



Paulo Coelho

## O Maior Sinal do Século 20

Jesus deixou-nos profetizados vários sinais e acontecimentos que antecederiam o seu regresso à Terra, como Rei e Senhor, a fim de instituir o Reino de Deus sobre todo o planeta (se não tem ainda, peça o nosso folheto "Os sinais do tempo presente").

Entre os sinais referidos por Jesus Cristo e pela Palavra de Deus, um deles destaca-se pela sua singularidade, pois trata-se de um acontecimento único e já ocorrido no nosso século, a restauração do Estado de Israel. Este sinal concorda com as muitas profecias do Antigo Testamento que o anunciavam desde há cerca de dois mil anos. É o exemplo da seguinte profecia descrita no livro Bíblico de Amós:

**"Eis que os olhos do Senhor JEOVÁ estão contra este reino pecador, e eu o destruirei de sobre a face da terra; mas não destruirei de todo a casa de Jacob, diz o Senhor. Porque eis que darei ordem, e sacudirei a casa de Israel entre todas as nações, assim como se sacode grão no crivo, sem que caia na terra um só grão. Todos os pecadores do meu povo morrerão à espada, os que dizem: Não se avizinhará nem nos encontrará o mal. Naquele dia tornarei a levantar a tenda de David, que caiu, e taparei as suas aberturas, e tornarei a levantar as suas ruínas, e a edificarei como nos dias da antiguidade. Para que possuam o restante de Edom, e todas as nações que são chamadas pelo meu nome, diz o Senhor, que faz estas coisas. Eis que vêm dias, diz o Senhor, em que o que lavra alcançará ao que sega, e o que pisa as uvas ao que lança a semente; e os montes destilarão mosto, e todos os outeiros se derreterão. E removerei o cativo do meu povo Israel, e reedificarão as cidades assoladas, e nelas habitarão, e plantarão vinhas, e beberão o seu vinho, e farão pomares e lhes comerão o fruto. E os plantarei na sua terra, e não serão mais arrancados da sua terra que lhes dei, diz o Senhor teu Deus" Amós 9.8-15**

Este texto dá a conhecer o castigo e a restauração da Nação de Israel impostos por Deus. Apesar de Deus ditar a destruição de Israel e a sua dispersão pelas nações da Terra, Ele diz também que não destruirá Israel "de todo", pois promete que, após o castigo, restauraria a Nação de Israel "na sua terra" e para sempre. O século 20 teve o privilégio de assistir ao início da concretização desta restauração, a qual será definitivamente realizada no dia da segunda

vinda de Jesus Cristo.

A restauração do Estado de Israel é, só por si, um milagre, quer na sua fundação em 1948, quer na sua difícil sobrevivência através da segunda metade deste século. Só o desígnio de Deus tem permitido que Israel não seja sufocado e destruído pelos seus poderosos e numerosos inimigos.

As palavras de Jesus descritas no evangelho de **Lucas 21.20-24**, vêm dar ainda mais sentido à profecia de Amós que descrevemos anteriormente:

**"Mas, quando vires Jerusalém cercada de exércitos, sabeis então que é chegada a sua desolação. Então os que estiverem na Judeia, fujam para os montes; os que estiverem no meio da cidade, saiam; e, os que nos campos, não entrem nela. Porque dias de vingança são estes, para que se cumpram todas as coisas que estão escritas. Mas ai das grávidas, e das que criarem naqueles dias! Porque haverá grande aperto na terra, e ira sobre este povo. E cairão ao fio da espada, e para todas as nações serão levados cativos; e Jerusalém será pisada pelos gentios, até que os tempos dos gentios se completem."**

Neste texto Jesus fala-nos da destruição de Jerusalém que viria a suceder no ano 70 da nossa era e da conseqüente dispersão do Povo de Israel pelas nações da Terra. O domínio dos povos não-judeus (gentios) sobre Israel e, mais especificamente, sobre Jerusalém durou até à década de sessenta, quando Israel, na "Guerra dos Seis Dias", conquistou a parte oriental da cidade. Cumpriu-se assim a profecia de Jesus: "Jerusalém será pisada pelos gentios, até que os tempos dos gentios se completem."

