

# MANUAL DE SOBREVIVÊNCIA ESPIRITUAL PARA JOVENS

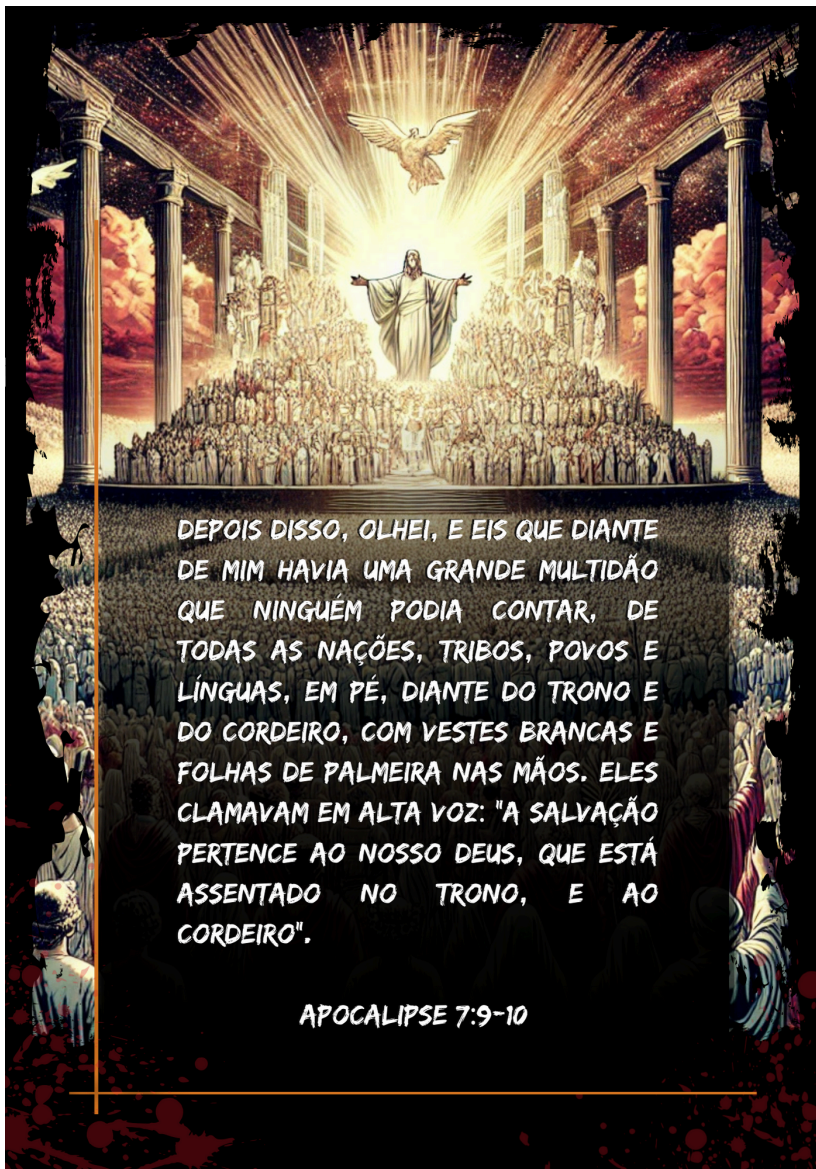
DE TODAS AS NAÇÕES, TRIBOS, POVOS E LÍNGUAS



## QUEM EU SOU

DESCUBRA QUEM VOCÊ É  
E VIVA O NOVO  
E EXTRAORDINÁRIO  
DE DEUS

A JUVENTUDE desbravando a Bíblia  
O maior e mais atual best-seller de todos os tempos !



DEPOIS DISSO, OLHEI, E EIS QUE DIANTE DE MIM HAVIA UMA GRANDE MULTIDÃO QUE NINGUÉM PODIA CONTAR, DE TODAS AS NAÇÕES, TRIBOS, POVOS E LÍNGUAS, EM PÉ, DIANTE DO TRONO E DO CORDEIRO, COM VESTES BRANCAS E FOLHAS DE PALMEIRA NAS MÃOS. ELES CLAMAVAM EM ALTA VOZ: "A SALVAÇÃO PERTENCE AO NOSSO DEUS, QUE ESTÁ ASSENTADO NO TRONO, E AO CORDEIRO".

