

Believer's Voice of  
**VICTORY**





**“Minha  
responsabilidade**  
com relação aos meus Parceiros  
é orar por eles... apoiá-los...  
Dediquei minha vida a buscar a  
Deus e receber revelação Dele  
para que eu possa pregar e  
ensinar aos meus Parceiros.”

*Um Milhão de  
Parceiros Fortes!*

**Torne-se Um em Um Milhão.**

**[kcm-pt.org/sobre-a-parceria](https://kcm-pt.org/sobre-a-parceria)**

KCM PORTUGUÊS



Quando o SENHOR nos falou pela primeira vez sobre iniciar a revista *Believer's Voice of Victory*, Ele disse: *Esta é a sua semente. Ofereça a todos que responderem ao seu ministério e nunca permita que ninguém pague por uma assinatura.*

Por 53 anos, tem sido nossa alegria trazer a vocês boas novas por meio dos ensinamentos de ministros que escrevem a partir de um contato vivo com Deus e dos testemunhos de crentes que confiaram na PALAVRA de Deus e experimentaram a Sua vitória no dia a dia.

—Kenneth e  
Gloria Copeland

**Edição Portuguesa**  
[kcm-pt.org/revista](https://kcm-pt.org/revista)

**Edição em Inglês**  
[kcm.org.uk/magazine](https://kcm.org.uk/magazine)

**Edição Alemã**  
[kcm-de.org/magazin](https://kcm-de.org/magazin)

**Edição Francesa**  
[kcm-fr.org/magazine](https://kcm-fr.org/magazine)

Believer's Voice of Victory é publicada mensalmente pela Eagle Mountain International Church Inc./Kenneth Copeland Ministries, uma corporação sem fins lucrativos, Fort Worth, Texas. © 2024 Eagle Mountain International Church Inc., também conhecido como Kenneth Copeland Ministries. Todos os direitos reservados. É proibida qualquer reprodução total ou parcial sem autorização por escrito. A Voz da Vitória do Cristão e o logotipo do globo JESUS É SENHOR são marcas registradas da Eagle Mountain International Church Inc./Kenneth Copeland Ministries. Os custos de impressão e distribuição são financiados por doações de parceiros e amigos da KCM. Publicado no Reino Unido. Como as edições da Voz da Vitória do Crente são pré-planejadas, não podemos aceitar manuscritos não solicitados.

## Você conhece Jesus?

Se você não conhece Jesus como seu Salvador e Senhor, simplesmente faça a seguinte oração com fé, e Jesus será seu Senhor!

Pai Celestial, eu venho até a Ti em nome de Jesus. Sua Palavra diz: „Todo aquele que invocar o nome do Senhor será salvo“ e „Se com a tua boca confessares ao Senhor Jesus, e em teu coração creres que Deus o ressuscitou dentre os mortos, serás salvo“. (Atos 2:21; Romanos 10:9). O Senhor disse que minha salvação seria o resultado do Seu Espírito Santo me dar um novo nascimento, vindo morar em mim (João 3:5-6, 15-16; Romanos 8:9-11) e que se eu pedisse, O Senhor me encheria com o Seu Espírito e me daria capacidade de falar em outras línguas (Lucas 11:13; Atos 2:4).

Eu creio na Sua Palavra. Eu confesso que Jesus é Senhor. E eu creio em meu coração que o Senhor o ressuscitou dentre os mortos. Obrigado por entrar em meu coração, por me dar o Seu Espírito Santo como prometeu e por ser o Senhor da minha vida. Amém.

## Oração é a Nossa Prioridade

Se você acabou de fazer essa oração, por favor nos avise da sua decisão.

[parceiros@kcm-pt.org](mailto:parceiros@kcm-pt.org)

“No momento em que se voltar para Ele, Ele estará lá para você. Mas não espere até que os tempos difíceis cheguem para se voltar para Ele. Desenvolva um estilo de vida de contacto vivo.”

*Gloria Copeland : pagina 12 >*

Nesta edição:

**4**  
**Creia no Amor!**  
por Kenneth Copeland

**8**  
**Cura De Dentro Para Fora**  
por Ronald C. Jordan

**12**  
**Aproxima-te de Deus**  
por Gloria Copeland



“Mas Deus demonstra o Seu amor para conosco, em que sendo nós ainda pecadores, Cristo morreu por nós”  
(Romanos 5:8, *BKJ*)

“Deus me ama! Ele simplesmente não consegue evitar!”

Se já estive em uma de nossas convenções nos últimos anos, provavelmente ouviu essas palavras do meu amigo (e um dos meus pregadores preferidos) Jesse Duplantis. Sempre que fala essas palavras, ele abre aquele sorriso rasgado que demonstra que ele está cheio da alegria do SENHOR.

Jesse é tão alegre que surpreende e até irrita algumas pessoas. Mas ele não consegue evitar. Ele é um filho muito amado pelo Deus Todo-Poderoso deste universo. Ele sabe que seu Pai celestial o ama com um Amor poderoso, que tudo perdoa, infinito e repleto de BÊNÇÃOS! Ele vive na consciência desse Amor e, por isso, desfruta plenamente da vida.



Agora, muitos pensam que Jesse é uma pessoa inusitada. Pensam que ele tem algum tipo de “unção de alegria” especial ou algo do tipo. Mas a verdade é que cada crente na Terra (incluindo você) tem tantos motivos para se alegrar como ele, porque Deus ama cada um de nós com esse mesmo tipo de Amor.

Isso mesmo. Deus ama você tanto quanto ama Jesse Duplantis. Ele ama você tanto quanto ama a Gloria e a mim.

O que é ainda mais incrível é o seguinte: Deus nos ama tanto quanto ama a Jesus.

Na primeira vez que o SENHOR me disse isso, minha mente simplesmente não conseguia compreender. Eu pensava: “*Como pode ser isso?*” Até hoje, eu ainda não sei completamente a resposta para essa questão. Eu não sei como Deus pode me amar tanto quanto ele ama a Jesus, eu só sei que Ele ama! O próprio Jesus disse isso em João 17. Na Sua oração ao Pai, Jesus disse:

E oro não somente por estes, mas também por aqueles que, pela sua palavra, hão de crer em Mim; para que todos sejam um, como Tu, ó Pai, estás em Mim, e Eu em Ti; que também eles sejam um em nós; para que o mundo creia que Tu Me enviaste... e que os amaste, assim como Me amaste. (versículos 20-21, 23, *Versão King James*).

