

CIDADANIA
Idosos do Núcleo SBB participam de seminário

IGREJA E MISSÕES
Violência contra comunidades cristãs na África



Novas

Ministério Vida Radiante | Centro de Juventude e Cultura Cristã

DO MINISTÉRIO VIDA RADIANTE

Ano XXXVI | Nº 415 | Outubro de 2026 | R$ 15,00

Foto de Victor Janiegui no Pexels

IRA
QUANDO AS COISAS FOGEM DO CONTROLE



CONGRESSO VIDA RADIANTE 2027 | PARTICIPE!

24º CONGRESSO

VIDA RADIANTE

MALIBU PALACE HOTEL | CABO FRIO, RJ

26 a 29.ABR.27



Nada temerei!

Salmo 32.7

PAGUE EM ATÉ **10x** NOS CARTÕES









+ INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

21 **98509-7276**

ministeriovidaradiante.com.br

Realização

MINISTÉRIO VIDA RADIANTE

CENTRO DE JUVENTUDE E CULTURA CRISTÃ



Foto de Phxtosene | Eneas no Pexels

PASTORAL
Pr. Gilton Medeiros

Alcançando a vitória na jornada

"... deixemos todo embaraço..."
Hebreus 12.1-2

A vida cristã é, no entendimento bíblico, uma jornada que os discípulos de Jesus fazem em direção à Pátria Celestial. Foi ele mesmo que disse: "*Estreita é a porta, e apertado, o caminho que leva à vida, e poucos há que a encontrem.*" (Mt 7.14). Na carta aos Hebreus lemos: "*Todos estes morreram na fé, sem terem recebido as promessas, mas, vendo-as de longe, e crendo nelas, e abraçando-as, confessaram que eram estrangeiros e peregrinos na terra.*" (Hb 11.13).

A ideia é a seguinte: seguir a Cristo é percorrer um caminho, é seguir numa estrada, é ser peregrino nesse mundo. E, como em toda caminhada, existem empecilhos, obstáculos ou, como no dizer bíblico, "embaraços". Torna-se necessário, portanto, que aquele que está percorrendo o caminho, não só evite os obstáculos como também esteja pronto e disposto a livrar-se de tudo que impede ou atrapalha a jornada.

A pergunta que se faz, nesse caso, é: quais são os embaraços que estão perturbando ou impedindo a nossa jornada? E, a partir dessa pergunta, como poderemos nos livrar deles?

A Bíblia nos ajuda a responder a estas perguntas, quando ensina:

NOSSA JORNADA NÃO É SOLITÁRIA: "*Portanto, nós também, pois, que estamos rodeados de uma tão grande nuvem de testemunhas...*" – A vida cristã é uma jornada que deve ser percorrida ao lado dos nossos irmãos em Cristo, em comunhão com a Igreja. Somos precedidos, temos ao nosso lado e seremos sucedidos por homens e mulheres que professam a sua fé em Jesus. Não estamos sós!

NÃO PODEMOS VACILAR: "*... deixemos todo embaraço e o pecado que tão de perto nos rodeia...*" – Nada deve nos

impedir de servir ao Senhor. Nada desse mundo é mais importante que a vida eterna. Uma vida de santidade e dedicação ao Senhor Jesus é o nosso propósito neste mundo e não podemos abrir mão dele!

PRECISAMOS DE FIRMEZA E DIREÇÃO: "*... e corramos, com paciência, a carreira que nos está proposta...*" – Não podemos escolher seguir a Cristo e ficar preso às coisas dessa vida. Jesus disse: "*Ninguém que, tendo posto a mão no arado, olha para trás é apto para o reino de Deus.*" (Lc 9.62)

NOSSOS OLHOS PRECISAM ESTAR FIXOS EM JESUS: "*... olhando para Jesus, autor e consumador da fé.*" – Quem segue a Jesus sabe que não há dois caminhos, duas direções. Ou servimos a Deus ou não. A Bíblia diz: "*Ninguém pode servir a dois senhores; porque ou há de aborrecer-se de um e amar ao outro, ou se devotará a um e desprezará ao outro. Não podeis servir a Deus e às riquezas.*" (Mt. 6.24)

Que você escolha percorrer a jornada da vida cristã sem embaraços e sem empecilhos. E que a bênção do Senhor seja sobre você, sua vida e sua casa!

Pr. Gilton Medeiros

CONTEÚDO

CONFIRA:
Veja o que preparamos para abençoar a sua vida, sua família e o seu ministério!



CAPA – PÁG 14

IRA

QUANDO AS COISAS FOGEM DO CONTROLE

FÉ E INSPIRAÇÃO

03 PASTORAL
Alcançando a vitória na jornada

29 JORNADA CRISTÃ
Pequenos esforços diários que constroem o futuro
As duas naturezas de Cristo
Lágrimas havaianas

38 IGREJA E MISSÕES
Violência contra cristãos na África
Educação Teológica no Leste Africano

ACONTECE

49 NOTÍCIAS
Congresso de Fé e Saúde Mental no Rio
Congresso de Homens Metodistas
24º Congresso Vida Radiante: Oficinas criam oportunidades para se descobrir e fazer novos amigos

SAÚDE E BEM-ESTAR

63 SAÚDE EMOCIONAL
Ira: o que eu faço com ela?

72 VIDA SAUDÁVEL
Saúde muscular: Viva melhor fortalecendo a musculatura

SOCIEDADE & VIDA CRISTÃ

86 CIDADANIA
Idosos do Núcleo SBB participam de seminário
Câmara do Rio protege liberdade de culto

92 OPINIÃO
Defender o STF não é defender erros

96 SERVIÇO
Como a Reforma Tributária afetará as igrejas?
Imunidade de ITBI na integralização de imóveis

FÉ E CULTURA

111 BÍBLIA
Sabor leite...

115 TEOLOGIA
Fé cristã e responsabilidade política em tempos de polarização

122 ESTANTE
Secretário

126 PANORAMA
Tempos trabalhosos

128 MERCADO EDITORIAL
Convivendo com as tragédias
O valor do silêncio
Pastores que sofrem de solidão
Os cactos, a autoestima e a diversidade
Fama passa, propósito fica: começa a Garagens Tour!
“Visualizou e não respondeu?” Por que isso incomoda tanto



MINISTÉRIO VIDA RADIANTE

CENTRO DE JUVENTUDE E CULTURA CRISTÃ

CENTRO DE JUVENTUDE E CULTURA CRISTÃ

Av. Marechal Floriano, 38 Sala 905 – Centro - CEP 20080-007 - Rio de Janeiro, RJ

EDITAL DE CONVOCAÇÃO

AGOM - **ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA MAGNA**

ATENDENDO a determinação do Sr. Presidente do Centro de Juventude e Cultura Cristã, Pastor DANIEL MARCELO DAVID VIANA, em obediência às suas atribuições estatutárias, estabelecidas no Artigo 12º e Artigo 18º alínea II do Estatuto em vigor, venho, através do presente Edital, **CONVOCAR** todos os membros do Centro de Juventude e Cultura Cristã para participarem da **ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA MAGNA** (AGOM) que será realizada no dia **10 (dez) de novembro de 2026**, nas modalidades PRESENCIAL e VIRTUAL, como estabelece o Estatuto no Artigo 11º e § 3º, com início às **18h00**, em primeira convocação, e 30 minutos após, em segunda convocação e com término previsto para às **21h30**.

O local da Assembleia será a **Sala do Escritório-Sede, no Edifício Santos Seabra**, localizado na Av. Marechal Floriano, 38, Sala 905, Centro, Rio de Janeiro, RJ e a transmissão virtual se dará pela Plataforma Zoom.

AGENDA (PAUTA PROVISÓRIA) **DA AGOM:**

- Leitura e aprovação de Ata;
- Desfiliação, Recepção e Posse de novos membros;
- Eleição e Posse da Diretoria (Quinquênio 2026-2031);
- Apreciação do Relatório Geral de Atividades do Diretor Executivo;
- Apreciação de Balanços Econômicos (2021/2025);
- Atividades inspirativas e devocionais.

Rio de Janeiro, 05 de outubro de 2026.



Pr. GILTON DE MEDEIROS VIEIRA
Diretor Executivo

Novas
DO MINISTÉRIO VIDA RADIANTE

é uma publicação do
MINISTÉRIO VIDA RADIANTE | Centro de Juventude Cristã

A **Revista Novas** existe para promover e divulgar os valores e os princípios da fé cristã, compartilhando um olhar cristão sobre a vida, a cultura e o mundo e, também, para promover o trabalho realizado pelo **Ministério Vida Radiante**.

Publicação Mensal | Ano XXXVII | Nº **415** | Outubro de 2026

Fundador e Editor: **Pr. Gilton Medeiros** (38431/17 DRT/RJ)
Jornalista Responsável: **Sandra Medeiros** (276/83 DRT/ES)
Fundado em 15 de agosto de 1990.

Colunistas: Ana Clara Fontana Vieira, Ailton Desidério, Cacau de Brito, Cleverson do Valle, Daniel B. de Souza, Eneziel Andrade, Gilberto Garcia, Henrique Ribeiro Araújo, Hudson Silva, Jáber Lopes M. Monteiro e Amanda do Carmo L. O. M. Monteiro, João Soares da Fonseca, Jonatas de S. Nascimento, Josué Ebenézer de S. Soares, Marcella Bastos e Thiago Titillo

Fotografia: Edna Fontana Vieira e Ana Clara F. Vieira

GERÊNCIA COMERCIAL
Sônia Nogueira - sonia@jministeriovidaradiante.com.br
21 2516-6080 e 98509-7276 (WhatsApp)

Representante em Brasília, Rio de Janeiro e São Paulo:
ABME – Associação Brasileira de Mídias Evangélicas

Os artigos assinados não representam, necessariamente, a opinião da **Revista Novas**. Não nos responsabilizamos pela qualidade dos produtos ou veracidade das mensagens contidas em anúncios publicitários.

O **Ministério Vida Radiante – Centro de Juventude Cristã** é uma instituição que está à serviço da Igreja de Jesus, organizado como uma associação que é composta por voluntários que entendem que a sua vocação é trabalhar para inspirar, encorajar e edificar as pessoas para que se tornem discípulos dedicados de Jesus. Para isso, cria e disponibiliza oportunidades de aperfeiçoamento, treinamento e inspiração por meio de cursos, encontros, seminários, congressos e publicações.

DIRETORIA ESTATUTÁRIA:
Presidente: Pr. Daniel Marcelo David Viana
1º Vice: Pr. Izaias Braz de Lima
2º Vice: Pr. Luís Henrique Rocha Cardoso
1ª Secretária: Valdete Henriques Machado da Silva
2ª Secretária: Elaine Gonçalves Honório David Viana

DIRETOR EXECUTIVO: Pr. Gilton Medeiros

Escritório sede:
Av. Marechal Floriano, 38, Sala 905 - Centro | CEP 20080-007, Rio de Janeiro, RJ
21 2516-6080 | 2516-6085 | 98509-7276
E-mail: revistanovas@jministeriovidaradiante.com.br | Site: **ministeriovidaradiante.com.br**

Filiada à
abme
Associação Brasileira de Mídias Evangélicas



Foto de Gustavo Fring no Pexels

“... IRAS, DISCÓRDIAS, DIVISÕES...”

Ao descrever as facetas de uma vida sem Deus, controlada pelos instintos e pelo egoísmo, o apóstolo Paulo explica: “Ora, as obras da carne são conhecidas e são: imoralidade sexual, impureza, libertinagem, idolatria, feitiçarias, inimizades, rixas, ciúmes, iras, discórdias, divisões, facções, invejas, bebedeiras, orgias e

coisas semelhantes a estas. Declaro a vocês, como antes já os preveni, que os que praticam tais coisas não herdarão o Reino de Deus" (Gálatas 5.19-21).

Mas, se na carta aos Gálatas a ira é uma expressão de carnalidade – e portanto, de oposição a Deus, na carta aos Efésios, ao recomendar "irai-vos e não pequeis" (Ef 4.26), Paulo complementa: "nem deis lugar ao diabo" (Ef 4.27). A associação aqui parece clara: a ira pode ser uma expressão legítima de indignação diante de alguma injustiça, por exemplo, mas se não for devidamente trabalhada, pode tornar-se um problema, uma fonte de dor e tristeza e, até mesmo, causa de outras injustiças.

Então, a ira – uma das emoções básicas do comportamento humano – precisa ser entendida, trabalhada e, quando for o caso, expressa por quem a sente, mas ao mesmo tempo precisa ser canalizada para tornar-se instrumento de crescimento e amadurecimento pessoal, transformando-se, assim, em algo bom, especialmente para quem está próximo.

É sobre isso que tratamos na matéria de capa desta edição da Revista Novas. Esperamos que seja mais uma fonte de inspiração e crescimento para você, leitor.

Também apresentamos, nas diversas seções da revista, a contribuição dos nossos colaboradores e colunistas, com destaque para a matéria da seção Vida Saudável, que trata de um grave problema que afeta a saúde dos idosos: a sarcopenia. E, na seção Serviço, o destaque é a matéria sobre os impactos da Reforma Tributária na vida das igrejas, produzida pelo nosso colaborador Jonatas Nascimento. Vale conferir!

Por isso, se você gostou do conteúdo desta edição da Revista Novas, esperamos que você possa nos ajudar compartilhando o arquivo digital (PDF) ou o link de acesso com os seus contatos e amigos nas redes sociais!

Obrigado e boa leitura!



GILTON MEDEIROS
Pastor, Jornalista e Editor

gilton@juventudecrista.com.br
Instagram: pr._giltonmedeiros

Conheça o site do
Ministério Vida Radiante
e aproveite tudo que preparamos para você, sua família e seu ministério.

ACESSE:
ministeriovidaradiante.com.br



Foto de Timur Weber no Pexels

IRA
QUANDO AS COISAS FOGEM DO CONTROLE

A ira é a expressão de uma emoção básica e universal, que pode se manifestar como raiva, fúria ou cólera. Segundo o site especializado em psicologia Psiconsultório: "A raiva é uma emoção básica e universal que emerge diante da percepção de frustração, injustiça, ameaça, invasão de limites ou perda de controle. Ela se manifesta por meio de componentes fisiológicos (como taquicardia e tensão muscular), cognitivos (avaliação de ofensa ou perigo), afetivos (sentimento de irritação) e comportamentais (tendência a agir). Longe de ser apenas um problema, a raiva tem função sinalizadora: indica que algo importante foi ferido e que limites precisam ser restabelecidos. Não é, por si só, sinônimo de violência ou agressividade; torna-se alvo de atenção clínica quando é excessiva, persistente, desregulada ou causa prejuízo significativo à vida da pessoa".

Os efeitos da ira descontrolada, como se pode ver, são desastrosos. Uma evidência clara disso são as estatísticas de mortes no trânsito decorrentes de brigas, muitas delas motivadas por razões fúteis. Matéria publicada em 2022 no site do Observatório Nacional de Segurança Viária, com base em dados do Ministério da Saúde (DataSUS), registra que, a cada hora, em média, cinco pessoas morrem no Brasil vítimas de discussões e brigas no trânsito. Ainda segundo a matéria, o Brasil está entre os cinco países com o trânsito mais violento do mundo.

Brigas no trânsito, motivadas por imprudência ou colisões entre veículos, reforçam o estado de intolerância das pessoas.

Na mesma direção, matéria da jornalista Ana Carolina Cury, publicada em 28/0/2025 no site R7, da Rede Record, na página "Refletindo Sobre a Notícia", afirma: "De acordo com o Fórum Brasileiro de Segurança Pública, episódios de agressão [no trânsito] aumentaram cerca de 20% nos últimos cinco anos. Esses números refletem não apenas imprudência, mas também um problema grave de falta de controle emocional".

Esses números indicam que a ira — quando exacerbada e sem controle — não é uma questão sem importância. Entender o que é a ira, aprender a lidar com ela e evitar deixar-se dominar por esse sentimento são necessidades de todos. A vida sob o domínio da ira é, normalmente, uma tragédia tanto para quem está irado quanto para aqueles que convivem com essa pessoa.

Na perspectiva cristã, a ira é, além de uma emoção humana básica, uma possível fonte de comportamentos pecaminosos. É importante ressaltar: a ira, em si, não é pecado, mas pode vir a ser. Como ponto de partida para estas considerações, tomemos a recomendação bíblica e a exortação do apóstolo Paulo aos cristãos de Éfeso: "Fiquem irados e não pequem. Não deixem que o sol se

ponha sobre a ira de vocês" (Ef 4.26).

Acervo Pessoal| **divulgação**



SINCLAIR FARIAS DE MAGALHÃES - Pastor da 2ª Igreja Batista do Rio de Janeiro. É bacharel e mestre em Teologia, psicólogo clínico com pós-graduação em Terapia Cognitivo-Comportamental. Possui estudos de aperfeiçoamento em Arqueologia Bíblica pelo Museu Nacional/UFRJ e pela Universidade Hebraica de Jerusalém.

Como lembra o pastor **Sinclair Farias de Magalhães**, ao tratar das relações humanas na nova vida em Cristo, em Efésios 4.26, o apóstolo Paulo reconhece a legitimidade da raiva, tanto sob a perspectiva bíblica quanto sob a emocional. Do ponto de vista psicológico, a raiva é definida como uma emoção natural, básica e universal, essencial para sinalizar que fomos feridos ou que nossos limites foram violados. Ela só se torna prejudicial quando se manifesta de forma desmedida e destrutiva. No contexto de Efésios, a indignação contra o mal é permitida, mas o mandamento principal atua como um freio protetor.

É o que defende a pastora **Patrícia Andrade**. Ela explica que Paulo, o apóstolo, reconhece que a ira, enquanto emoção, não é necessariamente um pecado. O pró-

prio Jesus manifestou indignação diante da dureza de coração das pessoas (Marcos 3.5). A ira pode surgir diante da injustiça, da opressão ou daquilo que contraria a vontade de Deus. Entretanto, no contexto do capítulo 4 da Epístola aos Efésios, Paulo orienta os cristãos a abandonarem comportamentos que prejudicam a comunhão e a praticarem a verdade, o amor e o perdão. O apóstolo condena a ira descontrolada e nos ensina que podemos sentir profunda indignação, mas sem permitir que ela nos conduza ao pecado.

Para entender as emoções humanas à luz da Bíblia, acrescenta o pastor **Dayvison Baraúna**, temos de dar um passo atrás e compreender como Deus nos projetou como seres humanos. Somos seres espirituais; entretanto, não somos almas ambulantes. Temos um corpo. Por vezes, as dimensões do corpo são tratadas como pecado. Precisamos fazer uma distinção entre corpo (soma) e carne (sarx) na teologia paulina, evitando possíveis confusões. A completu-

Acervo Pessoal | **divulgação**



PATRÍCIA ANDRADE - Pastora e membro da Igreja Assembleia de Deus Vitória em Cristo (Advec). Bacharel em Teologia pelo IBADEP — Instituto Bíblico das Assembleias de Deus do Estado do Paraná; acadêmica em Psicanálise Clínica e em Jornalismo.

de humana envolve corpo, alma e espírito; é no corpo e na alma que se manifestam as emoções humanas. Carne é a natureza caída. Quando Paulo escreve sobre a ira, está tratando de algo que constitui a natureza das emoções, e não da natureza pecaminosa.

Mas a questão básica é justamente a transposição entre uma indignação legítima e a explosão de um surto de ira, uma fúria descontrolada e destruidora. Afinal, uma simples irritação é normal sob diversos aspectos. Porém, quando evolui para uma atitude impensada que, por exemplo, provoca uma morte no trânsito, as coisas mudam de figura.

Para o pastor Dayvison, não podemos permitir que as emoções inerentes à ira se transformem em pensamentos ou comportamentos pecaminosos. Então, qual é esse limite? É aquele apontado por Paulo. É humano sentir ira, mas é pecaminoso permitir que essa emoção se transforme em ódio pelo próximo e gere comportamentos destrutivos. A pastora Patrícia complementa, advertindo que precisamos examinar se a nossa indignação busca corrigir uma injustiça ou simplesmente ferir quem nos contrariou. Sentir raiva pode ser involuntário; cultivar o ódio e agir de forma destrutiva são escolhas pelas quais devemos assumir a responsabilidade.

