

RELACIONE-SE BEM

SEGUNDA-FEIRA: O PODER DA PACIÊNCIA

"O amor é paciente(...)" 1 Coríntios 13:4

Dentre todas as características apresentadas como sendo virtudes do amor, a paciência é a primeira delas e isso mostra a importância que ela tem. Podemos entender, também, que a paciência é apresentada como a virtude primária da base e que sustenta a entrada de todas as outras virtudes oriundas do amor. A paciência é um grande indicativo da existência do amor e contribui para que ele se manifeste.

A Palavra nos ensina que quando nos relacionamos com as pessoas, na busca de grandes, saudáveis e crescentes relacionamentos, a primeira coisa que precisamos é ser pacientes.

Vejamos a seguir três verdades sobre a paciência para aplicarmos nas nossas vidas:

1. LEMBRE-SE O QUANTO DEUS TEM SIDO PACIENTE COM VOCÊ.

"Mas por isso mesmo alcancei misericórdia, para que em mim o pior dos pecadores, Cristo Jesus demonstrasse o poder de sua paciência." 1 Timóteo 1:16

Você nunca vai precisar ser mais paciente com as pessoas do que Deus tem sido com você. "Deus me escolheu", foi o que Paulo disse. Ele foi um assassino, participou da morte de Estevão, foi um fanático e disse que Deus o transformou, mostrando Sua paciência ilimitada. Desse mesmo modo, somos convidados a acreditar, por completo, na transformação das pessoas e, com paciência, investir para que isso se torne realidade. Deus age assim conosco e nós, também, podemos agir assim com as pessoas ao nosso redor. Quantos "Saulos" você tem por perto de você que, com paciência e amor, se transformarão em "Paulos"? E, você tem com os outros a mesma paciência que Deus tem com você?

2. APRENDA A OUVIR AS PESSOAS.

"A sabedoria do homem lhe dá paciência." Provérbios 19:11

"O homem paciente dá provas de grande entendimento." Provérbios 14:29

Se você quer aprender a ser cada vez mais paciente, o segredo é ter entendimento. A Bíblia diz que a chave da paciência é o entendimento. Quanto mais sabedoria, mais entendimento você tem. Quanto mais entendimento você tem das pessoas, consequentemente, mais paciência você terá com elas. Se você não procura entender as pessoas, também não terá paciência com elas.

Se você não busca entender as pessoas, não haverá relacionamento, porque relacionamentos são baseados em entendimento. Se eu não entender você e você não me entender, que tipo de relacionamento poderemos ter? Este é um ponto fundamental: "Sem entendimento não há



relacionamento." O entendimento é o alicerce para os relacionamentos; mal-entendidos destroem relacionamentos.

Você obtém entendimento através da sabedoria que pode ser adquirida por meio do estudo da Bíblia e buscando discernir a voz de Deus.

3. OFEREÇA CRÉDITO ÀS PESSOAS QUE VOCÊ AMA.

" (...) quem é prudente faz de conta que não foi insultado." Provérbios 12:16 (NTLH)

"Sejam pacientes uns com os outros, tendo tolerância pelas faltas uns dos outros por causa do amor entre vocês." **Efésios 4:2 (BV)**

Todas as pessoas têm dias maus e, de vez em quando, ficam desequilibradas por causa desses dias e isto é apenas um fato da vida. Toda vez que você se encontrar com um "mau comportamento", ofereça o benefício da dúvida e procure buscar as razões de isso estar acontecendo. A paciência busca entender, como falamos, e a paciência sabe que todos temos dias maus, mas eles passam. A paciência aposta no crescimento de todos nós.

CONCLUSÃO

"Portanto, aceitem-se uns aos outros, da mesma forma com que Cristo os aceitou." Romanos 15:7

"Seja a atitude de vocês a mesma de Cristo Jesus." Filipenses 2:5

O real segredo da paciência é ter Cristo como nosso principal modelo e exemplo a ser seguido.

Por isso, lembre-se sempre:

- Seja paciente assim como Deus tem sido conosco; Ouça e dê atenção às pessoas; Ofereça crédito às pessoas. Este é o poder da paciência!

Para reflexão: Se as pessoas que convivem com você fossem interrogadas para dar uma nota de 0 a 10 quanto ao seu nível de paciência, no dia a dia, qual seria a sua nota?

