



# A RESPOSTA DO PASTOR PARA O ESTRESSE

DR. ADRIAN ROGERS



Pastor, professor e autor, **Adrian Rogers** tem introduzido várias pessoas de todo o mundo ao amor de Jesus Cristo, e tem impactado um incontável número de vidas apresentando verdades bíblicas profundas com tal simplicidade que uma criança de 5 anos de idade consegue entender, e ainda, falar ao coração de uma pessoa de 50 anos.

**O AMOR VERDADEIRO** (Love Worth Finding)

começou em 1987 como o ministério de radiodifusão e televisão do Dr. Adrian Rogers, e continua hoje como o provedor exclusivo de seus amplos ensinamentos. Conectando pessoas com a sempre atual sabedoria bíblica falada por ele de maneira franca e direta por meio de recursos como livros, gravações de vídeo e áudio, conteúdo digital e outros tipos de mídia, procuramos não apenas alcançar pessoas não cristãs com a esperança de Jesus, mas também fortalecer e encorajar todos os dias cristãos em sua fé.



**A RESPOSTA DO  
PASTOR PARA O  
ESTRESSE**

DR. ADRIAN ROGERS

## VERDADE QUE VALE COMPARTILHAR

Seguindo as últimas instruções de Jesus aqui na terra para nós registradas em Mateus 28:19, as coleções Verdade Que Vale Compartilhar de O AMOR VERDADEIRO (Love Worth Finding) são elaboradas para serem usadas para o seu próprio crescimento pessoal e, mais importantemente, para a sua missão do “... Ide, fazei discípulos de todas as nações, ...”

Deus pode usá-lo, com o que tens, onde estás. E, Ele lhe proverá todas as suas necessidades.

PASTOR ADRIAN ROGERS

Este livreto foi extraído da mensagem do Pastor Adrian Rogers *How to Handle Stress* (#1361), disponível em **Inglês** pela internet no link abaixo:

[lwf.org/products/how-to-handle-stress-1361](http://lwf.org/products/how-to-handle-stress-1361)

[lwf.org/products/the-secret-of-satisfaction-series](http://lwf.org/products/the-secret-of-satisfaction-series)



# A RESPOSTA DO PASTOR PARA O ESTRESSE

O estresse é um problema para você?

Muitas pessoas que conheço estão “estressadas e sem ter para onde ir”. Elas estavam cansadas e agitadas, atormentadas e apressadas. Às vezes até parece errado estar calmo e contente.

Ouvi falar de uma mulher que chamou seu pastor e disse: “Pastor, tentei ligar para você o dia inteiro na segunda-feira e não consegui encontrá-lo”.

Bem, disse ele, “segunda-feira é meu dia de folga. Eu estava descansando”.

Ela disse: “O *diabo* nunca tira folga”. “Sim”, disse o pastor, “e se eu também não tirasse, seria como o diabo”.

## TODOS, COMO OVELHAS ...

Você sabe por que nós somos estressados? Porque somos como ovelhas. O Salmo 100:3 diz: “... **somos povo seu e ovelhas do seu pasto**”. É assim que Deus nos descreve.

Você diz: “Isso não é maravilhoso! Eu sou uma ovelha”. Mas Deus não estava necessariamente tentando nos elogiar. Ele estava tentando nos

mostrar algumas coisas sobre nós mesmos, para que entendamos o quanto precisamos d'Ele.

## VELHAS NÃO SÃO INTELIGENTES

Quando comecei a estudar sobre ovelhas, fiquei impressionado com o fato de que uma ovelha não é o animal mais inteligente do mundo. Quantas vezes você foi ao circo e viu ovelhas treinadas? Existem cavalos, leões, tigres e até porcos; mas nenhuma ovelha. A simples verdade é que as ovelhas não são realmente muito inteligentes.

Você pode dizer: “Ei, eu sou muito inteligente. Na verdade, me formei no topo da minha turma.” Deixe-me explicar que estou falando agora em termos espirituais.