É o que também defende o pastor Sinclair, que consi-

Acervo Pessoal| Divulgação



DAYVISON BARAÚNA - Pastor da 1ª Igreja Batista em Vista Alegre, no Rio de Janeiro. É bacharel em Teologia e pós-graduado em História da Igreja; psicólogo, pós-graduando em Neuropsicologia Clínica e mestrando em Teologia.

dera que o limite exato em que essa emoção natural cruza a fronteira e se transforma em pecado é aquele em que a motivação deixa de ser a justiça e passa a ser o orgulho ferido, o egoísmo ou o desejo de vingança. Biblicamente, a raiva torna-se pecaminosa quando há perda do domínio próprio e ela se transforma em ódio, palavras agressivas e atitudes destrutivas, em violação ao princípio de Tiago 1.19-20, que afirma que a ira humana não produz a justiça de Deus.

E quando a ira não se aplaca? E quando a pessoa, tomada pela raiva, passa a consumir-se, dominada por um ódio que, aos poucos, vai se transformando em ressentimento e desejo de vingança? Uma coisa é certa: a história está repleta de casos de vinganças que, uma vez consumadas, levam à destruição de todos: vingadores e vingados. É o que normalmente acontece: apesar da satisfação momentânea, nenhuma vingança traz satisfação real ou duradoura.



Foto de Juan Carlos Tamayo no Pexels

QUANDO a raiva ganha contornos de loucura é necessária a busca pela ajuda médica, até para proteger a pessoa de si mesma.

A esse respeito, temos outra instrução clara do apóstolo Paulo: "Não deixem que o sol se ponha sobre a ira de vocês" (Ef 4.26). Como explica a pastora Patrícia, Paulo nos ensina que não devemos prolongar a ira a ponto de permitir que ela se transforme em ressentimento e amargura e passe a habitar em nós. A expressão "não se ponha o sol" enfatiza a urgência de lidar com os conflitos, e não necessariamente a obrigação de resolvê-los antes do anoitecer.

No que concorda o pastor Sinclair, que acrescenta: Ao prolongarmos esse estado emocional, abrimos um espa-

ço espiritual para que o inimigo plante a divisão, a falta de perdão e o distanciamento de Deus. Tratar a raiva no mesmo dia, por meio do diálogo, da confissão e do perdão, é a nossa maior salvaguarda para a saúde emocional e para a unidade da igreja.

E, numa perspectiva prática e didática, o pastor Dayvison detalha: Podemos comparar as nossas emoções a um vulcão, quando algo nos ocorre, as emoções como ira, alegria, nojo ou medo surgem como um vulcão e tomam o nosso corpo. Entretanto, após aquele momento emocional, precisamos pensar e avaliar para não permitir que aquela emoção se solidifique em nós como um sentimento negativo e pecaminoso. O Diabo conhece a natureza humana, e poderá se aproveitar de um sentimento negativo como ódio, que uma vez guardado em nosso coração, poderá se tornar pensamentos e comportamentos pecaminosos. No grego, a palavra "topos" (lugar, território, oportunidade), nos mostra que o Diabo é oportunista, não cria emoções, mas explora. Não permitir que esses sentimentos germinem em nós é não passar os dias cultivando-os dentro de nós.

.....

A questão que se coloca, portanto, é: somos dominados pela raiva ou temos domínio sobre ela — sobre a cólera que nos transtorna ou a fúria que rouba a nossa

racionalidade? Devemos ter em mente que a ira é uma emoção de natureza passional. Ela pode alimentar o ódio e sufocar o amor. A ira, em si, não é má; não é, em essência, errada. A Bíblia ensina que o próprio Deus também se ira. O que precisa ser considerado, entretanto, é a razão da ira, o motivo pelo qual nos iramos e o resultado dela.

A ira farisaica, que protege o nosso orgulho, é egocêntrica ou exige que tudo seja feito do nosso jeito. Essa, sim, é perigosa. Esse tipo de ira é prejudicial e normalmente acaba em vingança. Pode levar também ao rancor e ao ódio, emoções capazes de provocar comportamentos violentos e destruir a compaixão e o perdão.

Diante disso, resta-nos o trabalho — árduo e constante — de aprender, a cada dia, a exercitar a disciplina e a praticar os princípios cristãos, que nos impõem limites e moldam o nosso caráter até que alcancemos "*a medida da estatura da plenitude de Cristo*" (Ef 4.13), produzindo o fruto do Espírito, que é "*amor, alegria, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fidelidade, mansidão, domínio próprio*" (Gl 5.22-23).



Foto de Andrea Piacquadio no Pexels

COMO CONTROLAR A RAIVA?

Algumas pessoas não gostam de sentir raiva, alegando que a intensidade desse sentimento afeta o corpo e as emoções. Outras, porém, aprendem a conviver com ele como se fosse parte delas, reagindo de forma desproporcional a situações corriqueiras. Mas, para reagir positivamente à raiva, é preciso aprender a lidar com ela.

Para lidar construtivamente com a raiva — ou a ira — aprenda a cultivar atitudes que contribuam para minimizar ou eliminar suas causas ou, quando isso não for possível, seus efeitos.

DESCANSO — Aprender a descansar e a entregar a Deus a busca pela reparação de uma agressão é es-

sencial para vencer a raiva. A ira normalmente é causada pelo sentimento de que uma injustiça está sendo praticada. O desejo natural é buscar reparação. A orientação bíblica é: “Não façam justiça com as próprias mãos, mas deem lugar à ira de Deus, pois está escrito: ‘A mim pertence a vingança; eu é que retribuirei’, diz o Senhor” (Rm 12.19).

AUTOCONHECIMENTO — O autoconhecimento é essencial para entender a origem ou a causa da raiva. É comum que a dificuldade de controlar esse sentimento tenha raízes em conflitos internos dos quais as pessoas nem sequer têm consciência. Por isso, reservar um tempo para compreender seus gatilhos — isto é, as situações que provocam mais raiva no dia a dia — e observar como você reage a eles é um passo fundamental para gerenciar esse sentimento.

RESPIRAÇÃO — Técnicas de respiração são excelentes para abrandar a raiva. Quando estiver com o rosto quente, respire fundo até sentir o ritmo cardíaco desacelerar e a mente clarear. Você deve inspirar profundamente, segurar o ar por até cinco segundos e expirar, para aproveitar todos os benefícios da prática.

MOVIMENTO — Mexa-se! A prática de exercícios físicos é um excelente regulador das emoções. Além de liberar hormônios relacionados ao bem-estar, ajudan-

do a manter o bom humor por um período prolongado, os exercícios combatem o estresse, o mau humor e a raiva. Portanto, movimente o corpo com regularidade para ter maior domínio sobre as emoções.

AUTOCONTROLE — Quando a raiva chegar, exercite o autocontrole. Além de recorrer à respiração, como já mencionado, tente mudar o foco, olhando para outras direções ou, se estiver em um espaço aberto, para o céu. Em seguida, se possível, deixe o local em que está, abaixe o tom de voz e tente dizer a si mesmo que não há razões suficientes para sentir tanta raiva.

TEMPO — Outra forma de controlar a raiva é fazer uma pausa para se acalmar e distrair a mente. Mude o foco para algo de que você gosta, como um vídeo engraçado, uma paisagem bonita do outro lado da janela ou uma conversa com alguém querido. Não é preciso ter respostas imediatas para todas as situações, mesmo quando elas fogem do controle. O ideal é acalmar-se e analisar a situação antes de tomar uma decisão.

PERSPECTIVA E REFLEXÕES — Outra forma de lidar com as contrariedades e com aquilo que provoca raiva é analisar a situação a partir de outros pontos de vista. Assim, será possível compreender que nem sempre quem o irritou teve essa intenção. Antes de

reagir contra alguém por suas ações, é preciso refletir para não formar um julgamento precipitado. Dessa forma, a probabilidade de uma reação emocional intensa será menor.

EXPRESSÃO DA FRUSTRAÇÃO — Outro recurso valioso para controlar a raiva é expressar a frustração. Em vez de gritar, xingar ou bater em algum objeto, você pode falar abertamente sobre seus sentimentos ou iniciar um diálogo interno, dizendo a si mesmo como está se sentindo. Escrever ou fazer uma gravação no celular também são maneiras de expressar a frustração de modo saudável.

AJUDA PROFISSIONAL — Para quem já tentou de tudo e não conseguiu controlar a raiva, ou acredita que precisa da ajuda de alguém experiente no assunto, uma alternativa é buscar ajuda psicoterápica. O psicólogo é o profissional capacitado para ajudar as pessoas a compreender e gerenciar suas emoções de modo saudável. Da mesma forma, a terapia pode auxiliar você a entender a origem da raiva, tratar con-

**Texto adaptado de artigo da psicóloga Camila Maria Felipe Vega (CRP 04/40773), publicado no blog psitto.com.br em 04/01/2023 e atualizado em 18/06/2026.*

TREINAMENTO & APRIMORAMENTO PARA

SUA EQUIPE MINISTERIAL

Agenda 2027

Cursos | Congressos
Encontros | Retiros

Reserva de datas:
21 98509-7276 ou 2516-6080
cursos@juventudecrista.com.br

MINISTÉRIO VIDA RADIANTE

CENTRO DE JUVENTUDE E CULTURA CRISTÃ



JORNADA CRISTÃ

*Marcella Bastos**

Foto de Anna Shvets no Pexels

PEQUENOS ESFORÇOS DIÁRIOS QUE CONSTROEM O FUTURO

“Vai ter com a formiga, ó preguiçoso; observa os seus caminhos e sê sábio.”
(Provérbios 6.6)

A formiga não tem chefe ao seu lado cobrando resultados. Não precisa de alguém que lhe lembre diariamente suas responsabilidades. Ainda assim, ela trabalha, se organiza e se prepara para o futuro.

Deus nos ensina através de uma criatura tão pequena uma grande lição: a disciplina vale mais do que a motivação passageira. Quem espera sentir vontade para agir pode perder oportunidades preciosas. Quem age com responsabilidade colhe os frutos no tempo certo.

A preguiça não afeta apenas o trabalho; ela também pode atingir a vida espiritual. Quantas vezes adiamos a oração, a leitura da Palavra e a obediência ao que Deus já nos mostrou?

A sabedoria da formiga nos lembra que grandes conquistas são construídas por pequenos esforços diários. O futuro que desejamos começa com as decisões que tomamos hoje.

Não adie o que Deus está chamando você para fazer. Levante-se, organize-se e caminhe em direção ao propósito que Ele preparou para sua vida.



MARCELLA BASTOS
Jornalista, Produtora do Debate 93, da Rádio 93FM. Membro da Igreja Academia da Fé.
Instagram: marcellacbastos

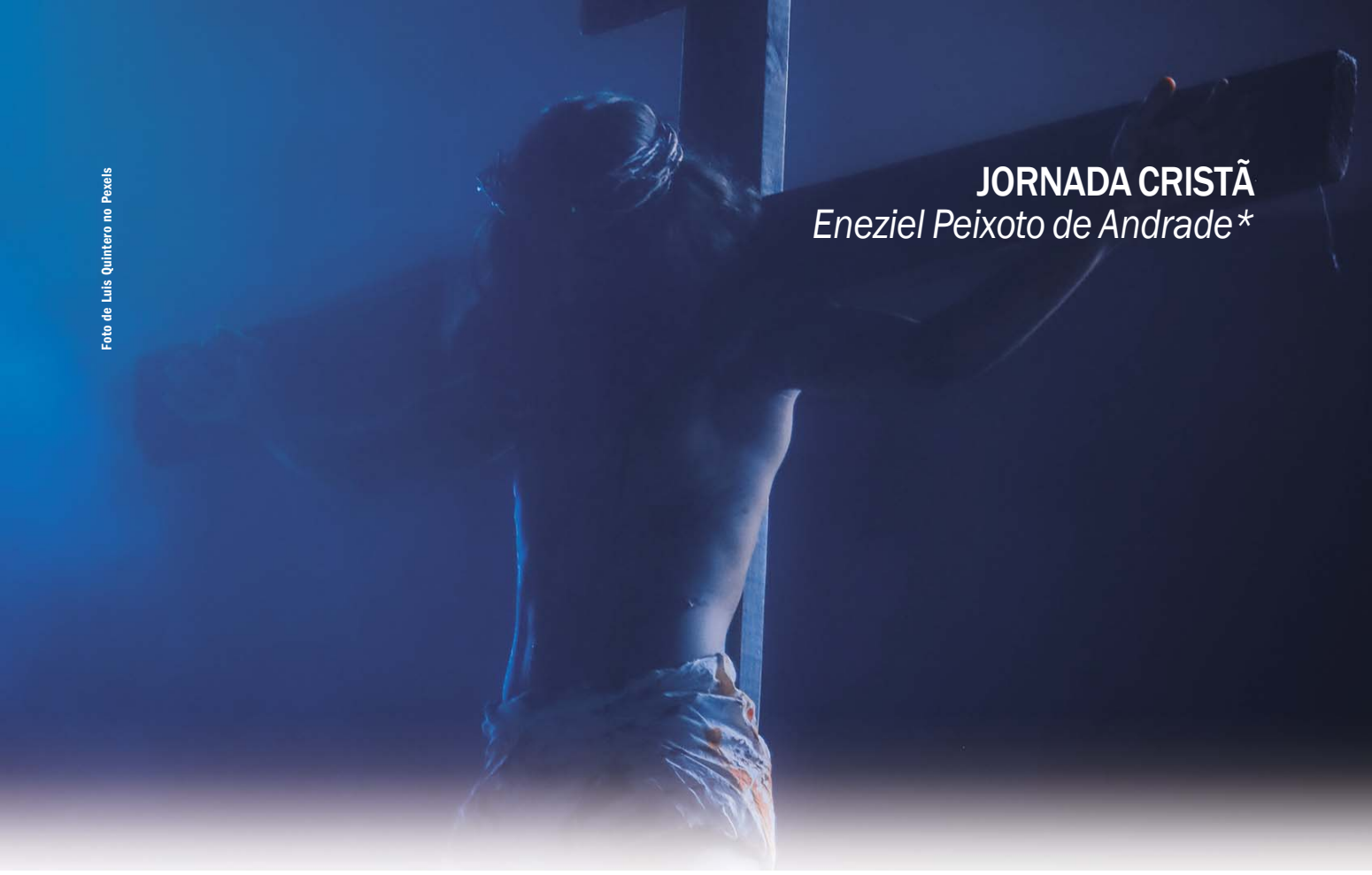


Foto de Luis Quintero no Pexels

JORNADA CRISTÃ

*Eneziel Peixoto de Andrade**

AS DUAS NATUREZAS DE CRISTO

Nos primeiros cinco séculos da era cristã, diversos pontos de vista acerca das duas naturezas de Cristo estavam em evidência.

No 1º século era influente o "docetismo" (termo derivado de uma palavra grega que designa "aparência"). Os adeptos dessa corrente teológica negavam a humanidade de Jesus. Afirmavam que o corpo dele apenas aparentava ser humano, mas era um tipo

fantasmagórico. No 2º século estavam em alta os "ebionitas" (termo provavelmente relacionado à palavra hebraica traduzida por "pobres"). Era um movimento formado por judaizantes que negavam a divindade de Cristo, alegando que ele era um homem comum que cumpriu a lei e recebeu o Espírito somente após o batismo. No 4º século surgiram os "apolinaristas" (adeptos das ideias do bispo Apolinário, da Síria). Estes afirmavam que Jesus era parcialmente humano, tendo o Logos divino tomado o lugar da mente humana. No 5º século, dois movimentos intensificaram as disputas doutrinárias em torno da natureza de Cristo: os "nestorianos" (termo associado a Nestório, arcebispo de Constantinopla) e os "eutiquianos" (termo relacionado ao monge Êutiques, também de Constantinopla). Os primeiros não aceitavam a união da natureza divina e a natureza humana de Jesus. Já os últimos negavam a distinção das duas naturezas em Cristo e afirmavam que a divindade absorveu a humanidade. Foram quase cinco séculos de controvérsias.

No ano 451, reuniu-se o Concílio de Calcedônia, quando o apolinarismo, o nestorianismo e o eutiquianismo foram confrontados. Esse Concílio formulou a seguinte declaração: "Fiéis aos santos pais, todos nós, perfeitamente unânimes, ensinamos que se deve confessar um só e mesmo Filho, nosso Senhor Jesus Cristo, perfeito quanto à divindade e perfeito quanto à humanidade, verdadei-

ramente Deus e verdadeiramente homem, constando de alma racional e de corpo. (...) A distinção de naturezas de modo algum é anulada pela união, mas, pelo contrário, as propriedades de cada natureza permanecem intactas, concorrendo para formar uma só pessoa e subsistência; não dividido ou separado em duas pessoas, mas um só e mesmo Filho Unigênito, Deus Verbo, Jesus Cristo Senhor, conforme os profetas outrora a seu respeito testemunharam, e o mesmo Jesus Cristo nos ensinou e o credo dos pais nos transmitiu".

Essa posição foi reafirmada pelo Concílio de Constantinopla (680) e defendida por João de Damasco em A Fide Ortodoxa (730). Esse livro tornou-se a base da Cristologia, tanto no Oriente quanto no Ocidente.

Nos artigos subsequentes buscaremos a fundamentação bíblica para a doutrina das duas naturezas de Cristo, visto que, hoje, há muitos que não têm uma exata e clara compreensão sobre quem é o Cristo das Escrituras. Leia o próximo artigo desta coluna.



ENEZIEL PEIXOTO DE ANDRADE
Pastor do Presbitério Sul Capixaba (PRSC). Atuando no Campo de Missões do Caparaó Capixaba e Diretor da Didaquê Publicações e Promoções Ltda.
eneziel@hotmail.com

*João Soares da Fonseca**

LÁGRIMAS HAVAIANAS

Muito antes de a BBC e o canal France 2 produzirem a série "Morte no Paraíso" em 2011, o jornalista brasileiro Alberto Dines (1932-2018) já havia lançado em 1981 um livro com esse título, retratando a vida e principalmente o suicídio do escritor austríaco Stefan Zweig (1881-1942) em Petrópolis, RJ, em 22 de fevereiro de 1942. Zweig e a esposa escaparam do inferno nazista, refugiando-se no paraíso tropical. Mas, deprimido, o escritor preferiu dar cabo da própria vida, levando a esposa junto. Paraíso e tragédia não combinam. Desde Gênesis 3, temos dificuldades de conviver com essa contradição.

Outro paraíso, o Havaí, também não está imune ao sofrimento humano. Lá estive pela primeira vez em 2010, na reunião quinquenal da Aliança Batista Mundial. Vol-

tei ao paraíso no ano seguinte para os 15 dias do curso de liderança do Instituto Haggai, na ilha de Máui. Mas foram necessários outros longos 15 anos para eu retornar ao Havaí, viagem que preferiria não ter feito, porque desta vez seria para uma missão emocionalmente devastadora.

Lá residia a jovem Megan, com seu marido Ben, suboficial da Marinha americana. Única sobrinha de Peggy, Megan foi diagnostica com um câncer agressivo no final de fevereiro deste ano, justamente um ano depois do falecimento do pai, também de câncer. Cirurgias, aplicações de quimioterapia, idas e vindas ao hospital militar de Honolulu, a vida da moça virou de cabeça para baixo, sem qualquer perspectiva de melhora. Pelo contrário, em agosto, o quadro era desesperançoso, a ponto de os médicos aconselharem que a família fosse se despedir dela. A mãe de Megan, residente em Indianápolis, mesmo numa cadeira de rodas, para lá se dirigiu penosamente.

Acompanhei-a nessa viagem fatídica, porque Peggy já havia ido algumas semanas antes. Chegamos numa quinta, e Megan faleceu na terça, 25 de agosto. Partiu segurando a mão de Peggy. Contava 45 anos, mas sempre teve uma aparência de uns 10 anos a menos, transbor-

dando jovialidade e meiguice. Tão meiga, que minhas filhas a chamavam carinhosamente de "menina meiga", aproveitando a semelhança da palavra "meiga" com o nome Megan. Movida a música, integrava um coro da cidade de Honolulu, além de tocar saxofone e clarinete. Quando criança, emprestava sua voz angelical ao disputado Coro Infantil de Indianápolis.

A partida prematura de Megan nos deixa profundamente traumatizados. Ao mesmo tempo, no entanto, constitui um lembrete eloquente de que a vida é breve e a morte, inescapável. Felizmente a Palavra de Deus nos oferece conforto, lembrando-nos de que dizer adeus é gesto triste que não haverá no céu. Os paraísos da terra têm sua beleza ofuscada pela presença da morte. Mas no de Deus essa megera atrevida não entra. O Apocalipse, temido por tanta gente, já acenava com a supressão das lágrimas no Reino Vitorioso do Messias: "E Deus limpará de seus olhos toda a lágrima; e não haverá mais morte, nem pranto, nem clamor, nem dor; porque já as primeiras coisas são passadas" (Apocalipse 21.4).