Além dos textos que analisámos, sugerimos-lhe também a leitura dos seguintes: **Isaías 11.11-12; Jeremias 31.7-12; 32.37-44; Ezequiel 37.21-28**. Se deseja também compreender melhor o papel no final dos tempos desta região centrada em Jerusalém, sugerimos-lhe que (re)leia o artigo "O Umbigo do Mundo" publicado na nossa revista nº 3.

Os cidadãos do século 20 têm o privilégio de assistir a um dos maiores sinais do cumprimento das profecias da Bíblia, a restauração do Estado de Israel. A si estimado leitor sugerimos-lhe que siga, quanto antes, o conselho de Jesus:

**"Ora quando estas coisas começarem a acontecer, olhai para cima e levantai as vossas cabeças, porque a vossa redenção está próxima" Lucas 21.28**

Jesus prestes virá! Hoje é o dia para aceitar a Sua salvação.

**"Olhai por vós, não aconteça que os vossos corações se carreguem de glotonaria, de**

**embriaguez, e dos cuidados da vida, e venha sobre vós de improviso aquele dia" Lucas 21.34**

Olhai por vós... Olhai para cima... Jesus vem!

**Paulo Coelho**



---

Vitor Quinta

## **A Pobreza**

**"O que escarnece do pobre insulta ao que o criou." Prov.17.5**

O que tal faz, só o pode fazer por ser néscio no seu coração. Por falta de sabedoria.

Há duas espécies de pobreza: a material e a espiritual e qualquer delas aflige hoje fortemente a humanidade no seu todo.

Porém, a mais gravosa para o homem é a pobreza espiritual, pois conduz o homem à ignorância, à cegueira do espírito, à mesquinhez e a tudo aquilo que é baixo e desprezível no ser humano.

Enquanto que a pobreza material pode ser ultrapassável, mas também pode atingir qualquer pessoa, mesmo aquele que hoje é rico ou abastado, a pobreza espiritual conduz o homem à perdição. Muitas vezes o homem materialmente rico é espiritualmente pobre.

Deus tudo pôs à disposição do homem, tanto os bens materiais quanto os espirituais.

Compete, pois, ao homem fazer o esforço necessário para alcançar tanto a riqueza material quanto a espiritual.

O exemplo de Job ilustra bem o caso de um homem que sendo rico materialmente (este homem era maior do que todos do oriente - **Job 1.3**) não descuidou obter a riqueza espiritual pois era homem sincero, recto e temente a Deus, e desviava-se do mal (**Job 1.1**). Exemplo semelhante pode ser encontrado em Salomão que ao ascender à posição de rei pediu a Deus sabedoria, sendo, ainda hoje, lendária a sua sabedoria.

O factor comum que une estes dois homens, não é tanto a sua riqueza material mas o temor do Senhor, a busca da riqueza espiritual, através da qual lhes adveio toda a riqueza material (**2Cor.3.5**).

Nos tempos de hoje são sobretudo os cuidados da vida que afastam o homem do seu Criador (**Mat.13.22**). Mas na realidade que é o homem sem o seu Criador? A resposta é: NADA!

O homem que vive desligado de Deus é um ignorante, pois a sua consciência não está desperta para as coisas do espírito. Nem sequer tem consciência que o simples acto de viver só é possível porque um Ser Maravilhoso, Paciente e Misericordioso lhe dá a vida e tudo o que ele necessita para viver. O homem sem Deus é incompleto.

A tragédia espiritual da humanidade é muito grande. É tão grande que o homem sem Deus nem sequer tem consciência do seu estado. Vive sem esperança. Tal como nasce, vive e morre um cão ou um gato, assim acontece com a maioria dos homens, pois a sua consciência anda adormecida e têm o seu coração endurecido ao ponto de rejeitarem a verdade que lhes é anunciada. Preferem continuar a viver uma vida sem horizontes.

E o mundo religioso está hoje mais rico ou mais pobre? Certamente está mais pobre embora a Igreja de hoje julgue estar mais rica (**Apoc.3.17**). Porquê? Porque está dividida na verdade. A confusão reina e os falsos pastores aproveitam-se do nome do Senhor para proveito próprio e não usam do amor à verdade da Palavra de Deus.