Nicodemos, por exemplo, era um fariseu muito inteligente. No entanto, Jesus teve que lhe dizer: **“Tu és mestre em Israel, e não sabes isto?”** (João 3:10). Veja, Nicodemos era intelectualmente brilhante, mas espiritualmente ignorante. Paulo disse isso melhor em Romanos 3:11: **“Não há quem entenda; ...”**. No reino espiritual, somos todos como ovelhas.

## VELHAS PRECISAM SER DEFENDIDAS

Cavalos podem correr, mulas podem dar coices e leões podem morder. Tigres podem arranhar, ursos podem esmagar, gambás podem, bem, nós sabemos o que eles podem fazer! – e cobras podem atacar.

Mas ovelhas não podem lutar. Elas não podem correr. Elas têm músculos relativamente fracos, visão ruim e audição ruim. Elas são bastante

indefesas. Quando a Bíblia fala de cordeiros, fala deles como indo em direção ao abate.

Porque isso é verdade, as ovelhas precisam de alguém para defendê-las. E nós também. Por isso o apóstolo Paulo disse: “... **nossa suficiência vem de Deus**” (2 Coríntios 3:5); isto é, não temos suficiência em nós mesmos.

## **OVELHAS PRECISAM SER CONDUZIDAS**

Além de tudo, as ovelhas facilmente se perdem pelo caminho. Isaías disse, “**Todos nós andávamos desgarrados como ovelhas; ...**” (53:6). Enquanto a ovelha fica pastando e comendo grama de lugar em lugar, ela vai se afastando cada vez mais do rebanho, do aprisco e do pastor. E, ela nem percebe isso. Antes que a ovelha perceba, ela está perdida.

---

**Você sabe o que há de errado com a maioria de nós? Nós não deitamos na grama verde e meditamos.**

---

As vacas voltam para a estrebaria e os cavalos voltam para o estábulo. Você já tentou se livrar de um gato? Ele volta para casa. Você já ouviu falar de um pombo-correio, mas nunca de uma ovelha-correio. Elas não voltam. Elas têm que ser procuradas. Elas têm que ser trazidas. Essa é apenas a natureza das ovelhas.

Deus disse em Oséias 11:7: “**Porque o meu povo é inclinado a desviar-se de mim; ...**”. Você sabe o

que isso significa em português claro? Significa que temos uma inclinação a nos desviar de Deus.

Você é assim? Claro que você é. Todos nós somos. Nós até cantamos sobre isso. “Somos propensos a andar por aí dizendo Senhor, eu sinto isso. Somos propensos a deixar o Deus que dizemos amar”. Essa é a natureza da ovelha em todos nós.

## **OVELHAS PRECISAM SER CUIDADAS**

As ovelhas são dependentes. Em seu livro, *Um Pastor Olha para o Salmo 23*, o autor Phillip Keller diz que às vezes as ovelhas podem se tornar *indefesas*. Isso acontece quando uma ovelha cai de costas e não consegue se levantar. Suas patas ficam no ar e ela não tem capacidade física e habilidade suficiente para se desvirar e ficar em pé.

Nessa posição, uma ovelha é vulnerável a abutres e lobos. Para piorar a situação, os gases começam a se acumular dentro das ovelhas e ficam inchadas. Em pouco tempo, sua circulação é interrompida e a indefesa ovelha morre.

A única esperança para uma ovelha indefesa é que o pastor apareça, faça uma massagem para que a circulação volte aos membros, e coloque-a em seus ombros para levá-la de volta ao aprisco. Seu Pastor já fez isso por você quando estava caído e não conseguia se levantar? Graças a Deus pelo Pastor!





# JESUS NOSSO PASTOR

Todos nós conhecemos os versículos iniciais do Salmo 23: **“O SENHOR é o meu pastor, nada me faltará. Deitar-me faz em verdes pastos, guia-me mansamente a águas tranquilas.”** (vv.1-2).

