontre o remédio de Deus em **JOÃO 3:16.**

#info

Para tratar ferimentos causados por águas-vivas, use apenas compressas com água do mar ou soro fisiológico gelado e evite a exposição solar. Sempre procure atendimento médico.

REAJA AGORA!

Pense em algumas tentações de Satanás que, até mesmo quando parecem inofensivas, a princípio, terminam em morte. Como você pode estar alerta e pronto? Fique ligado a Deus e busque sempre força para resistir ao mal!

Alegria compartilhada

Anunciem a Sua glória entre as nações, Seus feitos maravilhosos entre todos os povos! **Salmo 96:3**

Era a primeira experiência missionária de Sara. Mesmo sem sair da sua cidade, ela estava muito empolgada, pois passaria a semana ajudando em um orfanato que acolhia crianças refugiadas.

Algumas crianças não falavam a mesma língua de Sara. Por isso, somente com um sorriso expressavam sua alegria ao receber os presentes que os missionários voluntários entregavam: escova e pasta de dente, lápis e sabonete, entre outras coisas.

No sábado à tarde, Sara voltou ao orfanato para contar histórias bíblicas para as crianças.

Não demorou muito e chegou uma garotinha. Sara pegou lápis e papel e começou a desenhar. Então dizia o nome do objeto em português e pedia à garotinha que dissesse o correspondente em espanhol, língua materna da maioria daquelas crianças. Logo, cinco ou seis pares de olhinhos castanhos a observavam desenhar. Sara havia levado lápis a mais consigo e deu um para cada criança. Aqueles olhinhos brilharam de alegria.

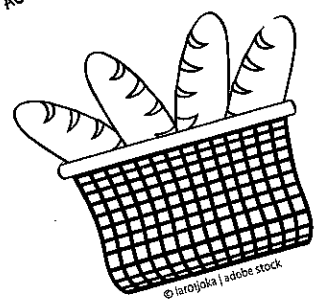
Sara sabia que compartilhar com os outros traz felicidade. É também uma forma de demonstrar o amor de Deus.

#info

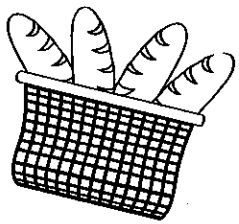
A Bíblia conta a história de um menino que decidiu compartilhar seu pequeno lanche com mais de 5 mil pessoas e foi mais que suficiente. Isso está em João 6:1-13. Mas você sabia que houve outra multiplicação dos pães na Bíblia? Leia 2 Reis 4:42-44.

REAJA AGORA!

Quais experiências missionárias você pode ter mesmo sem sair de sua cidade? Pense em algo e sugira a seus pais para colocarem isso em prática ainda hoje.



© larosjoka | adobe stock



As gêmeas Herrin

O que as suas mãos tiverem que fazer, que o façam com toda a sua força. **Eclesiastes 9:10**

As gêmeas Kendra e Maliyah Herrin nasceram em 26 de fevereiro de 2002, em Salt Lake, Utah. Eram gêmeas siamesas, unidas pelo abdômen e a pélvis. Compartilhavam alguns órgãos e tinham quatro braços, mas apenas duas pernas. Juntas aprenderam a engatinhar, a se arrastar e até a dar cambalhota, com cada uma controlando uma perna.

Quando estavam com quatro anos de idade, uma equipe de médicos e enfermeiros se preparou para uma cirurgia especial que as separaria. Dezessete bolsas pequenas foram colocadas em diferentes lugares debaixo da pele das meninas. Ao longo de várias semanas, soro fisiológico foi acrescentado aos poucos às bolsas a fim de esticar a pele e criar pele extra suficiente para cobrir os ferimentos causados pela cirurgia.

A bem-sucedida cirurgia de separação demorou mais de 25 horas, contou com a participação de 11 médicos e muitas orações. Depois de várias semanas no hospital, Kendra e Maliyah foram recebidas de volta em casa com muita festa.

Agora cada uma delas tem apenas uma perna, mas aprenderam a se deslocar usando muletas e prótese. O tratamento médico para diferentes complicações continua, mas Kendra e Maliyah são moças doces e talentosas que continuam a trabalhar duro. Em vez de se concentrarem em suas limitações, esforçam-se para superá-las. Colocam em prática o texto de **ECLESIASTES 9:10**.

#info

O estudo dos gêmeos é conhecido como gemelologia. Estimativas calculam que, a cada 100 mil nascimentos, um é de gêmeos que dividem alguma parte do corpo.

REAJA AGORA!

Não é preciso estar em constante atividade para "trabalhar duro". Basta cumprir todas as suas atividades da melhor forma que puder. Ao dar o melhor de si, você honra a capacidade, o tempo e a força que Deus lhe deu. E, assim, você O honra. Que tal assumir esse compromisso de excelência hoje?

7 de junho • Segunda-feira >>>>

Lar, doce lar

Na casa de Meu Pai há muitos aposentos; se não fosse assim, Eu teria dito a vocês. Vou preparar lugar para vocês. **João 14:2**

Você gostaria de morar em uma caverna? Wang Fengguan mora e gosta. E ele não é o único ali. Cerca de 20 famílias moram com ele em Zhongdong, uma vila chinesa que fica em uma caverna.

Para chegar da capital da província, Guiyang, na China, até a caverna, Wang dirige por três horas em uma estrada asfaltada e depois por uma hora em uma estrada de terra na encosta de uma montanha íngreme. Quando a estrada termina, Wang caminha por mais de uma hora, subindo um difícil trajeto de pedra que leva à caverna.

Dentro da caverna há uma vila. Usando o teto de pedra em lugar de telhado, as construções só precisam de paredes. Existe até uma escola dentro da caverna, na qual alguns adultos estão aprendendo a ler e os habitantes colocam boletins de progresso do lado de fora da casa, onde todos podem vê-los.

Existem vários outros tipos de moradia não convencionais. As palafitas, por exemplo, são casas construídas sob a água, apoiadas em troncos ou pilares altos para evitar inundações. Há também os iglus, feitos completamente de gelo, mas montados estrategicamente para fornecer o isolamento térmico necessário em locais de baixíssimas temperaturas.

Por mais diferentes que sejam essas habitações, existe uma ainda mais extraordinária. Não sabemos como ela é, de que material é feita, nem como se parece, mas sabemos que será especial. Jesus prometeu que prepararia uma moradia para Seus filhos onde nenhum mal poderia atingi-los: nem o frio, nem enchentes, nem nada de mau. Em breve, Ele voltará para nos levar para nosso verdadeiro lar.

#info
Os iglus são construídos pelos esquimós em regiões onde não há muitas árvores para se construírem casas.

REAJA AGORA!

Como você está se preparando para ir para o Céu? Já sabe quem gostaria que fosse com você? Ore por essas pessoas agora.

