

Você não é de ferro. E o Criador sabia disso desde o princípio do mundo. Por isso, Ele separou um dia especial – um dia de esperança – para você superar as preocupações da vida, priorizar a família e reequilibrar suas energias físicas, mentais e espirituais.

Se você quiser conhecer mais sobre este e outros assuntos, entre em contato conosco:

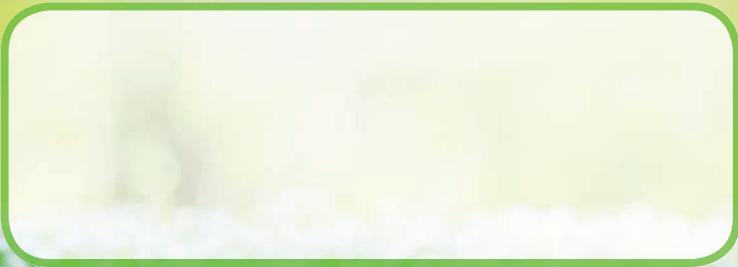
www.esperanca.com.br

E-mail: atendimento@esperanca.com.br

Endereço: Projeto “Um Dia de Esperança”

Caixa Postal 7 – Jacareí, SP

CEP 12300-970



UM DIA de ESPERANÇA



No fim de cada semana,
você precisa de paz e descanso



O médico tinha razão

por Enrique Chajj

Ele era uma “máquina de trabalhar”. Permanecia em sua empresa várias horas por dia. Como empresário ansioso e hiperativo, fazia algum tempo que estava cansado e estressado. À noite, demorava para dormir, e durante o dia era dominado por sua obsessão por trabalho.

Portanto, era natural que suas forças estivessem minguadas e seu ânimo, abatido.

Então, ele decidiu consultar o médico.

– Eu me sinto cansado e abatido – ele disse ao médico. – Não consigo administrar meu trabalho como antes. E isso me perturba. Preciso recuperar minhas energias e meu entusiasmo.

Após escutar com atenção o relato do paciente, o médico lhe disse sem hesitar:

– Você está abusando de sua saúde. Precisa reduzir suas horas de trabalho. Separe um dia para descansar!

– Não posso fazer isso, doutor; minha fábrica não pode parar.

– Talvez sua fábrica não possa parar, mas você deve parar um pouco, se deseja sentir-se bem outra vez.

– Mas quando? Em que dia? – o homem perguntou, intrigado.

– Um dia inteiro por semana – respondeu o médico. – Descanse no dia que Deus estabeleceu para o repouso semanal, e logo veremos os resultados...

Meio desconfiado, o homem fez o teste. E, para sua surpresa, em poucas semanas seu estresse diminuiu e ele recuperou o ânimo. O médico que ele havia consultado era um bom cristão e não havia feito mais do que receitar ao paciente um antigo preceito divino de trabalhar seis dias por semana e descansar no sétimo, ou seja, no sábado (Êxodo 20:8-11).

Bem-estar – O ciclo semanal de sete dias é um verdadeiro ordenador da vida. Ele nos move à ação do trabalho digno e proveitoso. Mas, por sua vez, nos reserva o sétimo dia da semana para o descanso físico, emocional e espiritual de que tanto necessitamos para combater nossas tensões e aliviar nossas cargas.

O ciclo semanal de sete dias é um ordenador da vida

Quem melhor do que nosso Criador para nos dizer como devemos viver? Se

Ele estabeleceu um dia especial da semana para a recuperação de nossas forças é porque nesse dia existe uma importante fonte de bem-estar, paz e fortaleza para nossa vida.

Por isso, “abençoou Deus o dia sétimo e o santificou; porque nele descansou de toda a obra que, como Criador, fizera” (Gênesis 2:3). Em primeiro lugar, Deus “abençoou” o sétimo dia, o sábado, com uma bênção que não colocou sobre nenhum outro dia da semana; em seguida, o Criador “santificou” e tornou santo esse dia específico da semana; e, finalmente, o Senhor “descansou” naquele primeiro sábado, não porque estivesse cansado, mas para nos dar o exemplo.

Muitas pessoas se desgastam por causa de trabalho excessivo, preocupações e ambições. Os nervos estão à flor da pele, e até sua vida de relacionamento fica alterada. Qual é a necessidade básica dessas pessoas? Paz para seu coração atribulado, alegria para seu vazio interior e descanso para seu corpo fatigado. Esses três atributos – paz, alegria e descanso – são, em escala máxima, dons do Altíssimo.