Ovelhas no Oriente Médio acordam e começam a comer brotos de capim e a pastar por volta das 4:00 da manhã, quando tudo está calmo e quieto. Enquanto o orvalho refrescante ainda está na grama, o pastor as leva para fora do aprisco. Por volta das 10:00 ou 11:00 horas o sol nasceu e está quente. Então, o pastor procura um lugar com sombra e gramado onde suas ovelhas podem se deitar por várias horas.

Você sabe o que uma ovelha está fazendo quando ela deita? Está ruminando. A ovelha tem um segundo estômago. Ela coloca aquela grama doce, o trevo e a alfafa no seu segundo estômago. Então, o pastor diz: “Agora, deite e digira o que você tem”.

Então a ovelha traz a grama de volta e começa a mastigá-la e saboreá-la. Este é o momento em que a ovelha está crescendo. Este é o tempo mais produtivo de uma ovelha – um tempo de quietude, um tempo de serenidade.

Se aquela grama verde é a Palavra de Deus, o que as ovelhas estão fazendo quando estão mastigando a comida? Meditando, David disse:

**Bem-aventurado o homem que não anda segundo o conselho dos ímpios, nem se detém no caminho dos pecadores, nem se assenta na roda dos escarnecedores. Antes tem o seu prazer na lei do Senhor, e na sua lei medita de dia e de noite. (Salmo 1:1-2)**

Davi meditava, refletindo na lei de Deus, dia e noite. E no Salmo 119:98-104, ele listou os resultados. A lei de Deus o tornou mais sábio do que seus inimigos, deu-lhe mais entendimento do que seus professores e anciãos, guardou seus pés de todo mau caminho e ensinou-o a odiar todo falso caminho.

Considere alguns Salmos que nos exortam a meditar na Palavra de Deus:

**Sejam agradáveis as palavras da minha boca e a meditação do meu coração perante a tua face, SENHOR, Rocha minha e Redentor meu! (Salmo 19:14)**

**A minha meditação acerca dele será suave; eu me alegrarei no SENHOR. (Salmo 104:34)**

**Meditarei nos teus preceitos, e terei respeito aos teus caminhos. (Salmo 119:15)**

Você sabe o que há de errado com a maioria de nós? Nós não deitamos na grama verde e meditamos. Até aqueles de nosso meio que estudam a Palavra de Deus não gastam tempo realmente suficiente digerindo e assimilando o que Deus tem nos dado.

Muitas pessoas pensam que farão um favor enorme a Deus se forem à igreja no domingo! E, se

eles puderem entender apenas a metade do que o pastor está falando, isto está ótimo.

Quando você chega em casa, vindo da igreja, você realmente medita sobre o que ouviu? Quando você estuda a Palavra de Deus, você realmente tem um tempo de quietude? Você mantém um diário espiritual onde você escreve os pensamentos que Deus lhe dá? Deixe-me encorajá-lo a dedicar um tempo para meditar na Palavra.

Muitas das coisas que eu prego são coisas que Deus me dá enquanto penso nas Escrituras que acabei de ler. Muitas vezes me perguntam: “Como posso saber o que há na Palavra de Deus? De onde você tira suas ideias e percepções?”

Uma maneira de fazer isso é sentar e meditar. E se você espera que Deus lhe dê algo, então você deve ter uma caneta ou um lápis pronto para anotá-lo em seu diário espiritual.

---

**Você sabe o que há de errado com a maioria de nós? Nós não deitamos na grama verde e meditamos.**

---

Mas algumas pessoas estão ocupadas demais para fazer isso. Francamente, se você estiver ocupado demais para ler a Palavra, meditar nela e registrar o que o Espírito lhe revela sobre isso; você está mais ocupado do que deveria, e ponto final! Se isso descreve sua vida, você está perdendo a vida que Jesus prometeu quando Ele disse em João 10:10

**“... eu vim para que tenham vida, e a tenham com abundância.”**

Às vezes, ouço as pessoas aconselharem outras pessoas: “Faça todo o dinheiro que puder, e faça com honestidade”. Esse é um mau conselho. Se você realmente fizer isso, estará ganhando dinheiro quando deveria estar fazendo outra coisa. Você estará fazendo dinheiro quando você deveria estar quieto e sozinho com Deus.