JOÃO SOARES DA FONSECA
Pastor e escritor.
jsfonsec@yahoo.ca

A ALEGRIA VEM PELO AMANHECER

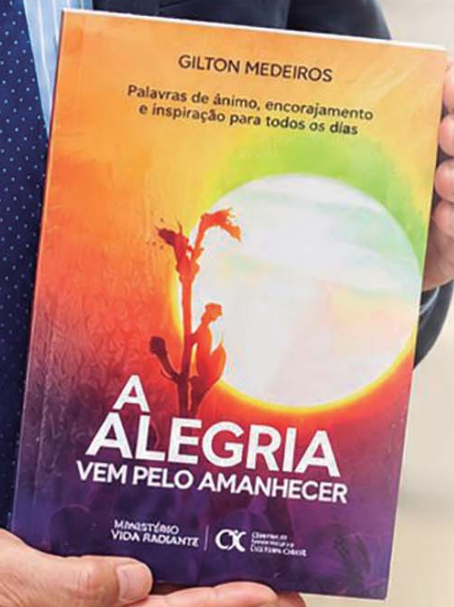
Para cada semana do ano, uma reflexão escrita para inspirar, encorajar e trazer esperança, uma oração e um texto bíblico para gravar no coração.

Além disso, para cada dia da semana, um espaço para suas anotações, que vão lhe ajudar a fazer um diário de oração.

A Alegria Vem Pelo Amanhecer

Pastor Gilton Medeiros

Edição do
Ministério Vida Radiante
Categoria: Vida Cristã
Devocional



Frete grátis e preço especial acima de 10 exemplares.

CONSULTE-NOS!

PEDIDOS: Ligue
21 98509-7276

Adquira o seu exemplar!

Presenteie a alguém a quem você quer bem!

MINISTÉRIO VIDA RADIANTE | CENTRO DE JUVENTUDE E CULTURA CRISTÃ

Acervo Portas Abertas | Divulgação



IGREJA & MISSÕES

*Regina Andrade**

Comunidade transportando os corpos das vítimas do ataque em Beni, República Democrática do Congo (junho/2026)

Violência contra cristãos na África

Pastor Babien, líder cristão local, alerta sobre a crise de segurança em Camarões

Ataques recentes na República Democrática do Congo e em Camarões voltaram a expor a vulnerabilidade de comunidades cristãs na África Subsaariana. Os episódios deixaram mortos, sequestrados e populações inteiras vivendo sob medo constante em regiões marcadas pela atuação de grupos extremistas armados.

Na região de Beni, no Leste da República Democrática do Congo, três cristãos foram mortos durante um ataque atribuído às Forças Democráticas Aliadas (ADF), grupo extremista associado ao Estado Islâmico. O ataque ocorreu entre os dias 10 e 11 de junho de 2026, na localidade de Boikene-Munzambaye.

Segundo líderes cristãos locais, além das mortes, os invasores saquearam propriedades e incendiaram residências. No dia seguinte, moradores se mobilizaram para transportar os corpos das vítimas e protestar contra a violência recorrente. Durante a manifestação, um adolescente morreu em meio à confusão gerada pela dispersão do grupo.

Relatos da região apontam ainda a circulação de mensagens ameaçadoras entre moradores e nas redes sociais, ampliando o clima de insegurança em Beni e comunidades vizinhas.

A situação reflete um cenário mais amplo de violência no país. De acordo com a Lista Mundial da Perseguição 2026, a República Democrática do Congo segue entre os países onde cristãos enfrentam altos níveis de violência e pressão por causa da fé.

Sequestro de cristãos reforça temor em Camarões – Em outro episódio recente, dois cristãos foram sequestrados durante um ataque à vila de Mahoula, no extremo Norte de Camarões, próximo à fronteira com a Nigéria. Segundo relatos locais, o ataque ocorreu na noite de 10 de agosto de 2026 e foi atribuído ao grupo extremista Boko Haram.

As vítimas pertencem a duas diferentes igrejas evangélicas da comunidade. O caso integra uma série

> **A população local convive há anos com incursões armadas, assassinatos, sequestros, saques e destruição de propriedades.**

de ataques registrados na divisão administrativa de Mayo-Sava, uma das áreas mais afetadas pela violência extremista na região.

A população local convive há anos com incursões armadas, assassinatos, sequestros, saques e destruição de propriedades. Apesar das operações de segurança conduzidas pelas autoridades, moradores relatam que a ameaça permanece constante.

O pastor Babien, líder cristão do vilarejo de Amchidé, afirma que a crise afeta profundamente a vida das comunidades locais. “Vivemos sequestros e agressões sexuais frequentes aqui. Sofremos com a destruição das propriedades da igreja. Enfrentamos ataques constantes.”

Segundo o líder, os impactos vão além da segurança física e atingem a fé, a saúde emocional e a subsistência das famílias: “Orem para que a nossa fé não desfaleça. Porque, diante dessas provações, em certos momentos, a natureza humana nos diz para desistir.”

A insegurança também compromete atividades agrícolas, dificultando o cultivo e a colheita, principais fontes de renda de muitas famílias da região. Viúvas,

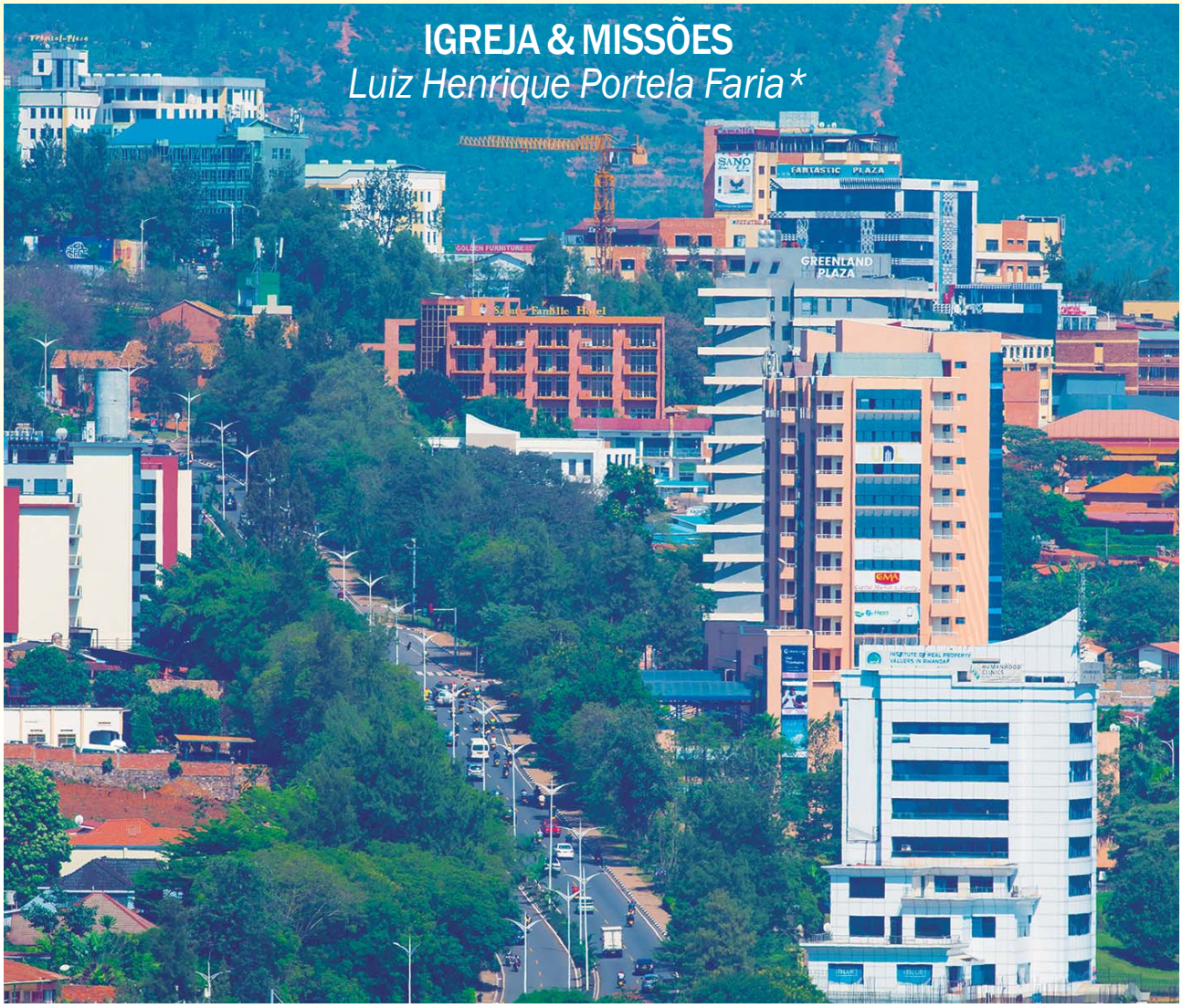
órfãos e parentes de vítimas dos ataques estão entre os grupos mais vulneráveis.

Campanha pede mobilização internacional – Diante da escalada de violência contra cristãos em diferentes países da África Subsaariana, a Portas Abertas reforça o apelo por atenção internacional ao tema.

Uma das iniciativas em andamento é a petição Desperta África, que pede ações concretas para conter a violência e ampliar a proteção de comunidades vulneráveis no continente. Milhares de cristãos continuam vivendo sob ameaça constante em áreas afetadas por conflitos, extremismo e instabilidade. A campanha convida a sociedade civil a apoiar medidas de proteção e a dar visibilidade à situação enfrentada por essas comunidades.

** Com base em texto de Regina Andrade, assessora de imprensa da Missão Portas Abertas, uma organização cristã internacional que atua em mais de 60 países apoiando os cristãos perseguidos por sua fé em Jesus.*

**A Portas Abertas não é contra nenhuma nacionalidade, governo ou religião. Esta organização é pró-Jesus Cristo, a favor da paz e defende a Igreja Perseguida em todos os lugares.*



IGREJA & MISSÕES

*Luiz Henrique Portela Faria**

Com amplas e arborizadas avenidas, a capital de Ruanda, Quigali, é a primeira cidade africana a ser galardoada com o Habitat Scroll of Honor Award, em reconhecimento de sua "limpeza, segurança e conservação do modelo urbano".

Educação Teológica no Leste Africano

“Ensinando-os a guardar todas as coisas que estão escritas”

Ao refletirmos sobre a missão da Igreja, é comum enfatizarmos o “ide” de Mateus 28.18-20. No entanto, o texto conhecido como a Grande Comissão apresenta uma estrutura mais complexa. O Senhor ressurreto declara: “Toda autoridade me foi dada no céu e na terra”, e, com base nessa autoridade conquistada após sua morte e ressurreição, ele envia seus discípulos para fazer discípulos de todas as nações, batizando novos convertidos e ensinando-os a guardar todas as coisas que ele ordenou. A missão, portanto, não se limita à proclamação inicial do evangelho; ela também inclui a formação contínua de homens e mulheres que aprendem a obedecer a Cristo em todas as áreas da vida.

É justamente nessa dimensão do “ensinando-os a guardar todas as coisas” que a educação teológica se torna essencial. No Leste Africano – particularmente em Ruanda, Uganda, Burundi, Tanzânia e Quênia – a igreja tem crescido de maneira significativa nas últimas décadas. Contudo, o crescimento numérico precisa ser acompanhado por solidez doutrinária e formação

pastoral consistente. Sem ensino bíblico sólido, a igreja corre o risco de ser levada por ventos de doutrina, influências sincréticas ou pragmatismos desconectados das Escrituras.

O trabalho desenvolvido pelo Instituto Bíblico Trinity nasce dessa convicção: evangelização e discipulado caminham juntos. Ao longo dos últimos anos, temos investido na formação de líderes locais, oferecendo cursos bíblicos e teológicos com ênfase na fidelidade às Escrituras e na tradição reformada. Em Uganda, onde o instituto está sediado, treinamos pastores e obreiros que servem tanto em contextos urbanos quanto rurais. Em Ruanda, Burundi, Tanzânia e Quênia, temos as extensões do nosso Seminário, onde também promovemos a formação teológica por meio de módulos presenciais, acompanhamento de líderes e cooperação com igrejas locais, fortalecendo comunidades já estabelecidas e preparando novas frentes missionárias.

Nosso compromisso não é apenas transmitir informação teológica, mas formar caráter cristão. Ensinar a guardar todas as coisas implica aplicar a Palavra à vida: à família, ao trabalho, à ética pública e à prática pastoral. Muitos alunos chegam com grande zelo evangelístico, mas carecem de ferramentas hermenêuticas e de uma visão bíblica integrada da

missão. Ao longo do curso, aprendem a interpretar corretamente as Escrituras, a compreender a centralidade de Cristo na história da redenção e a pastorear o rebanho com responsabilidade.

A realidade do Leste Africano apresenta desafios específicos. Em vários contextos, o acesso à educação formal ainda é limitado. Além disso, legislações locais exigem formação teológica reconhecida para o exercício pastoral. Isso torna o investimento em educação ainda mais estratégico: preparar líderes qualificados não é apenas uma questão acadêmica, mas uma necessidade para a saúde e a legalidade das igrejas. Ao mesmo tempo, enfrentamos influências do evangelho da prosperidade e de movimentos que prometem soluções rápidas, mas carecem de fundamento bíblico sólido.

Diante disso, Mateus 28 nos lembra que a missão pertence a Cristo e se fundamenta em sua autoridade. Não ensinamos ideias humanas, mas os mandamentos daquele que reina sobre todas as nações. O discipulado é um processo paciente e contínuo, que visa formar pessoas à imagem de Cristo. Quando um pastor no interior de Ruanda compreende melhor a doutrina da aliança; quando um líder em Uganda aprende a expor fielmente um texto bíblico; quando uma igreja no Burundi passa a valorizar o ensino sistemático das

Escrituras – estamos vendo a Grande Comissão sendo cumprida em sua plenitude.

A educação teológica no Leste Africano é, portanto, parte integrante da missão. Evangelizamos, batizamos e, pela graça de Deus, ensinamos a guardar todas as coisas que ele ordenou. Oramos para que o Senhor continue levantando obreiros, sustentando parcerias e fortalecendo igrejas em cada vila e cidade, para que Cristo seja exaltado como Salvador e confessado como Senhor, diante de quem todo joelho se dobra e toda língua proclama que ele é Senhor, para a glória de Deus Pai.

** Texto do Portal da Igreja Presbiteriana do Brasil, IPB, escrito pelo Rev. Luiz Henrique Portela Faria, que é pastor da Igreja Presbiteriana e Missionário da Agência Presbiteriana de Missões Transculturais, APMT, em Ruanda, África.*





Novas

A CADA MÊS, UMA NOVA EDIÇÃO!

Todos os meses, de janeiro a dezembro, o **Ministério Vida Radiante** publica uma nova edição da **Revista Novas**. E, o melhor, ela é disponibilizada de forma totalmente gratuita!

É só acessar o nosso site
ministeriovidaradiante.com.br e baixar!

Mas, como você deve imaginar, a produção da Revista, todos os meses, NÃO É DE GRAÇA! Você pode nos ajudar a manter a publicação da Revista, contribuindo para nos ajudar a custear a sua produção.
A sua doação, de qualquer valor, é muito importante para nós!

Faça uma doação enviando um PIX para a **Revista Novas: 39.119.888/0001-11** ou o QR-Code

Bradesco

Publicação do
MINISTÉRIO VIDA RADIANTE

CENTRO DE JUVENTUDE E CULTURA CRISTÃ

+ INFORMAÇÕES
21 **98509-7276**



Foto de Caleb Oquendo no Pexels

Congresso de Fé e Saúde Mental no Rio

Numa parceria firmada entre o Ministério Vida Radiante e o Íasis – Instituto Cristão de Promoção da Saúde Mental será realizado o 1º Congresso Brasileiro de Fé Cristã e Saúde Mental e, nos dias 13 e 14 de novembro, no Rio de Janeiro

Diante do grave quadro de adoecimento mental da sociedade, e na compreensão de que também é papel da igreja cristã oferecer respostas e alternativas para o enfrentamento deste problema, o Ministério Vida Radiante e o Íasis – Instituto Cristão de Promoção da Saúde Mental – firmaram uma parceria para realizar, nos dias 13 e 14 de novembro, no Rio de Janeiro, o 1º Congresso Brasileiro de Fé Cristã e Saúde Mental.

O encontro será realizado na **1ª Igreja Batista do Lins de Vasconcelos**, na Zona Norte do Rio de Janeiro. O propósito do encontro é fornecer ferramentas e aprofundar a reflexão sobre este tema, especialmente visando apoiar pastores, capelães, seminaristas, conselheiros e profissionais da área da saúde mental.

Contando com uma gabaritada equipe de palestrantes, o encontro terá duração de 15 horas-aula, fornecerá certificados para os participantes e oportunidades para troca de conhecimentos.

Para se inscrever – as inscrições já estão abertas e as informações podem ser obtidas no site ministeriovidaradiante.com.br ou pelo WhatsApp 21 98509-7276.

A EQUIPE DE PALESTRANTES DO CONGRESSO

DR. ABNER MORILLAS – professor e psicólogo, Doutor em Ciências (concentração em Psiquiatria), Mestre em Ciências Médicas (FMUSP) e pós-doutorando em Psicologia (USP). Pós-graduado em Terapia Cognitivo-Comportamental, Neurociências, Psicologia Positiva e Mindfulness (PUC-PR) e em Aconselhamento (FTBSP).

TATIANA DE ALENCAR TEIXEIRA CAMPOS (Pra. Tati) – escritora, mentora e fonoaudióloga. Graduada em Fonoaudiologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) e formada em Teologia pelo Christ For The Nations Institute, em Dallas, Texas (EUA). Mestranda em Saúde Mental e Espiritualidade pela Universidade Federal Fluminense (UFF), dedica-se à pesquisa sobre a integração entre fé, saúde mental e relacionamentos, contribuindo para a formação e o cuidado integral das pessoas.

AILTON GONÇALVES DESIDÉRIO – pastor, graduado em Teologia pelo Seminário Teológico Batista do Sul do Brasil (STBSB) e em Psicologia pelo Centro Universitário Celso Lisboa (CeuCel). Pós-graduado (lato

sensu) em Teoria Psicanalítica pela UFF, pós-graduado (stricto sensu) em Psicologia pela UFRJ e especialista em Psicossomática pela Santa Casa de Misericórdia. Participou também, como ouvinte, do curso de pós-graduação em Filosofia Moderna e Contemporânea pela Faculdade de São Bento.

JANAINA MENGAL GOMES FABRI – Fez doutorado-sanduíche pelo Programa Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde (PACCS/UFF) e Instituto de Ciências da Saúde e Faculdade de Enfermagem da Universidade Católica Portuguesa (UCP/Lisboa). Mestre em Enfermagem pela Esc. de Enfermagem Anna Nery (UFRJ), linha enfermagem hospitalar, saúde mental (2012). Especialista em Ambiente organizacional, Meio ambiente e Ergonomia (2011). Especialista em Enfermagem do Trabalho - Universidade Gama Filho (2007). Graduada em Enfermagem pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (2004). Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem Médico Cirúrgica da Faculdade de Enfermagem/UERJ na Subárea de Saúde Mental. Professora da pós-graduação lato senso em Estomaterapia.

DAMARIS TRINDADE – Pastora, psicóloga e educadora. Graduação em Letras (Português-Inglês), Teologia e Psicologia, com especialização em Abordagem Sistêmica e Terapia Familiar. Viúva do Pastor Álvaro

Trindade. Pastoreou a Igreja Congregacional do Lins de 2013 a 2020. Escritora e colunista, há vários anos, da revista Vida Cristã (Brasil), tendo também contribuído como colunista da revista Mulher Criativa (Portugal). Autora do livro "Esperança: Reflexões para os Dias de Hoje". Atualmente membro da Igreja Presbiteriana do Recreio, atua como vice-presidente da Associação Evangélica de Fé, professora do Seminário Teológico Betel e psicóloga responsável no Recolhimento Betel.

ORLANDO LUIZ KRIEGER – Médico Psiquiatra (Escola de Medicina Souza Marques, 1985), fez o Curso de Especialização em Psiquiatria (Fac. de Ciências Médicas da UERJ, 2001), é especialista em Psiquiatria pela ABP/ABM/CFM, 2003 e atuou na Coordenação do Setor de Transtornos Obsessivo-Compulsivos, SCM 2002 a 2009.