#### Use a Sua Fé

Se há algo que a Bíblia não deixa nenhuma dúvida sobre, é o fato de que Deus nos ama! Versículo após versículo comprovam isto. “Porque Deus amou tanto o mundo que Ele deu o seu Filho unigênito...” (João 3:16, *BKJ*). “Mas Deus, que é rico em misericórdia, pelo seu grande amor com que nos amou...” (Efésios 2:4, *BKJ*). “Mas Deus demonstra o Seu amor para conosco, em que sendo nós ainda pecadores, Cristo morreu por nós” (Romanos 5:8, *BKJ*). “Contemple, que tipo de amor o Pai nos outorgou, que fôssemos chamados filhos de Deus!” (1 João 3:1, *BKJ*).

Mesmo diante de todo este testemunho bíblico do Amor de Deus, ouvi cristãos, pessoas de Fé que acreditam na PALAVRA, dizerem coisas como: “Sim, irmão Copeland, eu sei o que a Bíblia diz, mas sinto-me tão não amado que é difícil para mim acreditar nisso.”

Agora, essas mesmas pessoas vão levantar-se contra os sintomas da doença e dizer: “Eu não sou movido pela forma como me sinto! Sou movido por aquilo em que creio, e creio que pelas pisaduras de Jesus, eu fui curado!” Elas irão encarar a falta de frente e dirão: “Não me importo se os meus sapatos estão furados, diabo! As minhas necessidades são supridas de acordo com as riquezas de Deus em glória, por meio de Cristo Jesus!”

Mas na área de crer no Amor de Deus, antes que possam crer que Deus realmente os ama, eles deixam a fé de lado e esperam que os “sentimentos” certos os alcancem e se apossam deles. Se você tem feito isso, posso

dizer desde já que isso não vai acontecer. Os seus “sentimentos” nunca poderão revelar a profundidade do Amor de Deus.

A fé opera da mesma forma em todas as áreas. Você não *sentiu* que foi salvo ou tem consciência da salvação até que liberou a sua Fé na PALAVRA de Deus e creu que Ele o salvou. Você não se *sente* curado até liberar a sua Fé e crer que recebeu a cura. Da mesma forma, não *sentirá* o Amor de Deus de forma consistente até que cultive a sua Fé nesta área e comece a acreditar que Deus o ama, quer sinta isso ou não.

“Quer dizer que tenho de acreditar no amor de Deus?”, você pergunta.

Sim! Claro, Deus ama você quer você creia que Ele ama ou não. Mas se você quer desfrutar dos benefícios deste Amor, terá que envolver a sua Fé. Como 1 João 4:15-16 diz: “Qualquer que confessar que Jesus é o Filho de Deus, Deus habita nele, e ele em Deus. E nós conhecemos e cremos no amor que Deus tem para nós. Deus é amor; e aquele que habita em amor, habita em Deus, e Deus nele.” (*BKJ*).

Observe que este versículo não diz: “Nós conhecemos e *sentimos* o Amor que Deus tem por nós”. Ele diz: “Nós conhecemos e acreditamos!”

#### Coloque a PALAVRA em Primeiro Lugar

Como exatamente podemos cultivar a Fé no Amor de Deus? Da mesma forma que cultivamos Fé em todas as outras áreas da vida. Primeiramente, colocamos a PALAVRA em primeiro lugar, em vez dos nossos sentimentos.

A razão pela qual a maioria de nós tem sido tão lenta a fazê-lo nesta área específica é porque confundimos amor com sentimentos por muito tempo. Pensávamos que, se não sentíssemos amor, não o tínhamos. Mas isto não é verdade.

Lembre-se disto: Só porque não se sente amado, isso não quer dizer que realmente não é amado! Só porque se sente indesejado, não significa que Deus não o queira. Ele quer você. Ele pagou um preço altíssimo para ter um relacionamento com você. E não há nada que possa fazer para que Ele deixe de amá-lo. Por isso, acredite!

“Bem, eu tento. Mas eu acabei de fazer algumas coisas terríveis e me sinto tão condenado.”

Isto pode até ser verdade. Você pode sentir-se condenado, mas se arrependeu-se, então não está condenado. Aqueles sentimentos são apenas um truque mentiroso do diabo para mantê-lo preso a ele, então, pare de tolerá-los e repreenda-os.

# “Foi a confiança de Davi no cuidado amoroso de Deus que o inspirou a escrever o Salmo 23.”

Anos atrás, quando meu filho John tinha cerca de 12 anos de idade, o SENHOR me instruiu a dizer algo para ele que marcou o meu pensamento a partir de então. Ele me direcionou a dizer: “John, sabes que eu sou um homem de palavra, não sabes? Sabes que se eu der a minha palavra, irei cumpri-la.”

“Sim, senhor”, ele disse.

“Bem, eu dou-te a minha palavra diante de Deus, que não importa o que faças de errado, eu te amarei sempre e serás sempre o meu filho. A qualquer momento, para o resto da tua vida, se fizeres algo de errado, não importa o quão grave seja, quero que venhas a mim. Se vieres, dou-te a minha palavra de que nunca te magoarei e farei tudo o que puder, com as minhas forças e com a força de Deus, para resolver a situação. E nós também vamos conseguir, porque tu, eu e Deus juntos podemos fazer qualquer coisa.”

Sabe porque eu pude dizer aquilo ao John? Porque Deus já havia dito a mim. Ele deu a Sua PALAVRA a mim e a todos os outros crentes: “se confessarmos os nossos pecados, Ele é fiel e justo para nos perdoar os pecados, e nos purificar de toda a injustiça” (1 João 1:9, *BKJ*).