Quão diferente é o homem com temor a Deus. Esta criatura tenta viver em boa consciência perante o seu Criador e tem uma esperança forte na promessa de Jesus Cristo, que lhe aponta para uma vida melhor do que esta, em que não há morte, doença, guerra, ódio, egoísmo e tantos outros males, porque o Senhor derribará todos os males que impedem o homem de ser feliz nesta vida (**João 16.33**).

O apóstolo Paulo faz-nos hoje ainda recomendações que devemos ter presentes no nosso coração. Não só nos faz recomendações como nos deu o exemplo em tudo para esta vida (mas sempre com os olhos postos na futura). Nas suas viagens, alojando-se em casa de outros irmãos, ele trabalhava fazendo tendas para não ser pesado aos seus hospedeiros, recomendando a todos que trabalhassem (**2Tessal.3.10-11**). Sendo um homem frugal dizia

**"Tendo, porém, sustento, e com que nos cobrirmos estejamos com isso contentes" 1Tim.6.8**

No entanto, este homem de Deus era espiritualmente muito rico. Com a sabedoria que lhe vinha do Espírito Santo recomendava:

**"Mas tu, ó homem de Deus, foge destas coisas e segue a justiça, a piedade, a fé, o amor, a paciência, a mansidão. Milita a boa milícia da fé; toma posse da vida eterna, para a qual também fostes chamado." 2Tim.6.11-12**

e Jesus diz-nos:

**"Trabalhai, não pela comida que perece, mas pela comida que permanece para a vida eterna, a qual o Filho do homem vos dará; porque, a este, o Pai, Deus, o selou." João 6.27**

O homem tem tudo à sua disposição, tanto os bens materiais como os espirituais e, para obter ambos tem que trabalhar, sabendo que, se trabalhar pelos espirituais terá uma grande recompensa, aquela que nos é oferecida por Jesus Cristo (**Rom.8. 14,17**).

Infelizmente, e no que respeita à riqueza material, existem hoje no mundo desigualdades tão grandes entre os homens, tanto a nível individual como colectivo, geradas pela sede de poder e dominação do seu semelhante, que têm conduzido o mundo à beira da catástrofe.

Os milhões de seres humanos que sofrem a fome até à morte são um espectáculo constante e degradante dos nossos dias (450 milhões, sendo 40.000 as crianças que morrem diariamente). A ajuda internacional a estas pessoas não pode, pela dimensão da catástrofe, resolver as grandes carências de povos de continentes inteiros assolados pelas secas, pela desertificação dos solos, pela escassez de água e de recursos e pelas guerras.

A desigualdade nas trocas comerciais entre os países ricos e os países pobres só vem agravando a situação. A injustiça campeia no mundo inteiro, mas aproxima-se a hora da vinda Daquele que vem a julgar o mundo e a restabelecer a verdadeira Justiça: Jesus Cristo.

Ora vem Senhor Jesus!

**Vitor Quinta**



Paulo Coelho

## Podemos Falar com Deus!

Incrivelmente a oração é uma palavra pouco compreendida, mesmo no seio da cristandade. Muitas pessoas erradamente confundem orar com rezar. Rezar significa repetir mecanicamente frases e palavras pré-determinadas. É frequente encontrarmos, nas páginas de publicidade dos jornais, "receitas" de rezas com um fim miraculoso. Talvez o leitor fique surpreendido se dissermos com clareza que essas "rezas" pouco têm a ver com a oração de que a Palavra de Deus nos fala.

Na verdade, orar significa entrar em comunhão com Deus, conversando com Ele, falando e ouvindo a voz do Seu Espírito na nossa consciência, numa relação directa de contacto mútuo.

Relação directa, isso surpreende-o(a)?

Mas é isso que Deus quer, um contacto directo com cada homem e mulher, sem intermediários, como "santos" ou "sacerdotes confessores". É o próprio Jesus quem o diz:

**"E tudo quanto pedirdes em meu nome eu o farei, para que o Pai seja glorificado no Filho. Se pedirdes alguma coisa em meu nome eu o farei."**

**João 14.13-14**

Pedir ao Pai Celestial em nome de Jesus Cristo, é esta a via directa entre cada um de nós e Deus, sem qualquer necessidade de outros contactos intercalares.