O QUE VOCÊ ESTÁ ACHANDO?



Gostou? Não Gostou?

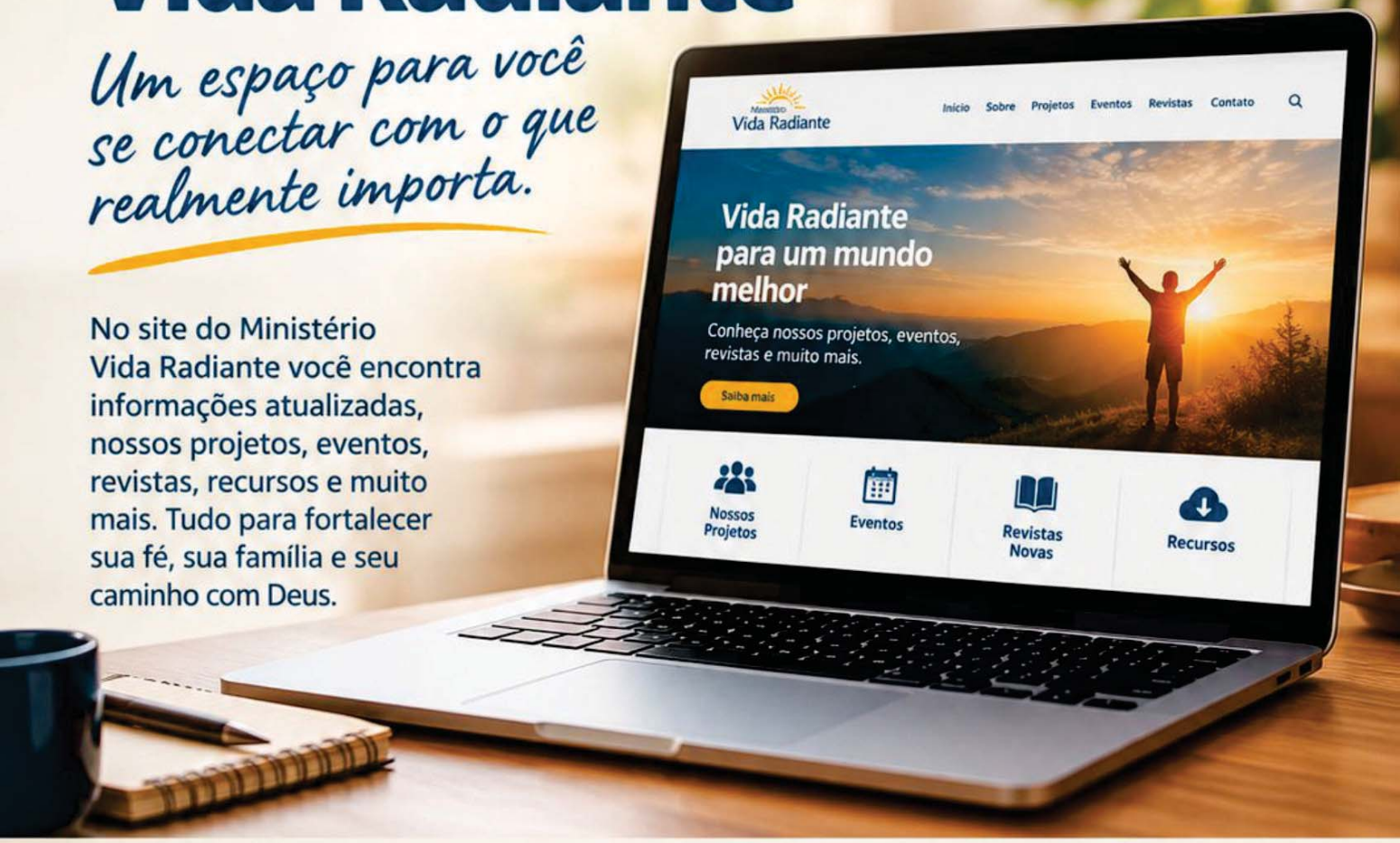
Envie sua opinião sobre a
REVISTA NOVAS para:
21 **98509-7276** (WhatsApp) ou
redacao@juventudecrista.com.br

Conheça o site do

Ministério Vida Radiante

Um espaço para você se conectar com o que realmente importa.

No site do Ministério Vida Radiante você encontra informações atualizadas, nossos projetos, eventos, revistas, recursos e muito mais. Tudo para fortalecer sua fé, sua família e seu caminho com Deus.



REVISTAS NOVAS
Conteúdos que edificam e inspiram sua vida.

EVENTOS
Participe de congressos, encontros e muito mais.

PROJETOS
Conheça e apoie as iniciativas que fazem a diferença.

RECURSOS
Materiais, estudos e ferramentas para o seu crescimento.

E MUITO MAIS
Fique por dentro de tudo que acontece no Ministério.

ACESSE AGORA
ministeriovidaradiante.com.br

MINISTÉRIO VIDA RADIANTE
CENTRO DE JUVENTUDE E CULTURA CRISTÃ

Divulgação | Acervo público



CENTRO HISTÓRICO de Nova Almeida, Distrito do Município da Serra, no Espírito Santo.

Congresso de Homens Metodistas

Organizado pela 4ª Região Eclesiástica da Igreja Metodista do Brasil, o Congresso será realizado em Nova Almeida, Espírito Santo

Com o tema "Homens de Impacto – Cuidando do Legado e da Fé" a 4ª Região Eclesiástica da Igreja Metodista do Brasil realizará o Congresso de Homens Metodistas no Acampamento Metodista, em Nova Almeida, no Município da Serra, no Estado do Espírito Santo.

Segundo os organizadores, o propósito do evento é ser "um chamado para homens que desejam fortalecer sua caminhada cristã, liderar com propósito e preservar o legado da fé em suas famílias e comunidades."

Programado para o período de 30 de outubro a 1º de novembro de 2026, o evento terá uma agenda intensa, voltada para o crescimento espiritual e a comunhão dos participantes, com palestras, momentos de comunhão e de renovo espiritual.

Mais informações – os interessados em participar poderão obter mais informações no site da 4ª Região Eclesiástica da Igreja Metodista do Brasil: https://4re.metodista.org.br ou pelo aplicativo da Igreja.



Acervo Ministério Vida Radiante | Selo Morais

24º CONGRESSO VIDA RADIANTE
26 a 29 de abril de 2027 | Cabo Frio, RJ

ALÉM DO APRENDIZADO:
OFICINAS CRIAM OPORTUNIDADES PARA SE DESCOBRIR E FAZER NOVOS AMIGOS

Acervo Público - Cabo Frio | **Divulgação**



UMA PERSPECTIVA do exuberante litoral da cidade de Cabo Frio. Em meio a praias lindíssimas, a cidade tem gastronomia sofisticada, atrações turísticas históricas e muitos lugares para passeios e compras de artigos de produção local.

O Congresso Vida Radiante tem, entre as suas principais atrações, uma ampla e diversificada programação com várias atividades que promovem a inspiração e a alegria e estimulam as habilidades dos seus participantes.

Um dos grandes destaques do programa são as oficinas que são preparadas para oferecer subsídios para as áreas mais importantes da vida de cada congressista. São oficinas que trabalham as áreas emocional, social e as suas habilidades.

Cada oficina conta com experientes professores, que ministram sobre temas como saúde emocional (autoestima, estresse, depressão e ansiedade entre outros); artes manuais (fuxico, biscuit, EVA etc.); economia doméstica (finanças, orçamento familiar etc); vida devocional (oração, evangelismo pessoal, estudo da Bíblia etc) além de atividades físicas como hidroginástica e caminhadas.

Para a próxima edição do Congresso, que está programada para acontecer em Cabo Frio, litoral norte do Estado do Rio de Janeiro, no período de 26 a 29 de abril de 2027, serão disponibilizadas oito oficinas, que serão ministradas ao longo do desenvolvimento do Congresso.

O tema do Congresso, "Nada temerei!" foi extraído do texto bíblico do Salmo 32.7: "Tu és o meu esconderijo; tu me preservas da tribulação e me cercas de alegres cantos de livramento" e contará com uma equipe de preletores altamente capacitados. Teremos, na ocasião, a participação dos pastores Anderson Maciel, da 1ª Igreja Batista de Vila da Penha, no Rio, Elildes Fonseca, da 1ª Igreja Batista de Niterói, Geraldo Geremias, da 3ª Igreja Batista de Macaé; Marcos Barão, da Igreja Batista Monte Sião, Nova Iguaçu e Hudson Galdino, da 2ª Igreja Batista de Cabo Frio. Além deles, na condução da equipe de lou-



Acervo Público - Cabo Frio | Divulgação

O MALIBU PALACE HOTEL possui uma confortável infraestrutura de hospedagem, com vários equipamentos de lazer, como duas piscinas (adulto e infantil), salão de jogos, parque para crianças, churrasqueira, sauna seca e a vapor, jacuzzi e sala de ginástica.

vor e adoração estarão presentes os Ministros de Música Josinei Silvério, da 1ª Igreja Batista de Cabo Frio e Josiane Gil da Costa, da 1ª Igreja Batista de Itaperuna.

No programa do Congresso estão previstas diversas atividades como as reuniões de inspiração e encorajamento, cultos matutinos e devocionais e as apresentações do Coro do Congresso. Além disso, os congressistas poderão participar de atividades recreativas e de sociabilidade, como a Ginástica Sênior (Estique-se!), a Festa Social e a Festa de Boas-Vindas e Lazer. Também serão



Acervo Público - Cabo Frio | Divulgação

A PRAIA DAS CONCHAS, com sua natureza altamente preservada, é mais uma das belíssimas atrações de Cabo Frio

oferecidas Oficinas de Capacitação para Vida e Ministério e o Curso para Líderes de Ministérios 60 Mais.

Caravanas confirmadas – Já estão sendo formadas caravanas que vão partir do Rio de Janeiro (Vila da Penha, Campo Grande, Jacarepaguá, Centro do Rio e Olaria), de Macaé, do Espírito Santo (Vitória e Vila Velha) e de Minas Gerais (Governador Valadares). Os interessados em participar e que não dispõem de condução própria poderão optar por uma destas caravanas, que oferecem transporte com conforto, comodidade e segurança.

Para mais informações e inscrições – Acesse o site do Congresso **ministeriovidaradiante.com.br** ou envie uma mensagem para o WhatsApp 21 **98509-7276** ou, ainda, ligue para 21 **2516-6080**.


Ministério Vida Radiante
Ministério Vida Radiante - YouT
(122) WhatsApp
Peça ao Gemini
youtube.com/@ministeriovidaradiante6044/videos
Instalar
Confirme sua identidade
YouTube BR
Pesquisar
Fazer login
Início
Shorts
Inscrições
Você
Ministério Vida Radiante
@ministeriovidaradiante6044 • 313 inscritos • 123 vídeos
Saiba mais sobre este canal ...mais
Inscrever-se
Início
Vídeos
Playlists
Mais recentes
Em alta
Mais antigos
VIDA RADIANTE
21.04.26
ABERTURA
INABALÁVEIS!
1:42:19
Rev. Erni Seibert | 23° Congresso Vida Radiante | 21/04/26 | Abertura
EBD
MINISTERIOVIDARADIANTE.COM.BR
21-985097276
Congresso de EBD 202
PIB Comari, RJ
NELZI A. CAMARGO
DEPOIMENTOS QUE INSPIRAM
2:00
diante 2025 |
YouTube
Siga o
Canal do
MINISTÉRIO
VIDA RADIANTE
CURTA | INSCREVA-SE
ATIVE O SININHO DAS NOTIFICAÇÕES
MINISTÉRIO VIDA RADIANTE
CENTRO DE JUVENTUDE E CULTURA CRISTÃ
OUTRAS INFORMAÇÕES
21 98509-7276
ministeriovidaradiante.com.br



Foto de Sammie Sander no Pexels

SAÚDE EMOCIONAL

*Ailton Desidério**

IRA

O QUE EU FAÇO COM ELA?

Crente pode ficar irado? Tomando como base o texto bíblico que diz: "Irai-vos, mas não pequeis" (Ef 4.26), a resposta é sim. Mas, para muitos crentes, aceitar a ira como um sentimento legítimo da nossa humanidade não é uma tarefa fácil.

Diante de uma situação que nos enerva, que nos desestabiliza, a voz interior, reforçada pelas vozes exteriores, quase sempre diz: "Olha! Não fique assim. Você é crente. Você precisa amar, responder com brandura, com calma, sem elevar a voz. Você precisa se controlar!". É reprimindo a ira, em vez de expressá-la e elaborá-la, que muitos crentes sinceros acabam adoecendo emocionalmente. É o fenômeno da psicossomática.

A ira, como disse Benjamin Franklin, nunca é sem motivo, embora raramente seja por um bom motivo. Mas, mesmo com um bom motivo para ficar irado, determinadas ações, como um ato de violência que irrompe em decorrência de uma ira descontrolada, é injustificável.

No livro Inteligência emocional, Daniel Goleman destaca a importância de adiar a satisfação e conter a impulsividade. É que a ira — ou, mais precisamente, a explosão de ira — sequestra a racionalidade e leva a pessoa a cometer insanidades com consequências para o resto da vida. Daí a conhecida recomendação popular: conte até dez antes de agir.

Biblicamente falando, a ira é um sentimento humano que não pode ser considerado pecaminoso em todas as circunstâncias. Observamos nos Evangelhos episódios em que Jesus demonstra indignação diante da injustiça e da hipocrisia religiosa. Ao expulsar os comerciantes do templo, confrontou aqueles que transformavam a casa de Deus em lugar de exploração. Fico pensando: se Jesus estivesse hoje diante de todo o comércio que se faz em torno da fé, Ele não teria ficado irado, teria um colapso nervoso.

Embora a Bíblia reconheça a legitimidade da ira em determinadas circunstâncias, é preciso destacar duas coisas: 1. Nem todo sentimento de ira é legítimo; 2. A legitimidade do sentimento de ira não justifica atos de violência.

Como lidar com a ira? O que devo fazer quando o sangue ferve e surge aquela vontade de estrangular, de matar o outro? Algumas considerações:

Primeiro — Admita o sentimento.

Rejeitar a ira, como se ela não pudesse fazer parte da experiência cristã, pode contribuir para que esse sentimento se cristalize e produza sofrimento emocional e, em determinadas circunstâncias, adoecimento físico.

A orientação bíblica é: "Irai-vos e não pequeis; não se ponha o sol sobre a vossa ira" (Ef 4.26). Ou seja, não permita que a ira se transforme em ressentimento e passe a ocupar, de maneira persistente, o seu coração. Não permita, como adverte o autor de Hebreus, que no lugar da ira surja uma "raiz de amargura" (Hb 12.15). A psicanalista Maria Rita Kehl afirma que o ressentimento está relacionado ao retorno dos desejos vingativos sobre o próprio sujeito.

Para lidar com sentimentos difíceis, inclusive — e especialmente — com a ira, é necessário reconhecê-los, admiti-los e elaborá-los. Falar sobre aquilo que nos enfurece pode ser um passo importante nesse processo.

Segundo — Fuja do determinismo do "eu sou assim mesmo".

Algumas pessoas entendem que a explosão de ira faz parte de sua personalidade, como se fosse uma caracte-

- **Admita o sentimento**
- **Fuja do determinismo do "eu sou assim mesmo"**
- **Não seja demasiadamente justo**
- **Esvazie o balde**
- **Abra o coração para o Espírito de Deus**

rística imutável com a qual terão de conviver pelo resto da vida. É como o personagem, Dr. Bruce Banner, da ficção cinematográfica, que quando é tomado por um acesso de ira, se transforma no incrível Hulk e destrói tudo o que está à sua volta.

Outros recorrem à antiga teoria dos quatro temperamentos, associada a Galeno, médico da Antiguidade, e afirmam: "Eu sou sanguíneo, não tem jeito!". Colam um rótulo em si mesmos e passam a agir de acordo com ele, como se todas as outras pessoas fossem obrigadas a se adaptar ao seu comportamento.

Mas justificar atitudes equivocadas com base em definições simplistas de si mesmo é irresponsabilidade. Nossa história, nosso temperamento e nossas experiências influenciam a maneira como reagimos, mas não precisam determinar, de maneira absoluta, nossas escolhas. É possível aprender novas formas de lidar com a frustração, com a contrariedade e com a ira.

Terceiro — Não seja demasiadamente justo.

O texto bíblico de Eclesiastes diz: "Não sejas demasiadamente justo, nem exageradamente sábio; por que te destruirias a ti mesmo?" (Ec 7.16).

A ira que nasce de uma visão exagerada da própria

justiça pode revelar uma percepção distorcida de si mesmo e dos outros. Quando alguém se considera o padrão absoluto do que é correto, qualquer discordância pode ser interpretada como afronta, e qualquer erro alheio, como uma ofensa intolerável. O perfeccionismo não é virtude. No contexto cristão, por exemplo, pode assumir a forma de um farisaísmo disfarçado de santidade.

No livro O impostor que vive em mim, Brennan Manning, afirma: "O fariseu interior é a face oculta do impostor. O 'eu' idealista, perfeccionista e neurótico é oprimido por aquilo que Alan Jones chama de 'espiritualidade terrorista. Uma vaga inquietação por nunca viver um relacionamento adequado com Deus assombra a consciência do fariseu". No farisaísmo, o perfeccionismo substitui a Graça. Não é Deus que me ama, mas eu que devo fazer de tudo para ser amado por Ele.

Mas cabe aqui uma ressalva importante: o perfeccionismo também pode estar relacionado à baixa autoestima e à necessidade excessiva de reconhecimento, valorização e aprovação. Em algumas histórias de vida, essas necessidades podem guardar relação com experiências infantis marcadas pela falta de afeto, de segurança emocional ou de reconhecimento por parte das figuras parentais.

Assim, por trás de uma pessoa que parece exigir de-

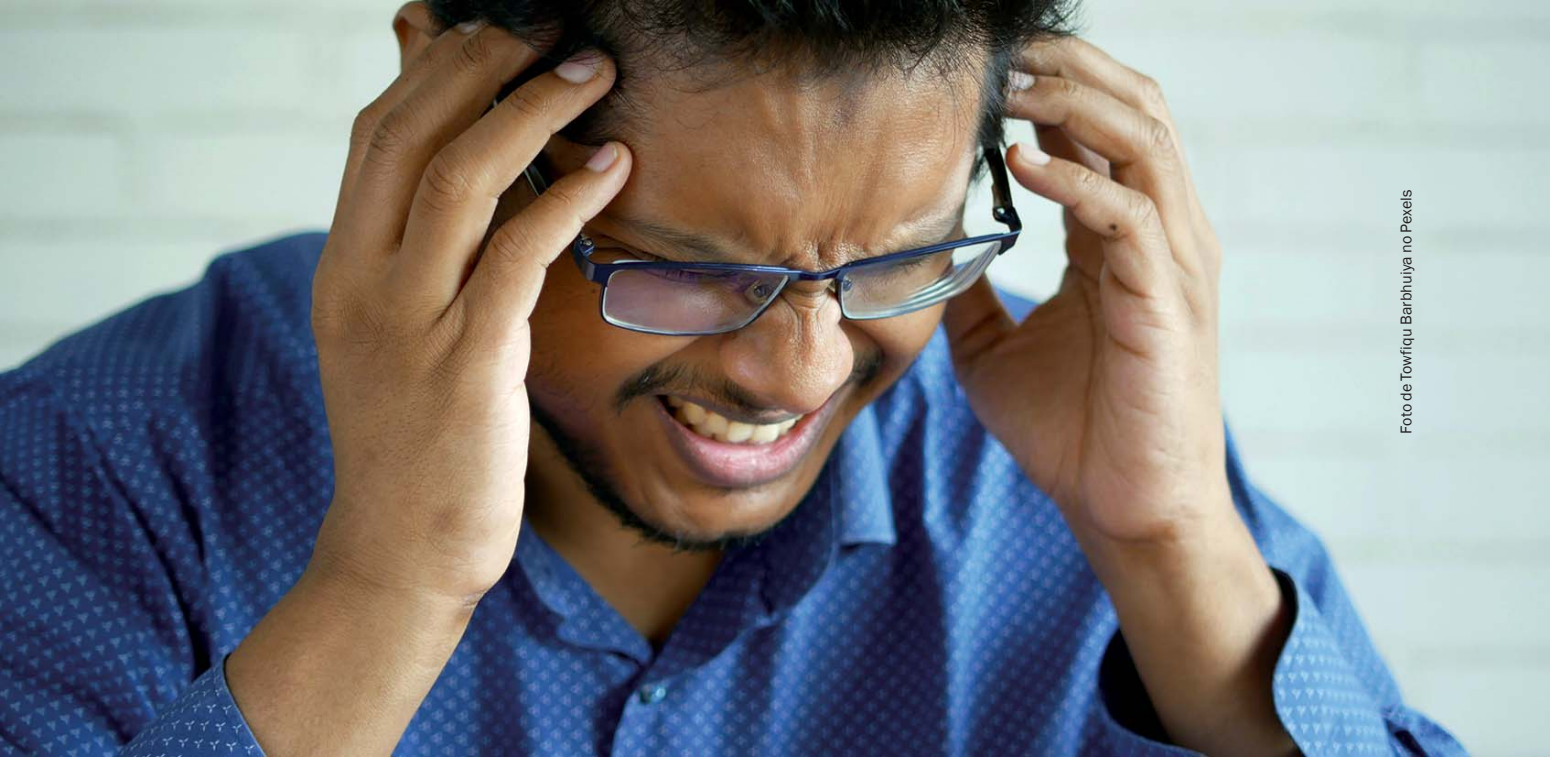


Foto de Towfiqu Barbhuiya no Pexels

O ACÚMULO de emoções que não foram reconhecidas acaba transbordando e, muitas vezes, o que sobra é dor e mais sofrimento.

mais dos outros pode existir alguém que também exige excessivamente de si mesmo. Nem toda ira nasce dessa dinâmica, mas compreendê-la pode nos ajudar a identificar algumas de suas raízes.