## Deus Não Quer Te Prejudicar

Quando começarmos a considerar a PALAVRA de Deus a sério e simplesmente passarmos a acreditar no Seu Amor, isso nos fortalecerá por dentro. A consciência do Amor de Deus nos transformará num gigante espiritual mais rapidamente do que qualquer outra coisa que eu conheça.

Uma razão é que o medo é uma das ferramentas que o diabo usa para nos enfraquecer e “não há temor no amor, mas o amor perfeito lança fora o medo” (1 João 4:18, *BKJ*).

Um dos primeiros medos que começa a ruir é o temor injustificado de Deus. Embora devamos

ter reverência e respeito por Deus, não há razão bíblica para termos medo d’Ele.

Por que deveríamos ter medo de um Deus cuja misericórdia é nova a cada manhã? Não deveríamos! Mas muitas pessoas têm tido medo de Deus por causa de tradições religiosas. Em vez de crer no que a Bíblia diz, elas têm acreditado em canções não bíblicas como uma que foi gravada anos atrás, intitulada “Deus vai te apanhar (por isso)!”

Escute, Deus não quer “apanhar” ninguém. Se Ele quisesse, todos já teríamos sido apanhados! É verdade que a calamidade surge muitas vezes quando as pessoas pecam, mas não é Deus que a traz sobre elas. A calamidade acontece porque, quando pecam, saem da Sua proteção e entram na maldição que o diabo ainda está a trazer sobre o mundo.

## Medita na Misericórdia de Deus

A segunda forma de cultivar a fé no Amor de Deus é meditar nele. Sente-se com a sua Bíblia. Procure versículos sobre o Amor, a misericórdia e a compaixão de Deus. Então, à medida que os lê, pergunte a si mesmo: Como essas verdades mudam a minha vida? O que elas significam para mim?

Davi, o salmista e rei do Antigo Testamento, é um exemplo excelente do que este tipo de meditação pode fazer por você. Ele meditava tanto no Amor e na misericórdia de Deus que confiava completamente nisso. Foi a confiança de Davi no cuidado amoroso de Deus que o inspirou a escrever o Salmo 23, que começa com as palavras: “O SENHOR é o meu pastor, nada me faltará.”

Não há dúvidas de que Davi sabia que Deus o amava!

“Sim, bem, ele era o Rei Davi”, você pode dizer, “um dos maiores homens do Antigo Testamento!”

Ele também foi um homem que cometeu alguns dos pecados mais ultrajantes imagináveis. Espiritualmente, ele fez algumas das coisas mais tolas que um homem pode fazer. Ainda assim, porque Davi meditava e confiava na misericórdia de Deus, ele sabia como se lançar nessa misericórdia. Davi sabia como se apresentar diante de Deus com tanta confiança no Seu Amor, que Deus acabou por chamá-lo de homem segundo o Seu coração.

Agora mesmo, pode ser que não sinta que Deus o ama. Mas se continuar a meditar no que a PALAVRA diz sobre o Seu Amor, eventualmente a realidade desse amor assumirá autoridade sobre os seus sentimentos.

### Comporte-se como Quem Crê

O terceiro passo que precisa dar para cultivar a sua fé no Amor de Deus é agir na PALAVRA.

Comece a comportar-se intencionalmente como se Deus o amasse. Levante-se de manhã e trate Deus como seu Amigo. Não mude o seu tom de voz quando começar a falar com Ele. Não se torne religioso e não utilize palavras muito formais. Simplesmente seja honesto e direto com Ele.

Pode ser que encontre alguma dificuldade a princípio porque a religião nos treinou para sermos falsos. Nos deu a impressão que Deus é um ditador divino que precisa ser enganado para nos ABENÇOAR. Livre-se de ideias tolas como esta. Deus é o seu Pai, não seu ditador. E não há sentido em tentar enganá-IO. Ele sabe a verdade quer você diga ou não.

Além disso, não há nada que possa dizer que irá chocá-IO.

Lembre-se, Jesus viveu nesta terra. O Espírito de Deus está aqui agora. Ele sabe sobre toda a sujeira e corrupção que acontece aqui. Então, não há razão para mudar a sua personalidade quando falar com Ele e tentar convencê-IO de que é mais 'espiritual' do que é.

Ele estava aí há poucos minutos, quando você falava de outra forma. É melhor ser realista.

Também não é preciso reclamar quando se fala com Deus. Lembra de quando os seus filhos passaram pela fase de reclamar? Eu lembro. Quando a minha filha Kellie tinha cerca de 3 anos, queixava-se o tempo todo. Até que uma noite, estávamos sentados à mesa para jantar e eu não aguentei mais.

“Kellie!”, eu disse, “Pare de reclamar! Eu sou o seu pai. Eu amo você. Não tem que ter medo de mim. Eu quero que fale comigo, mas se não puder fazer isso sem reclamar, então não fale mesmo comigo!”

Assim que acabei de falar, o Espírito de Deus falou no meu interior e disse: “*Kenneth, agradeceria se fizesse o mesmo por Mim.*”

Deus não quer que nos aproximemos d'Ele acovardados e a reclamar. Este tipo de comportamento provém de uma “mentalidade indigna”. Provém das tradições humanas que nos dizem que não merecemos estar na presença de Deus porque somos apenas velhos pecadores salvos pela graça.

Livre-se deste tipo de pensamento. Você era um pecador, mas já não é mais. Pelo sangue de Jesus e pelo poder do Espírito Santo, você foi feito a justiça de Deus! Você nasceu para esta família real. Deus Todo-Poderoso é o seu Pai e Jesus de Nazaré é o seu Irmão.

Você pertence à sala do trono de Deus. Não porque conquistou ou mereceu, mas porque o seu Pai disse!

Então, comece a agir de acordo. Comece a falar de acordo. Comece a comportar-se como se Deus o amasse, porque Ele o ama!

### Viva o Estilo de Vida do Amor

O quarto passo para cultivar a Fé no Amor de Deus é tomar a decisão de ser amável com os outros. Comprometa-se a agir em Amor, não apenas quando parecer vantajoso, mas em todo o tempo.