APOCALIPSE 7:9-10



[ultimatrincheira.com](http://ultimatrincheira.com)



# QUEM EU SOU

## Volume



ISBN

nº 978-65-01-32038-0

1ª Edição 2025

Copyright © 2025 - Todos os direitos reservados

Obra registrada nos termos e normas legais da Lei nº 9.610/1998

[www.ultimatrinceira.com](http://www.ultimatrinceira.com)



**Q**uanto mais deixamos que Deus assuma o controle sobre nós, mais autênticos nos tornamos - pois foi Ele quem nos fez. Ele inventou todas as diferentes pessoas que eu e você tencionávamos ser (...) É quando me viro para Cristo e me rendo à sua personalidade que pela primeira vez começo a ter minha própria e real personalidade.”

C. S. Lewis, autor de Crônicas de Nárnia

# Introdução

---

**P**ara saber qual nível de consciência você tem de si mesmo(a), pergunte-se:

## QUEM EU SOU?

Se a resposta for do tipo: eu sou estudante de tal curso ou instituição, sou influencer, sou residente de medicina, pai de João, casado com Maria, trabalho em tal lugar... saiba que você precisa conhecer mais sobre si mesmo, pois **você não é a sua profissão, seu estado civil, seu status social e nem a sua formação.**

Na realidade, a sua verdadeira identidade será a base sólida sobre a qual você edificará toda a sua vida, e o primeiro passo para você compreender questões fundamentais, tipo: **de onde eu vim, por que estou aqui, para onde vou?**

Quando você descobre quem realmente é, você passa a construir sua personalidade de maneira autêntica, moldando seu caráter com integridade e coerência. Isso impacta diretamente suas escolhas, desde as mais simples até as mais

complexas, **como o caminho profissional a seguir e os relacionamentos que deseja cultivar.**

E compreender o mistério da sua existência, segundo as Escrituras Sagradas, dará sentido real à sua jornada, ajudando-o(a) a viver seu verdadeiro propósito, que guiará suas ações e decisões, rumo à realização da missão, para qual você está sendo preparado(a).

### **JOVEM, o Senhor tem um recado para você**

\_ Filho(a), não tenha medo de descobrir quem você realmente é, pois as lentes que ofuscam a sua visão cairão, e você trilhará sua jornada revestido(a) de força, poder e autoridade!

**Em breve, sonhos ainda maiores surgirão, pois você terá “visão de águia”, e aprenderá a voar acima das nuvens e das tempestades da vida.**

**Q**ue tal decifrar os mistérios do Reino de Deus e se tornar um verdadeiro Guardião da sua Palavra, revestido de força, poder e autoridade, no céu e na Terra?

A série **Manual de Sobrevivência Espiritual para Jovens de Todas as Nações, Tribos, Povos e Línguas**, possui uma linguagem acessível ao público jovem, mas é indicada para pessoas de todas as idades, que desejam se aprofundar no conhecimento de si mesmas, através do entendimento da Palavra de Deus.

Esta “saga”, irá ajudá-lo(a) a explorar os tesouros guardados na Bíblia, o maior best-seller de todos os tempos, cuja inspiração, mentoria e coautoria são atribuídas ao Criador da vida.



## SUMÁRIO

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| Introdução.....             | 6         |
| <b>Capítulo 1.....</b>      | <b>10</b> |
| O Novo de Deus.....         | 11        |
| Papo Reto.....              | 14        |
| As Tempestades da Vida..... | 17        |
| <b>Capítulo 2.....</b>      | <b>20</b> |
| <br>                        |           |
| <b>Capítulo 3.....</b>      | <b>30</b> |
| <br>                        |           |
| <b>Capítulo 4.....</b>      | <b>38</b> |
| <br>                        |           |
| <b>Capítulo 5.....</b>      | <b>47</b> |
| <br>                        |           |
| <b>Capítulo 6.....</b>      | <b>58</b> |
| <br>                        |           |
| <b>Capítulo 7.....</b>      | <b>69</b> |
| <br>                        |           |
| <b>Capítulo 8.....</b>      | <b>82</b> |
| <br>                        |           |
| <b>Capítulo 9.....</b>      | <b>93</b> |