Quarto — Esvazie o balde.

Por vezes, uma explosão de ira não está relacionada apenas a uma situação específica, mas ao acúmulo de emoções que não foram reconhecidas, expressas ou elaboradas ao longo do tempo.

Em abril de 2010, uma tragédia no Morro do Bumba, em Niterói, atingiu casas construídas sobre um antigo lixão e provocou dezenas de mortes. A imagem do lixo acumulado ao longo dos anos nos ajuda a pensar em uma

realidade que também pode ocorrer em nosso mundo interior.

Acessos de ira podem ser consequência de mágoas, frustrações, ressentimentos e dores emocionais acumulados durante anos. Uma situação aparentemente pequena pode funcionar como o estopim de uma reação desproporcional, porque não estamos reagindo apenas ao que aconteceu naquele momento, mas também a tudo aquilo que ficou guardado, acumulado.

Explosões de ira podem ser prevenidas quando aprendemos a reconhecer e elaborar nossas emoções, nossas frustrações. Conversar com alguém de confiança, desenvolver formas saudáveis de comunicação e, quando necessário buscar acompanhamento psicológico, são maneiras de lidar com esse acúmulo emocional antes que ele se transforme em sofrimento ainda maior.

Quinto — Abra o coração para o Espírito de Deus.

Entre as características do fruto do Espírito apresentadas pelo apóstolo Paulo em Gálatas 5.22-23, destaco a longanimidade e o domínio próprio.

A primeira está relacionada à capacidade de suportar com paciência situações difíceis, inclusive ofensas, sem ceder imediatamente ao impulso de retaliar. A segunda

diz respeito à capacidade de governar as próprias reações e não se deixar dominar pelos impulsos de revide. Gandhi disse que a partir da lógica do "Olho por olho, o mundo acabará cego".

A lei do "olho por olho e dente por dente", presente no Antigo Testamento, estabelecia limites à retribuição. Jesus, por sua vez, confronta a lógica da vingança ao ensinar seus discípulos a não responderem ao mal com a mesma moeda e a oferecerem a outra face (Mt 5.38-44). Humanamente falando, esse caminho é impossível. Como não revidar quando somos ofendidos? Como responder com mansidão quando tudo dentro de nós pede uma reação agressiva? É aqui que a ação do Espírito de Deus se torna fundamental.

A Graça de Deus nos capacita a lidar com aquilo que sentimos de uma maneira diferente, sem transformar a dor em vingança e a indignação em violência. A maturidade cristã não consiste em nunca sentir ira, mas em aprender a lidar com ela, movidos pela Graça de Deus e não sob a lógica humana.



AILTON DESIDÉRIO
Pastor e Mestre em Psicologia

desiderioailton@gmail.com
Instagram: ailton_desiderio



Foto de Anna Shvets no Pexels

SAÚDE MUSCULAR

Viva melhor combatendo a sarcopenia

Dificuldade para realizar atividades rotineiras, como caminhar ou subir escadas, levantar da cama ou de uma cadeira e até mesmo a perda do equilíbrio a partir de uma certa idade, embora seja comum, não precisa, necessariamente, ser a condição de vida de todos.

Com o envelhecimento há uma perda progressiva da massa muscular, um processo natural, que pode evoluir para uma condição classificada como sarcopenia. Segundo a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG), "A sarcopenia é uma doença caracterizada pela acelerada perda de massa e força muscular com redução do desempenho físico nos indivíduos, sendo mais comum em pessoas com mais de 60 anos. Para prevenir ou tratar a sarcopenia é ideal a combinação de exercícios físicos resistidos e uma nutrição adequada".

A médica de saúde familiar Clarisse Bezerra, em Supervisão Clínica do Portal Tua Saúde explica que a "sarcopenia é mais comum após os 50 anos, o período em que há maior redução da quantidade e tamanho das fibras musculares, diminuição da produção de hormônios, como estrogênio e testosterona, além da redução da prática de atividade física.

Ela aponta que as principais causas da sarcopenia



Foto de Yan Krukau no Pexels

QUANDO realizadas sob supervisão técnica adequada, as atividades físicas são essenciais para evitar ou neutralizar os efeitos do enfraquecimento muscular que é natural no envelhecimento.

são: Envelhecimento natural do corpo; Estilo de vida sedentário; Obesidade; Baixa ingestão de proteínas na alimentação; Resistência à insulina ou diabetes; Doenças crônicas, como DPOC (Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica), HIV, câncer, doença renal ou insuficiência cardíaca. Além disso, a diminuição de hormônios como estrogênio e testosterona também contribuei para a perda de massa muscular e desenvolvimento da sarcopenia.

De modo geral, os principais sintomas de sarcopenia

são: fraqueza muscular; perda do equilíbrio; aumento do risco de quedas e fraturas; perda de resistência e diminuição do tamanho dos músculos. Além disso, em casos mais graves, a pessoa com sarcopenia pode ter dificuldade para andar, necessitando do apoio de alguém, uma bengala ou até mesmo, do uso de cadeira de rodas.

Prevenção – O médico ortopedista Renato Morelli explica em seu blog, que a prevenção da sarcopenia passa pela "prática de exercícios com pesos e de força contra resistências que aumentam a força e a massa muscular significativamente – em qualquer idade. Durante o exercício, as contrações das fibras musculares liberam proteínas que caem na corrente sanguínea e interferem na fisiologia de diversos órgãos, inclusive o cérebro".

"Mesmo sendo considerada uma doença crônica, sem cura, a sarcopenia é gerenciável por meio de tratamentos que aliviam e desaceleram a progressão dos sintomas. Esses cuidados também são compreendidos pelas autoridades de saúde como formas de prevenção" – é o que afirma o pesquisador do Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein, Dr. Alexandre Marra, em artigo publicado pelo Portal do Hospital Albert Einstein, de São Paulo, SP.

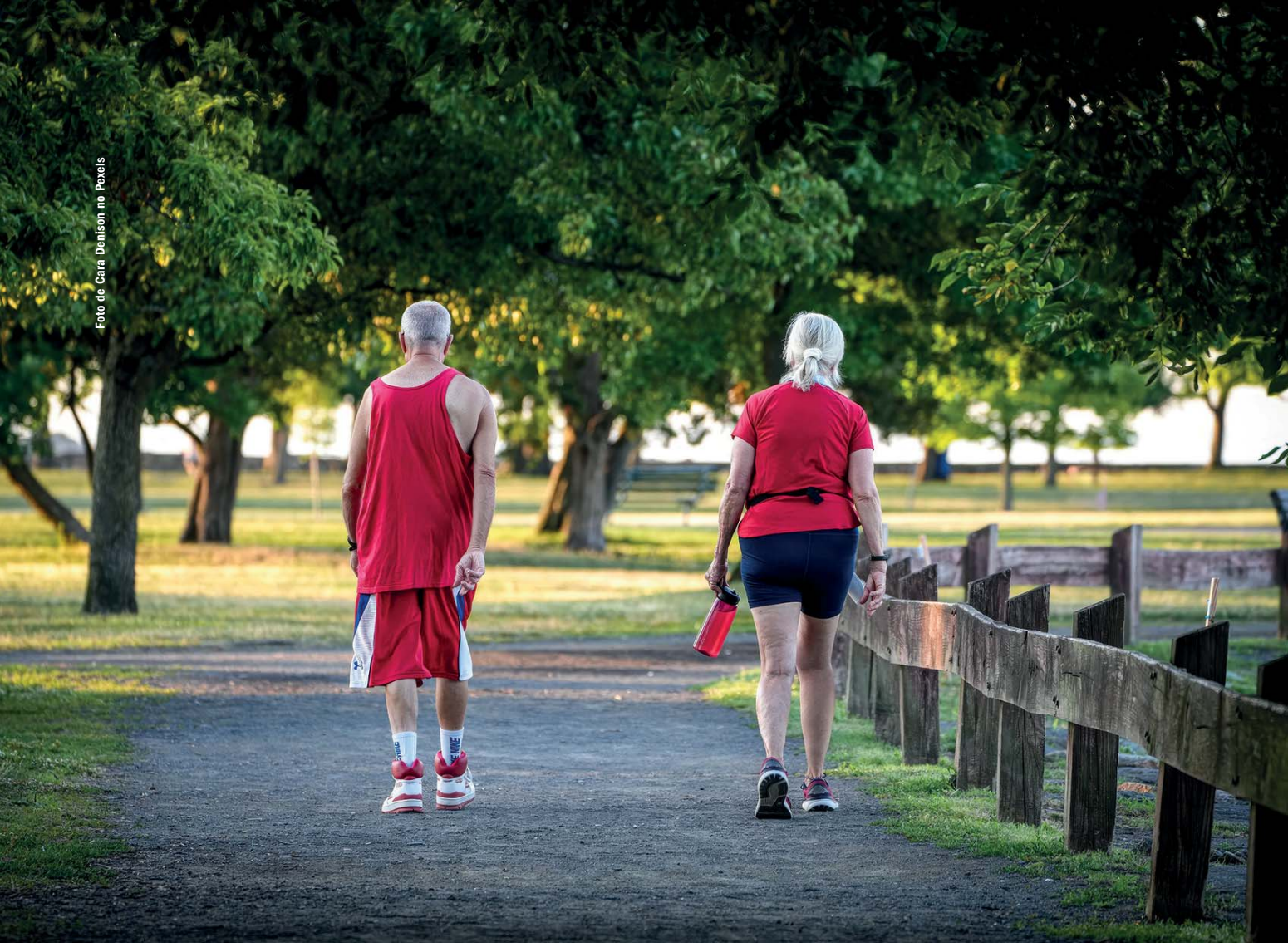


Foto de Cara Denison no Pexels

AS CAMINHADAS, especialmente em ambientes abertos, como parques e jardins são excelentes para fortalecer a musculatura e para melhorar o humor.

Segundo o Ministério da Saúde, conforme informação publicada pelo portal, a melhor forma de evitar a progressão da sarcopenia é por meio de mudanças no estilo de vida. Isso exige uma alimentação mais saudável, sempre que possível, associada à prática de exercícios físicos.

Um programa típico de treinamento de força pode incluir exercícios com pesos livres ou aparelhos de musculação e faixas elásticas de resistência. Também é

recomendável incluir exercícios de peso corporal. E, na dieta, o foco deve ser em alimentos ricos em valor energético, proteínas, vitaminas e sais minerais.

Grupos vulneráveis – O doutor Renato acrescenta que alguns grupos populacionais são mais vulneráveis à sarcopenia incapacitante, como aqueles que passaram por períodos longos de inatividade causados por doenças debilitantes, consolidação de fraturas e hospitalização. E, em portadores de enfermidades crônicas, o consumo de proteínas deve ser ainda maior, eventualmente com complementos alimentares recomendados por médicos especialistas.

** **Clarisse Bezerra** (CRM 16976-CE) é Médica de Saúde Familiar e atua no serviço de Urgência do Centro Hospitalar Universitário de Santo António, em Portugal.*

** **Renato Morelli** (CRM 75629-SP) é médico ortopedista, especialista do joelho, traumatologia do esporte e em terceira idade.*

** **Alexandre R. Marra** (CRM 87712-SP) é pesquisador do Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein (IIEP) e docente permanente do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde da Faculdade Israelita de Ciências da Saúde Albert Einstein (FICSAE)*

** Texto produzido com base em informações dos Portais da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG), do Hospital Israelita Albert Einstein, Tua Saúde, do Dr. Renato Morelli e do Ministério da Saúde.*

ALIMENTOS ADEQUADOS

PROTEÍNAS: carnes, ovos, leite, leguminosas (feijão, lentilha, ervilha, grão-de-bico e soja) e oleaginosas (castanhas, nozes e amendoim).

CARBOIDRATOS: milho, aveia, arroz, macarrão, batata, inhame, quinoa, mandioca, cará e pão.

GORDURAS: azeite, oleaginosas, abacate e coco.

VITAMINAS: leite, peixes, ovos, fígado, castanhas e manteiga.

Em alguns casos específicos, é possível que seja necessário o uso de medicamentos para reposição hormonal ou suplementos alimentares.

A decisão, porém, cabe apenas ao médico responsável. O acompanhamento com especialistas de outras áreas, como nutricionistas e profissionais de educação física, também pode ser recomendado.



Foto de Wolf Art no Pexels

CUIDADOS QUE AJUDAM NA PREVENÇÃO

Existem alguns hábitos que devem ser adotados e outros, abandonados por quem quer evitar a sarcopenia ou diminuir a sua progressão. Veja alguns exemplos.

Inclua em sua rotina:

ATIVIDADES FÍSICAS – Praticar atividades físicas, como exercícios de força e resistência, como musculação e pilates, quanto exercícios aeróbicos, como caminhadas e corridas, para melhorar a circulação sanguínea e o desempenho do corpo.

ALIMENTAÇÃO – Ter uma alimentação rica em proteínas, presente em carnes, ovos e derivados do leite, para estimular o crescimento muscular, além de carboidratos, gorduras e calorias para dar energia, nas quantidades corretas, de preferência orientadas pelo nutricionista.

ÁGUA – Beber ao menos dois litros de água por dia, mantendo-se hidratado para melhorar a circulação, o ritmo intestinal, o paladar e a saúde das células.

ACOMPANHAMENTO MÉDICO – Também é importan-

te manter o acompanhamento com o clínico geral ou geriatra, para identificar e tratar possíveis doenças que podem piorar a perda de massa magra, como diabetes, hipotireoidismo, doenças do estômago, intestino e relacionadas à imunidade, por exemplo.

Abandone totalmente:

TABAGISMO – Evitar o fumo, pois o cigarro causa dependência, atrapalha a nutrição pois diminui o apetite, atrapalha a circulação sanguínea e possui elementos cancerígenos.

ALCOOLISMO – Evitar bebidas alcoólicas, pois este hábito além de causar dependência, pode contribuir para a desidratação, prejudicar o funcionamento de órgãos como fígado, cérebro e coração e comprometer, em muitos casos, o desempenho no trabalho e nos estudos.





Foto de Mikhail Nilov no Pexels

ATIVIDADES FÍSICAS MAIS APROPRIADAS

São muitas as opções de exercícios físicos sugeridas para a terceira idade. A orientação de um médico é indicada antes de iniciar algum tipo de esporte, permitindo direcionar para a prática mais segura e eficaz, de acordo com as aptidões de cada pessoa.

CAMINHADA – Descrita por muitos como o exercício perfeito, pela facilidade de execução e seus benefícios, a caminhada ajuda a prevenir problemas como a obesidade, fortalece ossos e articulações, melhora a circulação sanguínea, capacidade cardíaca e pressão arterial. A Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia recomenda a caminhada (passos rápidos) entre 30 minutos e uma hora por dia.

ATIVIDADES AQUÁTICAS – Exercícios físicos na água, como natação e hidroginástica, e realizados com a orientação de um profissional, propiciam o fortalecimento dos músculos e melhoram a saúde cardiovascular e respiratória, e têm como vantagem o impacto reduzido pela água. Também podem diminuir o estresse nas articulações.

DANÇA – Além de muito prazerosa, a dança permite o exercício de vários grupos musculares e propicia benefícios na agilidade, coordenação motora e equilíbrio. A prática também pode estimular o convívio social, promovendo a interação com outras pessoas e se refletindo na autoestima do idoso.

ALONGAMENTO – Os exercícios de alongamento também aparecem como opções simples e eficazes para melhorar a capacidade funcional e a qualidade de vida dos idosos. Uma vertente é o pilates, método que já conquistou a terceira idade, por trabalhar o corpo com movimentos desse tipo. A atividade contribui para a flexibilidade, o equilíbrio e o fortalecimento da musculatura. Pode ser feito em estúdios específicos para a prática e alguns exercícios podem ser realizados em casa, sob a supervisão de um profissional capacitado.

MUSCULAÇÃO – Associar exercícios aeróbicos com exercícios resistidos (musculação) também contribui positivamente para a saúde. A musculação ajuda a aumentar a força muscular e o desempe-



Foto de Vlad Vasnetsov no Pexels

AS ATIVIDADES aquáticas proporcionam muitos benefícios para idosos que as praticam com regularidade e com o acompanhamento especializado.

nho físico geral, e como consequência, previne o avanço de limitações funcionais e ainda contribui para o alívio de dores crônicas, como a artrite. O treino ideal para cada indivíduo se exercitar com segurança, adaptado a suas possíveis limitações, pode ser desenvolvido e acompanhado por um profissional de educação física.

** Texto adaptado de Jailde Barreto e de Thaís Guimarães no blog Unimed.*

CIDADANIA

*Rachel Santos**



Foto do **Acervo SBB** | Divulgação

Idosos do Núcleo SBB participam de seminário

O Grupo participou do evento na FAPCOM para refletir sobre direitos, proteção social e dignidade da pessoa idosa

O grupo de pessoas idosas do Núcleo SBB participou do seminário "Desafios e caminhos para uma proteção social que assegure direitos, vínculos e dignidade à pessoa idosa". O encontro foi realizado em São Paulo, em 2 de setembro de 2026, na sede da Faculdade Paulus de Tecnologia e Comunicação – FAPCOM, a convite da PAULUS Social. A programação promoveu reflexões sobre as vulnerabilidades vivenciadas pela população idosa, com atenção especial às pessoas idosas em situação de rua.

Direitos, vínculos e dignidade – Durante o seminário, os participantes dialogaram sobre a importância da proteção social, da garantia de direitos e do fortalecimento dos vínculos. O encontro também destacou caminhos para promover dignidade, cuidado e qualidade de vida à pessoa idosa.

Vozes da Experiência na programação – O Coral das Pessoas Idosas do Núcleo SBB – Vozes da Experiência também participou da programação com uma apresentação cultural. O momento representou o Núcleo SBB e valorizou os talentos das pessoas idosas, promovendo integração, convivência e alegria. A música se tornou uma forma de presença e participação, mostrando que a pessoa idosa também ocupa espaços de expressão, escuta e protagonismo.

Participação nas discussões – Durante os debates, Aida Pessoa Barbosa, participante do Núcleo SBB, teve a oportunidade de contribuir com sua experiência. Sua participação fortaleceu as discussões sobre os desafios enfrentados pela população idosa e os caminhos para uma proteção social mais efetiva. O momento também evidenciou a importância de ouvir as pessoas idosas nas conversas que tratam de seus direitos, vínculos e dignidade.

Envelhecer com dignidade – A participação no seminário proporcionou ao grupo uma importante oportunidade de ampliar conhecimentos e exercer a participação social. Também foi um momento de compartilhar experiências, fortalecer a compreensão sobre direitos e valorizar uma velhice com cidadania. Com a Bíblia no centro de sua missão, a Sociedade Bíblica do Brasil desenvolve ações que promovem cuidado, convivência e esperança, contribuindo para que pessoas idosas sejam reconhecidas, ouvidas e fortalecidas em sua caminhada.