Você sente que o estresse oprime sua mente, que o fardo da vida lhe causa agonia? Deus lhe diz: “Não

temas, porque Eu sou contigo; não te assombres, porque Eu

sou o teu Deus; Eu te fortaleço, e te ajudo, e te sustento com a Minha destra fiel” (Isaías 41:10). Junto com essa encorajadora promessa de amor, o Criador nos relembra: “Tenho um presente de bênçãos e felicidade para sua vida. É o sábado, o dia de repouso que separei para você. Aceite-o e desfrute dele.”

O médico cristão de nosso relato inicial tinha razão: o descanso no verdadeiro dia do Senhor é uma grande bênção. Alivia o cansaço físico, promove paz interior, contribui para o equilíbrio mental e favorece o bom relacionamento familiar. Você percebe que o sábado é um dos maiores benefícios que Deus concedeu para nosso bem-estar integral?



Férias para a família

por Michelson Borges

Todo fim de ano é a mesma coisa. Milhões de pessoas pegam as estradas congestionadas ou embarcam em voos lotados para se encontrar com a família. É o momento tão esperado por muitos, quando as férias são usadas para fazer uma pausa, matar a saudade, receber abraços e dar presentes. Mas você sabia que as férias não precisam ser anuais? Que existe um tipo de “férias” semanal?

O mundo carece dessa pausa como o trabalhador fatigado precisa de descanso. Devido ao corre-corre destes dias agitados, os relacionamentos vão se deteriorando. Os laços sociais se tornam mais frágeis. Falta tempo. Falta diálogo. Falta relacionamento real com sabor de humanidade.

No Salmo 46:10, Deus nos dá um conselho em forma de ordem: “Aquietai-vos e sabeis que Eu sou Deus” (ARA). As pessoas estão perdendo a capacidade de se aquietar. Têm dificuldade de pisar no freio e

se conceder férias. Uma pausa para o bate-papo despreocupado, esquecido do girar incessante dos ponteiros do relógio. Um tempo para o aconchego, para passear de mãos dadas, contando estrelas e observando as flores. Mas que “férias” são essas?

Uma conhecida revista semanal brasileira publicou recentemente: “Dependendo do momento que você está atravessando nas suas relações com pais, filhos e cônjuges, você irá gostar mais ou menos dessa ideia, mas a medicina já se rendeu completamente a ela: sua família está no centro da sua saúde e tem função determinante em seu bem-estar físico e mental a longo prazo. ... Uma das mais sólidas descobertas é que as crianças que cresceram em um ambiente de acolhimento e segurança emocional em geral são providas de maior senso de integração social e mais capazes de regular o próprio comportamento para manter a saúde do corpo e da mente independentemente do apoio de outras pessoas.”

O apóstolo Paulo, ao narrar o momento de tranquilidade que

Um dia para fortalecer os relacionamentos

viveu com seus amigos, revela que “férias” semanais são essas: “No sábado saímos da cidade [de Filipos, onde não havia igreja] e fomos para a beira do rio, onde esperávamos encontrar um lugar de oração. Sentamo-nos e começamos a conversar com as mulheres que haviam se reunido ali” (Atos 16:13).

Presente temporal – Este é o tipo de pausa de que as pessoas carecem: reservar o sétimo dia para sair da cidade, ir para a beira de um rio (ou outro lugar tranquilo qualquer), orar, sentar-se e conversar. Um dia de esperança para os relacionamentos desgastados, para as famílias desunidas, para os casais que apenas dividem o mesmo teto. Um dia para buscar a união com o Deus que nos une aos semelhantes. Não é preciso dirigir nem tomar um avião para desfrutar essas “férias”. O sábado vem a nós a cada semana. É um presente temporal que Deus

nos oferece para fortalecer os relacionamentos e dar sentido à vida.

No ambiente familiar, é preciso evitar que os mal-entendidos se cristalizem, gerem mágoas e afastem as pessoas. E nada melhor do que uma pausa semanal para aliviar essa carga, numa verdadeira oportunidade de recomeço, de reaproximação. Com o pôr do sol da sexta-feira e o começo de cada novo sábado (cf. Marcos 1:32 e Levítico 23:32), devem ficar para trás também o rancor, o ressentimento e os pequenos atritos que se acumulam e podem amargar a vida.