Para oração: Ore pedindo a Deus por sabedoria e para que Ele trabalhe em suas emoções e atitudes.

Para aplicação: Esta semana, seja no trabalho, na escola ou no supermercado, você vai se deparar com situações de confronto, mas Deus diz para sermos pacientes com todos. Como você pode ser paciente com todos? A resposta é: "Agir como Jesus agiria em todas as situações".

Indicação: Ouça a canção "Muita calma nessa alma", de Marcela Taís.

TERÇA-FEIRA: DESTRONANDO O ORGULHO



O mundo está cada dia mais hedonista, em que o mais importante é o "eu": "o que eu desejo, o que eu preciso, o que eu sinto e o que eu quero!". A maioria das pessoas estão obcecadas em serem vistas pelos outros e em se sobressairem. Também, a ideia é sempre cuidarem do que é seu...

A pergunta é: "Onde esse tipo de ênfase em nós mesmos irá nos levar?" Provavelmente, para relações partidas, pessoas cada vez mais frustradas e emocionalmente doentes.

Vejamos a seguir como podemos destronar o orgulho de nossas vidas:

ASSUMA SUA HUMANIDADE E APRENDA A OUVIR CONSELHOS.

"O orgulho só gera discussões, mas a sabedoria está com os que tomam conselhos." Provérbios 13:10

O orgulho é a causa primária da maioria dos conflitos. Aparecem faíscas por todos os lados quando um ego tromba com o outro e surge o conflito. Quando estou cheio de orgulho, não vejo nada mais senão ele em minha vida.

Certa vez, Mohammed-Ali viajava de avião quando era campeão mundial de boxe, categoria peso-pesado. A aeromoça pediu-lhe para apertar o cinto de segurança e ele disse: "Super-Homem não precisa de cinto". Ela respondeu: "mas o Super-Homem também não precisa de avião", então, ele apertou o cinto.

Precisamos compreender o quanto precisamos das pessoas e o quanto somos melhores caminhando com outros. Ouvir, receber ajuda e deixar o seu "eu" de lado são chaves para relacionamentos profundos e bons.

2. RECONHEÇA QUE TUDO É DÁDIVA DE DEUS.

"Que é que faz vocês tão presunçosos? Que é que você tem que Deus não lhes tenha dado? E, se tudo quanto vocês têm vem de Deus por que proceder como se fossem tão grandes e como se tivessem realizado algo por si mesmos?" 1 Coríntios 4:7 (BV)

O orgulho cega! Tudo o que você tem é dádiva de Deus. "Ganhei muito dinheiro!", talvez possa dizer, mas quem lhe deu a mente? Quem lhe deu as mãos? Quem lhe deu a inteligência? Quem lhe deu a vida? Você não teria nada se não fosse por Deus. Você escolheu onde iria nascer? Você escolheu quem seriam seus pais? Você escolheu seus dons naturais e habilidades? Não! Foi Deus quem lhe concedeu tudo.

A Palavra diz em Tiago 1:7 que tudo é dádiva: "Toda boa dádiva e todo dom perfeito vêm do alto, descendo do Pai das luzes", lembrar disso é um bom teste de humildade, pois as coisas não são nossas. Na verdade, o que conta é o que Deus está fazendo através de nós com o aquilo temos.

3. A HUMILDADE É SEMPRE A MELHOR OPÇÃO.

"Não busquem mostrar grandeza (...) E não pensem que vocês sabem tudo." Romanos 12:16 (BV)



O fato é que ser autêntico é o que verdadeiramente impressiona as pessoas, não a ostentação. Ostentação não impressiona ninguém, mas há sempre algo de encantador em pessoas que são transparentes, abertas, genuínas e que revelam em suas atitudes "O que você está vendo é o que é real." Essas pessoas são humildes naturalmente.

As máscaras nunca atraem as pessoas, exceto àquelas que também as usam. Sendo autêntico, você só atrai pessoas. Por quê? Porque há poucas pessoas autênticas no mundo. A autenticidade é uma consequência da humildade verdadeira, que reconhece quem somos, verdadeiramente, e quem Deus é. Viver assim é mais leve, mais gostoso e mais frutífero.