O Núcleo SBB de Atendimento Social é um espaço mantido pela Sociedade Bíblica do Brasil – SBB, que oferece apoio socioassistencial gratuito a famílias, crianças, adolescentes e idosos em situação de vulnerabilidade.

** Jornalista, atua na Comunicação da SBB*



Foto de Lucíola Villela/CMRJ | Divulgação

Câmara do Rio aprova projeto para proteger liberdade de culto

A Câmara Municipal do Rio de Janeiro aprovou um projeto que define os limites para atuação de agentes públicos e reforça diálogo, segurança jurídica e respeito às manifestações religiosas

A Câmara Municipal do Rio aprovou, na terça-feira, dia 13 de outubro, em segunda discussão, o PL 948/2025 de autoria do vereador Átila Nunes (PSD), que estabelece regras para a atuação de agentes públicos municipais diante de cultos, cerimônias, liturgias e outras manifestações religiosas. Com a aprovação definitiva pelo Legislativo, a proposta segue agora para sanção ou veto do prefeito.

O projeto busca ampliar a proteção à liberdade religiosa na cidade, evitando que celebrações sejam interrompidas de forma arbitrária ou sem fundamentação adequada. A proposta determina que, diante de eventual irregularidade, a atuação do poder público priorize orientação, diálogo e notificação prévia, permitindo que o responsável pelo templo ou local de reunião tenha conhecimento do problema e, quando possível, prazo para regularização.

Assim, a interrupção de uma prática religiosa ficará restrita a situações de risco comprovado, imediato e grave à segurança pública ou à saúde coletiva, ou aos casos em que exista ordem escrita e fundamentada de autoridade judicial. O texto também determina que qualquer intervenção respeite os princípios da proporcionalidade, razoabilidade, dignidade da pessoa humana e liberdade de crença.

Outro ponto da proposta é a proibição de ações baseadas apenas em avaliações subjetivas, preconceito contra determinada manifestação religiosa ou interpretações sem amparo na legislação. O descumprimento dessas regras poderá levar à apuração da responsabilidade administrativa do agente público, além de outras responsabilidades previstas em lei.

Com a medida, a Câmara busca dar mais segurança jurídica às comunidades religiosas, reduzir conflitos durante ações de fiscalização e assegurar que o exercício da fé seja protegido sem impedir a atuação legítima do poder público quando houver necessidade comprovada.

Para o autor do projeto, a proposta cria um equilíbrio entre fiscalização e respeito à liberdade religiosa. "Nossa finalidade é criar mecanismos de diálogo e prevenção de conflitos, preservando tanto a fiscalização municipal quanto o direito à liberdade religiosa", afirma.

** Texto adaptado de publicação do Portal da Câmara Municipal do Rio de Janeiro.*



OPINIÃO

*Cacau de Brito**

DEUS CONTINUA NO CONTROLE: E AGORA?

Durante a campanha eleitoral, muitas lideranças evangélicas repetiram o bordão: “Deus está no controle”. Pastores convocaram as igrejas a orar, jejuar e pedir que a vontade divina prevalecesse nas urnas. Orar pelo país é uma atitude natural de quem tem fé. O problema surge quando se confunde a vontade de Deus com a vitória do próprio candidato.

A reeleição do Presidente Luiz Inácio Lula da Silva coloca diante das igrejas uma pergunta sincera: Deus continua no controle quando o resultado das urnas não é o que alguns desejavam?

A resposta cristã é “sim”. A soberania de Deus não depende de eleições. Como afirma o profeta Daniel: “Ele muda os tempos e as estações; ele remove os reis e estabelece os reis” (Daniel 2:21). Isso não significa que todo governante tenha uma aprovação divina especial ou es-

teja imune a críticas, mas que nenhum acontecimento político escapa ao conhecimento do Criador.

Nos últimos anos, parte das lideranças tratou adversários políticos do campo progressista como inimigos da fé, espalhando falsas ameaças sobre a liberdade religiosa, a família e o futuro da igreja. O medo ocupou o lugar da confiança. As eleições, contudo, oferecem a oportunidade de examinar nossas próprias convicções. O preconceito, o racismo, o desprezo pelos pobres e a intolerância não encontram respaldo no Evangelho. Antes de cobrar os governantes, precisamos perguntar se as nossas próprias atitudes refletem o exemplo de Cristo.

O apóstolo Paulo orientou Timóteo a fazer "súplicas, orações, intercessões e ações de graças por todos os homens; pelos reis e por todos os que exercem autoridade" (1 Timóteo 2:1-2). Paulo não dividiu governantes entre amigos e inimigos da fé. Ele ensinou que devemos orar por quem tem a responsabilidade de governar.

No Brasil, essa responsabilidade vem da escolha democrática do povo. Reconhecer o resultado das urnas é um exercício de respeito ao próximo e à convivência pacífica. Orar pelo presidente não significa concordar com todas as suas ações, mas pedir que Deus lhe dê sabedoria,

justiça e sensibilidade social para combater a fome, reduzir desigualdades e proteger os mais vulneráveis. Significa também ter coragem para cobrar e discordar de maneira respeitosa quando necessário.

Uma igreja madura não transforma púlpitos em palanques. Sua missão é anunciar o Evangelho, acolher pessoas e promover a paz. É hora de deixar para trás as divisões e desejar que o presidente eleito faça um bom governo em favor de toda a sociedade.

Se dissemos que Deus estava no controle durante a campanha, que essa mesma confiança permaneça agora, acompanhada de serenidade e compromisso com o bem comum. Afinal, a fé e a democracia não existem para separar irmãos, mas para nos ensinar a viver em paz e a trabalhar juntos por um país melhor.



CACAU DE BRITO

Advogado, Coordenador do Fórum da Cidadania e membro da Igreja Batista Itacuruçá, no Rio de Janeiro

cacaudebrito@gmail.com

MCP
SOCIEDADE DE ADVOGADOS

Dr. Cacau de Brito
OAB/RJ 73.812

DIREITO
PREVIDENCIÁRIO

- ✓ Análise previdenciária simples
- ✓ Análise de revisão de benefício
- ✓ Planejamento previdenciário simples
- ✓ Retificação de dados/CNIS
- ✓ Pedido de aposentadoria por idade
- ✓ Pedido de benefícios por incapacidade
- ✓ Pedido BPC/LOAS
- ✓ Averbação de tempo de contribuição
- ✓ Pedido de pensão por morte
- ✓ Conversão de benefícios
- ✓ Planejamento previdenciário completo
- ✓ Pedido de aposentadoria com averbação de documentos
- ✓ Ação de revisão de benefício
- ✓ Ação judicial / recurso administrativo

(21) 2532-3073 **(21) 99988-9755**

Rua da Quitanda, 3 - Grupo 910, Centro, RJ | mcp-advogados.com.br

SERVIÇO

*Jonatas Nascimento**

COMO A REFORMA TRIBUTÁRIA AFETARÁ AS IGREJAS?

Não é a primeira vez que abordo este assunto e, certamente, não será a última. Faço questão de começar assim porque a lei que estabeleceu a reforma tributária ainda está em fase de evolução, cheia de remendos, leis complementares e regulamentações pendentes.

Estou chegando aos 70 anos de vida, tendo dedicado 50 anos de atividade profissional e desde que ingressei na atividade contábil sempre ouvi falar em reforma tributária no Brasil. Todos os governos prometeram simplificar. Mas somente agora ela chega, e chega de forma tão frágil e confusa, prometendo quebrar muitos empresários que, ao contrário do discurso oficial de simplificação, terão que reaprender a calcular, a precificar e a sobreviver.

E é neste cenário que surge a pergunta: as igrejas serão afetadas?

A resposta exige que se separe o susto do fato.

1. O que de fato muda para as organizações religiosas – A boa notícia, e ela precisa ser dita com clareza, é que a imunidade tributária das igrejas não acabou. Pelo contrário, foi reforçada.

A Emenda Constitucional 132, de 2023, que instituiu a reforma, manteve a proteção do artigo 150 da Constituição e ainda ampliou o texto. Antes, o texto falava apenas em "templos de qualquer culto". A nova redação passou a referir expressamente "as entidades religiosas e os templos, inclusive suas organizações assistenciais e beneficentes". Foi um avanço conceitual importante.

Na prática do novo sistema, essa imunidade foi transportada para os novos tributos. A Lei Complementar 214 / 2025, que regulamenta o IBS (Imposto sobre Bens e Serviços) e a CBS (Contribuição sobre Bens e Serviços) , é explícita: são imunes ao IBS e à CBS os fornecimentos "realizados por entidades religiosas e templos de qualquer culto, inclusive suas organizações assistenciais e beneficentes".

O que isso significa no cotidiano? Significa que:

- O dízimo, as ofertas, as doações voluntárias continuam fora de qualquer tributação de consumo. Não há IBS ou CBS sobre elas.

- Atividades vinculadas à finalidade essencial — celebrações, cultos, cursos de formação teológica gratuitos, obras de assistência social mantidas pela igreja — permanecem imunes aos impostos sobre patrimônio, renda e serviços.

- Foi criada ainda a não incidência do ITCMD (Imposto sobre Transmissão Causa Mortis e Doação) sobre as transmissões e doações para instituições sem fins lucrativos com finalidade de relevância pública e social, inclusive as organizações de entidades religiosas.

- Está em tramitação no Congresso a PEC (Proposta de Emenda Constitucional) 5/23, que pretende esten-

O dízimo, as ofertas, as doações voluntárias continuam fora de qualquer tributação de consumo. Não há IBS ou CBS sobre elas.

der essa imunidade também para os tributos incidentes na compra de bens e serviços necessários à implantação e manutenção das igrejas.

Há, porém, dois pontos de atenção que todo gestor de igreja precisa entender, sob pena de cair na armadilha da informalidade:

Primeiro, a imunidade não é um cheque em branco. Ela alcança os impostos, não alcança taxas, contribuições e, principalmente, não afasta a obrigação de manter contabilidade regular, CNPJ, e-Social além de comprovar que não há distribuição de lucros. A imunidade não se estende ao INSS patronal sobre a folha.

Segundo, a lei é clara ao dizer que “as imunidades não se aplicam às suas aquisições de bens materiais e imateriais, inclusive direitos e serviços". Ou seja, quando a igreja compra som, cadeiras, material de construção, serviço de internet, ela pagará o IBS e a CBS embutidos no preço, como qualquer consumidor final. Ela não repassa esse tributo para frente, ela o suporta. Hoje, com a aprovação da PEC 5/23 na Câmara, tenta-se justamente mudar esse ponto, mas dependerá de lei complementar futura.

E há a zona cinzenta que sempre existiu: aluguel de

salão de festas, estacionamento pago, livraria com fim lucrativo, cantina. Isso não é atividade essencial religiosa. Se houver contraprestação e finalidade empresarial, haverá tributação normal de IBS/CBS.

2. Por que a igreja quase não sentirá e a empresa sentirá muito – E aqui chego ao ponto que me tranquiliza para escrever para vocês.

Se houver implicações da reforma para as igrejas, elas quase não serão sentidas no dia a dia do templo. A essência permanece protegida. O que muda é mais controle, mais necessidade de segregação contábil, mais tecnologia. Nada que uma boa assessoria contábil especializada já não faça.

Diferentemente do que ocorrerá no mundo corporativo, ambiente em que haverá uma mudança de paradigmas.

O empresário passará a conviver com um sistema de IVA (Imposto sobre Valor Agregado) dual, com alíquota estimada em cerca de 28% somando IBS e CBS, com princípio do destino, com fim do ICMS e ISS entre 2027 e 2032, com total não cumulatividade e com fiscalização eletrônica em tempo real. Ele terá que rever todos os contratos, recalcular margem, renegociar com fornecedores, investir em software. Muitos, infelizmente, que-

brarão não por incompetência, mas por não conseguirem atravessar a transição.

A igreja, ao contrário, não vive de margem, de crédito tributário ou de guerra fiscal. Vive de imunidade constitucional, que é garantia de liberdade religiosa.

Por isso, concluo como comecei: continuarei escrevendo sobre o tema, porque a reforma ainda vai mudar muito. Mas para o líder religioso que me lê hoje, deixo a mensagem de paz: cuide da sua escrituração, separe o essencial do acessório, mantenha suas certidões em dia. O resto, Deus e a Constituição já cuidaram de proteger.



JONATAS NASCIMENTO

Empresário contábil, diácono Batista
e autor da obra "Cartilha da Igreja Legal"
jonatasnascimento@hotmail.com





Foto de João Pavese no Pexels

SERVIÇO

*Gilberto Garcia**

CÂMARA DOS DEPUTADOS APROVA EMENDA CONSTITUCIONAL QUE AMPLIA A IMUNIDADE TRIBUTÁRIA DAS IGREJAS

Parte 3/3

Enfatize-se que o Partido dos Trabalhadores (PT), o Partido Socialismo e Liberdade (PSOL) e Partido REDE, trabalharam o dia inteiro da votação (28/05/2026) para sua não aprovação, sob a argumentação de sua desnecessidade para as Igrejas Evangélicas, olvidando que ela é extensiva para Centros Espíritas, Espaços Orientais, Mesquitas Muçulmanas, Sinagogas Judaicas, Templos Católicos etc, ou seja, é benéfica para todos os Grupos Religiosos, que necessitam cumprir os requisitos legais, inclusive estar legalizados (independente de quais sejam suas tradições: orais ou escritas, quantidade de fiéis, data de fundação, lideranças espirituais, estrutura financeira etc), possuir Estatuto Associativo averbado no Registro Civil das Pessoas Jurídicas, ter a necessária inscrição na Receita Federal do Brasil, tendo o Cadastro Nacional da Pessoa Jurídica, registrando seu patrimônio em nome da Pessoa Jurídica.

Cabe enfatizar que nos EUA o fiel recebe da Organização Religiosa um Comprovante da Entrega de Dízimos e Ofertas e a Lei Federal assegura a ele o direito de lançar para a obtenção da dedução do Imposto de Renda devi-



do ao Governo, o que aqui no Brasil não ocorre, exceto se a doação do valor for direcionada para uma Entidade Social com o Certificado de Entidade Beneficente de Assistência Social (CEBAS). De igual forma, nos EUA os Religiosos de Todas as Confissões de Fé não pagam imposto de renda sobre o valor que recebem como Sustento Ministerial das Organizações Religiosas, diferente do Brasil onde os valores repassados a qualquer título para o Líder Espiritual incide imposto de renda, sendo obrigação legal do 'Templo de Qualquer Culto' proceder a retenção (à luz da Tabela Progressiva) e recolher (prestando contas anualmente ao Fisco), junto a Receita Federal do Brasil.

"Para o líder do PL, Deputado Sóstenes Cavalcante (PL-RJ), o projeto é um reconhecimento que todas as religiões trazem altas contribuições sociais ao país. "Qual é o mal que as religiões fazem a este país? Qual é o mal? Ao contrário, só trazem contribuições sociais. As igrejas, todas elas, têm instituições filantrópicas para cuidar de idosos, de crianças, para recuperar dependentes químicos". Observação pertinente, eis que, as variadas Correntes Religiosas (à luz da Pluralidade de Fé e Diversidade de Crença Nacional), possuem ações objetivas junto a população mais vulnerável, e desassistida por qualquer Programa Público: Federal, Estadual ou Municipal, atuando como um Agente Minimizador da carência social dos mais pobres, provendo para estes (além de ajuda ma-

terial e cidadania), a esperança para viver a vida em sociedade, com um mínimo de dignidade. (João10:10).

É tempo de fazer contatos com os 81 (oitenta e um) Senadores da República, em seus respectivos Estados da Nação, conclamando a eles a aprovação da PEC 05 /2023, e, se não for votado esse ano, serão os Senadores que tomam posse em 01 de fevereiro de 2027, é que irão votar pela aprovação ou não dessa ampliação da imunidade tributária no consumo para os 'Templos de Qualquer Culto', bem como, aprovarão ou não, a Lei Complementar que estabelecerá os regramentos de acesso a esta nova 'Prerrogativa Constitucional', direcionada a finalidade do exercício da fé coletiva, na extensão da Liberdade Religiosa Fiscal para Todas as Denominações Confessionais.

Esta PEC 05 /2023 (se aprovada pelo Senado da República), será um 'divisor de águas', uma verdadeira revolução contábil eclesiástica no Sistema Fiscal Nacional, com relação à Imunidade Tributária dos 'Templos de Qualquer Culto', tendo como Paradigmas a CF/1988, a Decisão do STF 2002, além das Emendas Constituicionais 116 e 132, em beneficio das Entidades Religiosas, lideradas pelos Padres, Médiuns, Rabinos, Babalorixás, Imãs, Pastores, Sacerdotisas etc, poderão aplicar os recursos economizados de impostos sobre o consumo na Missão Religiosa, que é prover dignidade espiritual, humanitária e social as pessoas da comunidade onde estão situadas.

Anote-se que seus membros e fiéis já pagam os devidos impostos ao Governo Federal, Estadual e Municipal, atualmente mais de 40% da Carga Tributária Nacional, contribuição (que é a obrigação legal) dos cidadãos brasileiros, para sustentar a Máquina do Estado, integrada pelos Poderes da República: Executivo, Legislativo e Judiciário, Órgãos Estatais, dirigido por Autoridades Públicas, destacando-se (apesar de possuir uma das maiores Cargas Tributárias do Mundo), Pesquisas Internacionais apontam que o Brasil infelizmente ocupa a posição 65 numa escala de 70 países, no Ranking Mundial de Competitividade 2026, elaborado pelo IMD World Competitiveness Center em parceria com a Fundação Dom Cabral. (com Excertos da 'Agência Câmara de Notícias').

"Daí a César o que é de César, e a Deus o que é de Deus" (Marcos 12.17).

"Bem-aventurados os que observam o direito, que praticam a justiça em todos os tempos."

Salmos 106.3



GILBERTO GARCIA

Advogado, Mestre em Direito, Conferencista e Escritor. Diretor do site "O Direito Nosso de Cada Dia"
www.direitonosso.com.br

SERVIÇO

*Jaber Lopes M. Monteiro**

IMUNIDADE DE ITBI NA INTEGRALIZAÇÃO DE IMÓVEIS

A questão da incidência da imunidade do ITBI na integralização de bens imóveis ao capital social de empresas segue pendente de pacificação no Supremo Tribunal Federal (STF). A matéria é tratada no RE 1.495.108/SP (Tema 1.348 da repercussão geral), que visa estabelecer se o benefício fiscal abrange companhias que têm como atividade principal a compra, venda ou locação de imóveis.

A discussão tem origem no art. 156, § 2º, I, da Constituição Federal, que assegura a não incidência do imposto sobre imóveis incorporados ao patrimônio de pessoas jurídicas para integralização de capital, porém abre exceção para casos em que o adquirente atua preponderantemente no ramo imobiliário.

A interpretação defensiva dos contribuintes argumenta que tal ressalva recai unicamente sobre operações de fusão, incorporação, cisão ou extinção de empresas, não se aplicando à simples conferência de bens ao capital. Todavia, o desfecho da controvérsia aguarda o julgamento do Tema 1.348.

Vale lembrar que, ao apreciar o Tema 796, o STF já havia pacificado o entendimento de que a imunidade não protege a quantia que ultrapassar o valor nominal do capital efetivamente integralizado. Em termos práticos: ao conferir um imóvel avaliado em 1 milhão de reais para realizar seiscentos mil de capital social, a imunidade ampara apenas os seiscentos mil, podendo o ITBI incidir sobre os quatrocentos mil remanescentes.

Soma-se a isso o regramento estipulado pelo Código Tributário Nacional. Para a apuração da atividade preponderante, avalia-se o faturamento da empresa nos dois anos anteriores e nos dois anos posteriores à operação. A atividade imobiliária é considerada preponderante se mais de cinquenta por cento da receita operacional do período advier da comercialização, locação ou cessão de direitos sobre imóveis.

Já no caso de empresas constituídas após a operação, ou com menos de dois anos de funcionamento antes dela,

a análise observará o triênio subsequente à transferência do bem.

O desfecho dessa tese no STF ainda trará reflexos diretos para holdings patrimoniais, administradoras de bens próprios, construtoras e arranjos voltados ao planejamento sucessório. Até a fixação de uma tese vinculante, as sociedades que recolheram o ITBI nos últimos cinco anos ou que vêm sendo notificadas pelo Fisco devem revisar detalhadamente seus atos societários, a estrutura do capital, a destinação dos bens e o perfil efetivo de suas receitas para recuperar créditos ou evitar prejuízos.