Li recentemente no jornal sobre um avião de combate que estava indo tão rápido que, quando disparou sua arma, o avião alcançou o projétil, atirando em si mesmo. Eu tive que reler isso. O avião literalmente atirou em si mesmo!

Muitas pessoas que conheço estão fazendo a mesma coisa. Eles não tiram tempo para desacelerar, ficar quietos e saber que Deus é Deus, para desfrutar serenidade e ficar quieto. Não é pecado ficar quieto. Pelo contrário, a Palavra de Deus diz: **“... no sossego e na confiança estaria a vossa força, ...”** (Isaías 30:15). E o salmista nos aconselhou: **“Aquietai-vos, e sabeis que eu sou Deus; ...”** (Salmo 46:10)

David disse, **“Deitar-me faz em verdes pastos, ...”**. Quando você lê esse verso, você pode colocar a ênfase em um dos dois lugares: no *deitar-me* ou no *faz*. Acredito que Deus nos ama tanto, que se não deitarmos, Ele vai nos fazer deitar.

David disse certa vez: **“Antes de ser afligido, andava errado ...”** (Salmo 119:67). Mais tarde, no versículo 71, vemos que Davi aprendeu uma lição valiosa com sua aflição. Ele disse: **“Foi-me bom ter sido afligido, ...”**, porque isso o fez parar, pensar em Deus e voltar-se para Ele. Deus sempre nos dá a liberdade de escolher. Podemos gastar o tempo, ou podemos deixar Deus criar o tempo que precisamos. Pessoalmente, eu preferiria dizer: “Não importa, Senhor, Tu não tens que me afligir.

Eu vou desacelerar. Eu ficarei quieto. Eu quero que saibas que Tu és Deus”.

Para aprender sobre a natureza do estresse, temos olhado na natureza das ovelhas. Para aprender a lidar com o estresse, precisamos olhar na natureza do Pastor.



# QUEM É ESSE PASTOR?

Jesus não é apenas o Pastor; Ele é o *Bom Pastor*, o *Grande Pastor*, o *Pastor Chefe*. Pedro disse que lançasse “**sobre ele toda a vossa ansiedade, porque ele tem cuidado de vós.**” (1 Pedro 5:7). Nosso Pastor é Jesus, o Jeová do Antigo Testamento. Ele é Aquele que nos faz deitar em verdes pastos e nos guia mansamente a águas tranquilas. E, por causa de Quem Ele é, temos segurança.

## NOSSO PASTOR É COMPASSIVO

Mateus 9:35-36 diz:

**E percorria Jesus todas as cidades e aldeias, ensinando nas sinagogas deles, e pregando o evangelho do reino, e curando todas as enfermidades e moléstias entre o povo. E, vendo as multidões, teve grande compaixão delas, porque andavam cansadas e desgarradas, como ovelhas que não têm pastor.**

Quando Jesus viu as pessoas de Seus dias, viu-as dispersas, correndo freneticamente aqui e ali, empalidecendo, desmaiando, reclamando e cheias de estresse. E “... **teve grande compaixão delas, ...**”. Na língua grega o termo usado é muito poderoso,

significando literalmente “convulsionar”. E, a palavra *compaixão* significa “sentir ou sofrer com paixão”. Jesus agitou-se veementemente e sofreu ao ver as ovelhas sem pastor.

---

**Jesus não é apenas o Pastor;  
Ele é o Bom Pastor, o Grande  
Pastor, o Pastor Chefe.**

---

### **NOSSO PASTOR CUIDA**

Isaías 40:11 é um dos mais belos versículos da Bíblia: **“Como pastor apascentará o seu rebanho; entre os seus braços recolherá os cordeirinhos, e os levará no seu regaço; as que amamentam guiará suavemente.”**

Você não fica contente em saber que o Senhor é tão amoroso com a gente? Você não fica agradecido por Ele nos dar o que precisamos e não o que merecemos? Ele já carregou você em Seus braços?