# Capítulo 1



*Tem novidade no ar*

## O Novo de Deus



*"Esqueçam o que se foi; não vivam no passado. Vejam, eu farei uma coisa nova! Ela está prestes a acontecer! Vocês não a percebem?"*

Isaías 43:18-19

**E**m um mundo dominado por algoritmos e excesso de conteúdo e informação, Jesus te convida a segui-lo, para que você possa se “conectar” ao **Novo e Extraordinário de Deus!** Pois somente n’Ele, você encontrará esperança, confiança,

direção e a verdadeira paz e alegria, que só o Espírito Santo pode te dar (Romanos 15:13).

Jesus representa “O Novo”, porque Ele veio para renovar e transformar a humanidade, trazendo vida em abundância e salvação (João 10:9-10). Ele não apenas rompeu com as práticas religiosas vazias e ultrapassadas, mas estabeleceu uma nova Aliança entre Deus e a humanidade (Hebreus 8:6).

Em Mateus 9:17, Jesus nos ensina que **vinho novo precisa de odres novos**, mostrando que viver o novo de Deus, exige uma transformação radical, que só é possível se deixarmos para trás o “velho homem” interior (Efésios 4:22-24) por meio do conhecimento da sua Palavra e da comunhão com o Espírito Santo.

A juventude tem uma grande abertura a mudanças, e sua capacidade de se moldar, sonhar e se comprometer com algo maior, a torna um solo fértil para que Deus plante a sua Palavra, e colha muitos frutos. Prova disso é que em seu ministério, Jesus chamou predominantemente os jovens para serem seus discípulos, testemunharem seus milagres e anunciarem o Evangelho do Reino de Deus.

Na verdade, **ser jovem não é apenas uma questão de idade, mas de mentalidade**, pois a renovação de Deus não exclui ninguém. Em Apocalipse 21:5 está escrito "O que estava assentado sobre o trono disse: **Eu faço novas todas as coisas!**" Essa afirmação nos mostra que Ele é poderoso para fazer algo novo em todos nós, desde que estejamos abertos para isso.

Abraçar essa renovação é permitir que Deus molde nossa mente e coração. Como diz Romanos 12:2: **“Não se amoldem ao padrão deste mundo, mas transformem-se pela renovação da sua mente, para que experimentem a boa, agradável e perfeita vontade de Deus.”**

Nestes últimos dias, um grande avivamento será derramado sobre a Igreja de Cristo, e você, amado(a), é peça essencial nesse mover. O Senhor te levantará como coluna em seu Reino de amor, e essa geração se erguerá com força, poder e autoridade, sendo luz em meio ao caos.

**“Vocês são a luz do mundo... Assim brilhe a luz de vocês diante dos homens, para que vejam suas boas obras e glorifiquem ao Pai que está nos céus.”**