Consulte sempre um advogado para garantir o pleno atendimento de seus direitos.



JABER LOPES M. MONTEIRO

Advogado e Consultor do escritório Olivo Mendonça Monteiro Advogados.
Site: www.olivomonteiro.com.br
E-mail: contato@olivomonteiro.com.br
Instagram: @olivomonteiro

CURSOS | **CONGRESSOS** | SEMINÁRIOS | **PUBLICAÇÕES**

Conheça o site do
Ministério Vida Radiante
e aproveite tudo que preparamos para você, sua família e seu ministério.

ACESSE:
ministeriovidaradiante.com.br



Invista
EM SUA EQUIPE

Nós temos o CURSO adequado para o APERFEIÇOAMENTO dos seus Líderes!

LIGUE agora para agendar um dos Cursos em sua Igreja!

Ligue 21 **2516-6080** | **98509-7276**

Confira todas as dicas em
ministeriovidaradiante.com.br

MINISTÉRIO VIDA RADIANTE

CENTRO DE JUVENTUDE E CULTURA CRISTÃ



Foto de Guto Macedo no Pexels

BÍBLIA
*Henrique Araujo**

SABOR LEITE...

"Porque não somos, como muitos, falsificadores da palavra de Deus; antes, falamos de Cristo com sinceridade, como de Deus, na presença de Deus"
2Coríntios 2.17

Wafer recheado com cobertura sabor chocolate. É desta forma que é descrito, atualmente, o antigo bombom de chocolate ao leite, mais conhecido como "Sonho de Valsa". O antigo bombom teve a quantidade de sólidos de cacau e manteiga de cacau re-

duzidos e parte foi substituída por outras gorduras vegetais.

A substituição não ocorreu apenas no bombom. O antigo leite condensado foi substituído por receitas com adição de soro de leite, gordura vegetal e amido modificado, tornando-se mistura láctea condensada de soro de leite, e o requeijão cremoso tornou-se mistura de requeijão e gordura vegetal após a gordura do leite ter sido substituída por óleo vegetal em uns casos, e gordura vegetal e amido modificado em outros. Tudo isso originou o criativo sintagma, difundido nas redes sociais, do "sabor chocolate" e seus correlatos.

O apóstolo vale-se da expressão para trazer o ensinamento de que ele não era alguém que trazia algo fraudulento como os mercadejadores falsários faziam.

Quando, nestes dias, alguém quer referir-se a algo que não é o que parece ser, de forma jocosa refere-se a ele como "sabor alguma coisa". Será que isto também poderia ser, de alguma forma, observado em algum tipo de situação bíblica experimentada por alguém? Parece que talvez sim.

Escrevendo à igreja de Corinto (2Co 2.17), Paulo faz uma asseveração interessante: "Porque não somos, como muitos, falsificadores da palavra de Deus...". Algumas versões trazem o termo "mercadejadores", outras "negociando", "negócio qualquer", "artigo de comércio" em lugar de "falsificadores". Mas, qual é o termo, afinal?

Kapeleuontes é o termo grego utilizado por Paulo, no texto, e traduzido por "falsificadores". O vocábulo remete ao uso de aditivos no leite, neste caso, especificamente à água, que era misturada ao líquido lácteo para que rendesse mais. Era uma fraude. E, por isso, o apóstolo vale-se da expressão, para trazer o ensinamento de que ele não era alguém que trazia algo fraudulento como os mercadejadores falsários faziam. O missivista apresentava a palavra de Deus em sua forma mais pura e genuína. Era como leite da melhor qualidade, e não qualquer nova fórmula alimentícia recente do tipo "sabor leite"...

A profunda consciência teológica paulina, e sua experiência de vida em Deus, o faziam ter a convicção de que

o ensino apresentado tinha uma responsabilidade inolvidável: Era falar sobre Deus, na Presença do próprio Deus: "... antes, falamos de Cristo com sinceridade, como de Deus, na presença de Deus". A certeza da grandeza da incumbência de falar do ensino do Mestre, diante do próprio Mestre, levava Paulo a um tipo de compromisso ímpar.

O apóstolo não mercadejou. Nós também não podemos mercadejar a sempiterna Palavra do Pai. Sabor leite ou leite puro e genuíno: A que você escolherá dedicar-se no próximo mergulho de estudo e exposição daquela que é a imutável Palavra de Deus?



HENRIQUE ARAÚJO

Pastor da Igreja Batista Betânia,
Professor e Pró-reitor da UniSM
(Centro Universitário Souza Marques)



TEOLOGIA

*Thiago Titillo**



Foto de Geancarlo Peruzzolo no Pexels

FÉ CRISTÃ E RESPONSABILIDADE POLÍTICA EM TEMPOS DE POLARIZAÇÃO

Uma vez vencida a etapa de uma campanha eleitoral, a igreja precisa reafirmar uma verdade que a polarização costuma encobrir: nossa fidelidade pertence a Jesus Cristo. A democracia não é propriedade de um partido, e a fé cristã não cabe integralmente em um programa de governo. Nenhuma candidatura pode reivindicar o monopólio do evangelho, e nenhum voto, isoladamente, funciona como certificado de ortodoxia teológica. A salvação vem pela graça, mediante a fé, e nossa confissão tem como centro o senhorio de Cristo, não a preferência eleitoral de uma comunidade (Ef 2.8–9; Rm 10.9; 1Co 12.3).

Isso não significa que a política seja irrelevante ou que todas as propostas tenham o mesmo valor moral. O cristão deve examinar ideias, avaliar condutas e buscar o bem da sociedade. A democracia pressupõe a convivência entre pessoas que discordam, a possibilidade de alternância no poder e o respeito à dignidade de quem não integra a maioria. Embora a Bíblia não apresente um modelo de democracia moderna, oferece fundamentos para uma participação pública responsável: justiça, verdade, cuidado com o próximo e recusa da parcialidade (Mq 6.8; Zc 8.16–17; Tg 2.1–9).

Há irmãos sinceros que chegam a conclusões eleitorais diferentes porque avaliam de modo distinto as propostas, a credibilidade dos candidatos e as consequências

de suas políticas. Podemos questionar essas avaliações sem declarar que quem vota em A ou B deixou de ser cristão. A ortodoxia é examinada à luz da revelação bíblica, e a maturidade cristã também se manifesta nos frutos de uma vida transformada. Acrescentar uma exigência partidária à comunhão da igreja é impor uma condição que o evangelho não estabeleceu (1Co 15.1–4; Gl 5.22–23; Rm 14.1–4).

Nenhuma ideologia política representa fielmente a totalidade dos valores do evangelho de Jesus Cristo. Todas precisam ser confrontadas pelas Escrituras, inclusive aquela com a qual mais nos identificamos. Qualquer ideologia humana traz consigo as marcas do pecado que afetou toda a humanidade (Rm 3.23). Não existe perfeição ideológica; existem sistemas de pensamento que buscam, com suas limitações, responder a questões inquietantes da vida em sociedade. Assim, o evangelho de Cristo não está mais à direita ou à esquerda: ele estará sempre acima e julgará todas as coisas à luz da verdade (Cl 2.8; 2Co 10.5). Quando uma convicção política passa a determinar quais mandamentos aceitaremos e quais relativizaremos, nossa consciência corre o risco de ser conduzida pelo partido. O chamado bíblico é examinar tudo, reter o que é bom e resistir à conformação com os padrões deste mundo (1Ts 5.21–22; Rm 12.2). Essa vigilância começa pelas nossas próprias preferências.

Existem pautas da direita conservadora que se aproximam de convicções cristãs, como a defesa da vida humana ainda no ventre materno. As Escrituras apresentam a vida em formação como objeto do conhecimento e do cuidado de Deus, oferecendo fundamento para sua proteção (Sl 139.13–16; Lc 1.41–44). Por isso, devemos questionar posições progressistas que tratam a prática do aborto como uma solução moralmente indiferente. Essa defesa, porém, exige acolher mulheres em sofrimento, apoiar gestantes e amparar crianças depois do nascimento. Defender a vida envolve responsabilidades concretas, não apenas declarações eleitorais (Tg 1.27; 1Jo 3.17–18).

Também existem pautas da esquerda que se aproximam de exigências bíblicas, como a defesa dos mais vulneráveis social e economicamente. A preocupação com o pobre, o trabalhador explorado, a viúva, o órfão e o estrangeiro atravessa as Escrituras. Não é uma concessão a determinada ideologia; integra nossa responsabilidade diante de Deus (Dt 24.14–22; Pv 31.8–9; Tg 5.1–6). É legítimo discutir quais políticas produzem melhores resultados. O que não podemos fazer é desprezar o sofrimento dos necessitados apenas porque sua proteção aparece no discurso de um adversário político (1Jo 3.17).

Da mesma forma, precisamos confrontar políticos conservadores que defendem o lema "bandido bom é bandido morto". A proteção da sociedade e a responsabilização

de quem pratica crimes são necessárias; a autoridade pública tem o dever de reprimir o mal (Rm 13.1–4). Mas celebrar a morte ou considerar determinadas pessoas indignas de qualquer possibilidade de restauração contraria a misericórdia que recebemos. A dignidade humana não desaparece com a culpa, e a justiça não deve ser confundida com vingança ou prazer na destruição do outro (Gn 9.6; Pv 24.17; Rm 12.19–21).

Nos Evangelhos, Jesus chama pecadores ao arrependimento e abre caminhos de recomeço. Ele procura os enfermos, acolhe a transformação de Zaqueu, impede o apedrejamento da mulher flagrada em adultério e restaura Pedro depois de sua negação (Mc 2.15–17; Lc 19.1–10; Jo 8.1–11; 21.15–19). No encontro com aquela mulher, a misericórdia preserva a vida e vem acompanhada do chamado a abandonar o pecado. A segunda chance não elimina a responsabilidade: Zaqueu, por sua vez, dispõe-se a reparar o dano causado. A graça transforma, e o arrependimento produz frutos. Por isso, uma visão cristã da segurança pública precisa considerar tanto a proteção das vítimas quanto a possibilidade de recuperação do culpado. Não somos autorizados a decretar que alguém esteja além do alcance da graça de Deus (Lc 3.8; 1Tm 1.15–16).

Esses exemplos não tornam todos os partidos equivalentes nem dispensam escolhas difíceis. Mostram que

devemos aplicar critérios bíblicos de maneira coerente, inclusive quando isso incomoda o nosso campo político. Defender o nascituro e desprezar o faminto revela uma incoerência que precisa ser corrigida. Cuidar dos pobres e desconsiderar a vida em gestação também exige revisão. O compromisso cristão com a dignidade humana deve alcançar quem ainda não nasceu, quem sofre nas periferias e quem precisa responder por seus atos (Gn 1.27; Pv 14.31; Tg 2.13).

Essa coerência inclui a maneira como tratamos quem discorda de nós. Jesus ordenou amar até os inimigos; quanto mais devemos amar os irmãos na fé (Mt 5.44; Jo 13.34–35). Será que todos os que votam em determinado candidato são fascistas? E todos os que votam no outro são comunistas? Essas generalizações substituem a escuta pela condenação e reduzem pessoas a rótulos. Podemos discordar com firmeza sem humilhar, atribuir intenções que desconhecemos ou compartilhar acusações sem cuidado com a verdade. O próximo não perde sua dignidade porque escolheu outro candidato, e nosso irmão não deixa de pertencer à família da fé porque vota diferentemente de nós. A palavra cristã deve unir verdade e amor, e nossa disposição para ouvir precisa ser maior do que a pressa em condenar (Ef 4.15,25,29; Tg 1.19–20).

Ao pastor cabe ensinar os princípios da Palavra, de-

nunciar injustiças com coerência e ajudar a comunidade a amadurecer seu discernimento. A isenção partidária não exige silêncio diante do pecado; exige liberdade para confrontá-lo em qualquer grupo, sem transformar o púlpito em instrumento de campanha. O rebanho pertence a Cristo e não pode ser tratado como patrimônio eleitoral de uma liderança (At 20.28; 1Pe 5.2–3). Oremos pelos governantes, votemos com responsabilidade e preservemos a comunhão. Nossa esperança última permanece naquele cujo Reino não depende de uma vitória nas urnas e cuja autoridade está acima de todo poder humano (1Tm 2.1–2; Jo 18.36; Mt 28.18).



THIAGO TITTILO

Pastor batista, professor, escritor e editor

thiago_titillo@yahoo.com.br

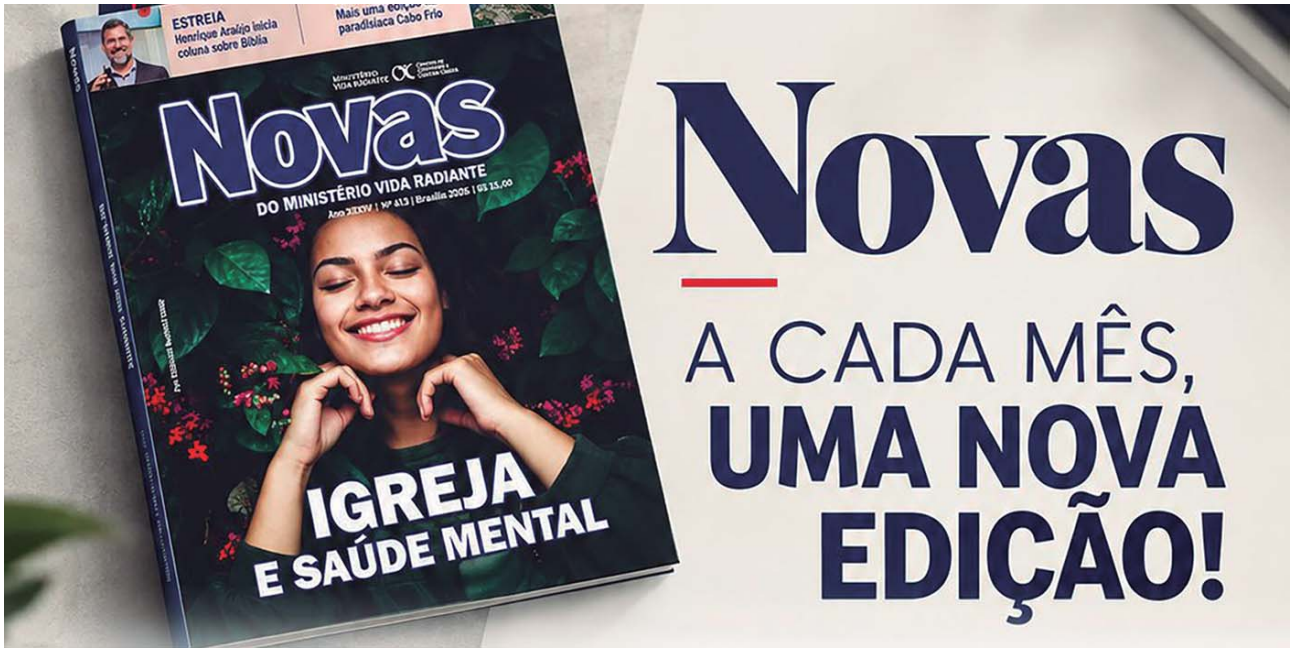




Foto de Alpha Trade Zone no Pexels

ESTANTE

*Cleverson Pereira do Valle**

SECRETÁRIO

Sou amigo do autor do livro que acaba de ser lançado, "Secretário: Segredos e práticas para o guardião da memória e escritor da história" o pastor Adalberto Fagundes a quem admiro muito pela facilidade que tem de escrever. Vale a pena ler os seus escritos! Com orgulho, compartilho que somos pastores batistas e



confrades na APEL (Academia Paulista Evangélica de Letras).

O pastor Adalberto Fagundes é bacharel em teologia pela Faculdade Teológica Batista de São Paulo, Master of Divinity e Doutorado Honorífico pela Cohen University Theological & Seminary, dos EUA. É ainda formado em Liderança Avançada pelo Haggai Institute, pastor batista, escritor e professor.

Na apresentação do seu livro, na contracapa, lemos: "Finalmente um livro instrutivo e prático para os secretários de diretorias de igrejas e associações!" O pastor Olney Basílio Silveira Lopes, por sua vez, disse: "O livro Secretário é um verdadeiro compêndio, com orientações, exemplos, modelos, diagramas, textos bíblicos, testemunhos pertinentes ao assunto, que levarão não só os secretários, mas pastores, líderes a descobrirem os verdadeiros valores organizacionais e históricos da igreja."

O Dr. William T. Quintela acrescenta: "É com imensa satisfação que apresentamos ao público brasileiro a obra "Secretário". Nela, você conhecerá os fundamentos do secretariado de forma didática e extensiva. Todavia, o livro não se limita a fundamentos: também discorre sobre questões importantes como o embasamento bíblico, a postura e a espiritualidade que envolvem esse serviço cristão."

O livro está organizado em onze capítulos. Começa com uma dedicatória e traz agradecimentos, um prefácio e uma introdução. O primeiro capítulo apresenta um "Panorama do Secretariado na Bíblia", continua com a "Definição e Conceito de Secretariado", prossegue tratando das "Características Espirituais do Secretário".

Outro capítulo interessante é sobre "Fé: Alicerce do secretário cristão". Também aborda as "Características Técnicas do Secretário" e, em seguida, trata da "Personalidade Jurídica da igreja". O autor enfatiza que o secretário é o Guardião da história. Também deixa claro que o secretário prepara os documentos e o capítulo que trata a esse respeito tem o título "O Secretário e a Produção de Documentos".

"Como registrar Atas", é o assunto do capítulo que ensina os procedimentos a serem tomados para o Registro de Ata e dos Principais Procedimentos. Também apresenta os Documentos Comuns da igreja e conclui no último capítulo abordando O Secretário como Ministério de Ordem.

O livro tem vários QrCodes com vídeos explicativos, assim, além do texto escrito, o leitor poderá assistir e se familiarizar com os documentos citados. O autor cita várias frases e uma delas que gostei é "Toda igreja tem pelo

menos três histórias. A que se conta, a que não se fala e a que está registrada no livro de Atas.”

Finalmente, na conclusão do livro, o autor reafirma que o secretariado estatutário é um ministério de ordem e fé.

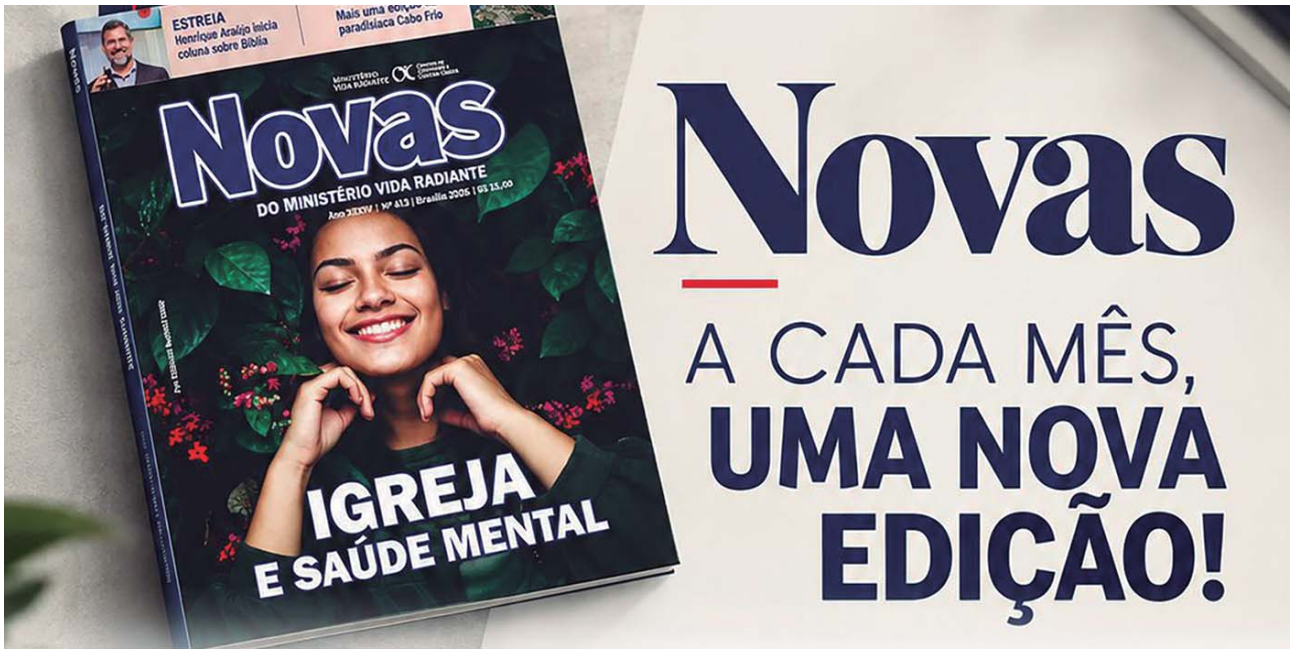
Recomendo este livro essencial a todo aquele que deseja atuar na secretaria ou já atua. Louvo a Deus pela vida do pastor Adalberto Fagundes! Que ele continue escrevendo e trazendo pérolas como essa que está em minhas mãos!