O sábado é o passo atrás para o salto adiante numa existência plena de significado e realização. É o dia semanal de férias para a família. Desfrute-o!



O ritmo da vida

por Marcos G. Blanco

Vivemos numa época complicada. As exigências pessoais e do trabalho nos empurram de um lado para outro, procurando sincronizar horários, satisfazer agendas abarrotadas e cumprir compromissos familiares.

Mas, além das consequências óbvias relacionadas ao estresse e às mudanças de humor, o corpo é que termina pagando a conta. Os médicos informam um crescente número de casos de esgotamento físico e insônia, que desencadeiam outras enfermidades mais sérias, como afecções cardíacas, diabetes ou até mesmo câncer. “Queimar a vela pelas duas pontas” é uma boa metáfora para a vida louca que levamos. Como evitar que o tempo e a saúde escorram como areia por entre nossos dedos?

A chave consiste em não permitir que as circunstâncias externas determinem nosso ritmo. Precisamos começar a respeitar o ritmo do nosso corpo. Uma das características mais notáveis dos seres vivos é que

eles estão sujeitos a biorritmos, que são oscilações periódicas das funções vitais. Diariamente, há oscilações rítmicas, como a que rege nossos períodos de sono ou a secreção de hormônios. É o caso dos corticoides, que alcançam seu clímax às dez da manhã.

Além desses biorritmos de um dia, há outro mais extenso. O Dr. Franz Halberg, da Universidade de Minnesota, criou o conceito de biorritmo de sete dias.

As pesquisas descobriram diferentes condições em que os seres humanos têm períodos de altos e baixos durante o ciclo de sete dias. Esses períodos influenciam o ritmo cardíaco, a pressão arterial, temperatura do corpo, temperatura das mamas, composição e volume da urina, a regulação dos neurotransmissores e o fluxo de diversas subs-

O biorritmo de sete dias revela que o organismo precisa de uma pausa



tâncias químicas, como o hormônio cortisol, responsável pelo controle do estresse. Um simples resfriado envolve um biorritmo de sete dias.

Alguns estudiosos consideram que o biorritmo de sete dias pode revelar que o organismo precisa de uma pausa como estímulo para continuar vivendo.

Ciclo – Mas por que um período de sete dias? O ritmo de 24 horas é mais lógico, porque é guiado pelos fenômenos astronômicos. Para conhecer as razões desse ciclo de sete dias, devemos nos reportar às origens do homem. A Bíblia diz que, “havendo Deus terminado no dia sétimo a Sua obra, que fizera, descansou nesse dia de toda a Sua obra que tinha feito” (Gênesis 2:2).

Deus não apenas estabeleceu esse período, mas também deixou instruções para que o ser humano respeitasse esse ciclo de seis dias de trabalho, descansando no sétimo dia, o sábado: “Seis dias trabalharás e farás toda a tua obra. Mas o

sétimo dia é o sábado do Senhor, teu Deus” (Êxodo 20:9, 10).

Pensando em nossa felicidade, Deus criou esse ciclo de atividade e repouso, porque “o sábado foi estabelecido por causa do homem, e não o homem por causa do sábado” (Marcos 2:27). Respeitar o ciclo de descanso diário e o semanal contribui para que você renove suas forças físicas, porque Deus lhe deseja “prosperidade e saúde, assim como é próspera a tua alma” (3 João 2).

Deus tem nosso corpo em alta conta, considerando-o como “santuário do Espírito Santo” (1 Coríntios 6:19). Por outro lado, Ele nos deu a bênção do descanso sabático, para renovar nossas forças físicas, mentais e espirituais.

Se cumprirmos a ordem divina e observarmos o descanso sabático, poderemos esperar o cumprimento da seguinte promessa: “Faz forte o cansado e multiplica as forças ao que não tem nenhum vigor” (Isaías 40:29).

Direito do trabalhador

por Diogo Cavalcanti

Paulo trabalha demais. Motorista de ônibus, sai de casa às quatro da manhã para enfrentar um trânsito difícil. Mônica, professora, leciona 38 aulas por semana numa escola problemática. Roger administra uma pequena empresa de exportações e chega a trabalhar 17 horas por dia. Assim como eles, milhões de pessoas em todo o mundo sofrem com as pressões do trabalho e buscam alívio.