Se não tem certeza de como o Amor age, passe um tempo estudando 1 Coríntios 13. Encontrará ali a descrição mais bela e concisa do Amor que alguma vez encontrará.

Como é que agir em Amor com os outros nos ajuda a acreditar no Amor de Deus por nós? Nos dá munição adicional contra o diabo. Quando ele vem nos dizer que não pertencemos à presença de Deus, quando tenta nos fazer duvidar que o Espírito Santo de Deus habita realmente em nós, se estivermos a viver em amor, podemos derrotá-lo rapidamente.

O Apóstolo João disse dessa forma:

Filhinhos, não amemos [meramente] em teoria ou em palavras, mas em ação e em verdade (na prática e com sinceridade). Assim, saberemos (perceberemos, reconheceremos e entenderemos) que somos da Verdade e poderemos tranquilizar (aquietar, conciliar e pacificar) os nossos corações na presença [de Deus] (1 João 3:18-19, *Bíblia Amplificada Edição Clássica*).

No passado, talvez não tenha agido com muito amor para com os outros. Mas não deixe que isso o afete. Apenas arrependa-se e siga em frente. Agora pode amar os outros porque sabe que é amado.

Sabe que Deus o ama com um tipo de Amor que tudo perdoa, nunca acaba, ABENÇOA e nunca falha. Sabe que Ele o ama tanto quanto ama o Jesse Duplantis. Ele o ama tanto quanto ama a Gloria e a mim. Ele até o ama tanto quanto ama a Jesus.

Então, pare de olhar para os seus sentimentos e comece a alegrar-se na verdade. Creia no Amor que Deus tem por você e os benefícios virão rapidamente. Em breve, se encontrará a rir, a amar e a aproveitar a vida ao máximo. Vai dar por si a dizer coisas como: “Aleluia! Deus me ama. Ele simplesmente não consegue evitar!” 🙏

por Ronald C. Jordan



# Cura De Dentro Para Fora

Legenda-Laurie Graves serve como personal trainer de Gloria Copeland.

“Se a sua alma estiver a prosperar, livre de amargura, vergonha e medo, o seu corpo seguirá o exemplo. Muitos de nós focam nas dietas e no exercício, mas o verdadeiro bem-estar começa com o perdão, com a libertação da dor, com a permissão para que Deus renove a sua mente.”

Em todos os sentidos, Laurie Graves pode ser considerada uma força transformadora, não só no corpo, mas também na mente e no espírito.

Como *personal trainer* certificada pela Academia Nacional de Medicina Desportiva (NASM), Laurie trabalhou com participantes dos programas de televisão *The Biggest Loser* e *Extreme Makeover: Weight Loss Edition*, bem como ajudou centenas de pessoas em busca de recuperar a saúde. Ela continua a ajudar pessoas a sair da exaustão para a energia, da vergonha para a força e da derrota para a vitória.

Mas, segundo a própria, a paixão de Laurie não veio dos livros didáticos ou da formação em sala de aula. Ela nasceu da sua própria história; uma jornada de quebrantamento, restauração e renovação divina.

“Nos últimos anos da minha adolescência, entrei em depressão profunda”, explica Laurie. “Comecei a sofrer de anorexia e bulimia tentando tornar-me o mais magra possível. Como resultado, fiquei gravemente desnutrida.”

Segundo Laurie, a desnutrição causou inúmeros problemas de saúde.

“Meus ossos partiam-se sem nenhuma razão aparente, e meu cabelo caía. Por quase duas décadas, eu oscilei entre ganho de peso e dieta extrema, na tentativa de me encaixar no padrão social de como o físico feminino deveria ser”.

O ponto de virada para Laurie veio em 1999 quando o seu antigo esposo, que trabalhava para uma empresa de auditoria internacional,

aceitou uma transferência que fez a família mudar-se para os Países Baixos. Durante os três anos que passou lá, Laurie conta que descobriu que as diferenças de estilo de vida entre americanos e holandeses eram “muito marcantes e reveladoras”.

“Os holandeses vivem diferente de nós, americanos”, lembra Laurie. “Eles amam a natureza, comem de forma saudável, caminham diariamente e praticam a moderação. Quase todos que eu conhecia eram magros, em forma e fortes. Percebi que a dieta e o estilo de vida americanos não favoreciam uma saúde ideal.”

Aquela revelação não resultou em muita mudança no seu estilo de vida e hábitos pouco saudáveis enquanto vivia nos Países Baixos, diz Laura, mas os pensamentos persistiram depois que ela retornou aos Estados Unidos em 2003.

“Continuei acima do peso e em desequilíbrio, tanto fisicamente como espiritualmente”, diz ela.

Laurie chegou a um momento decisivo na sua vida em agosto de 2003 depois que um personal trainer deixou um folheto na porta da sua casa.

“Liguei para ela e expliquei que, embora quisesse contratá-la, não podia por causa da minha recém-nascida”, recorda Laurie. “Perguntei se ela poderia vir até minha casa para me treinar e ela concordou. Ela viria até a casa, e treinaríamos enquanto minha filha dormia.”

Ao longo do tempo, através do treino e ao mudar o seu foco para o exercício adequado

# “Tudo é semente. Se você der uma caminhada curta hoje, por exemplo, terá plantado uma semente no campo da saúde, e pode esperar colher os frutos.”

e uma boa nutrição, Laurie perdeu 40 quilos. Nos sete anos seguintes, transformou completamente o seu corpo e a sua vida, passando de “uma mãe com excesso de peso e exausta” a uma competidora de fitness por quatro vezes, ganhando troféus em três competições.

Segundo ela, não só os seus indicadores de saúde melhoraram drasticamente, como Laurie também notou que a sua depressão diminuiu.

Ao longo dos anos, ela adquiriu conhecimento sobre saúde e nutrição que ela usa para ajudar seus clientes e melhorar a saúde.

Laurie diz que uma das coisas principais que ela aprendeu foi a importância da hidratação.

Na sua visão, a hidratação não é apenas um ato físico, mas sim algo que ela chama de “responsabilidade espiritual”.

“A água refresca não só o corpo, como também o cérebro”, disse ela. “É uma das formas mais simples de honrarmos o corpo que Deus nos deu.”