Já pensou o quão extraordinário isto é?

A linha telefónica mais famosa do mundo, até há bem pouco tempo, era a estabelecida entre o Presidente dos Estados Unidos da América e o da ex-União Soviética, a conhecida "linha vermelha".

Surpreendentemente, milhões de pessoas conhecem o que é o "telefone vermelho", mas desconhecem a ligação e comunicação mais poderosa do mundo, a oração. A oração é o

privilégio de podermos comunicar directamente com o Criador de todas as coisas. A sua força é tal que levou o apóstolo Paulo a deixar o seguinte conselho à Igreja:

**"oraí sem cessar" 1 Tessalonicenses 5.17**

Há quem compare a oração com a função vital de todos os seres vivos que é a respiração. Se um ser vivo deixar de respirar morre. Assim é também com a oração, se não usarmos da oração morremos espiritualmente. Se não orarmos, as preocupações, em que este mundo é abundante, vão enfraquecer-nos e, quem sabe, até sufocar-nos.

O mundo está cheio de pessoas esmagadas pelas preocupações, desaires e obstáculos que a vida moderna cria e transmite e, extraordinariamente, assistimos com frequência ao mesmo estado de espírito em elementos pertencentes à Igreja.

Mas tal não deveria ser assim!

Porquê? - perguntará o(a) leitor(a) - não estarão os cristãos também sujeitos a preocupações e ansiedades?

Certamente que sim, pois o próprio Jesus disse que no mundo os filhos de Deus teriam aflições, mas Ele diz também que se estivermos Nele podemos ter paz.

Como?

Pela oração! O apóstolo Paulo escreveu:

**"Não estejais inquietos por coisa alguma: antes as vossas petições sejam em tudo conhecidas diante de Deus pela oração e súplicas, com acção de graças. E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os vossos corações em Cristo Jesus."**

**Filipenses 4.6-7.**

Caro leitor, apesar das dificuldades e tribulações, é possível ter paz, a paz que vem de Deus, a qual se consegue conversando com Ele através da oração.

**Paulo Coelho**



Paulo Coelho

## **Financeiramente Falando...**

Numa época em que algumas organizações religiosas são acusadas de mau uso das dádivas dos seus membros, a Igreja Universal de Jesus Cristo / Congregação Cristã de Portugal demarca-se totalmente, pela sua prática, dessas suspeições.

Os membros da IUJC / CCP em todos os assuntos e, nomeadamente, nos financeiros, contam com a honestidade e a total clareza de todos os dirigentes da organização.

Na prática na IUJC / CCP:

- As ofertas e dízimos são voluntárias e não são controladas por qualquer dirigente, apenas dependem das possibilidades e da fé de cada membro;
- Os tesoureiros da Igreja passam recibos das importâncias doadas, os quais podem ser apresentados para dedução no IRS;
- Não é sistematicamente pedido dinheiro em cultos públicos;
- Os dirigentes da IUJC / CCP não recebem qualquer remuneração pelo seu serviço religioso;
- Todos os bens financeiros são postos ao serviço do trabalho de evangelização e de apoio social;
- Anualmente são apresentadas contas em Assembleia Geral e, segundo os estatutos, qualquer membro pode controlar e investigar as mesmas.

A verdadeira Igreja de Jesus Cristo é fiel em todos os assuntos, sejam eles materiais ou espirituais.

(Se quiser saber mais acerca deste assunto peça a nossa publicação "Contribuição material para a obra de Deus", a qual é distribuída gratuitamente).

**Paulo Coelho**



## **Cristo, o Verdadeiro Super-Homem**

**Será que há alguma semelhança entre aquele que é uma das figuras mais famosas da banda desenhada, o Super-Homem, e Jesus Cristo?**

À partida parece não haver nada de comum, mas como veremos poderemos estabelecer algumas semelhanças e outras importantes diferenças.

Foi em 1938 que Jerome Siegel e Joe Shuster criaram a personagem Super-Homem, a qual viria a ter tal sucesso que se colocou entre as cinco personagens fictícias da literatura mais conhecidas em todo o mundo. O seu sucesso foi tanto que rapidamente o Super-Homem passou da banda desenhada para os desenhos animados e mesmo para o cinema. Milhões de jovens e adultos admiram este ser imaginado e criado por dois homens há pouco mais de meio século.