Imaginava-se que os avanços tecnológicos proporcionariam uma vida mais tranquila às pessoas, mas o que se vê é exatamente o contrário. Acordamos mais cedo e dormimos mais tarde. Levamos tarefas para casa e carregamos o celular até para o banheiro. Temos uma agenda cheia, mas o coração vazio. O resultado dessa correria só pode ser dores, ansiedade, esgotamento.

Pesquisadores já identificaram diversas doenças relacionadas ao excesso de trabalho. Estresse, distimia, depressão e *burnout* são apenas alguns nomes. Mas também existem as chamadas doenças ocupacionais, cuja ameaça pode se potencializar em casos de trabalho excessivo. Tais complicações têm em comum o poder de aprisionar o indivíduo. A pessoa afetada perde aos poucos a capacidade de desempenhar tarefas simples e de se comunicar normalmente. Portanto, quando não são levadas a sério, as doenças do trabalho incapacitam a pessoa para a profissão e a vida.

Antes que o pior aconteça, precisamos nos lembrar de que não



somos máquinas. Não somos escravos de ninguém, nem de nós mesmos. Nosso corpo não precisa ser prejudicado irreversivelmente. Essas verdades tão claras devem ser lembradas e vividas.

Recado – Certamente foi por isso que Deus usou o verbo *lembrar*, nos Dez Mandamentos: “Lembra-te do dia de sábado, para santificá-lo. Trabalharás seis dias e neles farás todos os teus trabalhos, mas o sétimo dia é o sábado dedicado ao Senhor, o teu Deus. Nesse dia não farás trabalho algum, nem tu, nem teus filhos ou filhas, nem teus servos ou servas, nem teus animais, nem os estrangeiros” (Êxodo 20:8-10, NVI). O mandamento nos ordena a contemplar o Criador e a lembrar que somos seres finitos, necessitados de um descanso semanal já preparado por Ele para o nosso bem.

O descanso no dia de sábado é um direito universal, assegurado não pelas leis humanas, mas na “Constituição Divina”; contudo, poucos sabem disso. Trabalhadores braçais ou de escritório, donas de casa ou executivas, funcionários públicos ou de ONGs, estudantes, agricultores, profissionais de saúde, crianças, visitantes e até os animais de carga têm o direito de descansar

no sábado. O próprio Jesus afirmou: “o sábado foi feito por causa do homem” (Marcos 2:27).

O sábado foi reservado por Deus para lembrar os israelitas de que foram libertos da escravidão do Egito (Deuteronômio 5:15). Também foi no sábado que Cristo descansou de Sua obra redentora. Portanto, o sétimo dia está envolto por uma aura de liberdade, e descansar nele significa dizer ao mundo que somos livres em todos os sentidos. No sábado, a dimensão dessa liberdade chega ao nível dos pensamentos (Isaías 58:13, 14).

**O dia de
esperança é um
segredo para
a realização
profissional**

Esse dia de esperança para o cansado trabalhador também é um segredo da realização pessoal. Ser bem-sucedido não requer, necessariamente, trabalhar sete dias por semana, até queimar as reservas físicas e emocionais. Milhões já fizeram isso e, mirando o topo do mundo, chegaram ao fundo do poço. Portanto, a fim de alcançar o verdadeiro sucesso, precisamos de um tempo sagrado para refazer as energias e ajustar o foco. Trabalharemos com inteligência durante seis dias e renderemos mais do que em sete maltrabalhados. Muito mais do que uma questão de produtividade, encontraremos junto ao Criador um sentido para nosso suor debaixo do Sol.

Tempo para você

por *Wendel Lima*

Se as últimas décadas foram marcadas pelas vitórias da medicina sobre muitas doenças do corpo, o desafio do século 21 é ajudar a humanidade a não entrar em colapso emocional. Não se trata apenas dos distúrbios sérios, que pedem tratamento profissional com terapias e remédios, mas do equilíbrio emocional no dia a dia. Saúde é mais que ausência de doença, é bem-estar total.

Os especialistas falam de vários inimigos da saúde emocional, entre eles: ansiedade e culpa. Os sintomas podem ser percebidos no pai que perde o sono por causa do risco do desemprego; da mulher que vive a pressão de conciliar o trabalho com o papel de mãe; ou de um adolescente que, bombardeado pela propaganda, acredita que seu valor se mede pela marca de uma roupa. O pior da ansiedade é que ela nos aprisiona ao futuro. Coloca a felicidade como algo a ser alcançado, mas indisponível agora. Cria

o sentimento de constante insatisfação, mau humor e intolerância. Faz com que as incertezas do amanhã tirem a paz do hoje.