CLEVERSON DO VALLE

Pastor da Igreja Batista em Vila Natal, Mogi das Cruzes, SP

cleversonvalle@gmail.com



PANORAMA

*Daniel Barbosa de Souza**

TEMPOS TRABALHOSOS

Quero iniciar esta coluna declarando que, de todos os livros de uma biblioteca de igreja, o mais relevante é, sem dúvida, a Bíblia. Por conseguinte, creio que a filosofia, a psicologia, a sociologia e a história e as outras disciplinas são relevantes para a compreensão dos fenômenos da vida humana, mas a teologia deve ocupar a vanguarda de uma biblioteca evangélica.

Há, na Bíblia, um texto que é notável e – para mim – fundamental para se entender a filosofia da educação cristã: trata-se de 2Timóteo 3. Paulo escreve para seu discípulo e o adverte acerca dos tempos difíceis e das pesadas sombras que os acompanhariam. Os dias em que vivemos corroboram as duras palavras de Paulo e a descrição que ele faz: tempos de desamor, de incredulidade, de dúvidas e incertezas. Tempos em que o adiantado estado de putrefação moral e espiritual predomina de forma esmagadora.

Nesta perspectiva e diante deste quadro cresce a percepção da importância e da relevância das leituras, das pesquisas, dos estudos. E, nestes tempos, é fundamental ter a coragem de remar ao contrário, lutando a favor da verdade, dando espaço para o trabalho educacional que esclarece, capacita e conscientiza ou, do contrário continuaremos aplaudindo os medíocres e sua pobreza espiritual, intelectual e de caráter.

Como também nos orienta Paulo em sua carta aos Romanos (13.11-12), não fiquemos no berço da acomodação pois poderemos correr o risco de acordarmos muito tarde na cronologia de Deus. A propósito, a reflexão que proponho, tendo a Bíblia realçada à sua posição central na cultura e na produção teológica, é uma homenagem a mais um aniversário da Reforma Protestante do século XVI que neste outubro de 2026 completa 509 anos.



DANIEL BARBOSA
Educador Religioso, é membro da Comunidade Batista Atos 2, em Nova Friburgo, RJ, e da Sociedade Bonhoeffer
bonhof23daniel@gmail.com

** Texto publicado originalmente na edição 261, de outubro de 2012, republicado aqui pela sua atualidade e em função do afastamento do nosso colunista por razões de saúde.*



Foto de Franklin Peña Gutierrez no Pexels

Convivendo com as tragédias

Às vezes somos surpreendidos com situações difíceis e algumas delas, trágicas. Lidar com o inesperado e, muitas vezes com os prejuízos decorrentes, não é simples nem fácil

Um acidente de carro com consequências trágicas; uma queda ou atropelamento; um incêndio ou até mesmo uma situação de criminalidade como é comum nas grandes cidades – são algumas das tragédias que podem nos alcançar e, com isso, roubar a nossa paz e a nossa alegria.

Aprender a lidar com as adversidades e a descobrir como superá-las e até mesmo transformá-las numa base para o crescimento pessoal é o desafio que temos para cada dia. Este é o tema da reflexão da vigésima semana do livro de reflexões devocionais A Alegria Vem Pelo Amanhecer, escrito pelo pastor Gilton Medeiros, com base na inspiração da mensagem bíblica "O choro pode durar uma noite, mas a alegria vem pela manhã" (Salmo 30.5).

Organizadas para proporcionar subsídios a uma devocional semanal, a obra tem, para cada capítulo, uma reflexão, um roteiro para orações diárias, uma oração modelo e um texto bíblico para guardar no coração. Com 53 reflexões devocionais, A Alegria Vem Pelo Amanhecer fornece as bases para os momentos de comunhão pessoal de cada dia, compartilhando palavras de ânimo, encorajamento e inspiração. Além disto, junto com as reflexões, o livro oferece um roteiro com sugestões de

como fazer um momento devocional rico e cheio de inspiração. A ideia é que o leitor encontre nesse devocionário um companheiro para a sua jornada e possa descobrir que a vida pode ser plena, abundante e feliz, mesmo vivendo em meio a circunstâncias adversas.

O autor, pastor Gilton Medeiros, é o Diretor Executivo e fundador do Ministério Vida Radiante, iniciativa que tem como propósito inspirar, encorajar e edificar as pessoas para que se tornem discípulos dedicados de Jesus. Palestrante e conferencista, o autor tem a agenda aberta para convites de Igrejas, Convenções, Universidades e Escolas. Contatos devem ser feitos pelo WhatsApp 21 98509-7276.



A ALEGRIA VEM PELO AMANHECER
Palavras de ânimo, encorajamento e inspiração para todos os dias
Gilton Medeiros
Editora Ministério Vida Radiante
176 páginas



Foto de Maria Charizani no Pexels

O valor do silêncio

Em meio à hiperconexão, ansiedade e rotina acelerada, obra de Pedro Felizola inspira leitor a redescobrir o valor de estar presente e atravessar momentos difíceis com mais consciência

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil lidera o ranking mundial de transtornos de ansiedade. O cenário se conecta a uma rotina marcada por notificações que não param, excesso de informação, jornadas intensas de trabalho e a sensação constante de estar atrasado. Em uma época na qual descansar parece perda de tempo, desacelerar deixou de ser apenas uma escolha e se tornou uma necessidade urgente. É a partir dessa realidade que Pedro Felizola propõe uma reflexão: o que acontece quando finalmente paramos?

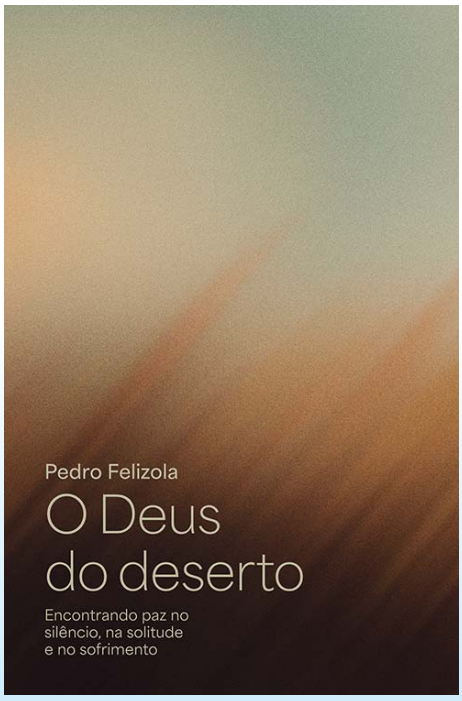
Na obra O Deus do deserto: Encontrando paz no silêncio, na solitude e no sofrimento, o pastor apresenta a introspecção como uma oportunidade de reconectar-se consigo mesmo, reorganizar pensamentos e enxergar os desafios da vida com mais clareza. O conceito de "deserto" espiritual é utilizado como metáfora para encarar fases de incerteza, espera e transformação, a partir dos exemplos bíblicos de Moisés, Elias, Davi e Jesus.

No mundo hiperconectado, onde estímulos disputam atenção o tempo todo, Felizola defende que nem toda pausa precisa ser preenchida por uma tela, uma conversa ou um novo conteúdo. Às vezes, o vazio pode ser justamente o que traz paz interior. Nesse ponto, a obra também explica a diferença entre solitude e solidão. Enquanto a solidão está relacionada ao isolamento indesejado, o

autor mostra que a solitude vem da escolha consciente de criar espaço para ouvir, pensar, observar e praticar a presença real.

O Deus do deserto dialoga não só com quem busca fortalecer a espiritualidade, mas também com todos que enfrentam exaustão e sobrecarga da rotina.

O autor, Pedro Felizola, é pastor fundador e líder da Igreja Batista Vértice, em Brasília. Seu trabalho é focado em conduzir discípulos na jornada da formação espiritual comunitária. É graduado em Teologia e pós-graduado em Direito.



O DEUS DO DESERTO
Encontrando paz no silêncio, na solitude e no sofrimento
Pedro Felizola
Editora Mundo Cristão
144 páginas

Pastores que sofrem de solidão

Livro organizado por Valdir Steuernagel e Daniel Guanaes apresenta caminhos para fortalecer o autocuidado e saúde emocional de lideranças cristãs

Por trás da presença diária em comunidade, existe um lado do ministério que quase ninguém vê: a solidão de quem ouve e aconselha fiéis todos os dias, mas nem sempre encontra espaço para compartilhar as próprias dores. Não é à toa que dois em cada cinco pastores (40%) se sentem solitários, segundo pesquisa divulgada pelo Barna Group.

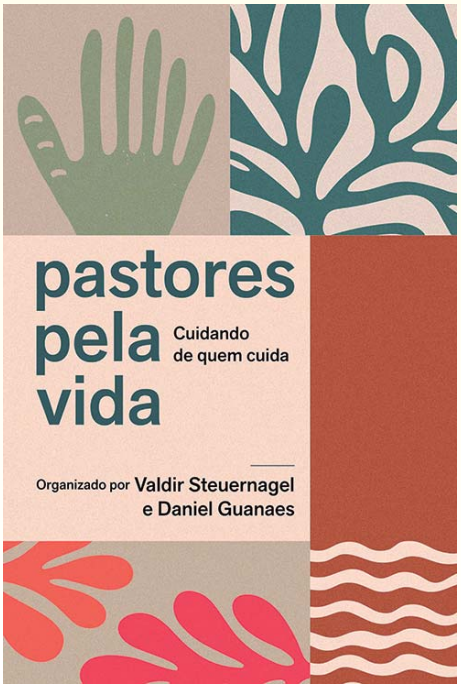
Esse cenário serve como ponto de partida para a obra Pastores pela Vida: Cuidando de quem cuida, novo livro sobre autocuidado e saúde emocional das lideranças cristãs, organizado pelos teólogos Valdir Steuernagel e Daniel Guanaes.

Embora o dado do Barna Group se refira ao comportamento religioso nos Estados Unidos, o estudo permite fazer um paralelo com a realidade pastoral brasileira — enquanto ainda não há um mapeamento oficial desse contexto nacional entre líderes evangélicos. “Pastores estão sempre cercados de pessoas: pregam em cultos cheios, aconselham casais em crise e orientam uma congregação inteira. Por mais paradoxal que pareça, uma das suas principais queixas é a solidão. Falo como pastor e como psicólogo”, aponta Guanaes.

A obra lançada pela Editora Mundo Cristão, em parceria com a organização não governamental Visão Mundial Brasil e assinada por 11 coautores, contesta a crença de que o líder precisa carregar sozinho o peso de todas as responsabilidades. Em tempos de depressão, ansiedade e burnout, a mensagem do livro é clara: para continuar cuidando bem do próximo, é preciso aprender a cuidar de si mesmo em primeiro lugar.

Os organizadores desta obra são líderes reconhecidos: Daniel Guanaes é pastor, psicólogo clínico, autor do livro Cuidar de Si e líder do movimento Pastores pela Vida, iniciativa da Visão Mundial. Valdir Steuernagel é pastor luterano, teólogo e embaixador da Visão Mundial Brasil.

Com mestrado e PhD pela Lutheran School of Theology, em Chicago, presidiu os conselhos nacional e internacional da organização e é colunista da revista Ultimato.



PASTORES PELA VIDA

Cuidando de quem cuida

Organizadores: Valdir Steuernagel e Daniel Guanaes

Coautores: Olgálvaro Bastos Jr.; Esther Carrenho; Carlos “Catito” e Dagmar Grzybowski; Thiago Grulha; Ziel Machado; Karen Bomilcar; Guilherme Franco; Ricardo Barbosa de Sousa; Zé Bruno; Luiza Agreste Nazareth e Silêda Silva Steuernagel

Editora Mundo Cristão

176 páginas



Foto de Castorly Stock no Pexels

Os cactos, a autoestima e a diversidade

“O cacto que floresceu” propõe atividade prática para pais e educadores contra a exclusão social em ambientes escolares

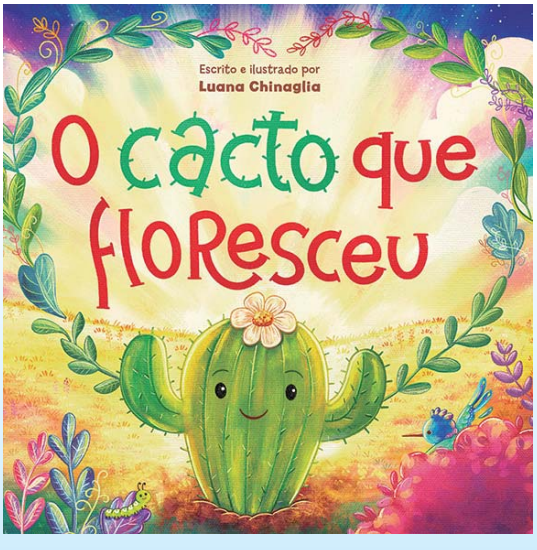
O cacto Cacá tem um coração enorme, mas as outras flores do jardim rejeitam a sua aparência cheia de espinhos. A relação com a própria identidade só muda quando ele encontra o beija-flor Zig, primeiro amigo que enxerga sua beleza além da casca. Novo livro infantil da escritora e ilustradora Luana Chinaglia, O cacto que floresceu chega às famílias em meio a um debate crescente sobre saúde emocional e bullying nas escolas.

Lançada pela Editora Mundo Cristão, a obra aborda temas apropriados à faixa etária de 4 a 9 anos, como exclusão, solidão e o peso das palavras ditas na infância. Nesta história, Cacá vive escondido em um jardim onde a beleza obedece a um mesmo padrão. Diante do deboche de flores como a dália Dalila, ele se pergunta por que nasceu "esquisito" e sem perfume. É nesse ponto que Zig entra em cena: o beija-flor faz abrigo em um buraco no tronco do cacto, transformando o que era motivo de vergonha para o protagonista em uma aventura de aceitação, autoestima e novas amizades.

Luana Chinaglia assina tanto o texto quanto as ilustrações. A partir de imagens e frases curtas que facilitam a compreensão da mensagem, a autora e ilustradora constrói uma narrativa ideal para leitura compartilhada. Na

seção “Para conversar com sua família ou na escola”, pais e professores podem usar as metáforas do enredo, explicar o que cada personagem representa e curiosidades sobre a natureza dos cactos. O capítulo se desdobra ainda em uma atividade prática que propõe às crianças um exercício diário de gentileza e cuidado com as palavras direcionadas aos colegas.

Luana Chinaglia é autora e ilustradora. Formada em Design e Artes Visuais, com especialização em Ilustração Editorial, dedica-se à missão de transformar histórias em imagens que toquem o coração.



O CACTO QUE FLORESCEU
Autora e ilustradora: Luana Chinaglia
Editora Mundo Cristão
40 páginas



Foto de Maxim Titov no Pexels

Fama passa, propósito fica: começa a Garagens Tour!

Inspirado no fenômeno The Eras Tour da cantora Taylor Swift, nova ficção brasileira discute pressão pela fama nas redes sociais entre jovens

Pérola sempre preferiu ter uma vida "low profile", longe das câmeras. Até que uma série de imprevistos lança a garota no centro da maior turnê musical do país. Como guitarrista substituta da GdE33, ela precisa encarar não apenas as plateias lotadas e a expectativa de sustentar uma imagem perfeita diante de milhares de fãs... mas também o reencontro com Joca, vocalista da banda e seu ex-melhor amigo. Em Bem-vinda à Garagens Tour, Thaís Oliveira oferece uma narrativa vibrante para o público jovem sobre o preço da fama e a busca por um propósito maior que os holofotes.

Referência direta à The Eras Tour, fenômeno global da cantora Taylor Swift, o título da obra é porta de entrada para um universo repleto de dilemas reais da Geração Z. A obra mergulha em temas urgentes entre adolescentes, especialmente a pressão estética e por engajamento nas redes sociais. Alternando entre o glamour dos palcos e o esgotamento dos bastidores, a autora trata com sensibilidade de temas como saúde mental, distorção da imagem corporal, monetização da vida privada e burnout digital. Aborda ainda amizade, pertencimento, autoestima, família, sonhos, fé, mágoas passadas, cura emocional e reconciliação.

Depois de conquistar o mercado editorial com as séries Aventuras de Mabel e Corajosas, Thaís Oliveira faz os leitores lembrarem que nenhum "sucesso" tem valor

quando se perde quem realmente é pelo caminho. Em um mundo de filtros, curtidas e vidas milimetricamente calculadas para postar no feed, Bem-vinda à Garagens Tour defende o contrário: mostra a importância de viver a própria identidade sem depender de aplausos. Uma história inspiradora para fãs da indústria musical, romance juvenil e ficção cristã.

A autora, Thaís Oliveira, é uma capixaba que tem utilizado as palavras e as redes sociais para compartilhar com o maior número possível de garotas o quanto Deus as ama e quem elas realmente são aos olhos dele. É formada em História e mestre em Educação Básica e Formação de Professores.



BEM-VINDA À GARAGENS TOUR
Thaís Oliveira
Editora Mundo Cristão
368 páginas



Foto de Geri Tech no Pexels

“Visualizou e não respondeu?” Por que isso incomoda tanto

Diego Menin usa cenas comuns, como a espera por uma mensagem, para mostrar onde termina o afeto, onde começa a dependência emocional e como encontrar em Deus a verdadeira segurança

Uma mensagem sem resposta pode estragar o dia. Um "ok" diferente, um emoji que não veio ou alguns minutos a mais de espera são suficientes para despertar perguntas: "será que aconteceu alguma coisa?", "ele perdeu o interesse?" ou "fiz algo errado?".

Para o pastor e escritor Diego Menin, esses episódios revelam um problema mais profundo: quando a autoestima passa a depender da atenção de outras pessoas. É esse comportamento que ele aborda em A maldição da dependência emocional, publicado pela Editora Vida.

Com linguagem direta e doses de humor, Menin fala sobre a chamada "perita criminal de WhatsApp", mas amplia a discussão para questões como autoengano, dificuldade de assumir responsabilidades e a busca por aquilo que o outro não pode oferecer. Nesse processo, a relação com Deus ocupa lugar central: para o autor, a libertação da dependência começa quando nenhuma pessoa é colocada acima daquele que deve ser a principal fonte de identidade e segurança.

Menin aborda ainda a dificuldade de estar sozinho e apresenta a solitude como oportunidade de amadurecimento, autoconhecimento e aproximação com Deus. A

reflexão é complementada por personagens bíblicos, como Lia, cuja história ilustra a busca por amor e reconhecimento e ajuda a discutir uma questão central do livro: até que ponto a necessidade de ser amado pelo outro interfere na forma como alguém enxerga o próprio valor diante de Deus?

O autor, Diego Menin, é pastor-presidente da Igreja Lírio, formado em Ciências Econômicas e Teologia. É idealizador da visão Be Power, que incentiva o uso do estilo de vida como ferramenta de propagação do Evangelho.



A MALDIÇÃO DA DEPENDÊNCIA EMOCIONAL
Diego Menin
Editora Vida
136 páginas



Servir a Jesus trabalhando para a edificação da Igreja, o Corpo de Cristo: esta é a nossa **Missão.**

Seja um INTERCESSOR ou um MANTENEDOR do MINISTÉRIO VIDA RADIANTE!

FAÇA PARTE!
ORE E CONTRIBUA!

Ligue para:
21 98509-7276
ou 2516-6080 ou consulte ministeriovidaradiante.com.br e participe do nosso ministério!

Sua oferta nos permitirá oferecer oportunidades de treinamento e aprimoramento para igrejas que não tem recursos para investir na formação dos seus próprios líderes!

PARA OFERTAR:

BRADESCO
Agência 02013
Conta Corrente: 17.1970-0
Ministério Vida Radiante
PIX: CNPJ: 39.119.888/0001-11

ministeriovidaradiante.com.br | 21 2516-6080 | 98509-7276