8 de junho • Terça-feira >>>>

Perigo!

O anjo do Senhor é sentinela ao redor daqueles que o temem, e os livra. **Salmo 34:7**

O telefone tocando quebrou o silêncio da sala de aula daquela escola rural.

– Alô? – respondeu o Sr. Jerry.

– Não deixe seus alunos saírem. Uma vaca de chifres longos está à solta – disse uma voz inquieta.

Preocupado, o Sr. Jerry olhou para fora da janela e viu que era verdade. Uma vaca de chifres longos, da espécie *longhorn*, estava correndo por todo o estacionamento de maneira estranha.

– Ei, turma! – começou o Sr. Jerry quando chegou o momento de acabar a aula. – Antes de vocês saírem, preciso ver se tem uma vaca no estacionamento.

Todos deram risada, mas o professor garantiu que a questão era séria. No entanto, a vaca não estava por perto, e os alunos correram para dentro dos carros de quem os havia buscado.

Quando o último carro de alunos aguardava para fazer a curva e chegar à estrada principal, a vaca de repente saltou do meio do mato e começou a correr pela rua, bem na direção do veículo que se aproximava.

PÁ! O automóvel atingiu a vaca. A motorista cantou os pneus enquanto freava até parar. Tremia tanto que, depois, não conseguia ficar de pé. Seu carro ficou arruinado, mas ninguém que estava no carro sofreu qualquer dano.

"Querido Jesus, estamos muito tristes porque houve um acidente aqui e um animal morreu. Mesmo assim, nosso coração também está agradecido, porque o Senhor cuidou de nós hoje!", oraram os alunos. Embora a vaca não tenha resistido, todos sentiram a proteção enviada por Deus. Seus anjos da guarda os livraram do perigo.

#info
A vaca mastiga o bolo alimentar (comida regurgitada, parcialmente digerida) ao longo de até oito horas por dia. As melhores vacas produzem em torno de 30 litros de leite por dia!

REAJA AGORA!

Compartilhe com alguém uma ocasião em que os anjos protegeram você. Agradeça a Deus pelo livramento providenciado por Ele.

9 de junho • Quarta-feira >>>>

O barbeiro

Vigiem e orem para que não caiam em tentação. O espírito está pronto, mas a carne é fraca. **Mateus 26:41**

O barbeiro é um inseto peculiar que pode ser encontrado na América do Sul, América Central e sul dos Estados Unidos. Gosta de estar junto de ratos, gambás, guaxinins e tatus. É portador de um parasita que causa a doença de Chagas, um tipo de doença do sono. Pode matar crianças em duas a quatro semanas, pois enfraquece o sistema imunológico e o músculo cardíaco, causando, por fim, um ataque do coração.

O barbeiro tem o corpo plano e estreito, com asas que parecem um X quando dobradas sobre o abdômen. Sua boca é uma probóscide longa e penetrante, ou seja, um órgão capaz de sugar, semelhante a um tubo flexível. Ele aprecia em especial os lábios, as pálpebras ou os ouvidos da vítima adormecida. Por causa disso, o barbeiro geralmente ataca à noite. Quando ele pica, deixa excrementos sobre a pele da pessoa. Ao coçar a picada, a vítima pode ser contaminada. Isso também acontece ao coçar os olhos ou alguma parte machucada da pele.

Satanás é como o barbeiro. Ele deseja tirar o amor de Deus do nosso coração. Gosta de trabalhar à "noite" e prefere encontrar as partes mais expostas de nossa vida. Ele ataca e trabalha para enfraquecer nossa conexão com Jesus. Você permitirá que ele tenha êxito ou se manterá próximo a Jesus hoje?

#info
Os barbeiros são hematófagos, ou seja, alimentam-se de sangue.

REAJA AGORA!

De que maneiras Satanás pode atacar você hoje? O que você pode fazer para escapar? Se você vigiar e orar, vai conseguir.

10 de junho • Quinta-feira >>>>

Feitos para servir

Nunca lhes falte o zelo, sejam fervorosos no espírito, sirvam ao Senhor. **Romanos 12:11**

O que você costuma fazer nas férias? No início de 2020, mais de mil jovens e adolescentes se reuniram durante as férias para realizar ações de serviço em diversas regiões do Brasil. Levando profissionais de saúde voluntários, como enfermeiros, nutricionistas, psicólogos e fisioterapeutas, ofereceram atendimento e orientação gratuitos à comunidade.

Outros grupos investiram em melhorias nos espaços públicos e no combate à dengue. Também organizaram atividades de recreação e interação para crianças, adolescentes e jovens. O motivo? Fazer a diferença na vida das pessoas.

Uma das voluntárias, entrevistada por um jornal local, comentou: "Acredito que tanto quanto as pessoas precisam de nosso serviço, nós precisamos do servir para nos tornarmos melhores do que antes." Todos nós fomos feitos para servir. Ajudar os outros nos livra do egoísmo, da indiferença e nos ensina a amar assim como Jesus ama as pessoas.

Você tem tempo que poderia ser dedicado ao voluntariado? Se você tem disposição para servir, procure a Missão Calebe de sua cidade!

REAJA AGORA!

Como você pode fazer de sua comunidade um lugar melhor? Peça a Deus que lhe mostre alguma oportunidade de fazer a diferença.

#info
A Missão Calebe é um projeto da Igreja Adventista do Sétimo Dia e acontece durante o período das férias escolares em toda a América do Sul.

MISSÃO CALEBE
MINHAS FÉRIAS NO TOPO!

Mudando meu mundo!

> *Assim brilhe a luz de vocês diante dos homens, para que vejam as suas boas obras e glorifiquem ao Pai de vocês, que está nos céus.* **Mateus 5:16**

Rosetta está em ação para mudar seu mundo! Em um trabalho de pesquisa avançada na escola, ela escreveu sobre SOS-USA, organização na Uganda que faz a diferença na vida de crianças refugiadas. Enquanto trabalhava na pesquisa, Rosetta ficou perplexa ao aprender sobre as décadas de conflito e doença na Uganda, bem como o preço que tudo isso havia cobrado das crianças, deixando muitas delas órfãs.

"O que eu posso fazer?", pensou ela. "O que Jesus faria?"

Rosetta decidiu fazer algo. Começou um clube em sua escola chamado "Salve a Uganda". Conversou com alunos e membros da comunidade sobre as necessidades da Uganda. Aos fins de semana, Rosetta gasta horas em um centro de compras próximo compartilhando o que aprendeu e buscando reunir doações. Ela chegou a produzir um vídeo sobre a Uganda e seus problemas. Em dois anos, Rosetta reuniu quase 4 mil dólares para ajudar as crianças do país.

