

Autor: Herculino Oliveira Neto

O CUIDADO COM A MINHA MENTE

PROJETO
TIMÓTEO

Estudo disponível no site: projetotimoteo.org.br

O CUIDADO COM A MINHA MENTE - PARTE 1

Examinemos as Escrituras: "Finalmente, irmãos, tudo o que é verdadeiro, tudo o que é respeitável, tudo o que é justo, tudo o que é puro, tudo o que é amável, tudo o que é de boa fama, se alguma virtude há e se algum louvor existe, seja isso o que ocupe o vosso pensamento." Filipenses 4.8

Como acontece na nossa mente é que iremos declarar se somos derrotados ou vitoriosos.

1. O que você prefere crer na palavra de Deus ou nas mentiras do mundo, ou cair nas ciladas do diabo?

Jo 8.44 - "..., porque é mentiroso, e pai da mentira".

2. Você será o produto daquilo que você pensa e declara a seu respeito.

Pv. 23.7 - "Porque, como imaginou na sua alma, assim é..."

3. Como está sua mente, cheia de Deus e da sua palavra, louvores, certamente você terá pensamentos bons a seu respeito e a respeito das pessoas.

Zc 8.17 - "E nenhum de vós pense mal no seu coração contra o seu companheiro; executai juízo de verdade e de paz nas vossas portas"

4. Como você vê a palavra os princípios contidos na Palavra de Deus?

Sl 19.7 - "A lei do Senhor é perfeita e restaura a alma..."

No campo da mente é que se formam os auto-conceitos bons ou ruins na nossa alma.

O CUIDADO COM A MINHA MENTE - PARTE 2

Sabia que uma alma fragilizada, ferida, magoada, traumatizada, amargurada, ressentida produzirá uma fé vacilante e uma mente doentia? Uma alma enferma só pensa no pior, não vê esperança de mudança em nada, vive sofrendo por antecipação com coisas que nunca existiram e que nunca vão acontecer. O medo contínuo traz um verdadeiro tormento. "Pois Deus não nos deu espírito de covardia ou temor, mas de poder, de amor e de equilíbrio" 2 Tm 1.7

1. Sua alma já esteve enferma pensando e dizendo: Não posso, não venço, não consigo, não dá certo?

2. Já teve sua alma curada pensando e dizendo: "Posso todas as coisas naquele que me fortalece". Fl 4.13.

3. O que você acha destas excelentes palavras de Paulo "Alegrem-se sempre no Senhor. Novamente direi: Alegrem-se!"

4. Como anda a sua amabilidade?

5. As pessoas te veem como uma pessoa que tem experimentado o amor de Deus ou parece com alguém que foi envenenado?

O CUIDADO COM A MINHA MENTE - PARTE 3

Mente sã é consequência de uma alma sadia, e de uma vida cheia do Espírito Santo e da Palavra de Deus.

Estamos acostumados a ouvir que temos que ter "pensamento positivo".

O pensamento cria, mas é o sentimento que verdadeiramente impacta nossa mente e nos faz agir. O sentimento molda seu cérebro, seus neurônios, estimulando a plasticidade cerebral a seu favor. Largue todos os estímulos negativos quer sejam da mídia, como músicas que expressam sentimentos ruins de derrotas, perdas, ou incitam a pornografia. Filmes, séries contrários à palavra de Deus. Com todo respeito ao ser humano, não se junte com pessoas que não promovam seu crescimento na disciplina do seu bem estar. Lembre-se, pensar leva a sentir, sentir leva a acreditar e acreditar leva a agir.

Satanás não pode entrar em nossa mente, mas o mundo jaz no maligno, e algumas vezes permitimos o mundo maligno entrar. A cultura sistêmica do momento nos assola com seus encantos glamorosos e destruidores. Ou seja, o funcionamento da mente humana tem que estar ligado no Senhor Jesus, por isto Paulo diz: "Não deis lugar ao diabo". Ef 4.27 e Tiago diz: "Resisti ao diabo e ele fugirá de vós" . Tg 4.7

Escreva suas impressões em seu caderno. Tenha disciplina nos devocionais, seu tempo com Deus. Sua participação nos cultos. Use seus lábios para louvá-Lo por sua infinita misericórdia.

