

## PASTORAL

### DURMA BEM!

Cada vez mais, menos pessoas dormem o tanto quanto deveriam ou desejariam. A matemática pode parecer complicada, mas não é. A vida agitada nas grandes cidades, a correria e o excesso de atividades durante o dia, as diversas jornadas de trabalho e muitos outros compromissos assumidos têm diminuído o tempo de sono do brasileiro. As recomendadas oito horas de sono diárias parecem ter se tornado uma utopia ou um sonho não alcançável. Para agravar ainda mais a situação, além do tempo de sono ter ficado mais curto, também a sua qualidade e frequência ficaram comprometidas. Segundo a Associação Brasileira do Sono (ABS), 73 milhões de brasileiros sofrem de insônia, sendo essa a principal queixa daqueles que apresentam algum tipo de distúrbio do sono, seguida do ronco e da apneia. Para os médicos especialistas, entre 30 a 40% das pessoas sofrerão insônia em alguma fase da vida. Quando isso acontecer, é preciso encará-la, então, como um sintoma ou um sinal que aponte para causas a serem investigadas. Quando dessa investigação, certamente não faltarão motivos que expliquem a nossa perda de sono ou a noite mal dormida. O rei Davi, por exemplo, teve muitos motivos para perder o sono. Muitos foram os problemas que ele enfrentou desde o momento em que entendeu que o Senhor o ungiria rei sobre toda a nação de Israel. Problemas de natureza interna, da ordem de suas paixões, atrações e desejos. Problemas de natureza familiar, representados por brigas, incesto e até homicídio dentro de sua própria casa. E também problemas externos, oriundos tanto da política nacional quanto internacional. O salmo 3, cuja autoria é atribuída a Davi, fala de um tempo em que muitos inimigos se levantaram contra ele. Dentre estes, para tornar a situação ainda mais dramática, o seu próprio filho Absalão (2 Sm. 15). Como é difícil quando os nossos próximos se levantam contra nós! Quando os amigos se afastam e os familiares parecem não nos entender. É, de fato, de perder o sono. Mas isso não aconteceu com Davi, apesar de todos os problemas vividos. No verso 5, ele declara: **“Eu me deito e durmo, e torno a acordar, porque é o Senhor que me sustém”** (Sl. 3:5 NVI). Davi deitou e dormiu, porque mesmo quando ninguém o ajudou, ele afirmou: **“Mas tu, Senhor, és o escudo que me protege”**. Quando ele se viu sem nenhum recurso financeiro, ele declarou: **“Mas tu, Senhor... és a minha glória”**. Quando lhe faltou estímulo, ele percebeu a presença encorajadora do próprio Deus: **“Mas tu, Senhor... me fazes andar de cabeça erguida”**. Não perca o seu sono. Deite e durma. Como Davi. Se faltar a ajuda de alguém, Deus também será o seu escudo. Mesmo que os recursos financeiros sejam escassos, Ele é a sua glória. Ainda que se sinta cabisbaixo, abatido, não esqueça, o Senhor é quem ergue a sua cabeça. Durma o quanto puder, o quanto conseguir, mas durma bem!

Com amor,

Pr. Carlos Henrique.

### AGENDA SEMANAL

#### Domingo – 21/07

18:00hs – CULTO DE ADORAÇÃO

Direção, Pr. Carlos Henrique – Mensagem, Pr. Eraldo - Berçário, Ana Paula, Luciana e Anna Beatriz – Culto Infantil, Lourdinha e Márcia Verônica - Música, Ministério de Louvor e Coral Cantares – Plantão, Dc. Ginaldo, Brito, Dcª. Ediméa e Ana Cristina – Som, Rafael – Projeção, Lúcio.

#### Quarta-feira – 24/07

14:00hs – EBF

Direção, Tatiana – Música, Sarah – Plantão, Dc. Jorge de Jesus – Som, Mylena.

#### Quinta-feira – 25/07

14:00hs – EBF

Direção, Tatiana – Música, Sarah – Plantão, Dc. Camilo – Som, Mylena.

#### 19:30hs - CULTO DE EDIFICAÇÃO

Direção, Pb. Almir - Mensagem, Lic. Daniel – Música, Ministério de Louvor – Plantão, Dc. Isac, Antonio, Dcª Josefa e Ellen – Som, Mylena – Projeção, Michell.