#info
Em Uganda, a expectativa de vida é de 42 anos. Cerca de dois terços da população é menor de idade e 1,8 milhão de crianças já perdeu pelo menos um dos pais. Uma a cada 25 pessoas tem algum tipo de deficiência.

Muitos notaram seu trabalho em favor dos outros. Em 2007, ela ganhou um prêmio como reconhecimento por sua iniciativa. Participou de diversos concursos entre os praticantes de trabalho voluntário.

Rosetta enxergou uma necessidade e fez algo a esse respeito. Ao nos lembrar dela, podemos usar as mesmas palavras de Jesus em relação ao presente de Maria, que banhou os pés de Jesus com perfume: ela fez tudo que podia.

REAJA AGORA!

Pense nas atividades que ocupam seu tempo e em como gasta suas economias. Quanto de seu tempo e de seus recursos é dedicado ao serviço para o próximo? Pense em algumas maneiras de beneficiar as pessoas necessitadas. Siga os passos de Jesus, colocando-se à disposição para ajudar a quem precisa.

Festa de formatura

> *O Rei responderá: "Digo a verdade: O que vocês fizeram a algum dos Meus menores irmãos, a Mim o fizeram."* **Mateus 25:40**

Que tal a quadra? – perguntou Kelsie.

A amiga pensou por um instante.

– Ótima ideia! – respondeu, imaginando todas as possibilidades.

Kelsie estava esperando ansiosa pela festa de formatura o ano inteiro, mas, à medida que a data se aproximava, ela começou a se preocupar com os alunos especiais de sua grande escola. O ambiente estaria lotado demais para cadeiras de rodas, e Kelsie tinha medo de que se sentissem mal no evento.

Decidiu então conversar com a equipe organizadora para aumentar o espaço da festa e providenciar recursos de acessibilidade. Ela se dispôs a correr atrás do que fosse preciso. Com a ajuda da amiga, cuidou de todos os detalhes. Então mandou convite para aqueles que, de outro modo, não compareceriam ao evento escolar.

Quando chegou a noite especial, Kelsie estava com o maior frio na barriga. Será que seus colegas iriam gostar? Conseguiriam se divertir? Não havia razão para ter se preocupado. A quadra estava com uma linda decoração. Todos estavam elegantes e sorridentes. Os alunos com cadeira de rodas, atraso de linguagem, paralisia e cegueira se divertiam ao notar como cada coisa havia sido feita também pensando neles. As palavras de Jesus em Mateus 25:40 ganharam vida: "O que vocês fizeram a algum dos Meus menores irmãos, a Mim o fizeram." Kelsie estava explodindo de alegria. Sua felicidade foi multiplicada ao partilhar com os outros seu tempo e atenção e ao dedicar seus talentos para Deus.

#info
Em 2015 foi aprovada a Lei Brasileira de Inclusão, que propõe soluções para que todas as pessoas com deficiência tenham acesso seguro e autônomo a lugares, serviços, produtos e informações.

REAJA AGORA!

Há alguma pessoa solitária com quem você pode fazer amizade hoje? Inclua essa pessoa em seu círculo de amigos e nas atividades de seu grupo. Partilhe o amor de Jesus!

Um lugar seguro

Porque a Seus anjos Ele dará ordens a seu respeito, para que o protejam em todos os seus caminhos. **Salmo 91:11**

Durante a Segunda Guerra Mundial, muitas pessoas que viviam na vila ucraniana de Korolówka deveriam ser levadas para um gueto de judeus. A família Stermer fazia parte do grupo, mas a Sra. Esther sabia que isso significava morte iminente. Então disse ao filho:

– Vá para a floresta e encontre um lugar para nós.

E ele encontrou uma caverna, a Popowa Yama. A família não sabia nada sobre viver dentro de cavernas, nem tinha equipamentos especiais para permitir sua sobrevivência, com exceção de alguns amigos que viviam livres. Tinham apenas água limpa, bastante espaço e escuridão total.

Eles usavam velas por três períodos curtos ao longo do dia. Então, aprenderam a se virar em meio às trevas. Às vezes, dormiam de 15 a 20 horas seguidas. Milagrosamente, ninguém ficou doente.

Eram os homens que saíam da caverna para buscar lenha e outros itens necessários. Certa noite, quando estavam fora para comprar comida, um policial os viu e os seguiu até a caverna. Quando os homens puxaram o último saco de grãos pela abertura da caverna, ele ficou preso. O policial abriu fogo no saco, mas a vida dos refugiados permaneceu a salvo. Eles vedaram o buraco e não saíram dali por seis semanas.

Finalmente, alguém jogou uma garrafa por uma abertura da caverna com um bilhete dentro, informando que o exército alemão havia se retirado. Trinta e oito pessoas sobreviveram no subterrâneo por 344 dias.

#info

Com 124 quilômetros de comprimento, a Popowa Yama, ou Gruta do Padre, é uma das cavernas mais compridas do mundo. É tão escuro lá dentro que não é possível enxergar nem a mão à frente do rosto.

REAJA AGORA!

Se você enfrentasse uma situação parecida, como se sentiria? Por mais desconfortável que tenha sido o esconderijo, aquela caverna manteve todos a salvo. Nem sempre seremos poupados de situações ruins, mas podemos nos sentir seguros porque Deus sempre cuida de nós.

Caça ao tesouro

Guardei no coração a Tua palavra para não pecar contra Ti. **Salmo 119:11**

Dave Ulmer, consultor de computação, foi o primeiro a fazer uso dos 24 satélites ao redor do globo para identificar a localização precisa de um objeto na Terra. Quando o sistema de posicionamento global (*global positioning system* ou GPS) foi disponibilizado ao cidadão comum, Dave estava pronto. Escondeu um recipiente na floresta, postou sua localização na internet para os usuários de GPS encontrarem e chamou tudo isso de Grande Caça ao Tesouro por GPS. Hoje, a prática é chamada de *geocaching*.

"Vários presentes para quem encontrar. Procure um balde preto de plástico totalmente enterrado no chão. Tire algumas coisas, coloque outras! Divirta-se!" Depois, Dave acrescentou: "O tesouro contém: *software* para GPS, vídeos, livros, comida, dinheiro e um estilingue!"

Em três dias, duas pessoas haviam encontrado o balde escondido e relataram on-line.

O *geocaching* é uma forma diferente de estar ao ar livre, interagir com os outros e usar a tecnologia de maneira ativa.

Algo interessante sobre esse esporte é que as pessoas que encontram os "tesouros" escondidos nunca os levam embora, mas os deixam para que mais pessoas os encontrem. A Bíblia também é uma fonte de grandes tesouros que estão sempre disponíveis para serem encontrados.