CONCLUSÃO

Vamos aceitar a orientação do Senhor e assumir uma guerra contra o orgulho? A humildade nos torna mais humanos e, ao mesmo tempo, mais espirituais. Está escrito:

"O orgulho do homem o humilha, mas o de espírito humilde obtém honra." Provérbios 29:23

Para oração: Ore pedindo a Deus para sustentar suas ações, decisões e relacionamentos, não sobre o domínio do seu orgulho, mas, sim, segundo a vontade Dele para sua vida.

Para aplicação: Queremos encorajar você para tomar decisões diárias, de modo a refletir se suas escolhas e ações glorificam a Deus. É preciso viver a fim de demonstrar, no dia a dia, que você é um discípulo de Jesus. Mark Twain disse: "O temperamento nos causa problemas, mas o orgulho nos faz ficar neles". Em algum momento, nós vamos falhar, a grande questão é se vamos permanecer na falha ou se vamos consertar nossos erros. Se Deus trouxe à sua memória alguma situação em que você agiu como não deveria, pautado no orgulho, aproveite esta oportunidade e peça perdão.

Para indicação: Ouça a canção "Perdão e Graça", do Ministério Vineyard.

QUARTA-FEIRA: A CULTURA DO RESPEITO

"Quem ama não é grosseiro (...)" 1 Coríntios 13:5 (NLH)

Quem já viu uma pessoa fazendo "barraco" porque foi contrariado? É uma cena deprimente e não há dúvidas sobre isso. Nos dias atuais, as pessoas estão mais grosseiras umas com as outras, física e verbalmente, do que em qualquer outro tempo. Até parece que a cortesia, que era tão comum, não está mais presente. Devido ao estresse e cenários de incertezas, cada vez mais, a pressão aumenta e com ela o destrato.



Essa rudeza parece ter se intensificado, seja no relacionamento entre pais e filhos, no casamento, entre vizinhos e até colegas de trabalho, prestadores de serviço e seus clientes.

O remédio para isso está em 1 Pedro 2:17: "Tratem a todos com o devido respeito". Isto mesmo, respeitem **TODAS** as pessoas e isto inclui pessoas que não gostamos, pessoas que não concordamos e pessoas que não conhecemos.

A Bíblia diz que nós, seres humanos, somos "a coroa da criação". Mesmo os rabugentos, os indesejáveis e os *haters* – todos eles são criaturas de Deus e merecem respeito, de início, só por isso.

Vejamos a seguir três formas de oferecer respeito e de ser respeitado:

1. BUSQUE A EXCELÊNCIA E NÃO A PERFEIÇÃO.

"Como vocês querem que os outros lhes façam, façam também vocês a eles." Lucas 6:31

Esta é a regra de ouro. Como você tem tratado seu cônjuge, seus filhos ou, talvez, seus pais, amigos ou mesmo pessoas que de alguma forma lhe servem? Frequentemente, somos mais polidos com estranhos do que com as pessoas com quem convivemos e amamos. Seja compreensivo e não exigente. Lembre-se que a cortesia é feita de pequenos sacrifícios. Esperar perfeição é esperar frustração!

Considere sempre os sentimentos do outro. Seja solidário, busque demonstrar empatia, pode ser que seja apenas um dia ruim e que alguma preocupação esteja afligindo o seu próximo.

2. FALE SEMPRE A VERDADE EM AMOR.

"(...) como é boa a palavra certa na hora certa! " Provérbios 15:23 (NTLH)

A forma como você fala pode alterar o sentido do que você quer dizer. Você inclusive pode dizer a mesma coisa de cinco ou seis maneiras diferentes e esta será recebida de modo diferente, mesmo se tratando das mesmas palavras. O segredo do falar é usar **delicadeza** nas palavras. Alguém já disse: "Quando você usa tato, você se retrata menos" e isto porque você pensa primeiro e, com a ajuda do Espírito Santo, avalia a melhor forma de expressar verdades em amor.

3. QUANDO VOCÊ DISCORDAR DAS PESSOAS SEJA HONESTO E NÃO JUÍZ.

"Assim, cada um de nós prestará contas de si mesmo a Deus. Portanto, deixemos de julgar uns aos outros. Em vez disso, façamos o propósito de não colocar pedra de tropeço ou obstáculo no caminho do irmão."