Sobre nutrição, Laurie ensina seus clientes a ver a comida como uma fonte de vida, não como punição ou prazer. Em vez de se entregar a alimentos sem graça, a filosofia de Laurie envolve o que ela chama de “comer de um arco-íris”. Em outras palavras, como comidas vibrantes, naturais e cheias de vida.

“Temos pleno acesso a frutas e vegetais, mas em vez de os comermos, tendemos a optar por cores sem graça”, explica, “cores tristes, castanhos, brancos e beges, coisas fritas.

Estes são os tipos de alimentos que realmente alteram o funcionamento do nosso corpo no dia a dia”.

“Eles não só diminuem o nível nutricional, mas quando comemos muitos alimentos pré-embalados, alimentos que não são nutricionalmente ideais, eles diminuem nosso desempenho, mentalmente e fisicamente. Por outro lado, quando comemos um arco-íris, vermelhos, verdes, amarelos e laranjas lindos, todas estas frutas e vegetais trazem alegria aos nossos corpos.”

Laurie relaciona essa abordagem colorida a um princípio espiritual: “A Bíblia diz que Ele satisfaz a nossa boca com coisas boas, de modo que a nossa juventude se renova como a da águia (Salmos 103:5). Nós desenvolvemos uma mentalidade pervertida do que é *bom*. Quando Deus usou a palavra *bom* pela primeira vez, Ele falava dos alimentos que Ele criou no jardim, frutas e ervas destinadas para o nosso sustento, alimentos naturais, não processados e que dão vida. Nosso fundamento deveria ser o que Ele chamou de *bom*.”

“As pessoas pensam que *bons* alimentos são coisas com pizza e batatas fritas. Isto é uma mentalidade pervertida. Podemos ir para a lei mencionada pela primeira vez em Gênesis e ver que no jardim Deus criou ervas e árvores. Este é o nosso ponto de referência no que se refere à alimentação, devemos comer mais frutas e legumes. Simplesmente não faz sentido comer sempre hambúrgueres e achar que eles estão nutrindo o nosso corpo.”

“Isto também não significa que precisamos de manter uma dieta extremamente restritiva”, diz Laurie.

“O Senhor quer que tenhamos liberdade quanto ao que comemos. Por exemplo, na maioria das vezes, eu como frutas e legumes, carnes magras e algumas gorduras saudáveis, mas, uma vez por semana eu posso sair para comer fora e pedir algo que eu realmente gosto. Então, eu volto imediatamente para o meu programa de alimentação saudável.”

## Exercício como Adoração

A abordagem de Laurie quanto ao exercício físico é profundamente espiritual, diz ela.

“Tudo é semente. Se você der uma caminhada curta hoje, por exemplo, terá plantado uma semente no campo da saúde, e pode esperar colher os frutos. Até mesmo pequenos atos consistentes de movimento criam resultados profundos.”

“Quando planta uma semente de exercício físico, está em parceria com Deus na sua própria cura e Ele multiplica este tempo.”

A própria prática fitness dela é enraizada em oração.

“Mantenho meus tênis ao lado da minha cama. A cada manhã, dou algumas voltas em casa ou ao ar livre e oro. Algumas vezes, é batalha, em outras, intercessão por amigos. Eu dou as primícias do meu dia, meu movimento e meu espírito, ao Senhor. Esta é a minha adoração.”

#### A Verdadeira Raiz do Bem-Estar


Laurie acredita que toda transformação física começa com cura na alma.

“A Bíblia diz em 3 João 2: ‘Amado, eu desejo, acima de todas as coisas, que tu possas prosperar e em boa saúde, assim como sua alma prospera.’ Se a sua alma estiver a prosperar, livre de amargura, vergonha e medo, o seu corpo seguirá o exemplo. Muitos de nós focam nas dietas e no exercício, mas o verdadeiro bem-estar começa com o perdão, com a libertação da dor, com a permissão para que Deus renove a sua mente.”

Esta é a filosofia que define os programas de Laurie.

A missão dela é simples: ajudar outros a descobrir o que significa estar verdadeiramente em forma, espírito, alma e corpo. Sua abordagem quanto a saúde e bem-estar não é sobre restrição ou vaidade. É sobre a vitória, o triunfo silencioso e firme que advém de viver como pessoa completa.

“Porque eu sei como é estar doente e fraca”, diz Laurie, “eu tenho uma paixão intensa por ajudar outros a sentirem-se fortes e livres. Saúde não é apenas sobre perder peso. É sobre viver o seu propósito dado por Deus com energia e alegria. Fomos feitos para grandes proezas.”

“Você pode começar hoje. Beba água. Coma o arco-íris. Caminhe. Convide o Senhor. E veja como o seu corpo, mente e espírito entrarão em alinhamento.” 



## Perdi 40 Quilos Implementando Estes Passos:

Estabeleça objetivos pequenos e realistas e defina-os de forma específica: “Quero perder 6% de gordura corporal nos próximos 3 meses.” “Quero perder 3 quilos este mês.”