#info

A Bíblia mais antiga, antes da descoberta dos Manuscritos do Mar Morto, era mais ou menos do ano 900 depois de Cristo. Alguns manuscritos achados nas cavernas perto do Mar Morto datam de 100 até 200 anos antes de Cristo; ou seja, são manuscritos bíblicos até mil anos mais antigos que a Bíblia mais antiga existente até então.

REAJA AGORA!

Você lê a Bíblia apenas para cumprir uma obrigação ou o faz com cuidado, como quem procura um grande tesouro? Leia porções menores de texto, compreenda seu significado e coloque em prática. Leve sempre com você esse tesouro e compartilhe com quem estiver a seu redor.

Você sabia que esse tesouro foi encontrado por dois jovens pastores?

Limites

Melhor é a repreensão feita abertamente do que o amor oculto. Quem fere por amor mostra lealdade, mas o inimigo multiplica beijos. **Provérbios 27:5, 6**

– Não aguento mais a Júlia! – disse Carol, à mesa de jantar.

– Por quê? – perguntou sua mãe.

– Tudo precisa ser do jeito dela, caso contrário, fica brava. É ela quem tem de escolher os jogos dos quais brincaremos, as músicas que ouviremos, os programas de televisão... simplesmente tudo!

– Você já sugeriu que vocês se revezem para tomar as decisões? – perguntou a mãe.

– Sim, e não resolveu nada. Como ser amiga de alguém que tenta controlar a gente?

A mãe pensou um pouco.

– Bem, ela é uma boa amiga. No entanto, precisa entender que há limites em relação a quanto ela pode controlar. A dica é ajudá-la a entender quais são seus limites.

– Como? – perguntou Carol.

– Em primeiro lugar – explicou a mãe –, reconheça a necessidade que ela tem de tomar decisões. Por exemplo, você pode dizer: "Júlia, não quero assistir a esse programa, mas acharei ótimo ouvir música com você ou andar de patins. Você decide." Ao lhe dar uma escolha, ela se sente no comando, mas você estabeleceu seus limites, suas fronteiras. Se você for gentil, mas firme ao mesmo tempo, ela pode aprender a ceder.

#info
Os limites territoriais entre países são definidos por meio de acordos, e, geralmente, são marcados fisicamente por elementos naturais, como rios e montanhas, ou por marcos artificiais construídos com esse objetivo.

– Limites! – Carol refletiu. – Cada um tem os seus. E eles precisam ser respeitados.

REAJA AGORA!

Qual é o equilíbrio entre os seus limites e os de seus amigos? Deus nos disse para amar o próximo, mas precisamos manter relacionamentos saudáveis, em que somos amados e respeitados da mesma maneira. Peça a Ele sabedoria para administrar todos os seus relacionamentos.

Mais longe que a águia

Da mesma forma, jovens, sujeitem-se aos mais velhos. Sejam todos humildes uns para com os outros. **1 Pedro 5:5**

Jean suspirou, aborrecido. Ele havia tentado colocar um pneu novo em sua bicicleta durante um bom tempo naquela manhã, mas não conseguia encaixá-lo no lugar certo.

– Precisa de ajuda? – perguntou o vovô, enquanto saía cambaleante pela porta dos fundos, apoiado em sua bengala.

– Não, obrigado, vô. Não quero incomodar.

Então um bando de gansos voou no céu, atraindo o olhar dos dois.

– Você sabia que os gansos conseguem voar mais longe do que as águias? – perguntou o avô, inclinando-se para completar. – Eles têm um segredo.

– Qual é? – perguntou Jean.

– Sempre que migram, os gansos voam em grupo. Você viu aquele que estava na ponta do V? Seu pescoço esticado é como uma lança cortando o ar. Isso produz um vento ascendente que levanta as aves que vêm atrás. Os outros não precisam bater as asas com tanta força porque são ajudados pela corrente de vento. Sobem apoiados pela força uns dos outros.

Jean sorriu.

– Você quer dizer então que, se trabalharmos juntos, conseguiremos colocar o pneu?

– Exatamente! – respondeu o avô, sorrindo.

– Posso não ser tão forte como você, mas já consertei muitos pneus de bicicleta em minha vida. Vamos tentar?

– Sim, é sempre bom contar com sua experiência, vô!

E, antes do que Jean imaginava, a bicicleta já estava prontinha para ser usada.

#info
Na formação em "V", os pássaros na corrente ascendente conseguem voar a uma distância 70% maior do que quando estão sozinhos. Outras espécies que voam assim são flamingos, cisnes e pelicanos

REAJA AGORA!

Valorize as pessoas mais velhas próximas a você, sejam seus avós ou um vizinho. Dedique atenção a elas, ouça suas histórias e conselhos. Que tal fazer isso hoje mesmo? Essa é uma maneira especial de colocar o amor de Deus em prática.

Aprovados

Pois é Deus quem efetua em vocês tanto o querer quanto o realizar, de acordo com a boa vontade Dele. **Filipenses 2:13**

Lara tinha se preparado muito para aquela apresentação. Depois de anos de dedicação ao instrumento, o primeiro ciclo de estudos tinha chegado ao fim. O próximo passo era a faculdade. Seus professores a orientaram para que se saísse bem no processo seletivo.

Ela era uma das melhores alunas da turma, e todos reconheciam que, além de seu talento, era muito esforçada. E isso se refletiu no resultado de sua prova teórica. Na prova prática, porém, sentindo a pressão do momento, apresentou algumas falhas durante a apresentação. Ao sair da sala de avaliação, Lara se sentia arrasada, sem saber pelo que esperar. Alguns dias depois, ela recebeu o resultado: apesar dos erros, tinha sido aprovada! Os avaliadores sabiam que poderiam ajudá-la a progredir.

Muitas vezes, nem mesmo nossos maiores esforços serão suficientes para atingir certos objetivos. Existem algumas exceções quando se trata de desenvolver determinada habilidade ou conhecimento, mas isso é 100% verdade quando se trata da salvação.

Não há nada que você faça que o torne melhor ou mais digno para ser salvo. Mas não se desespere, porque essa também é a boa notícia! Ao perceber sua indignidade, Deus providenciou tudo o que você precisa para ser salvo. E não apenas isso, mas Ele trabalha em você a cada dia, para que se torne quem Ele o criou para ser. Assim como Lara, perante Deus, somos aprovados. Tudo o que precisamos fazer é aceitá-Lo como Salvador e permitir que Ele cumpra a vontade Dele em nossa vida.

#info

A música mais antiga de que se tem registro foi encontrada em tabuletas de argila, na Síria, e tem mais de 3.400 anos. Os pesquisadores a chamaram de Hurrian Hymn Text H6.

REAJA AGORA!

Como você tem percebido a ação de Deus em sua vida? Em que áreas específicas você precisa mais da ajuda Dele? Ore, agradecendo por Seu amor, e peça que Ele continue trabalhando em você.