Ao sucesso do Super-Homem não é estranho o facto dele se relacionar com a capacidade de vencer os obstáculos da vida e de persistir em busca do seu objectivo. Capacidade de vencer e persistência nesse objectivo é um ideal de todo o ser humano, Por isso as pessoas identificam-se com o Super-Homem e desejam ser como ele.

Um historiador, de nome Edward Mehok, escreveu num dos seus livros: "Tanto Cristo como o Super-Homem representam o cumprimento do desejo de um messias. Ambos são figuras salvadoras."

Na verdade, as histórias de Super-Homem apresentam episódios muito semelhantes a factos ocorridos com Jesus Cristo e que nos vêm relatados nos Evangelhos. Vejamos alguns:

- Super-Homem é alguém sobrenatural, chegando mesmo a ser considerado "um deus". Jesus Cristo é o "Filho de Deus", o Verbo Divino feito Homem (**João 1.1,14**).
- Ambos estão envoltos num ambiente de algum mistério. As próprias palavras de Jesus foram: "**o meu testemunho é verdadeiro porque sei de onde vim, e para onde vou; mas vós não sabeis donde venho, nem para onde vou.**"
- A história de Super-Homem conta que ele foi um jovem com características e capacidades especiais. Jesus Cristo também o foi. Ele, ainda jovem, já

espantava com os seus argumentos os grandes líderes religiosos do seu povo (**Lucas 2.46-52**).

- Super-Homem criou a sua base secreta numa região deserta. Jesus também frequentemente se refugiava em desertos para orar, jejuar e meditar.

Mas, talvez o ponto em que as figuras de Super-Homem e Cristo mais se aproximam é na realização de milagres e de acções de poder supra-natural. Relembremos alguns milagres executados por Jesus:

- Jesus caminhou sobre as águas (**Mateus 4.22-27**).
- Jesus transfigurou-se totalmente (**Mateus 17.1-2**).
- Jesus transformou água em vinho de excelente qualidade (**João 2.1-10**).
- Jesus acalmou uma tempestade (**Mateus 8.23-27**).
- Jesus curou doenças fatais e incuráveis na sua época (**Mateus 12.9-13**).

No fundo, Jesus foi sempre um adversário das forças do mal. Mas estas coisas também faz Super-Homem nas suas histórias! No entanto, apesar de todas as semelhanças, ele não consegue ir tão longe como Jesus Cristo.

Jesus é real, não uma personagem de banda desenhada, e Ele foi mais além na sua missão salvadora da Humanidade. Ele fez aquilo que nenhum homem, mesmo super, poderia fazer: Jesus morreu para que fossem apagados os pecados de toda a Humanidade. Vejamos alguns versículos Bíblicos que nos falam desse facto:

**"No dia seguinte João (Baptista) viu Jesus, que vinha para ele, e disse: Eis o Cordeiro de Deus, que tira o pecado do mundo."**

**João 1.29**

**"Eu sou o pão vivo que desceu do céu; se alguém comer deste pão, viverá para sempre e o pão que eu der é a minha carne, que eu darei pela vida do mundo."**

**João 6.33**

**"Porque Deus amou o mundo de tal maneira, que deu o seu Filho Unigénito, para que todo aquele que nele crê não pereça, mas tenha a vida eterna."**

## João 3.16

Jesus Cristo fez mais ainda! Ele não se ficou pela morte, pelo poder de Deus Ele venceu a morte e ressuscitou! São as próprias pessoas que testemunharam esse facto que nos dizem no livro de Actos: "Ao qual (Jesus), Deus ressuscitou, soltas as ânsias da morte, pois não era possível que fosse retido por ela."

Em conclusão, podemos dizer que a figura do Super-Homem não passa de uma imitação literária do verdadeiro e real Salvador. Esse verdadeiro Salvador é Jesus Cristo. Jesus é o herói máximo de todos os tempos.

### **Ele quer e pode ser também o teu herói!**

Podes encontrá-lo diariamente através da leitura da Bíblia ou falar directamente com Ele pela oração (encontrarás nesta revista um outro artigo acerca da oração).