Vamos orar: Senhor Deus, Tu és maravilhoso. Suas mãos são perfeitas em tudo que faz. Nossos corações festejam pelas vitórias já recebidas. Queremos dar-lhe nosso ser 100% somente a Ti. Perdoe nossos pecados. Em nome de Jesus. Amém.

CUIDADO COM A MINHA MENTE - PARTE 4

Com que tipo de pessoas geralmente você pede bons conselhos?

"Ouve o conselho e recebe a correção, para que sejas sábio nos teus últimos dias. Muitos propósitos há no coração do homem, mas o conselho do Senhor permanecerá." Provérbios 19.20,21

1. Você tem a tendência de considerar ou ignorar os bons conselhos de pessoas que já passaram pelo que está passando? "Mesmo onde há ouro e rubis em grande quantidade, os lábios que transmitem conhecimento são uma rara preciosidade." Provérbios 20:15

2. Por que é tão importante lembrarmos de que bons conselhos podem fazer toda a diferença em nossas vidas?

"Jamais me esquecerei dos teus preceitos, pois é por meio deles que preservas a minha vida. Salva-me, pois a ti pertença e busco os teus preceitos!" Salmos 119.92,93

Às vezes a pressa em crescer, em ter independência e desbravar o mundo aos poucos nos afastam daquela criança que um dia fomos. Na ânsia por viver novos pensamentos, sentimentos, comportamos de certa maneira desajeitada. Porque fazemos planos, e logo queremos colocá-los em prática, porém, esquecemos de os amadurecer à luz de Cristo. Precisamos de sermos humildes e buscar ajuda para vencer. Por isso, sugiro que peça conselhos do Senhor Jesus, de irmãos amadurecidos e firmes na fé e esperança.

Desejo-lhe que sua noite seja cheia da paz e do amor do Senhor Jesus.

Vamos orar: Santo, santo, santo é o Senhor, tudo que existe procede de Ti. De fato somos tão crianças para certos assuntos. Realmente pecamos de diversas maneiras. Perdoa-nos. Te agradecemos por ter impedido de situações erradas que queríamos fazer acontecerem. Te agradecemos pelos irmãos e amigos maduros que nos dão bons conselhos espirituais. Em nome de Jesus.

O CUIDADO COM A MINHA MENTE - PARTE 5

"Revesti-vos, pois, como eleitos de Deus, santos e amados, de entranhas de misericórdia, de benignidade, humildade, mansidão, longanimidade". Colossenses 3.12

1. Como você se sente sabendo que Deus nos escolheu para sermos representantes dEle aqui na terra?

Como já é do nosso conhecimento, nossa formação de caráter se dá na proporção das coisas que mais contemplamos. Por meio da cultura, família, trabalhos, religião, recebemos influências que ditam a tendência da humanidade. Tornamos formadores de opiniões. Dito isso, é saudável pensar: preciso de encher minha mente e ter atitudes que refletem Jesus em mim.

"Sede, pois, imitadores de Deus, como filhos amados" Efésios 5.1

2. Quando as pessoas que não conhecem a Deus olham para você, o que você gostaria que elas admirassem? Nossas atitudes tem a ver com o caráter de Deus? Revista-se do que é bom e mostre ao mundo quem Ele é!

"Portanto, despojando-vos de toda impureza e acúmulo de maldade, acolhei, com mansidão, a palavra em vós implantada, a qual é poderosa para salvar a vossa alma." Tiago 1.21

Vamos orar: Senhor todo poderoso, obrigado por mais um dia, que possamos ser gratos a tudo o que tens nos dado. Pai querido e amado guarde a vida dos teus filhos, traga cura e libertação para aqueles que estão enfermos e ansiosos por alguma coisa, entra na vida dos que estão com depressão e que o teu Espírito Santo venha a agir na vida dessas pessoas e faça um renovo trazendo esperança ao teu povo.