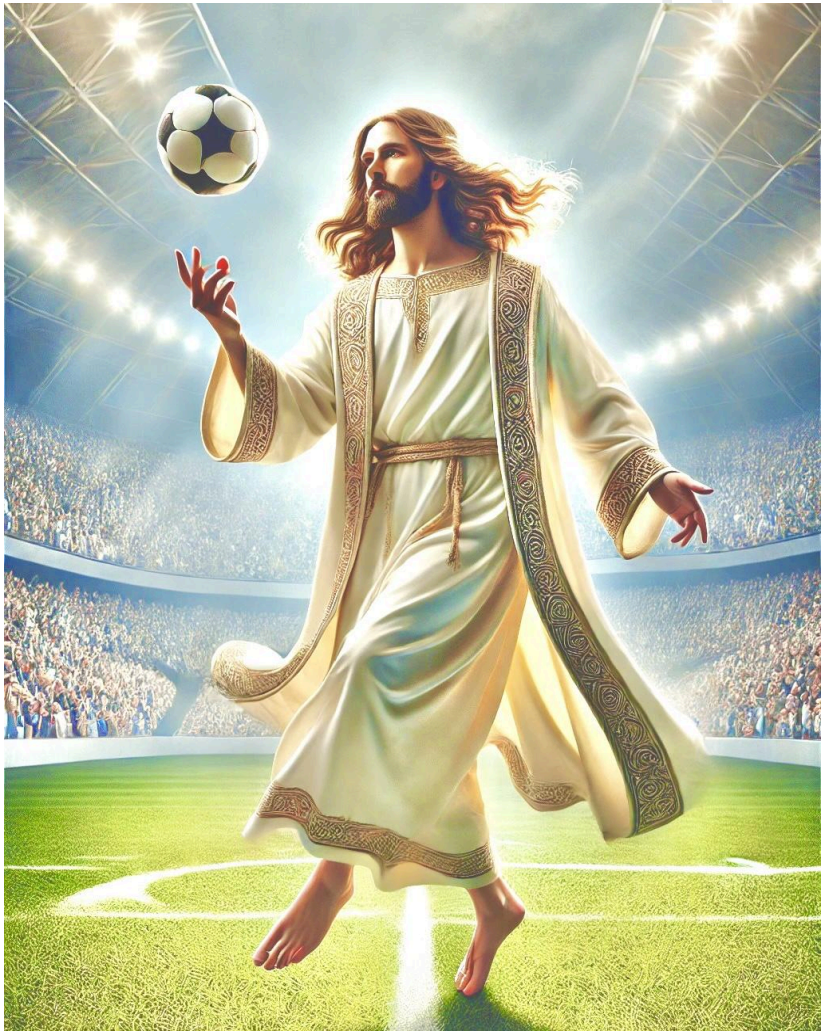
Mateus 5:14,16

***Só Deus pode te libertar plenamente, das cadeias emocionais e espirituais que te prendem. Somente Ele possui as respostas que você tanto procura.***

# Papo Reto

---

Quando a vida imita o jogo



**E**sta obra está embasada no estudo e interpretação das Escrituras Sagradas (Bíblia), e contém insights filosóficos, científicos e teológicos, acerca dos temas abordados. Trata-se também de uma experiência viva, com um Deus vivo, na qual um jovem — assim como muitos de vocês — passou por momentos de angústia, dúvidas e um profundo vazio existencial. E quando a terapia já não ajudava mais, ele resolveu buscar a ajuda de Deus, e o verdadeiro sentido da sua existência, em uma jornada de autoconhecimento, que passou pelo deserto da alma, pelas “águas de Mara” (águas amargas) em algumas religiões, até chegar à fonte de águas vivas e cristalinas da Palavra de Deus.

E após se render às vozes que falavam na sua cabeça e decidir que não havia mais sentido em existir, eis que aos 45 minutos do segundo tempo, quando o “jogo da vida” parecia estar chegando ao fim, o VIRA,VIRA,VIROU finalmente aconteceu !! E adaptando o famoso canto de uma das maiores torcidas do Brasil: “Jesus é o Homem da virada... Jesus é o Homem do amor!! Êrêê êrêê êrêê... Ôôôôôôôôô...”

Pouco antes do apito final, milagrosamente o árbitro da partida interviu, expulsando o time adversário, cujo nome era Legião (Marcos 5:9-13), afinal de contas eles eram muitos!! Muitos pensamentos negativos, muita legalidade espiritual, muita falta de conhecimento bíblico. E no momento mais escuro, onde até a sua sombra te abandona, eis que sobre aquele que vivia **“na terra da sombra da morte raiou uma luz”** (Mateus 4:16). E essa luz quando chega, retira toda escuridão, e nos faz enxergar que, tudo quanto precisamos para sermos cheios de alegria, vida e gratidão, sempre esteve junto a nós, nos guardando e fortalecendo nos momentos mais difíceis!

Meu irmão, minha irmã, se neste mundo de escuridão você não

sabe **quem é, o que veio fazer aqui, para onde vai, e de onde veio**, é sinal que você está vivendo como uma sombra de si mesmo, à margem da sua consciência, e para receber a cosmovisão do Reino de Deus, **uma chave precisa ser virada em sua mente**, para que você possa enxergar com os olhos da fé, e seja liberto(a) da dor da incerteza.