Os bebês cristãos são como cordeiros. Alguns deles saíram praticamente de um ambiente de puro paganismo. Eles não sabem nada sobre igreja. Eles são apenas bebês que vêm e dão seu coração a Jesus. E, em vez de fazer esses cordeirinhos passar por um teste teológico, batendo em suas mãos toda vez que estendem a mão para tocar em algo que não deveriam e punindo-os quando falham; Jesus os pega, e os carrega em Seus braços. Ele me carregou quando eu era um cordeirinho. Se Ele não tivesse me carregado, eu nunca teria conseguido.

Ele não disse: “Fique aí parado, imundo, ou morra!”. Ele é um Pastor compassivo e carinhoso.

## **NOSSO PASTOR É CORAJOSO**

Em João 10:11-12, logo após Jesus ter dito: **“Eu sou o bom Pastor”**, ele disse algo igualmente maravilhoso:

**“... o bom Pastor dá a sua vida pelas ovelhas. Mas o mercenário, e o que não é pastor, de quem não são as ovelhas, vê vir o lobo, e deixa as ovelhas, e foge; e o lobo as arrebatava e dispersa as ovelhas.”**

Havia muitos perigos para as ovelhas naqueles dias. Havia leões, lobos e ursos. Havia ladrões que roubavam e matavam as ovelhas. Havia cães selvagens e catadores de rua. Quando esses predadores procuravam as ovelhas, um homem contratado corria para salvar suas vidas. Mas o homem que possuía suas próprias ovelhas ficava e lutava – mesmo que isso lhe custasse a vida. Davi nos deu uma imagem vívida desse tipo de coragem quando disse ao rei Saul:

**...Teu servo apascentava as ovelhas de seu pai; e quando vinha um leão e um urso, e tomava uma ovelha do rebanho, eu saía após ele e o feria, e livrava-a da sua boca; e, quando ele se levantava contra mim, lançava-lhe mão da barba, e o feria e o matava. (1 Samuel 17:34-35)**

Embora você seja fraco como uma ovelha, você tem um pastor compassivo, cuidadoso e corajoso que já sacrificou Sua vida por você, ressuscitou



dos mortos e “... **vivendo sempre para interceder** ...” por você (Hebreus 7:25).

Isso significa que Jesus está sempre preocupado com você, sempre atendendo as suas necessidades e sempre lutando por você. **“As minhas ovelhas ouvem a minha voz, e eu conheço-as, e elas me seguem. E dou-lhes a vida eterna, e nunca hão de perecer, e ninguém as arrebatará da minha mão.”** (João 10:27-28)



# NÃO HÁ LUGAR PARA ESTRESSE

Se nosso Pastor é tudo isso para nós, o estresse não deve ter poder sobre nós. O estresse nada mais é do que o efeito físico da preocupação em nossos corpos.

## ELE É A NOSSA SEGURANÇA

Porque Ele me fez e me guia, estou seguro. Posso ser fraco como uma ovelha, mas Ele é o Todo Poderoso Pastor; e Sua **“força é aperfeiçoada na fraqueza. Portanto, com muito prazer”**, Paulo diz, **“me gloriarei nas minhas fraquezas, para que em mim habite o poder de Cristo.”** (2 Coríntios 12:9). Isso é uma segurança sólida para que a força ilimitada de Deus esteja presente em minha fraqueza.

## ELE É A NOSSA SUFICIÊNCIA

O nosso Pastor diz que não devemos nos preocupar (Mateus 6:25-34). Ele mencionou duas coisas especificamente. Ele disse que não devemos nos preocupar com o que vamos comer – isso é comida. E não devemos nos preocupar com o que vamos vestir – isso é vestuário. Podemos adicionar pelo menos mais quatro itens a isso: amigos, fama, fortuna e boa forma.

