



## LIÇÃO 5 INICIANDO A SEGUNDA VIAGEM MISSIONÁRIA

**#conectou?**

# A importância de um amigo



A segunda viagem missionária de Paulo foi marcado pela companhia de um grande amigo, Silas.

A Bíblia relata várias situações de como é importante ter amigos.

“Em todo tempo ama o amigo; e na angústia nasce um irmão”, Pv 17:17.

Em Êxodo 17 a partir do versículo 8, vemos a história de Josué que desce a pelejar contra Amaleque, enquanto está a batalhar, Moisés, Arão e Hur sobem ao cume do monte, e acontecia que quando Moisés levantava suas mãos Israel prevalecia na batalha, mas quando ele abaixava as mãos Amaleque prevalecia, porém os braços de Moisés se cansaram, Arão e Hur então pegaram uma pedra para que Moisés pudesse sentar e cada um dos dois seguraram o braço de Moisés para o alto até que Israel vencesse a batalha.

É importante cultivar as amizades pois no momento da dificuldade não passará só.

As amizades são comprovadamente um bom remédio contra doenças como depressão, Estresse e hipertensão, além de fazer bem para a mente e o coração.

Pesquisadores da Universidade de Chicago comprovaram que pessoas solitárias tendem a ser mais indefesas ao longo da vida, a ter noites ruins de sono e sofre com complicações ao longo da vida como estresse.

Um outro estudo que apareceu no Journal of the American Medical Association, que pessoas solitárias correm mais risco de ter Alzheimer.

“O homem que tem muitos amigos pode congratular-se, mas há amigo mais chegado do que um irmão”, Pv 18:24.