Romanos 14:12,13

Como cristãos, há muitas coisas que acontecem no mundo com as quais não concordamos. Por vezes, não concordamos até mesmo uns com os outros. No entanto, conforme Paulo nos ensinou, precisamos, primeiramente, entender que **TODOS**, um dia, prestaremos contas a Deus e, em segundo lugar, reconhecer que **NÃO SOMOS** Deus. Ele sabe de tudo, nós não. Podemos discordar sem sermos desagradáveis e julgadores.



"Quando você lança a seta da verdade, você deve molhar a ponta da seta com mel". Rick Warren

Opte sempre pela honestidade e a verdade em suas palavras, com amor e graça. Cuidado para não ganhar argumentos e "perder" as pessoas!

CONCLUSÃO

"Não se deixem vencer pelo mal, mas vençam o mal com o bem. " Romanos 12:21

Você precisa mudar? Como está o seu temperamento? Precisa se retratar com alguém? "Quanto mais as máquinas agem como pessoas, mais as pessoas estão agindo como máquinas."

A cada minuto, uma nova oportunidade é colocada diante de nós. Lembre-se: "O amor não é rude, é polido". Que as nossas atitudes e ações contribuam para que o nome do Senhor seja exaltado na Terra!

Para reflexão: O que você pode mudar, hoje, para ser uma pessoa mais agradável e amável, buscando tratar a todos com respeito e honra?

Para oração: Ore para que você consiga, mais e mais, convidar o Espírito Santo para fazer parte das suas atitudes e ações.

Para aplicação: O melhor lugar para praticar a cortesia e respeito é em casa. Nesta semana, seja intencional na cortesia e no relacionamento junto aos membros da sua família.

Para indicação: Leitura do livro "Cultura da Honra", de Danny Silk.

QUINTA-FEIRA: A CURA DO RESSENTIMENTO

"O ressentimento mata o insensato (...)" Jó 5:2

"Os que têm coração ímpio guardam ressentimento." Jó 36:13

As pessoas machucam umas às outras e isso é inevitável. No entanto, o que conta é a maneira como lidamos com nossas feridas. Se não tratamos corretamente, a ferida se transforma em ressentimento e se reprimirmos a dor, ela se transforma em raiva. Acredite, o ressentimento é um dos grandes inimigos dos relacionamentos.

A boa notícia é que existe cura para o ressentimento que nos fere. Em 1 Coríntios 13:5, Paulo nos ensina que o amor "não guarda rancor" ou, "o amor não guarda registros de erros", ou seja, o amor não conserva mágoas. Pense num personagem bíblico que teve motivos de sobra para viver ressentido, por exemplo, José que foi vendido pelos seus irmãos. Ou quem sabe, Davi, menosprezado, também, pelo seu pai e seus irmãos. Além destes, existem tantos outros que sofreram desprezos, injustiças e traições, mas, neste estudo, vamos falar sobre Jó.



Ele era o homem mais rico da época e, um dia, ele perdeu tudo e foi à falência. Jó perdeu todas as suas propriedades, todos os seus filhos foram mortos, sua esposa se voltou contra ele e, ainda, contraiu uma doença incurável e extremamente dolorosa. E o que dizer dos seus amigos? Quando o visitaram, em vez de serem solidários, disseram: "A culpa é sua!". Ele tinha todas as razões do mundo para ficar ressentido, mas, em vez disso, ele se recuperou do ressentimento e a Bíblia relata que Deus transformou a última parte da vida dele em algo muito maior que a primeira.

Vejamos, a seguir, três atitudes de Jó que mudaram a sua vida e transformaram o resto de seus dias na melhor parte de sua existência:

1. REVELE A SUA DOR.

"Por isso não me calo; na aflição no espírito desabafarei, na amargura da minha alma farei as minhas queixas." **Jó 7:11**

É preciso decidir desabafar. Seja honesto, admita a dor e confesse francamente: "Está doendo!" O ponto de partida é dizer: "Deus, estou muito chateado. Estou zangado porque isso aconteceu!" Você só precisa revelar o seu sentimento e Deus não vai ficar surpreso ou jogar um raio sobre você se fizer isso, porque Ele já sabe como você se sente. O processo da sua cura começa ao admitir sua raiva e sua frustração.

Deus compreende muito bem o que é dor. Ele mesmo a sentiu quando enviou Seu filho Jesus para morrer na cruz pelos nossos pecados.