**Sexta-feira – 26/07**

14:00hs – EBF

Direção, Tatiana – Música, Sarah – Plantão, Dc. Isac – Som, Mylena.

**Sábado – 27/07**

08:00hs – MANHÃ DE CONSAGRAÇÃO

Direção, Dc. Marcos – Mensagem, Pr. André Fernandes – Música, Ministério de Louvor – Plantão, Dc. Camilo, Antonio, Dcª Ediméa e Rosania – Som, Pedro Henrique – Projeção, Lúcio.

**18:00hs – FESTA DA ROÇA**

Direção, Tatiana – Música, Sanfona e irmãos – Plantão, Dc. Ginaldo – Som, Pedro Henrique.

**Domingo – 28/07**

09:00ha – CULTO MATINAL

Direção e Mensagem, Pr. Carlos Henrique - Música, Ministério de Louvor – Plantão, Dc. Alex, Márcio Cunha, Dcª. Josefa e Nídia – Som, Pedro Henrique – Projeção, Lúcio.

**I CIRCUITO DE ORAÇÃO PELA FAMÍLIA**

Na próxima terça-feira, dia 23, das 20 às 21 horas, estaremos reunidos em mais uma noite de oração pela família. Desta vez estaremos na residência do irmão Sem. Thiago, residente à rua Desembargador Toledo Pizza – 106 – casa 12 – bairro Pião (São Miguel). Após o Cemitério São Miguel, entrar na rua atrás do posto de combustível. É o primeiro condomínio à direita. Todos são convidados a participar.

**VI ENCONTRO DE CASAIS**

De 13 a 15 de dezembro, no Hotel Vila Verde, em Nova Friburgo. Valor: R\$1200,00 divididos em parcelas. Faça esse investimento em seu casamento. Reserve já a sua vaga. Promoção: MCF – Ministério de Casais e Famílias.

**ACAMPAMENTO TEEN**

Um evento para adolescentes. De 02 a 04 de agosto, no Sítio Emanuel, em Itaboraí. Valor: R\$150,00. Inscrições com o Licenciado Daniel.

**SUPERCONEXÃO – EBF 2019**

Escola Bíblica de Férias. Dias 24, 25 e 26 de julho, das 14 às 17 horas, aqui em nossa Igreja. Cânticos, histórias bíblicas, trabalhos manuais, brincadeiras, lanche e muito mais! Não deixe o seu filho de fora desse grande evento.

**FESTA DA ROÇA**

Aqui os jovens convidam e você diz: Sim sinhô! Sábado, dia 27 de julho, a partir das 18:30hs. Só vem! Mas também contribua de alguma maneira. Procure a irmã Tatiana e faça a sua doação.

**DIA DOS AVÓS**

No dia 28 de julho, próximo domingo, no culto da noite, estaremos agradecendo ao Senhor pela vida dos nossos avós. Será pregadora a Dcª Keyla Nícia, da Igreja Congregacional do Alcântara. Esperamos todas as famílias presentes, principalmente avós e netos.

**ANIVERSÁRIO DO CONGREGACIONALISMO**

Já está marcado. Será no sábado, dia 17 de agosto, às 16 horas, nas dependências da Igreja Congregacional de Venda das Pedras. Separe esta data e venha celebrar os 164 anos do congregacionalismo brasileiro.

**VOLUNTÁRIOS PARA A EBF**

Se você tem tempo disponível e coração desejoso em servir, você é a pessoa que procuramos. Fale ainda hoje com a irmã Virginia e informe-se quanto a maneira como você poderá contribuir com a nossa Escola Bíblica de Férias.

**CAMPANHA DO MATERIAL DIDÁTICO**

Lápis, caneta, borracha, apontador, régua, lápis de cor, giz de cera, hidrocor, massa de modelar, cola branca, cola colorida, durex, fita adesiva, fita dupla face, papel ofício branco, papel ofício

colorido, papel pardo, papel 40 quilos, papel cartão, cartolina, papel crepom e outros itens de papelaria. Seja generoso. Traga quanto itens puder. A coordenação de nossa EBF agradece.