Senhor como sou grato a ti por tudo, guarde minha casa, minha vida, família, parentes e amigos, nos dê forças e nos faça crescer a cada dia na sua presença, em nome de Jesus, Amém.

O CUIDADO COM A MENTE - PARTE 6

"Aquele que habita no esconderijo do Altíssimo, à sombra do Onipotente descansará." Salmos 91.1

Mesmo em tempos agitados e difíceis, temos a promessa de que, se andarmos segundo a vontade de Deus, teremos descanso. Tarefas e desafios serão diários em nossas vidas, mas em Deus temos sombra, refrigério e descanso. Temos o amparo e aquele cuidado divino muito especial! Amém.

Certamente ninguém consegue transformar aquilo que não conhece, por não se reconhecer. Por fazer coisas sem o conhecimento do "como funciona", erramos. Ainda dá tempo de acertar. Vamos!? Não desista, daquele sonho bom que está em seu coração. Ele está sendo forjado nas mãos do arquiteto do universo, o nosso único Deus criador.

Ninguém consegue transformar a própria vida sem se conhecer. Daí a importância de termos um espelho para nos enxergarmos. Você vê Jesus em você? De que maneira você pode refletir Jesus em ti?

"E todos nós, que com a face descoberta contemplamos a glória do Senhor, segundo a sua imagem estamos sendo transformados com glória cada vez maior, a qual vem do Senhor, que é o Espírito." 2 Coríntios 3:18

Você tem um ponto de partida para ter uma vida melhor espiritual

emocional e física? Tem usado a máxima sinceridade consigo mesmo? Ser honesto e realista em perceber onde estão as virtudes que te potencializam, mas também os entraves que te limitam!?

"Se confessarmos os nossos pecados, Ele é fiel e justo para perdoar os nossos pecados e nos purificar de toda injustiça." 1 João 1:9

Que este final de semana tenha um toque especial do Senhor Jesus em cada momento. Que este seu sonho maravilhoso, se concretize. Fique guardado pelo Senhor altíssimo, protegido. Assim terá confiança e coragem para enfrentar todos os desafios.

Vamos orar: Nosso amado Rei dos reis, como é agradável começar o dia contigo. Reconheço que necessito muito da sua direção, proteção. Pois somente em Ti encontro descanso para minha alma. Perdoe meus pecados. Abençoe minha família, irmãos, parentes e amigos. Minha gratidão por este novo dia, nova história, tudo novo renascendo nesta linda jornada de hoje. Em nome de Jesus. Amém.

O CUIDADO COM A MINHA MENTE - PARTE 7

"Assim brilhe a luz de vocês diante dos homens, para que vejam as suas boas obras e glorifiquem ao Pai de vocês, que está nos céus." Mateus 5:16

Por que é importante reconhecer nossas falhas, limitações, carências e fraquezas? Reconhecer não para se sentir menor, fraco ou incompetente, e sim para poder focar imediatamente nas suas soluções e opções.

"Então reconheci diante de Ti o meu pecado e não encobri as minhas culpas. Eu disse: "Confessarei as minhas transgressões", ao Senhor, e Tu perdoaste a culpa do meu pecado." Salmos 32.5

Tudo o que você trouxe para a consciência significa reconhecimento. Tudo que você reconhece é passível de transformação.

Somente assim, reconhecendo suas fraquezas, você será capaz de construir suas fortalezas.

Reconhecer é ter humildade de aceitar que tudo se transforma o tempo todo.

Reconhecer é ser honesto com você mesmo. Reconhecer, lhe oportuniza se transformar. Já pensou ser comparado como um animal ou burro? Veja o que Davi diz no Salmos 32.9 "Não sejam como o cavalo ou o burro, que não têm entendimento mas precisam ser controlados com freios e rédeas; caso contrário não obedecem."