A culpa, por sua vez, nos amarra ao passado. Seu peso pode ser sentido pelos pais que perderam o filho para as drogas; pelo jovem, outrora ingrato, que agora toca o caixão da mãe; ou pelo marido que carrega o remorso da destruição de seu lar por uma aventura amorosa. A culpa não resolvida esgota as forças. Suga o que há de melhor em nós. Ri dos sonhos de liberdade e regeneração, jogando na cara do culpado uma dívida impagável. Gera angústia, depressão. Pode matar.

O segredo – O problema é moderno, mas a solução de Deus é muito antiga: “Portanto, não se preocupem com o amanhã, pois o amanhã trará as suas próprias preocupações. Basta a cada dia o seu próprio mal” (Mateus 6:34). O conselho é simples e prático, porque Ele, no verso anterior, promete suprir todas as necessidades daquelas que O buscarem (v. 33). Se você

É possível viver o hoje, livre do ontem e sem medo do amanhã

duvida, olhe para as aves, que não pedem socorro e não fazem nada por merecê-lo, mas mesmo assim são sustentadas (v. 26). O texto ainda termina dizendo que é inútil o homem se angustiar em relação ao que não pode mudar, pois aquilo que está além de nós, deve-se confiar a Deus (v. 27). Para os ansiosos, Ele pode quebrar as cadeias que os prendem ao futuro.

Quanto à culpa, alguns psicólogos diriam que o Cristianismo é a religião que mais oprime o homem. É verdade que durante muitos séculos uma falsa compreensão sobre o caráter divino fez da fé um fardo insuportável. Alguns chegaram a considerar a voz do Diabo mais doce que a de Deus. Mas esse não é o retrato que a Bíblia pinta: “Venham a Mim, todos os que estão cansados e sobrecarregados, e Eu lhes darei descanso...” (Mateus 11:28). A paz interior que o Deus da Bíblia concede está além do entendimento, porque não vem de passadas contra a violência ou de acordos de cessar-fogo, mas do toque de quem conhece o íntimo do ser humano. Ele é especialista em jogar culpas no fundo do mar e apagar o passado perturbador.

Certo do desequilíbrio do homem moderno, Deus providenciou um dia por semana para celebrar a liberdade emocional. O sábado é símbolo do cuidado e perdão de Deus. Do cuidado, porque aceita-se o desafio de ficar 24 horas longe das preocupações diárias. As contas e compromissos não deixam de existir, mas a responsabilidade é compartilhada com Deus. Foi essa a experiência do povo de Israel no deserto. Toda sexta-feira caía maná (pão do Céu) em dobro, para que no sábado descansassem na providência divina (Êxodo 16:4-31).

O sétimo dia também é antídoto para a culpa, pois ele é um presente, assim como o perdão de Deus. No sábado, somos convidados a descansar, não só fisicamente, mas também de nossos medos e traumas. É o abraço do Pai para o filho acuado e machucado. É um recado do Céu, no presente, de que é possível viver livre do passado e não temer o futuro.



Dia ilimitado

por Guilherme Silva

Tudo parecia perdido quando o número 119.104 foi tatuado em sua pele. Viktor Frankl, médico e psiquiatra austríaco de origem judaica, conheceu por dentro os horrores de *Auschwitz* e de outros campos de concentração do regime nazista.

Separado da família, destituído de sua profissão, desonrado na dignidade humana, foi numerado como um objeto qualquer. Sob trabalhos forçados e alimentação mínima, conheceu o significado da expressão *farrapo humano*.

Libertado no fim da guerra, Frankl revelou que nem a crueldade de seus carcereiros e muito menos as cercas foram capazes de aprisionar sua fé. A crença em um propósito superior o ajudou a conservar dentro de si uma direção para a vida quando nada fazia o menor sentido.

Ele testemunhou que as pessoas que cultivaram a sensibilidade espiritual e emocional suportaram melhor aquela trágica experiência do que outros de constituição física mais robusta. “Justamente para essas

pessoas permanece aberta a possibilidade de se retirar daquele ambiente terrível para se refugiar num domínio de liberdade espiritual”, afirmou.

Você pode não ter enfrentado uma situação extrema. Porém, as pequenas tragédias do dia a dia, as frustrações de uma rotina que parece sem propósito são capazes de levar muitas pessoas a desejar a abreviação da própria existência. O que é sempre a pior escolha.