Nos passos do pai

Não sabeis que Me convém tratar dos negócios de Meu Pai? **Lucas 2:49 (ARC)**

Aficionados por animais do mundo inteiro choraram quando ficaram sabendo da morte trágica de Steve Irwin, em setembro de 2006. Seu programa de televisão, *O caçador de crocodilos*, ensinava as pessoas a respeitar todas as criaturas, por mais pegajosas, escamosas ou rastejantes que fossem. Irwin via beleza em cobras, lagartos, aranhas, e, é claro, em crocodilos. Seu pai incentivava seu interesse em animais, e sua família construiu um zoológico que atraía milhões de pessoas do mundo inteiro. Irwin foi morto por uma arraia em um acidente terrível, enquanto filmava um documentário sobre os animais mais perigosos da Terra.

Durante o funeral de Irwin, Bindi, sua filha de oito anos, foi à frente da multidão de 5 mil pessoas e de um público televisivo mundial de mais de 300 milhões de telespectadores para ler o discurso que havia escrito.

– Meu pai foi meu herói – disse ela. – Sei que papai tinha um emprego importante. Ele trabalhava para fazer com que todos amassem os animais selvagens assim como ele. Papai construiu um hospital para ajudar animais e comprou muita terra para dar aos animais um lugar seguro para viver.

Em seguida, fez um apelo para que todos se unissem à luta para ajudar os animais. Bindi decidiu dedicar sua vida para continuar o legado do pai. Ela e a família administram o Zoológico da Austrália e o Hospital de Vida Selvagem, que atendeu 90 mil animais feridos durante uma temporada de incêndios ocorrida entre 2019 e 2020 na Austrália.

#info

A Austrália é um dos países com maior número de espécies exclusivas de animais. O ornitorrinco, por exemplo, só pode ser encontrado por lá.

REAJA AGORA!

Nós também devemos tratar dos negócios do Pai celestial, assim como Jesus o fez. Dedique sua vida à missão de levar o amor Dele a todas as pessoas. Comece com aquelas que estão mais perto de você.

© cosmic_pony | adobe stock

Uma boa mudança

Porque somos criação de Deus realizada em Cristo Jesus para fazermos boas obras, as quais Deus preparou antes para nós as praticarmos. **Efésios 2:10**

Alguém tem mais ideias para a Escola Cristã de Férias? – a dona Shirley perguntou ao grupo de jovens.

Eles estavam reunidos para finalizar o programa de cinco dias com as crianças que começaria dentro de algumas semanas. Seria das 9h às 12h, assim como nos anos anteriores.

– Enquanto pensam, deem uma olhada no programa que vamos usar e sejam criativos! Façam como eu: outro dia, olhei para a fatia de pizza na mão e pensei: "Que sem graça!" Então coloquei uma boa quantidade de jiló refogado por cima!

A turma fez careta enquanto ela lambia os lábios ao se lembrar.

– Hum! Foi a melhor pizza que comi em muitos anos.

Darlene balançou a cabeça ao ler o material, lembrando que sua igreja havia usado o mesmo tema no ano anterior. Pensou no bairro em volta. Era uma comunidade carente. As crianças passavam a maior parte dos dias de verão em casa, com calor, na tentativa de evitar problemas nas ruas.

– E se planejássemos algo diferente este ano? – tomou coragem e disse. – Quem sabe, possamos marcar para a noite e alcançar a maioria das crianças. Podemos atrair alguns pais também. É possível oferecer pipoca e suco, e as crianças podem brincar no estacionamento da igreja. Vamos criar umas atividades diferentes das usadas no ano passado. Dessa forma, ensinar a Bíblia será diferente e divertido ao mesmo tempo.

Dona Shirley olhou para Darlene com um grande sorriso.

– Gostei da ideia! Vamos conversar sobre isso. Talvez estejamos precisando fazer uma boa mudança nas coisas por aqui.

#info

"Por meio dos filhos, frequentemente atingem-se os pais que, de outra maneira, não poderiam ser alcançados" (*Conselhos Sobre a Escola Sabatina*, p. 114). As Escolas Cristãs de Férias são programas sobre Bíblia, com músicas, histórias, trabalhos manuais, estudo da natureza, saúde e temperança, e brincadeiras.

REAJA AGORA!

Como você se sente quando tem oportunidade de ajudar em algum evento social ou da igreja? Procure envolver-se cada vez mais em projetos que, de alguma forma, ajudam as pessoas.

A vida trágica de Nero

Tratem a todos com o devido respeito: amem os irmãos, temam a Deus e honrem o rei. **1 Pedro 2:17**

Quando Nero era criança, sua mãe o deixava fazer tudo que ele quisesse. A história nos conta que ele cresceu sem limites e se tornou um homem egoísta e cruel. Não se importava em matar as pessoas para conseguir o que queria. Quando desejou ser rei, matou o jovem filho de seu padrasto. Sua trajetória é marcada por outras mortes provocadas por ele, como a da própria mãe e a de duas esposas.

Posteriormente, um incêndio terrível em Roma queimou metade da cidade, e ele culpou os cristãos pela tragédia. Mais uma vez, por causa de Nero, milhares de homens, mulheres e crianças inocentes foram executados.

No entanto, a despeito dos caminhos maus de Nero, Deus o amava e mandou um prisioneiro lhe dizer isso. Enquanto Paulo falava, Nero sentiu a presença divina. Embora não tenha entregado o coração ao Senhor, libertou o apóstolo da prisão por um tempo. Por onde passou, Paulo continuou a espalhar o evangelho de Jesus, até o dia de sua execução durante o governo de Nero.

Sem dúvida, ele foi um imperador impiedoso e corrupto, e era o governante na época em que Pedro escreveu o textò da mensagem de hoje. Dá pra acreditar?

#info

Apesar da crueldade, Nero também se via como um artista: cantava, escrevia poesias e participava de corridas de biga, uma pequena carroça com duas rodas, puxada por dois cavalos.

Parece bem claro: devemos respeitar as autoridades.

REAJA AGORA!

Demonstrar respeito pelas pessoas não significa aceitar tudo que elas fazem. Deus nos orienta a respeitar e obedecer às autoridades, mas nossa lealdade a Ele deve vir em primeiro lugar. Como você pode demonstrar respeito a alguém, mesmo não concordando com essa pessoa?

DEUS É MAIOR

AUTORIDADE DE TODAS!

Problemas no coração

Cria em mim um coração puro, ó Deus, e renova dentro de mim um espírito estável. **Salmo 51:10**

Fazia tempo que Rafael não ia ao médico. Por isso, como ele começou a se sentir mais cansado durante os jogos de basquete da escola, seus pais acharam que era uma boa ideia levá-lo ao médico para ver se estava tudo bem. Havia um preocupante histórico de doenças do coração na família, inclusive com casos de transplante.