Jesus disse que estas são as coisas que os gentios (pessoas não salvas) buscam. Ele não disse que essas coisas não são importantes. Ele disse: **“Mas, buscai primeiro o reino de Deus, e a sua justiça, e todas estas coisas vos serão acrescentadas.”** (Mateus 6:33; grifo meu). **“Estas coisas”** são os seis itens. Mas temos necessidades muito mais profundas que essas. Existem necessidades espirituais que se não forem atendidas, levam à morte eterna.

Salmos 22:26, 29: **“Os mansos comerão e se fartarão; louvarão ao Senhor os que o buscam; ... Todos os que na terra são gordos comerão e adorarão, ...”**. Deus quer ovelhas saudáveis. Ele está falando do verde pasto de Sua palavra e das águas tranquilas de Seu Espírito.

Em primeiro lugar, devemos encontrar nossa satisfação n’Ele. Se não fizermos isso, ficaremos estressados. **“... Nem só de pão viverá o homem, ...”**, disse Jesus, **“... mas de toda palavra que sai da boca de Deus.”** (Mateus 4:4). A Bíblia é para nosso espírito o que pão é para o homem natural.

**“Bem-aventurados os que têm fome e sede de justiça, porque serão fartos”**, disse Jesus (Mateus 5:6). A palavra **“Bem-aventurados”** é uma palavra composta que no grego significa literalmente **“feliz ou satisfeito, contente, estar congratulado, alegre”**. Quantas pessoas você conhece que hoje estão famintas e com sede de justiça – dos verdes pastos de Sua Palavra e das águas tranquilas de Seu Espírito?

## **ELE É A NOSSA SERENIDADE**

As pessoas mais *infelizes* do mundo são as pessoas que estão *tentando ser feliz*. Na próxima vez que você sair de férias, basta olhar para os rostos das pessoas ao seu redor. Muitas vezes, há muito mais

estresse na praia do que no escritório. Nós não podemos vencer o estresse, mudando apenas de lugar; nós temos que mudar a nossa inclinação ao estresse. Quando vivemos e trabalhamos para Jesus, nosso jugo é suave e o nosso fardo é leve. Não há nenhum estresse.

Felicidade é algo que você nunca encontra ao procurá-la. Felicidade é algo que você encontra ao caminhar servindo a Jesus. Deus nos ama tanto que Ele nos fez para sermos pessoas miseráveis se não tivermos Jesus em nossa vida. Isso é o que Ele quis dizer quando disse a Adão e Eva quando eles deixaram o Jardim do Éden, “... **maldita é a terra por causa de ti; ...**” (Gênesis 3:17). Observe que Ele não disse que a terra foi amaldiçoada como se isso fosse o seu *juízo* pela desobediência, mas para o seu bem.

---

**Felicidade é algo que você  
nunca encontra ao procurá-  
-la. Felicidade é algo que  
você encontra ao caminhar  
servindo a Jesus.**

---

Deus amaldiçoou a terra. “**Espinhos, e cardos também, te produzirá; ...**” (Gênesis 3:18). Deus quer que seu caminho seja espinhoso. Ele sabe que a pior coisa que poderia acontecer ao homem pecador seria viver no paraíso com um coração doente, porque ele nunca saberia que algo estaria errado. Então, Deus nos dá espinhos, cardos e aflições, para que digamos: “Há algo errado neste mundo; Eu preciso de Jesus”. Busque a Deus e Sua

justiça, e você será feliz. Busque a Ele e Sua justiça, e você superará o estresse.



## CONCLUSÃO

Quando eu estava na Flórida há cerca de vinte anos, ouvi o grande S. M. Lockridge pregar sobre o Senhorio de Cristo. Ele começou a citar o Vigésimo Terceiro Salmo “**O SENHOR é ...**”, e ele parou. Ele se concentrou nessa pequena palavra, é.

“O Senhor sempre foi e é, e o Senhor sempre será e é” , disse ele. Ele estava falando sobre a eternidade, a imutabilidade de nosso grande Deus. “Você não pode manter seus tempos verbais em linha reta quando fala de Deus”, o irmão Lockridge disse.