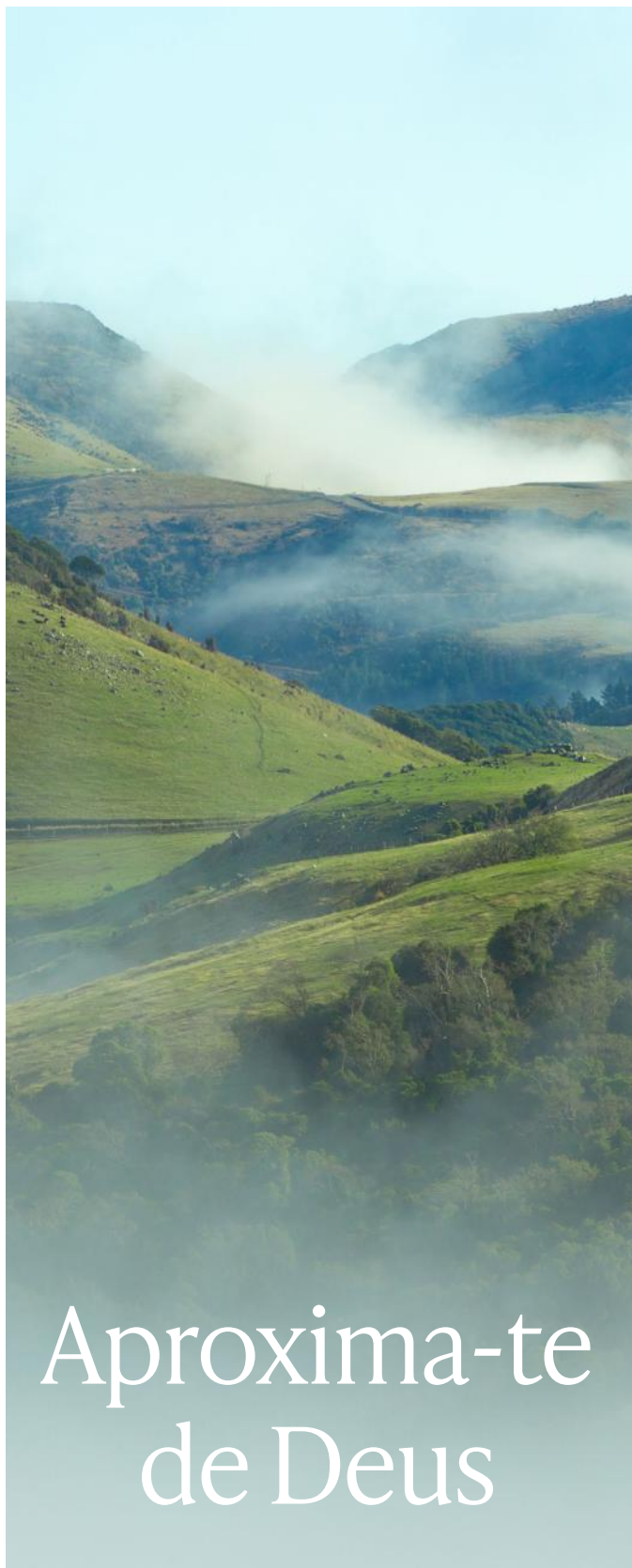
Cerque-se de influências positivas: se todos os seus amigos têm seus próprios vícios alimentares, vai ser muito difícil ter sucesso na sua jornada rumo à perda de peso.

Escreva um plano de ação para fazê-lo chegar ao objetivo: “Vou começar com exercícios aeróbicos cinco vezes por semana.” “Vou implementar um novo plano de nutrição.”

Faça um amigo no ginásio que está a caminho dos mesmos objetivos. Peça ao seu parceiro, filhos ou outro membro da família para juntar-se a você para fazer exercícios.

Comece um diário de alimentação: Compre um caderno e escreva o que come, ou acompanhe com uma aplicação no telefone ou website nutricional. Para prestação de contas, peça a um amigo confiável ou membro da família para conferir o seu diário.

Participe ou comece um grupo de apoio para a perda de peso na sua casa, trabalho, igreja ou ginásio.



# Aproxima-te de Deus



“O Criador e Governante de todo o universo disponibilizou-Se para encontrar pessoalmente consigo todos os dias. Você pode ter comunhão com Ele a qualquer momento do dia ou da noite.”

Alguma vez já desejou ter um amigo forte e atencioso para o ajudar, alguém que unisse as forças dele às suas, fazendo a diferença onde estás fraco? Pois bem, tenho boas notícias. *Deus é esse Amigo*. Ele tem a força que precisa e Ele está à procura de uma oportunidade para ser uma parte essencial da sua vida.

A Bíblia diz: “Porque os olhos do SENHOR correm de um lado para o outro por toda a terra, para mostrar-se forte em lugar daqueles cujos corações são perfeitos diante dele.” (2 Crônicas 16:9). A palavra traduzida por *perfeitos* ali não significa sem falhas. Significa simplesmente “fiel, leal, dedicado e devoto”.

Deus está tão desejoso por encontrar aquela pessoa a quem Ele possa revelar o Seu poder, que passará por cima de milhões de pessoas para encontrar aquela que seja leal a Ele. Ele percorre a Terra em busca de alguém que O coloque em primeiro lugar e lhe permita ser Deus na sua vida.

Por 4.000 anos, a humanidade esteve excluída da presença de Deus pelo pecado.

Mas quando Jesus foi para a cruz, tudo mudou. O sacrifício de Jesus restaurou a comunhão que o homem havia perdido com Deus. Agora, como crentes nascidos de novo, nós “temos plena liberdade e confiança para entrar no Santo dos Santos [pelo poder e virtude] no sangue de Jesus” (Hebreus 10:19, *Bíblia Amplificada Edição Clássica*). Na verdade, Deus abriu a porta da comunhão para nós.

Pense no que isso significa. O Criador e Governante de todo o universo disponibilizou-Se para encontrar pessoalmente consigo todos os dias. Você pode ter comunhão com Ele a qualquer momento do dia ou da noite.

“Estou aqui para ti”, Ele diz. “Aproxima-te de Mim e Eu irei Me aproximar de ti. Darei a sabedoria de que necessitas. Eu te fortalecerei, te capacitarei e te ajudarei em todas as áreas da tua vida.”

Embora tenha a solução para todos os problemas, Ele não o perseguirá para chamar a sua atenção e dar essas soluções. Não, Ele vai esperar que faça a sua parte. Qual é a sua parte? Aproximar-se de Ele. Se fizer isso, Ele também se aproximará de você. Ele nos deu a Sua Palavra sobre isso (Tiago 4:8).

No momento em que se voltar para Ele, Ele estará lá para você. Mas não espere até que os tempos difíceis cheguem para se voltar para Ele. Desenvolva um estilo de vida de contacto vivo.

Ter um contacto vivo com Deus é simplesmente ter comunhão com Ele. É falar com Ele e ouvi-Lo. É deixar de lado as distrações e exigências da vida e dedicar tempo para ter comunhão com Ele na Sua Palavra e em oração. É ter comunhão com o Senhor diariamente, mesmo quando as coisas estão bem, para que, quando as dificuldades surgirem, esteja espiritualmente forte o suficiente para as ultrapassar.