Mas a boa notícia, é que você não está enterrado(a) neste ermo de sombras e indefinições, mas sim plantado(a), e a luz de Cristo, “o Craque da rodada”, resplandecerá sobre ti e te fortalecerá, e no tempo certo você dará muitos frutos, pois **Jesus te chamou para ser a luz do mundo**, refletindo o brilho da sua glória, pois **somente n’Ele você encontrará respostas, equilíbrio, identidade e propósito**.

E através do conhecimento da Palavra de Deus, você será revestido(a) de poder e autoridade, para vencer a força do caos, que tenta fluir do “lado obscuro do universo” para dentro de você, **através do portal chamado MENTE**.

Siga-nos



@ultimatrincheira

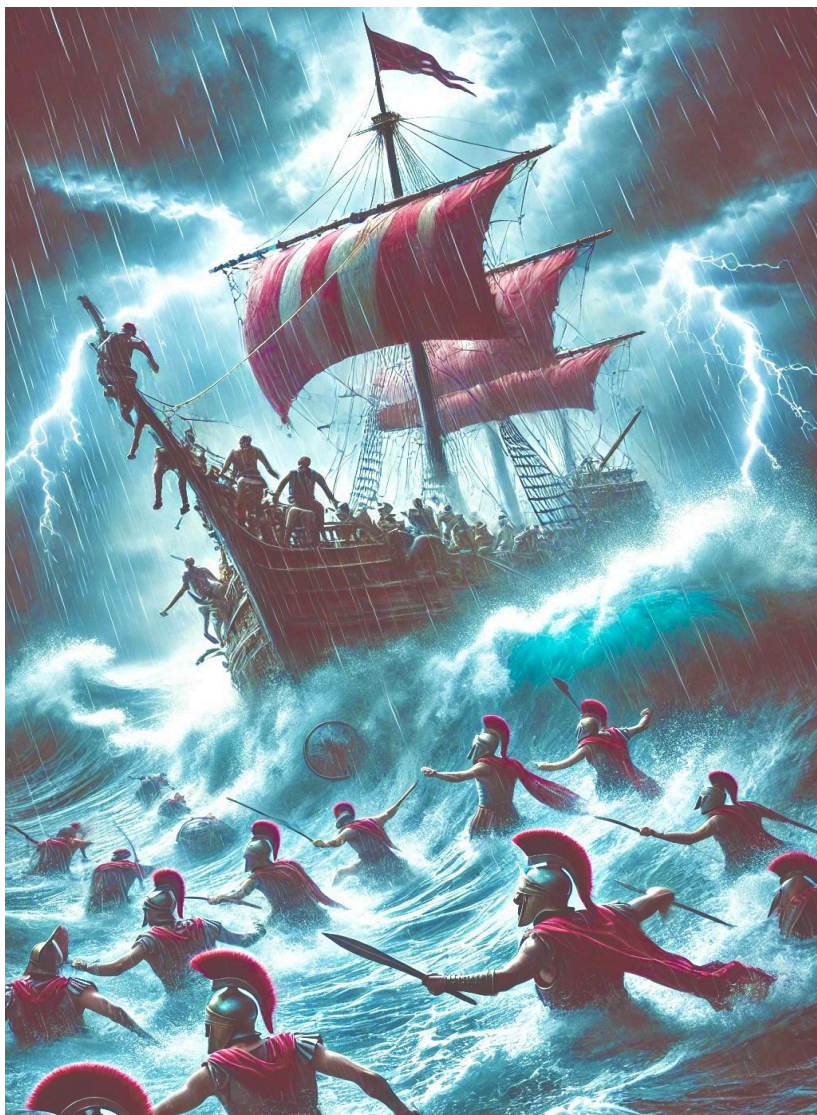


ultimatrincheira.com



# As Tempestades da Vida

**N**o Antigo Testamento, está relatada a história do profeta



Jonas (Jonas 1:1-17), que desobedeceu a Deus e tentou fugir de sua presença, em um navio que ia para Társis. E isso trouxe uma grande tempestade na sua vida e de todos à sua volta, de maneira que ele foi lançado em um “mar em fúria”, e no mesmo instante, a tempestade cessou. Em seguida o Senhor enviou um grande peixe para resgatá-lo e levá-lo à cidade de Jope, restaurando assim o plano original de Deus, que era o profeta pregar sua Palavra nesta cidade.