Enquanto fazia uma porção de perguntas, o Dr. Marcelo encostou um estetoscópio gelado no peito do Rafael e prestou atenção. Depois, submeteu o garoto a mais alguns exames.

© yuuuuu | adobe stock

– Ok, vamos nos sentar ali com sua mãe – o médico indicou o local para o garoto.

– E então, doutor? – perguntou a mãe, aflita.

– Ele está bem! – respondeu o médico. – O coração dele está ótimo.

Então o médico continuou, falando que aquele cansaço não tinha nada a ver com problemas cardíacos, mas possivelmente era porque Rafael estava um pouco acima do peso.

Na Bíblia, vemos uma situação inversa: Davi não estava acima do peso, mas tinha um problema no coração. Não era algo que pudesse ser detectado por um estetoscópio (que nem existia na época), mas Davi sabia a quem procurar para conseguir seu transplante. "Cria em mim um coração puro, ó Deus!", orou ele.

Às vezes, nosso coração abriga coisas que não deveriam estar lá: raiva, egoísmo, inveja, orgulho, mágoa... Olhando para nós, talvez muitas pessoas não consigam descobrir essas coisas terríveis. Mas Deus consegue! O estetoscópio Dele não falha.

#info

Seu coração tem mais ou menos o tamanho da sua mão fechada. Ele encolhe e estica, movimentando-se sozinho, pois o coração é um músculo involuntário. Isso quer dizer que ele é comandado pelo sistema nervoso independentemente da sua vontade.

REAJA AGORA! Há alguma coisa em seu coração que deveria sair dele agora mesmo? É hora de passar pelo mesmo transplante pelo qual passou Davi e orar como ele: "Cria em mim um coração puro, ó Deus!"

Novos amigos

Não julguem apenas pela aparência, mas façam julgamentos justos. **João 7:24**

– Espero que você goste da classe dos juvenis – disse o pai, enquanto parava o carro em frente à igreja de tijolos aparentes.

Ronaldo fez careta. A mudança recente da família significava que ele estava em uma escola nova e, agora, em uma igreja nova. Ao sair do carro, tudo em que conseguia pensar era sua classe antiga, com seus amigos de infância. Ele se perguntava como conseguiria se adaptar ao novo lugar.

Uma das pessoas na recepção lhes mostrou onde ficavam as classes e seus pais o acompanharam até a sala. Era bem simples. Não tinha nada além de um tapete, uma mesa e várias cadeiras de metal.

– Não sei se vou gostar daqui – reclamou Ronaldo.

– Não se pode julgar o livro pela capa – respondeu a mãe, que sempre citava algum ditado antigo. – Lembra-se do seu último aniversário, quando você abriu primeiro o presente com embrulho mais chique?

Ronaldo riu com a lembrança.

– Sim! Eram produtos para acne. E eu nem tenho espinhas!

– Pois é. O embrulho bonito não significou um ótimo presente ali dentro.

Nesse momento, a porta se abriu e um menino da idade de Ronaldo entrou. Ele sorriu e se apresentou. Logo chegaram mais três meninos e duas meninas. Todos foram simpáticos. O professor organizou um almoço com todos os alunos e, em pouco tempo, Ronaldo se sentiu parte do grupo.

#info

Nos Estados Unidos, existe o Instituto da Timidez, que desenvolve pesquisas sobre ansiedade social e fornece orientações sobre interações sociais e bem-estar emocional e social.

REAJA AGORA! Não podemos dizer que algo é bom ou ruim com base apenas em sua aparência. Se para Deus, isso não é o mais importante, para nós, também não deve ser. Existe alguém que você rejeita sem conhecer? Peça ajuda a Deus para vencer seus receios e dê uma chance a essa pessoa hoje mesmo.

© fim.design | adobe stock

Ciladas do inimigo

Vistam toda a armadura de Deus, para poderem ficar firmes contra as ciladas do diabo. **Efésios 6:11**

Michael mal podia acreditar que, na primeira noite das férias, ele estaria encolhido em uma barraca camuflada pequena, armada no meio de um pântano, olhando por um buraco pequeno e afastando os pernilongos. Mais do que tudo, ele queria estar em casa, jogando.

A princípio, capturar pássaros que se alimentavam de animais menores com o pai biólogo pareceu empolgante, mas agora Michael não tinha tanta certeza... Ele estava observando o pai arrumar uma armadilha para atrair um falcão.

– Ali vem ele! – sussurrou o pai. – Fique de olhos bem abertos e não se mexa.

Enquanto o pai ainda falava, o falcão se aproximou planando, dobrou as asas e aprontou os pés. Quando chegou na armadilha, seus pés ficaram presos em uma rede.

– Pegamos! – disse o pai baixinho. – Vamos até ele para colocar a marcação.

Mais tarde, em casa, o pai sentou do lado de Michael, enquanto o garoto brincava com jogos on-line.

– Eu estudo as aves para ver como posso capturá-las. Eu as atraio para minhas armadilhas com alimentos que elas gostam de comer. Parece algo ruim, mas, na verdade, faz parte do processo para acompanhar o desenvolvimento desses animais. Jamais os machuco e sempre os liberto rapidamente. O problema – ele continuou – é que Satanás também faz isso. Cria armadilhas específicas para cada pessoa, mas não tem a intenção de vê-las livres.

A fala do pai fez Michael pensar que os jogos on-line estavam sendo uma armadilha para roubar seu tempo. E resolveu se ocupar com o que realmente valia a pena.

#info

Estudos realizados na Universidade de Montreal indicam que o hábito de jogar jogos violentos pode diminuir a massa cinzenta do hipocampo no cérebro, região responsável por converter a memória de curto prazo em longo prazo.

REAJA AGORA!

Cuidado com as iscas e armadilhas que Satanás cria para afastar você de Deus! Amizades, internet, séries... Você consegue reconhecer o que o inimigo tem feito para atrapalhar sua vida espiritual? Deus colocou à sua disposição uma armadura especial para proteger você das estratégias do mal. Quer saber qual é? Leia Efésios 6:11-17.

Armadilha? NÃO **Armadura? SIM**

Uma experiência com Jesus

Vendo a coragem de Pedro e de João e percebendo que eram homens comuns e sem instrução, ficaram admirados e reconheceram que eles haviam estado com Jesus. **Atos 4:13**

Pedro sabia que seus sermões o levariam a ser perseguido. Sabia também que poderia salvar a própria vida se ficasse calado em público, permanecesse em casa e testemunhasse com discrição. Mas não conseguia deixar de contar aos outros sobre seu Salvador.

Por que será que muitos cristãos não sentem a mesma empolgação que os discípulos de Cristo? João 1:14 nos dá uma pista: "Vimos a Sua glória."