As palavras de Jesus são para todos nós, Ele diz: **"Eu sou a ressurreição e a vida; quem crê em mim, ainda que esteja morto, viverá."**



Manuel Santos

## **Renovação**

O homem está morto em ofensas e pecados.

Metaforicamente poderemos dizer que, depois da queda de Adão e Eva, o ser humano ficou tão afastado do seu Criador como a Terra está do Sol.

Apesar da distância que separa estes dois astros, a Terra é acalentada e iluminada pelo Sol. O homem também pode ser acalentado e iluminado por Deus, apesar do afastamento que o pecado tem provocado.

Isto depende do nosso desejo de nos renovarmos (**Salmos 119.9-16**).

Por esta renovação ficamos aptos a corresponder ao objectivo para o qual fomos criados (**Efésios 1.12-13**).

Apesar do Senhor saber que a nossa posição pecaminosa nos afasta dele - pois olhando para nós e procurando alguém que tivesse entendimento e o buscasse, notou que todos se desviavam e juntamente se faziam inúteis, não havendo quem fizesse o bem, nem sequer um - ele também sabe que outros há que, embora reconhecendo as suas misérias espirituais, se esforçam para o amar e servir.

Esses tem Deus procurado e chamado com um propósito determinado (**Juízes 6.11-23**).

#### **Um povo que não o conhecia**

- **O achou,**
- **O aceitou,**
- **O glorificou,**
- **Nele se alegrou,**
- **Por ele se renovou**

(**Romanos 15.9-11**)

#### **Renovados**

- **Pela efusão do seu Espírito**
- **Pela esperança nas suas promessas**
- **Pela compreensão da sua Palavra**
- **Pela sua acção purificadora (**2Coríntios 5.17**) somos feitos novas criaturas.**

O homem renovado tem no coração os preceitos divinos que cumpre espontaneamente e o tornam uma criatura realmente viva e não morta em ofensas e pecados, lutando contra a

vontade da carne e dos pensamentos carnis (Provérbios 3. 1-18).

Para estes já nenhuma condenação há (Romanos 8.1).

Refugiemo-nos em Jesus. Refreemos os nossos instintos carnis, próprios da nossa natureza humana. Procuremos os ensinamentos do Mestre para uma permanente e positiva renovação, (2Coríntios 3.2-18) que nos levará à vida eterna.

**Manuel José Santos**

## **Histórias Missionárias - nº 2**

Continuamos neste número da revista Compreender uma série de relatos relacionados com as viagens missionárias do Pastor José Marques Tomé, os quais são baseados no diário escrito por este irmão, gentilmente cedido à nossa publicação.

### **1ª Viagem Missionária (continuação)**

"No 5º dia, pelas sete horas da manhã, tomei a camioneta da Beira e segui para a Catraia de S. Paio, onde falei da Palavra de Deus aos irmãos de lá, tendo encontrado um, que era cego, mas muito conhecedor da Bíblia e ainda um outro que era comerciante e muito crente.

Depois segui para Oliveira do Hospital e aí procurei pelo irmão Jeremias, que era motorista da carreira do Hospital para a Azenha. Cumprimenta-mo-nos e segui na camioneta que aquele guiava até à sua terra que se chamava Azenha, e aí fiz duas conferências bíblicas. Fui muito bem recebido.

Os irmãos daquela terra fizeram-me uma festa muito simpática, que muito me alegrou e em especial o interesse que mostravam pela Palavra de Deus. Dormi em casa do irmão Jeremias. No 6º dia segui com ele para Oliveira do Hospital novamente, e lá, depois de me despedir, tomei a camioneta para a Venda do Pinheiro e de lá fui a pé para o Pizão, onde fui dormir a casa da minha tia Ana.

No 7º dia fui a pé novamente para a Castanheira da Serra, terra onde nasci, visitar a minha família e fazer algumas pregações Bíblicas em casa da Conceição na Eira de Cima, cuja casa ela nos cedeu gratuitamente.

Estive lá 8 dias descansando. No dia 22 de Novembro de 1943 saí de Castanheira de regresso a Lisboa via directa e, ao chegar cá, fiz um relato completo da minha viagem à Igreja de Cristo, à qual pertencia. Assim terminou a minha primeira viagem evangélica, viagem memorável, cheia de episódios, de aflições e de bênçãos de Deus.