Jesus disse que no mundo teríamos tribulações (João 16:33). Não importa quem nós somos ou quão ricos ou bem educados, nem mesmo quanta fé temos. Nesta vida, nós iremos enfrentar provações e testes. A diferença é que, quando um filho de Deus, que é cheio do Espírito e acredita na Bíblia, enfrenta dificuldades, ele não o faz sozinho.

Deus diz: “Estarei com ele na tribulação; eu o livrarei e o honrarei” (Salmos 91:15). Isto é importante. Em tempos difíceis, *quem* está com você faz uma grande diferença. Se a sua

única ajuda for a sua própria força e recursos naturais, você poderá sair desta situação bem... ou não. Mas se Deus estiver com você, pode ter a certeza de que tudo vai correr bem.

Jesus, nosso Campeão e Salvador, disse: “Eu venci o mundo.” Quando estamos em união vital com Ele, podemos ter vitória em tempos de dificuldade.

### **Permanência na Videira**

Então, o que significa ter uma conexão viva com Deus? Jesus trouxe foco claro à realidade e importância do nosso relacionamento com Ele quando disse: “Permaneci em mim... Eu sou a videira, vós sois os ramos; quem permanece em mim, e eu nele, esse dá muito fruto; porque sem mim nada podeis fazer” (João 15:4-5).

Quando Jesus disse: “Permaneci em mim”, Ele não estava a dizer: “Viva em comunhão comigo em um dia e com o mundo no outro”. Ele não estava a falar sobre um acordo temporário. A palavra *permanecer* refere-se ao lugar onde você “fica e vive continuamente”. Jesus estava nos instruindo a fazer desse lugar de dependência e comunhão com Ele nossa habitação permanente porque é aí que damos fruto.

Manter uma conexão viva com Deus fornece o poder que nos permite alcançar todas as coisas maravilhosas que Ele proporcionou para nós através de Jesus Cristo. Podemos conhecer todas as passagens bíblicas corretas, mas se falharmos em estar em união com Deus, não seremos fortes espiritualmente o bastante para fazer o que sabemos que devemos fazer!

É incrível como muitos cristãos não percebem isto. Eles se apressam, tentando fazer tudo com as suas próprias forças. Mas, por não manterem uma conexão viva com Deus, acabam cansados, frustrados e derrotados.

A Bíblia mostra claramente que não devemos nos apoiar em nossas próprias habilidades. Efésios 6:10 nos encoraja a “ser fortes no Senhor e na força do seu poder.” E Filipenses 4:13 diz: “Eu posso fazer todas as coisas por meio de Cristo, que me fortalece.”

Uma das melhores ilustrações do que isto fará por nós é o que vemos quando as tiras de madeira são laminadas para maior resistência. Tal como as vigas de uma casa se tornam mais fortes com a laminação de várias camadas de

madeira, a sua força suprema vem de viver em contato vital com Deus, permanecendo na Videira. Você já não depende apenas da sua própria força. Está laminado ao Deus Todo-Poderoso!

### **Manter a União**

1 Coríntios 6:17 diz: “A pessoa que se une ao Senhor torna-se um só espírito com Ele” (AMPC). A palavra *unir* usada aqui (ou *ajuntar* na *Versão King James*) significa “laminado”. Refere-se a algo que está colado tão firmemente que se torna como uma única substância.

Quando começamos a passar tempo com o Senhor, começamos a pensar como Ele pensa. Começamos a agir como Ele age. Começamos a ouvir do céu a cada instante para que possamos andar na perfeita vontade de Deus para as nossas vidas todos os dias.

Quando entendemos o poder divino que recebemos quando permanecemos em Jesus, é fácil ver que, se quisermos viver uma vida vitoriosa, devemos, primeiramente, manter nossa união e comunhão com Ele. Esta é, sem dúvida, nossa responsabilidade mais importante.

Se mantivermos esta união, Ele cuidará de tudo o resto.

Infelizmente, muitos cristãos fazem exatamente o oposto. Eles estão tão ocupados em cuidar de outras coisas nas suas vidas que não têm tempo para passar com Deus. Eles passam as suas vidas cuidando das suas casas e gramados, seus carros e seus trabalhos. Eles encontram tempo até mesmo para cuidar dos cabelos e unhas. No entanto, negligenciam a única coisa vital para a sua vida e bem-estar. Eles negligenciam a sua união com Deus.

Muitas vezes, eles nem percebem isso. Pensam que, porque amam ao Senhor e acreditam na Sua Palavra, a união deles com Ele está intacta. Mas isso não é necessariamente verdade.

Estar em união significa estar aderido a algo ou alguém. É o ato ou instância de juntar duas ou mais coisas numa só. Romanos 7:4 compara nossa união com Deus ao casamento. Diz que estamos casados com Ele.

Nosso objetivo é nos tornarmos tão sintonizados com Ele que, quando Ele nos disser para fazer algo, iremos ouvi-IO e obedecê-IO. Devemos

almejar estar tão intimamente unidos a Ele que os desejos do nosso coração, os pensamentos da nossa mente, as palavras da nossa boca e todas as nossas ações tornem-se um reflexo daquele com quem estamos unidos.

Esse também é o desejo de Deus. Se Ele vai realizar a Sua vontade na Terra, precisa de pessoas que se unam a Ele dessa forma.

### **Perfeita União = Perfeita Paz**

Como manter a mente focada em Deus? Dando a sua atenção a Ele. Colocando Sua Palavra em primeiro lugar todos os dias e focando nela até que seja a coisa mais importante da sua vida. *A Bíblia Viva* diz desta forma: “JÁ QUE VOCÊS, por assim dizer, voltaram a viver novamente quando Cristo Se levantou dentre os mortos, ponham agora os seus olhos nos ricos tesouros e alegrias que esperam por vocês no céu, onde Cristo está sentado ao lado de Deus, no lugar de honra e de poder. Que o céu ocupe os pensamentos de vocês”(Colossenses 3:1-2).