Como Pedro teria medo da morte se havia visto Jesus morrer na cruz e, dentro de poucos dias, contemplou-O vivo, andando e falando? Aliás, Pedro presenciou Jesus subir ao céu, cada vez menor até finalmente ser envolto pelas nuvens. E ouviu a promessa do anjo de que aquele mesmo Jesus voltaria para a Terra.

Pedro não somente viu, mas permitiu que o Mestre o transformasse. Ele teve uma experiência com Jesus.

Você não vê Jesus hoje, mas isso não significa que não pode ter uma experiência com Ele. Você pode ouvir Deus falar por intermédio da Bíblia e conversar com Ele mediante a oração. A Bíblia e o Espírito Santo são capazes de produzir o mesmo "fogo" em seu coração.

À medida que oramos e lemos, desenvolvemos a fé, uma pequena vela que se acende dentro de nós. À medida que buscamos a Deus com fervor, a chama cresce e se torna cada vez mais brilhante, iluminando nossa vida e a de muitas pessoas.

#info

No Antigo Testamento, podemos ver Deus Se manifestando em um arbusto em chamas que não se consumia, uma coluna de fogo, uma nuvem, trovões, uma fumaça brilhante (shekinah), uma brisa suave... Essas formas visíveis de Deus Se revelar ao ser humano tem um nome: teofania. Jesus foi a maior manifestação do Pai na Terra. Ele próprio disse: "Quem Me vê vê o Pai" (João 14:9).

REAJA AGORA!

Você deseja ter uma experiência com Jesus? Então busque pela presença Dele. Passe tempo com Ele. Permita que Ele ocupe o lugar mais importante em sua vida.

Sem comparação

Porque assim como o relâmpago sai do Oriente e se mostra no Ocidente, assim será a vinda do Filho do homem. **Mateus 24:27**

Era o último dia do ano, e William estava numa praia, assistindo maravilhado à explosão coordenada e artística de fogos de artifício. Um a um, iluminavam a praia, e as águas do mar refletiam seu brilho. BUM! Vários fogos explodiram de uma vez, enchendo o ar de faíscas vermelhas, brancas e verdes. A multidão vibrava, admirada. O ar parecia envolto por tamanha energia e intensidade que William até segurava o fôlego. Seria possível haver algo mais incrível do que aquilo?

Foi então que ele se deu conta de que sim; haveria um acontecimento muito mais extraordinário que um show pirotécnico na praia. Aliás, algo para o qual não há comparação. Quando Jesus voltar, o céu se encherá com milhões e milhões de anjos resplendentes, que tocarão suas trombetas e cercarão o trono onde Jesus estará sentado. Ao redor do trono, haverá um belo arco-íris com cores mais espetaculares do que qualquer exibição de fogos de artifício.

Todo olho no planeta Terra testemunhará esse acontecimento. Os túmulos se abrirão e aqueles que morreram em Cristo ressuscitarão. Infelizmente, alguns não estarão se alegrando. Quem se recusou a crer em Jesus gritará de terror e tentará se esconder de Sua face. Mas aqueles que O amam se unirão a esse grupo celestial e viverão para sempre.

#info

Normalmente, a queima de fogos de artifício é acompanhada por um estrondo a cada explosão. Esse barulho prejudica a saúde de animais e pessoas com maior sensibilidade. Desde 2019, algumas cidades brasileiras utilizam fogos de artifício silenciosos, para evitar esses desconfortos.

REAJA AGORA!

Como você imagina que vai ser a volta de Jesus? Qual será sua reação? Esse dia pode ser maravilhoso, se você se preparar desde já!

Sua herança

Não endureçam o coração. **Hebreus 3:8**

Kevin já estava cansado de ouvir: "Você fala como seu pai" ou "Você age igual a seu pai". O problema era que o pai de Kevin tinha um temperamento explosivo e às vezes era grosseiro. O menino não queria se parecer com o pai nem agir como ele.

Temos a tendência de herdar características físicas e de personalidade de nossos pais. Você pode ter a mesma cor dos olhos de sua mãe. Pode ser alto ou baixo como seu pai. Isso se chama hereditariedade. Seus pais passam características físicas para você por meio dos genes. Não há nada que você possa fazer em relação aos atributos herdados. E seus pais não puderam fazer nada quanto às características que transmitiram.

Você também tem um problema herdado que se chama pecado. O pecado começou muito tempo atrás, quando os primeiros pais na Terra escolheram obedecer a Satanás, em vez de seguir a Deus, e transmitiram isso de geração em geração desde esse dia.

O pecado afeta sua forma de agir. Talvez você tenha desenvolvido um temperamento explosivo ou uma atitude negativa. Quem sabe tenha um problema com cola, pensamentos impuros ou fofoca. A boa notícia é que Jesus já resolveu o problema do pecado. Ele morreu para nos salvar. Quando aceitamos esse presente, Ele passa a viver em nosso coração e nos transforma à imagem Dele!

Agora, quando Kevin sente o impulso de agir como seu pai, ele pensa duas vezes e ora, pois sabe que isso é algo que Jesus pode mudar.

#info

A combinação de 46 cromossomos com 20 mil genes é responsável por determinar todas as suas características físicas, como: seus traços faciais, seu tipo de corpo, cor de cabelo, olhos e pele, e sua personalidade.

REAJA AGORA!

Ao olhar-se no espelho da lei de Deus, que características você possui que não refletem o caráter de seu Pai celestial? Peça-Lhe que o ajude a ser cada dia mais parecido com Ele.

TAL PAI, TAL FILHO

Princípios de saúde

Amado, oro para que você tenha boa saúde e tudo corra bem, assim como vai bem a sua alma. **3 João 2**

Atualmente, muitos famosos levantam a bandeira da saúde, da alimentação saudável e do exercício físico, postam fotos nas redes sociais com seus *shapes* trabalhados. No entanto, em 1863, muito antes de isso tudo virar moda, Ellen White recebeu uma visão de como ter boa saúde. Ela viu que os filhos de Deus devem comer alimentos simples como frutas, castanhas, grãos e verduras. Antes de existir diagnóstico de câncer de pulmão, foi-lhe mostrado que o tabaco (tanto fumado, quanto mascado) era um veneno. Bem antes que o câncer de cólon ou o colesterol alto fossem relacionados a uma alimentação com muito consumo de carne, ela relatou que, nos últimos dias antes da volta de Jesus, não seria mais seguro comer animais. Bem antes de se ouvir falar em diabetes, ela ensinou que uma grande quantidade de açúcar não fazia bem para o corpo humano. Os que começaram a praticar esses princípios de saúde passaram a viver mais e melhor.

Jesus passou a maior parte de Seu ministério na Terra curando as pessoas e podemos seguir Seu exemplo. Por causa da visão que Deus deu a Ellen White, a Igreja Adventista do Sétimo Dia tem mais hospitais e instituições de saúde do que qualquer outra organização protestante.