2. LIBERE O SEU OFENSOR.

"Depois que Jó orou por seus amigos, o SENHOR o tornou novamente próspero e lhe deu em dobro tudo o que tinha antes." **Jó 42:10**

Os amigos de Jó o feriram profundamente. Eles o traíram, foram desleais, críticos e incompreensíveis. Não há nada que doa mais do que ser mal compreendido ou acusado falsamente. Jó não tinha falta nenhuma, era inocente e tinha todo o direito de ficar ressentido, porém, foi só depois que ele decidiu liberar os seus ofensores que Deus começou a trabalhar em sua vida. A Bíblia diz que ele não somente os deixou ir, mas que orou pelo sucesso deles.

Lembre-se que o nosso Deus não é apenas um Deus de amor, Ele é um Deus de justiça. Um dia, Ele mostrará Sua posição final. A Bíblia diz que Ele chamará um por um para uma prestação de contas. A vida não é sempre justa, mas, um dia, Deus acertará tudo isso. Por isso, faça a sua parte, perdoe, libere e deixe que Deus cuide do resto.

3. REDIRECIONE A SUA VIDA.

"Jó, vire o seu coração para Deus (...) você andará de cabeça erguida, puro, firme e sem medo. Você não se lembrará de seus sofrimentos que serão como águas passadas que a gente esquece." **Jó 11:13-18**



Depois de perdoar o seu ofensor, volte o seu coração para Deus e encare o futuro. Se ficar remoendo o passado, permitindo que isso defina a sua identidade, será como tentar dirigir um carro olhando pelo retrovisor, ou seja, você vai bater! Decida olhar adiante e crer que o melhor de Deus está por vir e todas as suas dores serão aliviadas.

CONCLUSÃO

"O SENHOR abençoou o final da vida de Jó mais do que o início." Jó 42:12

"Você é importante e me preocupo com você e o resto da sua vida vai ser a melhor parte e Eu mesmo limparei todas as dores do seu passado."

Para reflexão: Que memórias dolorosas você está escolhendo manter em sua vida? Alguma coisa dita ou feita por alguém? Ou algo que pensaram a seu respeito? Isso ainda dói em você hoje?

Para oração: Ore para que você consiga liberar seus ofensores, deixando na cruz de Cristo toda a injustiça, menosprezo, traição e dores sofridas.

Para aplicação: Decida, hoje, viver um novo capítulo da sua vida. Jesus está com você e deseja conduzi-lo a experimentar uma nova profundidade do Seu amor.

Para indicação: Leitura do livro: "Caminhos do Perdão", de Vanessa Chaves.

SEXTA-FEIRA: + AMOR, POR FAVOR!

"Um novo mandamento lhes dou: Amem-se uns aos outros. Como eu os amei, vocês devem amar-se uns aos outros. Com isso todos saberão que vocês são meus discípulos, se vocês se amarem uns aos outros."

João 13:34,35

"O ódio paralisa a vida, o amor a libera; o ódio confunde a vida, o amor a harmoniza; ódio escurece a vida, o amor a ilumina."

Martin Luther King Jr.

AMAR NÃO É UMA QUESTÃO DE SENTIR MAS, SIM, DE OBEDECER!

"Devido ao aumento da maldade, o amor de muitos esfriará." Mateus 24:12

- 1. RECONHECENDO OS OBSTÁCULOS QUE PARALISAM O AMOR:
- a) INDIVIDUALISMO

"Nada façam por ambição egoísta ou por vaidade, mas humildemente considerem os outros superiores a si mesmos." Filipenses 2:3

INDIVIDUALISMO X INDIVIDUALIDADE

- Individualismo: Sistema oposto ao de associação (POSTURA ERRADA).



- Individualidade: O todo do indivíduo ou do ser. Conjunto das qualidades individuais (POSTURA CORRETA).

A sua vida tem sido marcada por qual POSTURA?

b) FALTA DE ACEITAÇÃO

"Portanto, **aceitem-se** uns aos outros, da mesma forma como Cristo os aceitou, a fim de que vocês glorifiquem a Deus." **Romanos 15:7**

- Aceitar: este verbo, neste texto, significa...tomar pela mão, receber em casa, conceder acesso ao coração e acolher em amizade. Que desafio!
 - c) JULGAMENTO

"Como você pode dizer ao seu irmão: Deixe-me tirar o cisco do seu olho, quando há uma viga no seu?"