Lente divina – Há momentos de grande dor e ocasiões em que as feridas estão abertas. Elas não podem ser negadas. É impossível varrê-las para debaixo do tapete. Diante do inevitável, a saída mais sábia é colocar a vida transitória na perspectiva do que é eterno. Os olhos humanos só conseguem enxergar a real dimensão e propósito da vida com as lentes divinas.

Infelizmente, a visão espiritual debilitada pode aprisionar pessoas

O sábado é uma janela aberta para o propósito divino em sua vida

de grandes habilidades e talentos na cela escura da desesperança. Mas não precisa ser sempre assim. A missão de Jesus Cristo é destinada também a você. Ele disse: “O Espírito do Senhor está sobre Mim, porque Ele Me ungiu para pregar boas novas aos pobres. Ele Me enviou para proclamar liberdade aos presos e recuperação da vista aos cegos, para libertar os oprimidos e proclamar o ano da graça do Senhor” (Lucas 4:18 e 19, NVI).

As palavras de Cristo não são apenas um discurso bonito. Elas inauguram Seu ministério terrestre marcado por ações poderosas. Foram proferidas em uma reunião de culto realizada no sábado (Lucas 4:16). O sábado foi um dia especial escolhido por Jesus para transformar a vida de pessoas com Seu toque restaurador. Por isso, é o dia da renovação espiritual.

Um homem paralítico havia trinta e oito anos se esparramava no chão à espera de um milagre. Foi num sábado que Cristo, atendendo ao desejo do enfermo, ordenou que se levantasse, pegasse a esteira onde estivera debruçado no longo infortúnio e caminhasse para uma vida de

novas possibilidades (João 5:1-9). Um cego de nascença também passou a enxergar o brilho do Sol e a beleza da vida quando recebeu o toque de Cristo em um dia de sábado (João 9:1-41). Esses são apenas dois exemplos do dia escolhido por Cristo para dar o enfoque correto ao mandamento bíblico: “Lembra-te do dia de sábado, para santificá-lo” (Êxodo 20:8).

Lembrar-se do sábado é não se esquecer do Criador que santificou esse dia (Êxodo 20:11). É lembrar-se de que esse Criador não está distante. Ele toca a existência, aponta o sentido e liberta a vida humana de sua realidade limitada para as infinitas possibilidades do encontro com o Eterno.



Edição Especial – 2010
(Projeto da Divisão Sul-Americana)

Editores: Diogo Cavalcanti, Guilherme Silva, Michelson Borges, Rubens Lessa, Wendel Lima

Designer Gráfico: Eduardo Olszewski

Capa: Cristiano Kleinert, Douglas Assunção, Éfeso Granieri e Eduardo Olszewski

Fotos de capa: William de Moraes e Jupiterimages



CASA PUBLICADORA
CASA BRASILEIRA

Rodovia Estadual SP 127, km 106
Caixa Postal 34; CEP 18270-970 Tatuí, SP
Fone (15) 3205-8800 – Fax (15) 3205-8900

Diretor-Geral: José Carlos de Lima

Diretor Financeiro: Edson Erthal de Medeiros

Redator-Chefe: Rubens S. Lessa

Gerente de Produção: Reisner Martins

Gerente de Vendas: João Vicente Pereyra

Chefe de Arte: Marcelo Souza

Sinais dos Tempos é Marca Registrada no Instituto Nacional de Propriedade Industrial. Todos os direitos reservados.



Não é permitida a reprodução total ou parcial de matérias *sem autorização* por escrito dos editores.

Tiragem para a América do Sul: 30 milhões

Tiragem para o Brasil: 19 milhões

A maior esperança

por Carlos A. Steger

O descanso que nos dá alegria completa é o que nos prepara para novas realizações. É o que está repleto de esperança. De que adianta descansar indefinidamente sem nenhuma perspectiva futura que nos motive?

É exatamente isso que torna tão significativo o repouso do sábado. Não é uma pausa vazia ou inerte, mas um descanso que nos restaura física e espiritualmente e nos fortalece para encarar os desafios da vida diária com renovada fé em Deus.