Lisboa, 23 de Novembro de 1943 - J.M.T."

## **Literatura Cristã que Recomendamos**

O Dr. Samuele Bacchiocchi é o primeiro não-católico graduado pela Universidade Pontifical Gregoriana de Roma. O Papa Paulo VI agraciou-o com uma medalha de ouro referente ao doutoramento académico summa cum laude. Ele frequentou também vários cursos nos Estados Unidos da América e serviu como missionário na Etiópia. A sua actividade como escritor tornou-o autor de vários "best-sellers" da literatura cristã, os quais são fonte de estudo de muitos estudantes e colégios religiosos. Durante os últimos anos o Dr. Bacchiocchi desenvolveu também um programa de seminários bíblicos de fim-de-semana em muitas partes do mundo, ajudando assim milhares de cristãos a compreender algumas realidades e experiências espirituais. Actualmente o Dr. Bacchiocchi é professor de Teologia e História da Igreja na Universidade de Andrews (Michigan, EUA).

Entre os livros publicados pelo Dr. Samuele Bacchiocchi salientamos:

- **FROM SABBATH TO SUNDAY**

(Do Sábado para o Domingo)

Uma excelente pesquisa feita na Universidade do Vaticano acerca da mudança do dia Santo dos cristãos do Sábado para o Domingo durante os primeiros séculos da Igreja, e que foi defendida como tese de doutoramento do Dr. Bacchiocchi.

- **THE SABBATH IN THE NEW TESTAMENT**

(O Sábado no Novo Testamento)

Um resumo histórico e Bíblico das razões pelas quais o Sábado deve permanecer como um dia de celebração para os cristãos.

- **DIVINE REST FOR HUMAN RESTLESSNESS**

(Repouso Divino para a impaciência humana)

Um livro que oferece uma interpretação teológica para a importância da guarda do Sábado na sociedade agitada em que vivemos.

- **GOD'S FESTIVALS IN SCRIPTURE AND HISTORY**

(As Festas Anuais de Deus nas Escrituras e na História)

Este livro convida os cristãos a organizarem um programa anual de culto e louvor a Deus sincronizado com o calendário dado por Deus ao Povo de Israel.

- **WOMEN IN THE CHURCH**

(A mulher na Igreja)

Qual o papel da mulher na Igreja? Neste livro são apresentados os argumentos Bíblicos que justificam uma participação activa da mulher na vida da Igreja.

- **THE ADVENT HOPE FOR HUMAN HOPELESSNESS**

(O advento da esperança para o desespero humano)

Um livro que nos fala da iminência e da certeza da vinda próxima de Jesus Cristo.

Todos os livros estão escritos em Inglês.

O preço de cada livro é: 15 dólares americanos.

Os pedidos podem ser feitos para o seguinte endereço:

**BIBLICAL PERSPECTIVES**

4990 Appian Way  
Berrien Springs  
Michigan 49103  
USA

## Compreender a Sua Saúde

### **O COLESTEROL É ESSENCIAL, MAS DENTRO DOS LIMITES...**

O colesterol é uma gordura essencial para um bom funcionamento do organismo, nomeadamente para a constituição das nossas células, para a formação das nossas hormonas estróides e para o funcionamento de certos aparelhos e sistemas (ex: sistema nervoso). No entanto, o excesso de colesterol pode ser muito prejudicial à saúde, predispondo ao aparecimento de doenças cardiovasculares (angina de peito, enfarte do miócardio, acidente vascular cerebral, arteriopatia dos membros inferiores, etc).

Se tem um teor de colesterol elevado no sangue, siga os seguintes conselhos (se não tem colesterol elevado siga-os na mesma, pois beneficiará de igual modo):

- Reduza a quantidade de gorduras na alimentação;
- Diminua a percentagem de gordura animal na sua alimentação (tire toda a gordura visível, como por exemplo a pele das aves ou do peixe, e evite as gorduras sólidas, como as margarinas);
- Prefira os derivados do leite e o leite com baixo teor de gordura;
- Dentro das gorduras animais prefira o peixe e depois deste as aves (principalmente se caseiras);
- Dentro das gorduras vegetais prefira o azeite;
- Evite os alimentos ricos em colesterol: ovo (principalmente a gema), produtos à base da gordura do leite, manteiga e queijo, enchidos e produtos de charcutaria
- Coma vegetais (legumes e frutas);
- Cozinhe com o mínimo possível de gordura (pode usar ervas aromáticas em



alternativa);

- Prefira os alimentos cozidos ou grelhados.