E você não pode manter o seu estresse quando medita n’Ele. Não há estresse quando você depende d’Ele. Não há estresse quando você confia n’Ele. Não há estresse quando você fica quieto e sabe que Ele é Deus.

Olhe para o quadro geral por um momento. Saia do Salmo 23 e considere essa perspectiva incluindo os Salmos 22 e 24. No Salmo 22, nós vemos o Bom Pastor morrendo por Suas ovelhas. Ele é zombado por Seus inimigos. Eles atravessam pregos por suas mãos e pés. Soldados lançam sortes por Suas roupas. No Salmo 23, vimos o Bom Pastor conduzindo Suas ovelhas. E, no Salmo 24, vemos o Bom Pastor vindo em busca de Suas ovelhas em glória. “**DO SENHOR é a terra**” declara Davi, “**e a sua plenitude, o mundo e aqueles que nele**

**habitam.”** (v. 1). Jesus está no controle absoluto de tudo, de todos, sempre.

**“Quem subirá ao monte do Senhor, ou quem estará no seu lugar santo? Aquele que é limpo de mãos e puro de coração, que não entrega a sua alma à vaidade, nem jura enganosamente. Este receberá a bênção do Senhor e a justiça do Deus da sua salvação.”** (Salmo 24:3-5)

Nossa provisão é garantida.

**“Levantai, ó portas, as vossas cabeças; levantai-vos, ó entradas eternas, e entrará o Rei da Glória. Quem é este Rei da Glória? O Senhor forte e poderoso, o Senhor poderoso na guerra.”** (Salmo 24:7-8). Que batalha você está travando que o Senhor não possa vencer e não vencerá por você? O que está diante de você que o ameaça e que o Senhor não possa, ou vá lidar com isso? Que inimigo é mais poderoso que o Senhor dos Exércitos?

Saia de seus problemas. Coloque seus olhos em seu Grande Pastor. Ouça Suas palavras. Acredite nelas. Coloque sua mente nelas. Medite nelas dia e noite.

Então seu estresse se derreterá como cera. Ele fugirá, fraco demais para ficar diante de um Deus tão grandioso.



# APELO

Meu amigo, você já entregou a sua vida ao Senhor Jesus Cristo? Você tem certeza que se morrer neste momento, você irá direto para o céu? Se não, por favor, deixe-me lhe dizer como você pode ser salvo, na autoridade da Palavra de Deus.

## ■ ADMITA SEU PECADO

Primeiro, você precisa entender e admitir que você é um pecador. A Bíblia diz: “... **Não há um justo, nem um sequer.**” (Romanos 3:10). “**Porque todos pecaram e destituídos estão da glória de Deus**” (Romanos 3:23). O pecado é uma ofensa contra Deus que carrega uma penalidade séria: “**Porque o salário do pecado é a morte** [separação eterna do amor e misericórdia de Deus], **mas o dom gratuito de Deus é a vida eterna, por Cristo Jesus nosso Senhor.**” (Romanos 6:23).

## ■ ABANDONE SEUS ESFORÇOS

Segundo, você deve abandonar qualquer esforço para se salvar. Se pudéssemos nos salvar, a morte de Jesus seria desnecessária! Mesmo a “adoção de uma religião” não levaria você para o céu. A Bíblia diz que “... **não pelas obras de justiça que houvéssemos feito, mas segundo a sua [de Deus] misericórdia, nos salvou, ...**” (Tito 3:5). Salvação é pela graça de Deus, “**Não vem das obras, para que ninguém se glorie;**” (Efésios 2:8-9).



## ■ RECONHEÇA O PAGAMENTO DE CRISTO

Terceiro, você deve crer que Jesus Cristo, o Filho de Deus, morreu por seus pecados. **“Mas Deus prova o seu amor para conosco, em que Cristo morreu por nós, ...”** (Romanos 5:8). Isso significa que Ele morreu em seu lugar. A sua dívida de pecado foi paga pelo sangue de Jesus Cristo, o qual **“... nos purifica de todo o pecado.”** (1 João 1:7).