Tenha essa coragem e confiança. Reconhecer-se. Transformar-se.

De que maneira? Substituindo, as novas formas de pensar do Senhor Jesus. Assim o passado... passou, estabelecendo uma transformação divina em seu interior. Cheia de paz e calma em seu interior. "Não que eu já tenha obtido tudo isso ou tenha sido aperfeiçoado, mas prossigo para alcançá-lo, pois para isso também fui alcançado por Cristo Jesus." Filipenses 3.12

Meu profundo desejo é que você vença mais este dia.

Vamos orar: Que o Senhor Jesus te abençoe e te guarde que Ele venha a lhe trazer a paz e que o seu amor eterno esteja sempre sobre você é família, em nome de Jesus. Amém.

O CUIDADO COM A MINHA MENTE - PARTE 8

"De longe se me deixou ver o Senhor, dizendo: Com amor eterno eu te amei; por isso, com benignidade te atraí." Jeremias 31.3

Às vezes precisamos mudar nossos planos de vida, principalmente por não sermos mais aquela mesma pessoa que um dia os idealizou. Só não pode mudar quem já morreu. Faça mais perguntas para si. O tempo nos muda, nos modifica, nos realinha, nos ensina, e assim precisamos reconsiderar o que desejávamos e o que agora queremos ter como um novo viver. Caso você realmente queira uma vida diferente e melhor, não espere o mundo mudar, as pessoas mudarem, o sistema mudar. Se você quer mudanças, seja a sua própria mudança. Porém, nada vai adiantar mudar apenas o querer e manter os mesmos comportamentos e ações. Lembre-se, se você não mudar o que faz hoje, todos os amanhã serão iguais a ontem, iguais a sempre. Almeja a disciplina e planejamento com Jesus, por Jesus e para Jesus.

Responda analisando sua forma de pensar:

1. Tem propósito (sentido) a maneira pela qual está vivendo? Na palavra de Deus está escrito e tudo se fez novo..."Portanto, se alguém está em Cristo, é nova criação. As coisas antigas já passaram; eis que surgiram coisas novas!" II Coríntios 5.17; Jr. 31.3

2. Por que nós podemos ser transformados segundo a palavra do Senhor Jesus? "Porquanto o amor de Cristo nos constrange, porque estamos plenamente convencidos de que Um morreu por todos; logo, todos morreram." II Coríntios 5.14; Rm. 12.1,2

3. Quais cuidados você faz para submeter-se a disciplina de transformação?

"Por essa causa, também sofro, todavia não me envergonho, porquanto sei em quem tenho crido e estou plenamente convicto de que Ele é poderoso para guardar o que lhe confiei até aquele Dia." II Timóteo 1.12; I Co. 9.27

Você está determinada a mudar hoje sua forma de agir para ter um novo amanhã?

Vamos orar: Amado Deus, não existe alguém que ama como o Senhor. Te adoramos pelo grande amor por mim e por cada uma de suas criaturas. Sou muito feliz por fazer parte da sua bela criação. Quero andar sempre em seus caminhos. Perdoe-nos por nossos pecados de errar o alvo. Mas, quero de novo e de novo ser mais disciplinado com a minha vida a qual pertence a Ti. Abençoe minha família, meu lar, meus parentes e amigos. Em Jesus. Amém.

O CUIDADO COM A MINHA MENTE - PARTE 9

"Não te mandei eu? Esforça-te e tem bom ânimo; não pases, nem te espantes, porque o Senhor, teu Deus, é contigo, por onde quer que andares." Josué 1.9

Problema: Será que o estresse cotidiano, mais um conjunto de "ofertas objeto de consumo" (o ser humano), tem cooperado para as doenças emocionais e físicas?

Hipótese: Uma atenção maior em nós traz pode trazer lucidez mental e física. Contudo, atribuir 100% de toda responsabilidade somente a nós torna-se pesado demais para suportarmos. A existência humana geme com dores procurando os inúmeros anestésicos para a saúde. Precisa aliviar as cargas pesadas. Sozinhos não temos condições de lidar com todos os males que o sistema cultural e/ou nós mesmos causamos.