### **MANHÃ DE CONSAGRAÇÃO**

Será no próximo sábado, dia 27, às 08 horas. Será pregador o Pr. André Fernandes, da Igreja Congregacional de Baldeador. Venha e traga o seu convidado.

### **REUNIÃO DE ORAÇÃO PARA OFICIAIS**

Todos os oficiais das Igrejas da ACG são convidados. Encontro de oração, dia 25 de julho, quinta-feira, às 08 horas, na Igreja Congregacional do Alcântara. Coordenação, Dc<sup>a</sup> Keyla Nícia.

### **PLENÁRIA DA FEUHEC**

A FEUHEC – Federação das Uniões de Homens Congregacionais – da Associação Congregacional Gonçalense, se reunirá em plenária no próximo sábado, dia 27, às 09 horas, nas dependências da Igreja Congregacional do Alcântara. Todos os homens são convidados a participar.

### **AUSÊNCIA DO PASTOR**

Durante a próxima semana, no período dos dias 22 a 26, o Pastor Carlos Henrique estará ausente das atividades da Igreja, participando de mais um módulo do Curso Aconselhamento Pastoral Familiar, no Centro Evangélico de Missões, em Viçosa/MG. Em sua ausência, o Pb. Almir responde pela Igreja.

### **QUEREMOS ORAR POR VOCÊ**

É isso mesmo! Queremos orar por você na semana do seu aniversário. Por isso, no domingo anterior ao dia em que completará mais um ano de vida, venha participar de nosso Culto Matinal. Queremos orar e agradecer a Deus por sua vida.

### **CANTINA DO MI**

Hoje, após o culto da noite, o Ministério Infantil promoverá uma cantina especial. Toda a arrecadação será doada para o Acampamento Teen. Ao participar da cantina, você abençoará o trabalho com os adolescentes de nossa Igreja. Portanto, não vá embora sem antes passar em nosso salão social.

### **DIÁRIO DE ORAÇÃO**

Separe um tempo durante a semana e ore pelos seguintes motivos:

Dia 21 – Por uma Igreja cujos membros se pareçam cada vez mais com Jesus;

Dia 22 – Pela família pastoral de um modo geral e, de um modo especial, pelas esposas de pastores;

Dia 23 – Por todas as famílias da Igreja e, em especial, pelo Sem. Thiago e sua família, em cuja casa estaremos na noite de hoje;

Dia 24 – Pelo Corpo de Oficiais de nossa Igreja, especialmente pela vida e família da Dc<sup>a</sup> Selma;

Dia 25 – Pela vida do Dc. Alex que estará participando de mais uma edição do Projeto África;

Dia 26 – Por todos os ministérios da Igreja e pela revitalização de nosso Ministério de Evangelismo e Missões;

Dia 27 – Pela consagração de nossas vidas ao Senhor.

### **PLANO DE LEITURA BÍBLICA ANUAL**

Dia 21 – Os. 08-14;

Dia 22 – Is. 28-30;

Dia 23 – Is. 31-34;

Dia 24 – Is. 35-36;

Dia 25 – Is. 37-39;

Dia 26 – Is. 40-43;

Dia 27 – Is. 44-48.

### **ANIVERSÁRIO DE CASAMENTO**

Parabenizamos o casal José Felipe e Thiely que, no próximo dia 23, completará 8 anos de união conjugal, celebrando, assim, Bodas de Barro. Que o Senhor fortaleça e sustente a vida do querido casal.

**PARABÉNS PRA VOCÊ**

Esta semana você completará mais um aniversário. Isso é benção de Deus! Somos gratos ao Senhor por sua vida e oramos para que Ele continue a abençoá-lo:

Dia 23 – Michel de Mendonça Souza – Tel.: 98028-4444

Dia 23 – Thiago de Paula Faria Mendonça – Tel.: 98455-1541

Dia 24 – Antônio José Pereira Brito – Tel.: 98879-1536

Dia 26 – Cristiane Oliveira de Mesquita – Tel.: 98234-2901

Dia 26 – Davi da Motta Duarte – Tel.: 99489-1075

**PENSE NISSO**

“Somos o que fazemos, mas somos, principalmente, o que fazemos para mudar o que somos. ”  
(Eduardo Galeano)