## ■ ACEITE CRISTO COMO SEU SALVADOR

Quarto, você precisa colocar a sua fé somente em Jesus Cristo para a sua salvação. **“Crê no Senhor Jesus Cristo e serás salvo”** (Atos 16:31). A salvação é um presente de Deus para você! **“... , mas o dom gratuito de Deus é a vida eterna, por Cristo Jesus nosso Senhor”** (Romanos 6:23). **“E em nenhum outro há salvação, porque também debaixo do céu nenhum outro nome há, dado entre os homens, pelo qual devamos ser salvos.”** (Atos 4:12).

Ore de coração esta simples oração:

*Querido Deus, eu sei que sou um pecador. Eu sei que Tu me amas e quer me salvar. Eu sei que não posso me salvar. Jesus, eu creio que Tu és o Filho de Deus, que morrestes na cruz para pagar por meus pecados. Eu creio que Deus Te ressuscitou dos mortos. Eu agora abandono os meus pecados, e pela fé, recebo-Te como meu Senhor e Salvador. Perdoe meus pecados e salve-me, Senhor Jesus. Em Teu nome eu oro, Amém.*

Se você fez esta oração hoje, por favor, entre em contato nos informando sobre a sua decisão no endereço localizado atrás deste livreto. Então, procure uma igreja cristã perto de sua casa que

honre a Cristo e creia na Bíblia. Vá até o pastor dessa igreja e diga a ele o que Deus tem feito em você. Ele vai se alegrar com você, e nós também!

**EU CREIO**

“Direcione as pessoas  
para as Escrituras  
e então saia da frente.”

PASTOR  
ADRIAN ROGERS



## PODEMOS CONTAR COM O SEU APOIO PARA O AMOR VERDADEIRO (LOVE WORTH FINDING)?

Esse ministério é custeado primariamente pelas ofertas de Cristãos comprometidos em compartilhar a Palavra de Deus com as pessoas perdidas e feridas de todas as áreas da vida e classe social.

---

Se esse material tem lhe ajudado, por favor junte-se a nós para abençoar outras pessoas com o Evangelho de Jesus Cristo.

[PORTUGUES.lwf.org](https://portugues.lwf.org)

[lwf.org/give](https://lwf.org/give)

## PROCURANDO POR MAIS RECURSOS?

Em Português: [PORTUGUES.lwf.org](https://portugues.lwf.org) | Em Inglês: [lwf.org](https://lwf.org)

*Versão em Português: Peter Issar Alves*  
*Versão Bíblica: Almeida Corrigida Fiel, ACF*



PO Box 38400 | Memphis TN 38183-0400

© 2020 por Love Worth Finding Ministries. Esse material não pode ser reproduzido em qualquer formato, nem qualquer parte de seu conteúdo usado ou reproduzido sem o consentimento prévio por escrito de O AMOR VERDADEIRO (Love Worth Finding Ministries), dono dos direitos autorais. A utilização e todo o seu conteúdo será somente para uso e estudo pessoal.



É difícil neste mundo atual de ritmo acelerado e de pessoas centradas em si mesmas encontrar ensinamento bíblico de qualidade, ensino didático que simplifique verdades profundas para aplicação à vida cotidiana. O AMOR VERDADEIRO (Love Worth Finding) entende esta luta e procura ajudar Cristãos a crescer mais profundamente em sua fé através dos ensinamentos sempre atuais do pastor e professor **Adrian Rogers**.

Estamos comprometidos em oferecer o fácil acesso para pessoas que não são cristãs e para crentes novos e de longa data a sabedoria bíblica que o Pastor Adrian Rogers compartilhou com clareza e de maneira franca durante toda a sua vida. Nosso desejo é que todas as pessoas possam fortalecer seus relacionamentos com Deus ao proclamarmos o Evangelho de Jesus Cristo.

ENCONTRE RESPOSTAS E ENCORAJAMENTO

Em Português: **PORTUGUES.lwf.org** | Em Inglês: **lwf.org**



PO Box 38400 | Memphis TN 38183-0400