Mateus 7:4

d) MÁGOA

"Cuidem que ninguém se exclua da graça de Deus. Que nenhuma raiz de amargura brote e cause perturbação, contaminando a muitos." **Hebreus 12:15**

A mágoa bloqueia o fluir da graça e cria "lixos" que prejudicam o bom fluir dos rios dos favores divinos.

PARA QUE O AMOR INVADA SUA VIDA DIARIAMENTE:

1. FECHE SEU CORAÇÃO PARA O <u>EGOÍSMO</u>

"Quando Jesus saiu do barco e viu tão grande multidão, teve compaixão deles e curou os seus doentes."

Mateus 14:14

O amor não será plenamente desenvolvido se não houver compaixão e altruísmo. Todos temos respostas práticas para a transformação da vida de pessoas, mas isso apenas será ativado a partir do momento que a compaixão e o altruísmo se tornarem uma realidade bem próxima de nossas vidas.

A VIDA GANHA UMA SIGNIFICÂNCIA MAIOR QUANDO DECIDIMOS OLHAR PARA O MUNDO QUE NOS CERCA.

2. SEJA EXTREMAMENTE GENTIL

"Seja constante o amor fraternal." Hebreus 13:1

Como ser gentil?

- Não brigue por vagas no estacionamento; peça "por favor", sempre; presenteie as pessoas; diga "obrigado"; fale palavras de afirmação; promova as pessoas; ouça melhor as pessoas; sorria mais...

O cristão carrancudo prejudica a divulgação do amor de Cristo.

- Faça suas obrigações com "leveza de espírito".
- 3. VALORIZE AS PESSOAS



Reconhecer a importância das pessoas, à sua volta, só enriquecerá sua vida. Seja um eterno aprendiz! Grande parte dos segredos para uma boa vida vem com o aprendizado pelas pessoas que nos cercam.

O aprendiz tem sempre portas abertas!

Há um princípio espiritual que ao valorizar alguém, recebo o que de melhor existe na vida daquela pessoa. Quando honro alguém, estou demonstrando que reconheço que Deus depositou coisas incríveis na vida de determinada pessoa. Com isso, recebo o prêmio por reconhecer nas pessoas as boas obras de Deus.

"Quem recebe um profeta, porque ele é profeta, receberá a recompensa de profeta, e quem recebe um justo, porque ele é justo, receberá a recompensa de justo." **Mateus 10:41**

4. SEJA SINCERO EM SEUS RELACIONAMENTOS

"O amor deve ser sincero. Odeiem o que é mau; apeguem-se ao que é bom."

Romanos 12:9

O AMOR NUNCA SERÁ PLENO SE PRIMEIRO ELE NÃO FOR SINCERO!

Ser sincero é ser alguém "sem cera", máscaras ou "duas caras". Há uma grande diferença entre sinceridade e desrespeito. Quem ama diz a verdade! Porém, uma verdade "bem dita" e não maldita.

"Com a língua bendizemos o Senhor e Pai, e com ela amaldiçoamos os homens, feitos à semelhança de Deus. Da mesma boca procedem bênção e maldição. Meus irmãos, não pode ser assim! Acaso pode sair água doce e água amarga da mesma fonte?" **Tiago 3:9-11**

Uma das grandes marcas de um amor genuíno é o silêncio!

5. COMPARTILHE O AMOR DE DEUS

"Porque Deus tanto amou o mundo que deu o seu Filho Unigênito, para que todo o que nele crer não pereça, mas tenha a vida eterna." **João 3:16**

AMAR NÃO É DIFÍCIL PARA QUEM ENTENDE O QUANTO DEUS O AMOU!

"Nisto conhecemos o que é o amor: Jesus Cristo deu a sua vida por nós, e devemos dar a nossa vida por nossos irmãos." 1 João 3:16

CONCLUSÃO

"Acima de tudo, porém, revistam-se do amor, que é o elo perfeito." Colossenses 3:14

A sociedade atual clama desesperadamente; "Mais amor, por favor!". O único amor capaz de suprir, curar e restaurar é o amor de Deus Pai. Abra o seu coração para Jesus e veja do que desfrutará:

"O amor é o uniforme de Cristo." Charles H. Spurgeon