Isaías 26:3 diz: “Tu [Deus] guardarás em perfeita paz aquele, cuja mente permanece em ti...” Se mantiver a mente voltada para o mundo e permanecer em união com ele, não terá paz. Porque o mundo não tem nenhuma paz. Se der a maior parte do seu tempo e atenção para assuntos mundanos e entretenimento secular, terá uma mentalidade carnal, e a Bíblia diz: “Porque a mentalidade carnal é morte; mas a mentalidade espiritual é vida e paz.” (Romanos 8:6).

Em outras palavras, se pensar como o mundo pensa, irá receber os mesmos resultados que o mundo recebe. E, em vez de desfrutar do poder de cura de Deus, sofrerá com as doenças do mundo. Em vez de se apoderar da prosperidade celestial, a depressão, a recessão e a pobreza do mundo irão apoderar-se de você! Não estará cheio de boas notícias, mas de más notícias.

“Bem, Gloria”, você diz, “nós não podemos enfiar nossas cabeças na areia. Temos que encarar os fatos.” Eu não estou a sugerir enfiarmos a cabeça na areia. Estou a sugerir que a mantenhamos na Palavra! Também estou a sugerir que, às vezes, as notícias não nos apresentam os fatos.

Muitos anos atrás, por exemplo, os meios de comunicação anunciaram que a economia

dos Estados Unidos estava em recessão. Por cerca de um ano e meio, eles falaram sobre a recessão. Isso influenciava tudo o que acontecia porque era divulgado constantemente pelos meios de comunicação.

Algum tempo depois, um relatório estatístico revelou que a recessão, na verdade, durou apenas alguns meses. Por que razão, então, os meios de comunicação continuaram a noticiar sobre ela? Porque não sabiam que tinha terminado. Estavam às escuras, por isso continuaram a gritar: “Recessão! Recessão!”, mesmo que a recessão já tivesse terminado há mais de um ano.

Graças a Deus, aquela recessão nunca nos atingiu. Quando começaram a circular as primeiras notícias sobre ela, o Senhor falou com Ken e disse: “*Escreve aos teus Parceiros e diz-lhes para não entrarem na recessão*”. Então, obedecemos a Deus e não entramos naquela recessão. Simplesmente a deixamos passar.

Isto pode soar estranho, mas, como cidadãos do céu, podemos fazer este tipo de coisas. Se permanecermos em união com Deus, não temos de depender da economia deste mundo. Podemos estar conectados à economia celestial, onde não há recessão, depressão ou inflação. Na economia de Deus, não há escassez nem falta de qualquer tipo. Ele é o nosso pastor; nada nos faltará (Salmos 23:1)!

### **Você está Conectado!**

Não importa o quão más as coisas se tornem no mundo. Você não está no mundo sem um Salvador! Você está “ligado a Cristo, a Cabeça à qual todos nós, que somos o seu corpo, estamos unidos” (Colossenses 2:19, *BV*). Quando alguém tem amigos em posições de poder, dizemos às vezes: “Ele tem conexões.” Bem, se mantêm contato vivo com Deus, está conectado! Está conectado com o maior governante e autoridade que existe. Você tem uma conexão com o poder que é acima de todo outro poder e precisa manter uma consciência dessa conexão.

Se fizer isso, então a fé e o poder de Deus se levantarão dentro de você para lidar com qualquer coisa que surja no seu caminho. Mesmo que seja o pior perigo possível, você estará pronto.

Uma das nossas Parceiras provou isso na sua própria vida alguns anos atrás. Ela estava viajando de ônibus em uma grande cidade que visitava, e alguns homens a bordo começaram a roubar as pessoas, indo de pessoa em pessoa, levando dinheiro, jóias e outros objetos de valor. Como esta senhora mantinha sua união com o Senhor, ela estava forte por dentro e tinha o Seu poder fluindo através dela. Quando os ladrões vieram até ela, em vez de se acovardar com medo e entregar os seus pertences, ela olhou bem nos olhos daqueles homens e disse: “Em nome de Jesus, tirem as mãos de cima de mim!”

Quando ela falou, aquelas palavras de fé assustaram tanto aqueles homens que eles, não só a deixaram em paz, como também saíram a correr do ônibus!

Você pode ser uma mulher de 45 kg ou um homem de 113 kg. Sua estatura física é irrelevante. Quando está conectado com Jesus, você é imbatível. Se mantiver uma conexão viva com Ele, não importa o que faça ou para onde vá, o poder de Deus estará a apenas um suspiro de distância.

Vamos encarar a realidade: vivemos numa época em que pode precisar desse poder a qualquer momento, porque há perigo por todo o lado. Quando o perigo surgir, talvez não teremos tempo para procurar a Bíblia e encontrar um versículo sobre proteção. Precisamos ter a Palavra no nosso coração, habitando em nós tão ricamente que ela brotará de dentro de nós antes mesmo de termos tempo para pensar.

Em tempos de crise, a nossa mente normalmente fica em branco e o que está em nosso coração aparece. Se tem estado em comunhão com o mundo, medo se manifestará. Mas se tem estado em comunhão com Deus, fé será a sua primeira resposta.

Precisamos da capacidade de nos manter fortes e firmes, tanto no dia a dia como quando surgem desafios. A boa notícia é: quando se está unido ou laminado com Deus, esta conexão viva fará toda a diferença. Em vez de depender de si mesmo, poderá dizer verdadeiramente: “Eu posso fazer todas as coisas por meio de *Cristo*, que me fortalece.” 🙏

# O GRANDE *Concerto*

EM 2026



Este ano, queremos convidá-lo a se juntar a nós mensalmente, para analisarmos uma nova área de nossas vidas e explorarmos como, por meio da fé na Palavra de Deus, podemos ver o “Grande Concerto” em todas as áreas de nossas vidas em 2026.

**Inscreva-se hoje!**

 KENNETH  
COPELAND  
MINISTRIES EUROPE



*Facilitamos suas doações!*

*Agora você pode:*

Pagar por débito automático

Gerenciar suas doações online

Doar em sua moeda local

[kcm-pt.org/doe](https://kcm-pt.org/doe)