Além disso, o descanso sabático nos prepara para desfrutarmos a plena felicidade que a volta de Jesus trará a este mundo. Quando fazemos uma pausa em nossas atividades cotidianas, o sábado nos dá a oportunidade de passar mais tempo

com Jesus, preparando-nos, assim, para o dia em que virá nos buscar para estarmos sempre com Ele. O descanso do sábado nos lembra que Jesus virá pela segunda vez à Terra. Quando descansamos no sábado, sentimos antecipadamente a paz e alegria que haverá quando o Salvador extinguir todo o mal, sofrimento e morte que reinam neste mundo.

O Senhor Jesus Cristo prometeu que virá para levar ao Céu todos os que nEle creem. Pouco antes de morrer, Ele disse a Seus discípulos: “Pois vou preparar-vos lugar. E, quando Eu for e vos preparar lugar, voltarei e vos receberei para Mim mesmo, para que, onde Eu estou, estejais vós também” (João 14:2, 3). Sem dúvida, é atrativo pensar em desfrutar o lugar que Cristo foi preparar no Céu. Mas o mais importante não serão as

Foto: Jupiterimages



CONHEÇA MAIS

Deus tem uma bênção especial para cada área de sua vida e ainda quer lhe mostrar muito mais. Não perca esta oportunidade de ouvir Sua voz e ter um futuro com esperança. Escreva-nos hoje mesmo assinalando a opção de seu interesse e utilizando o endereço ou e-mail que está na última página (contracapa) desta revista. Queremos estar ao seu lado.

Desejo estudar mais sobre Jesus e a Bíblia Necessito ajuda pessoal ou apoio familiar Desejo que orem por mim

Nome: _____

Endereço: _____

Cidade: _____ CEP: _____ Estado: _____

País: _____ E-mail: _____ Telefone: _____

mansões de ouro, e sim estar junto ao Redentor que nos amou tanto que morreu por nós. “Contemplarão a Sua face”, afirma o apóstolo João (Apocalipse 22:4).

Essa promessa foi reafirmada pelos anjos que confortaram os apóstolos enquanto Cristo subia ao Céu. Eles lhes disseram: “Este Jesus que dentre vós foi assunto ao Céu virá do modo como O vistes subir” (Atos 1:11).

O convite – A volta de Jesus será um acontecimento majestoso. O Salvador virá “sobre as nuvens do céu, com poder e muita glória” (Mateus 24:30), acompanhado por todos os anjos do Céu. “E todo olho O verá” (Apocalipse 1:7). O apóstolo Paulo explica que “o Senhor mesmo, dada a Sua palavra de ordem, ouvida a voz do arcanjo, e ressoada a trombeta de Deus, descerá dos Céus, e os mortos em Cristo ressuscitarão primeiro; depois, nós, os vivos, os que ficarmos, seremos arrebatados juntamente com eles, entre nuvens, para o encontro do Senhor nos ares, e, assim, estaremos para sempre com o Senhor” (1 Tessalonicenses 4:16, 17).

Falta pouco tempo para a segunda vinda de Jesus. O cumprimento dos sinais que Ele mesmo profetizou permite afirmar que o tempo “está próximo, às portas” (Mateus 24:33). “Porque, ainda dentro de pouco tempo, Aquele que vem virá e não tardará” (Hebreus 10:37). No

O descanso sabático nos prepara para desfrutar a plena felicidade que a volta de Jesus trará a este mundo

último capítulo da Bíblia, Cristo afirma: “E eis que venho sem demora” (Apocalipse 22:12).

O Senhor “deseja que todos os homens sejam salvos e cheguem ao pleno conhecimento da verdade” (1 Timóteo 2:4). Para que isso aconteça, é necessário que você aceite Cristo como seu Salvador pessoal e entregue a vida a Ele. Então, Sua paz e a esperança de Seu breve regresso encherão o coração. “E a si mesmo se purifica todo o que nEle tem esta esperança, assim como Ele é puro” (1 João 3:3).

Se Cristo ainda não veio, diz o apóstolo Pedro, é porque “é longânimo para convosco, não querendo que nenhum pereça, senão que todos cheguem ao arrependimento. Virá, entretanto, o Dia do Senhor” (2 Pedro 3:9, 10). E como certamente isso vai acontecer, “deveis ser tais como os que vivem em santo procedimento e piedade, esperando a apressando a vinda do Dia de Deus” (2 Pedro 3:11, 12).

Hoje, enquanto ainda existe oportunidade, Cristo lhe faz o convite: “Vinde a Mim, todos os que estais cansados e sobrecarregados, e Eu vos aliviarei” (Mateus 11:28).