Essa história nos mostra algo interessante — Há propósitos de Deus para sua vida que são “inegociáveis” e somente você poderá cumpri-los! Deus moverá céus, mar e terra, para que a sua perfeita vontade prevaleça, e muitas vezes, somente à luz da sua Palavra, você encontrará algum sentido nas tempestades e tribulações que insistem em permanecer na sua vida.

A Série **Manual de Sobrevivência Espiritual para Jovens**, é na verdade o diário de bordo de uma pequena embarcação, em meio a uma grande tempestade, oriunda de um CHAMADO e de um PROPÓSITO, à qual **a melhor escolha, é não ignorar**. E após muitas dores e por diversas vezes ser lançado ao mar, o grande peixe finalmente chegou, conduzindo este naufrago que vos fala, **ao centro da vontade do Pai**.

---

**E**ste primeiro livro da série, é uma introdução ao tema “**Quem eu Sou**”, e irá abrir a sua mente para **o universo de possibilidades que existem dentro de você**. Portanto, continue conosco, e em pouco tempo você entenderá como é possível, por meio da Palavra de Deus, recriar o seu mundo de maneira plena e consciente, a partir de águas tranquilas, águas agitadas ou mesmo dos destroços que sobraram.

“

*Esta é a minha oração: que o amor de vocês aumente cada vez mais em conhecimento e em toda a percepção, para discernir o que é melhor, a fim de serem puros e irrepreensíveis até o dia de Cristo, cheios do fruto da justiça, fruto que vem por meio de Jesus Cristo, para glória e louvor de Deus.”*

Filipenses 1:9-11

Olá, meu nome é Sandro J. Gomes

Alguém cuja adolescência foi sofrida, confusa e cheia de desafios, mas que se deparou com o cara mais legal do mundo pelo caminho, chamado Jesus.

E ao conhecer sua história, aquele jovem sentiu uma conexão imediata, pois percebeu que Deus não era o ser distante e implacável que ele imaginava. Pelo contrário, descobriu um amor que era sacrificial e inabalável.

E então o jovem entendeu, que Deus através do seu Filho Jesus Cristo, também sentiu na pele as dores e as aflições deste mundo, e que Ele era mais humano que qualquer homem ou mulher que já andou sobre a Terra, afinal, Jesus sendo o maior se fez o menor, servindo a todos, entregando sua própria vida por amor daqueles que haveriam crucificá-lo.

E a decisão de seguir Jesus, foi a mais importante da sua vida, pois a partir daí, um NOVO mundo surgiu diante dos seus olhos, onde não havia limites para sonhar, as dúvidas viraram convicção, e apesar de todas as lutas e levantes do inimigo, **“Se Deus é por nós, quem será contra nós?”** (Romanos 8:31).

“Obrigado a todos pela companhia, e por poder compartilhar um pouco da jornada de fé que transformou uma vida. Que Deus faça obras ainda maiores na vida de vocês, para honra e glória do Senhor Jesus!”

## Formação Acadêmica:

- Bacharelado em Teologia
- Bacharelado em Administração
- Pós-graduando em Neurociência

Esta é uma amostra gratuita do eBook, que possui um total de 9 capítulos e 108 páginas. Caso você deseje adquirir o material completo, basta acessar o link abaixo.



[Loja Última Trincheira](#)

**N**ossa equipe intercede (ora) todos os dias pelos inscritos em nossas redes sociais. Se você deseja receber nossas atualizações, mensagens de fé, e estar debaixo de nossa cobertura espiritual, siga-nos.



[@ultimatrincheira](#)



[Curta nossa Página](#)

Desde já agradecemos pela atenção!