#info

Por incrível que pareça, o açúcar já foi usado como remédio para escorbuto, uma doença causada pela falta de vitamina C no organismo, comum nas longas viagens marítimas do século 18. Hoje, sabemos que o ideal é evitar ao máximo a ingestão desse alimento; nosso corpo não precisa dele para funcionar bem.

REAJA AGORA!

Cuidar da saúde é uma responsabilidade espiritual, porque sua vida é um presente de Deus. Ao manter seu corpo saudável, você está honrando esse valioso presente e reconhecendo que Ele é seu Senhor.

©SimpLine | adobe stock

Garantia

[Cristo] morreu por nós para que, quer estejamos acordados quer dormindo, vivamos unidos a Ele. **1 Tessalonicenses 5:10**

Emily observou o pai colocar os últimos objetos pessoais na mala e fechá-la. Sentiu tristeza e um incômodo por dentro que não ia embora. Seu pai partiria naquela tarde de volta para o Iraque.

– É a última vez – disse ele. – Quando eu voltar, não precisarei partir de novo.

Emily tentou sorrir, mas não conseguiu.

– Como posso ter certeza de que você vai voltar? – perguntou, soluçando.

O pai a tomou nos braços.

– Emily, ninguém tem garantia de uma vida longa na Terra. Mas aqueles que amam a Jesus têm garantia de vida eterna. Jamais ficaremos separados para sempre. Ele pode me proteger em qualquer lugar, mas, mesmo que eu morra no Iraque, estaremos juntos de novo. É uma promessa. Deposito toda minha fé nisso.

Naquela manhã, na cidade vizinha, um acidente automobilístico envolvendo um ônibus escolar tirou muitas vidas.

À noite, enquanto assistia ao noticiário, Emily se lembrou das palavras do pai: "Ninguém tem garantia de uma vida longa na Terra. Mas aqueles que amam a Jesus têm garantia de vida eterna. Jamais ficaremos separados para sempre." Pode ter fé nisso.

#info

O que a Bíblia diz sobre a morte? É como um sono (João 11:11-14), a pessoa fica sem sentimentos ou consciência (Eclesiastes 9:5, 6) e o fôlego de vida volta para Deus (Eclesiastes 12:7).

REAJA AGORA!

Qual é a importância da sua fé em Deus? Como você pode ter paz mesmo em momentos difíceis? Deus pode ajudar você, e é maravilhoso saber que...

"ELE ENXUGARÁ DOS SEUS OLHOS TODA LÁGRIMA."
(APOCALIPSE 21:4)

Cupins no banco

Não acumulem para vocês tesouros na terra, onde a traça e a ferrugem destroem... Mas acumulem para vocês tesouros nos céus, onde a traça e a ferrugem não destroem e onde os ladrões não arrombam nem furtam. **Mateus 6:19, 20**

Anos atrás, o Sr. Dwarika Prasad, da Índia, havia depositado dinheiro e papéis de investimento que valiam **450 MIL RÚPIAS** em um banco na cidade de Patna. Mas nunca mais viu seu dinheiro nem os títulos, porque, segundo ele, os cupins comeram tudo!

Quanto isso daria em reais hoje? Pesquise e descubra.

– Estou arrasado – disse Prasad. – Não sei o que fazer, pois havia guardado esse dinheiro para a velhice.

O que o banco teve a dizer sobre a situação? Nada muito animador... Enviaram a carta de queixa do Sr. Prasad para a direção da instituição financeira, mas disseram que ele dificilmente teria seu dinheiro de volta.

Trata-se de um triste lembrete de que todos os tesouros terrenos vêm e vão. Graças a Deus, temos um "sistema bancário" celestial no qual podemos confiar. Ao depositar plena confiança no "cofre de depósitos" do Céu, a cada manhã, por meio da oração, podemos enfrentar o dia com a certeza de que Deus trabalha em busca do que é melhor para nós.

#info
O alimento predileto dos cupins é o que contém celulose, substância presente na madeira e no papel.

REAJA AGORA!

Ter sonhos e planos é importante para o nosso crescimento pessoal. Mas como podemos impedir que nossas prioridades estejam ligadas apenas às coisas passageiras da Terra? Deus quer que você acumule tesouros que possa levar para o Céu.

INVISTA EM

bondade
obediência
amor
integridade
solidariedade
honestidade

Haja luz!

Jesus disse: "Eu sou a luz do mundo. Quem Me segue, nunca andará em trevas, mas terá a Luz da vida." **João 8:12**

De seu assento no avião, o pequeno Roberto olhou para baixo e contemplou milhões de luzes que salpicavam o chão.

– Parece uma árvore de Natal gigante lá embaixo!

– Muito legal, não é mesmo? – comentou seu irmão mais velho.

– Com certeza! – Roberto concordou, impressionado.

Seu irmão apontou para outra região e mostrou o litoral a pouco mais de um quilômetro de distância.

Mas Roberto manteve os olhos focados nas luzes lá embaixo. Eles passaram por cidades menores, pequenas fazendas e lugares completamente escuros, mas seus olhos eram atraídos para as luzes, assim como os insetos são atraídos para a luz de um poste.

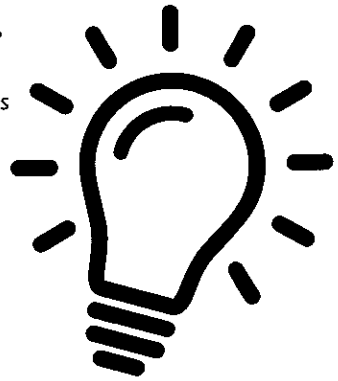
Usamos a luz para ver tudo ao redor. Podemos apreciar um simples desenho, obras de computação gráfica, um lindo pôr do sol, o céu azul, estrelas cadentes, o arco-íris... tudo por causa da luz. Mas você já parou para pensar que, em vez de ver essas coisas, na verdade, vemos a luz? Enxergamos a luz que é refletida dos objetos distantes ou próximos para nossos olhos. A luz é tudo que nossos olhos de fato conseguem enxergar.

A natureza exata da luz é uma das problemáticas fundamentais da física moderna. Deus a achava tão importante que foi a primeira coisa que criou, ao dizer: "Haja luz!"

#info
Os insetos usam a luz do Sol para se guiar. Quando encontram uma luz artificial, perdem a direção e tentam retomar seu rumo voando em círculos.

REAJA AGORA!

Você já esteve no escuro, sem nenhuma luz? Como se sentiu quando finalmente viu uma luz? Jesus disse que Ele é a luz para um mundo cego pelas trevas do erro. Como Seus seguidores, temos o dever de levar a luz de Sua verdade aos outros.



©Comzachor | adobe stock