**Paulo Coelho (médico)**

### **VÍRUS EBOLA - UMA NOVA PESTE DO SÉCULO 20**

O vírus Ebola pertence à família dos Filoviridae. Este vírus surgiu pela primeira vez em surtos no Sudão e no Zaire em 1976, tendo ocorrido cerca de 2 centenas de mortes. Apesar do conhecimento que entretanto se conseguiu acerca desse vírus, a infecção por ele causada é mortal em mais de 50% dos casos. Os sintomas iniciam-se cerca de uma a duas semanas após a infecção, por febre, mal-estar e dor de cabeça, a que se segue o aparecimento de diarreia com sangue, vômitos e erupção na pele. A morte geralmente ocorre por hemorragia grave e choque. Recentemente um novo surto da doença foi reconhecido na região central de África, em focos populacionais principalmente localizados no Zaire. Este ressurgimento veio trazer de novo grande preocupação à Organização Mundial de Saúde dado o receio de alastramento desta perigosa infecção.

DISSE JESUS: **"Porquanto se levantará nação contra nação e reino contra reino, e haverá fomes, e pestes, e terremotos, em vários lugares." Mateus 24.7**

### **A TUBERCULOSE ESTÁ EM CRESCIMENTO**

Os especialistas dos países desenvolvidos estão preocupados com o recrudescimento dos casos de tuberculose nos últimos anos. Na Europa Ocidental, Portugal ocupa com destaque a primeira posição quanto à prevalência desta doença. As más condições de vida, a emigração dos países mais pobres, o desleixo com os

programas de prevenção e o aumento exponencial das infecções pelo vírus HIV (SIDA), têm sido os factores mais importantes para este aumento da doença. Acresce o facto que devido à quebra do sistema de defesa natural (sistema imunitário), nos doentes com SIDA, os antibióticos clássicos (tuberculostáticos) usados na tuberculose, são muitas vezes ineficazes, o que requer tratamentos mais sofisticados e prolongados.

### **TABACO, O GRANDE ASSASSINO**

Dois milhões de pessoas são "assassinadas" anualmente pelo consumo de tabaco nos países ditos desenvolvidos. Estes números representam cerca de 1/6 das mortes nesses países. No ano de 2025 prevê-se que o número dessas mortes suba para 3 milhões de pessoas. Metade deste número de mortes dá-se durante o período chamado de "vida activa" (entre os 35 e os 69 anos). Nos países em vias de desenvolvimento o número de mortes causadas pelo tabaco é aproximadamente de 1 milhão. No entanto, dado o acentuado aumento do consumo de tabaco nestes países, prevê-se que daqui a 30 anos, em 2025, este número aumente para 7 milhões, o que representa um aumento de 700%. Os estudos provam que deixar de fumar em qualquer idade diminui o risco de doença grave, mas quanto mais precoce for essa paragem, maior será o benefício obtido.

### **A DIMINUIÇÃO DO CONSUMO EXCESSIVO DE ÁLCOOL REDUZ O RISCO DE CANCRO**

O álcool representa a segunda causa de cancro logo a seguir ao tabagismo. O consumo elevado de álcool aumenta cerca de 10 vezes o risco de cancro. Além disso o álcool também potencia o risco de cancro associado ao tabaco. Cancros em várias

localizações têm sido relacionados com o excesso de bebidas alcoólicas, como por exemplo: no esófago, na faringe, no fígado e na cavidade oral. A sensibilização da população para este risco, se levar a uma diminuição do consumo excessivo do álcool, é uma medida positiva em termos de saúde pública.

A BÍBLIA ACONSELHA:

**"Não vos embriagueis com vinho, em que há contenda, mas enchei-vos do Espírito"**

**Eféios 5.18**