SOLUÇÃO:.

Somente Deus por meio de Jesus para nos salvar dando reforço de coragem e confiança.

Somente Nele podemos lançar nossas cargas e achar o alívio para a alma.

Por isso podemos nos entristecer, mas não devemos desistir e sim continuarmos a confiar em Deus, pois é Ele mesmo quem diz, esforça-te e tenha bom ânimo, as coisas podem até estar contrária a nosso favor, mas também é um tempo para refletirmos e fazermos mudanças no nosso modo de pensar, sentir e agir.

Saiba que maior que sejam as aflições, ela tem o seu tempo para cessar, e com certeza Deus entrará com provisões para a minha e a sua vida. Continue a confiar sempre em dias melhores, Deus sempre estará ao nosso favor.

Vamos orar: Poderoso Deus, nunca existiu nada comparável com tua perfeição e grandeza. Perdoe-nos a pequena fé...porque olhamos mais para os problemas, pessoas e nós mesmos do que ao seu imenso propósito em minha vida. Usa-nos ò Deus para sua glória. Em Jesus. Amém.

Fiquemos com essa palavra que o amor e a graça do Senhor esteja sobre nós, e toda sua família. Tenha uma semana de paz e alegria, por maior que nos sintamos enfraquecidos às vezes, e talvez até querendo desistir de algo que propusemos para a nossa vida.

O CUIDADO COM A MINHA MENTE - PARTE 10

"...Quando chegaram à fronteira da Mísia, tentaram entrar na Bitínia, mas o Espírito de Jesus os impediu..."
Atos 16:7

PROBLEMA:

1.Será que na jornada cristã, as dificuldades que aparecem seriam para desistirmos da caminhada? 2.Como fica sua cabeça quando Deus diz "não" por algo que seria tão bom se fosse "sim"?

HIPÓTESE:

O "não" e o "sim" de Deus são bençãos extraordinárias. Nosso Deus sabe todas as coisas. Seu senhorio está nas palmas de suas perfeitas mãos. Nada o surpreende, inclusive as grandes dificuldades.

1. Enumere os benefícios e propósitos de Deus ter impedido Paulo de entrar na Ásia e sim para Europa?
2. O que levou Paulo obedecer às ordens do Senhor Jesus. Como foi isso?
3. Como você descreveria a mente de Paulo diante dos desafios neste trecho de Atos 16?

SOLUÇÕES:

A. Ser humilde é aceitar o "não" de Deus. As frustrações tira o "meu eu" do eixo central e redireciona-se para a conscientização de que somos aqueles que trarão consolo para muita gente. Deus já fez isso na sua vida, lembra!?

B. Ser servo é ter a mente em comunhão com o Senhor Jesus, ser sensível para perceber os sinais de ser separado para libertação dos pecados. Há muitos que ainda estão escravos dos preconceitos, adivinhações, orgulho religioso, falso ensino, vãs filosofias, etc.

C. Reforçar a consciência lembrando que o objetivo maior sempre vai ser a salvação de famílias. Tudo vale a pena quando o objetivo principal é cumprido. Não importa o que virá, o Senhor está contigo e comigo. Fique junto com os demais irmãos.

1. O que você tem aprendido ao passar em meio às frustrações, consciente que Deus vê tudo?
2. O que tem acontecido particularmente "o não de Deus", tem desestabilizado suas emoções ou tem ajudado a obedecer mais às ordens do Senhor Jesus?

Vamos orar: Senhor nosso Pai, somos gratos por toda a história que estamos passando. Os acontecimentos aparentemente desfavoráveis, tem servido para aumentar mais a nossa fé, pois os ventos contrários colaboram para que o evangelho do Senhor Jesus cresça mais e mais. Perdoe-nos os nossos pecados de murmurar, desanimar, comparar com os outros. Em nome de Jesus. Amém.