

SÉRIE: ARRUMANDO A BAGUNÇA DA MINHA VIDA – SEMANA 2
SEGUNDA-FEIRA - ARRUMANDO A BAGUNÇA GERADA PELA IRA

“Me alegro em ver como estão vivendo em ordem e como está firme a fé que vocês têm em Cristo.” Colossenses 2:5b NVI

A nossa vida mudou muito desde a pandemia, não é mesmo? E não podemos negligenciar os efeitos que tudo isso causou em nossas vidas.

Sem dúvida, estamos lidando com muitos desafios. Por isso, nesta série de meditações, estamos usando a metáfora da bagunça para avaliarmos nossas vidas, e buscaremos direcionamentos bíblicos, para lidarmos bem com tamanha pressão em nós e ao nosso redor.

Precisamos “arrumar” a bagunça que tudo isso gerou em nossa vida. Temos que renovar as nossas forças em Deus e prosseguir.

DEUS DESEJA QUE SUA VIDA ESTEJA EM ORDEM E FIRME EM CRISTO.

Você não tem nada a ganhar com uma vida bagunçada, só a perder. Então, vamos continuar, e através dessas meditações deixar Jesus colocar a nossa vida em ordem.

Como já falamos na semana passada, nossa vida precisa estar em ordem em dois blocos:

-VIDA INTERIOR

O seu “EU”, suas emoções, sentimentos, pensamentos, dúvidas, questionamentos, traumas, dores, alegrias, tristezas, medos, sonhos, etc.

-VIDA EXTERIOR

Casamento, relacionamentos, filhos, trabalho, estudos, carreira, saúde, ministério, etc. Deus deseja que você organize seu mundo exterior, e tenha certeza, Ele vai ajudar você neste grande desafio.

A Ira deixa a nossa vida bagunçada!

Quando estiverem irados, não pequem alimentando o seu próprio rancor. Não deixe que o sol se ponha antes de resolverem as suas diferenças; não deem oportunidade para o diabo.

Eféios 4:26,27 NBV

“A ira é uma loucura temporária”

Quinto Horácio Flaco (poeta e filósofo italiano 6 a.c.)

“A Raiva nunca é sem motivo, embora raramente é um bom motivo”

Benjamin Franklin

VOCÊ SE CONSIDERA UMA PESSOA IRADA?

Veja essa notícia do portal Uol de notícias:

EM SÃO PAULO BOLETINS ELETRÔNICOS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA CHEGAM A 5,5 MIL – Dados da Agência Brasil de 05/08/2020

“Com a possibilidade de acionar a polícia pela internet durante a pandemia de covid-19, o número de boletins eletrônicos de ocorrência de violência doméstica chegou a 5,5 mil no estado de São Paulo, no período de abril a junho. O índice representa cerca de 20% do total de boletins deste tipo de crime registrado no período. Os dados, divulgados hoje (5), são da Secretariade Segurança Pública (SSP).

A possibilidade inédita de registro eletronicamente de violência doméstica teve início em 3 de abril no estado, dez dias após o início da quarentena. Segundo a coordenadora das Delegacias de Defesa da Mulher em São Paulo, Jamila Ferrari, a iniciativa da Polícia Civil de ampliar os crimes que podem ser registrados por meio da Delegacia Eletrônica tem encorajado vítimas de violência doméstica a denunciarem seus agressores, especialmente neste período de quarentena.

“Nos históricos de ocorrências tínhamos muitas vítimas que pediam ajuda, socorro. Justamente por isso nós passamos a permitir que a Delegacia Eletrônica registrasse esses casos. É mais uma ferramenta de combate a este crime”, destacou.

DEFINIÇÃO DE IRA:

A **Ira** é um intenso sentimento de raiva, ódio, rancor, um conjunto de fortes emoções e vontade de agressão, geralmente derivada de causas acumuladas ou traumas. Pode ser visto como uma cólera e um sentimento de vingança, ou seja, uma vontade frequentemente tida como incontrolável dirigida a uma ou mais pessoas por qualquer tipo de ofensa ou insulto.

É uma explosão forte de um sentimento ruim, proveniente de uma contrariedade, de uma desilusão, de um acontecimento inesperado e ruim, de uma inconformidade ou de uma culpa.

Quando surge a ira, somos tomados pelas emoções de tal forma que perdemos a racionalidade, deixando-nos fora de nosso juízo normal, podendo nos levar a cometer erros os quais nos arrependemos posteriormente.

Quando muito forte, a ira pode converter-se em ódio, o que faz a pessoa querer, pelo uso da razão, se vingar e compensar o que sente de ruim, sentindo prazer ao obter êxito.

A ira é um sentimento breve, enquanto o ódio pode durar até uma vida inteira. Apesar disso, num ataque de ira, pode-se cometer erros até mais graves que as vinganças movidas pelo ódio, tamanho seu poder de estimular os ímpetos maléficos de uma pessoa. E também a ira não tratada e eliminada evolui e traz muitos prejuízos.

Nesta semana vamos mergulhar nesse assunto e saber se essa bagunça está ganhando espaço dentro de nós. Caso você se identifique em alguma área, tome decisões rápidas e comece já a limpeza.

Até amanhã!

SÉRIE: ARRUMANDO A BAGUNÇA DA MINHA VIDA – SEMANA 2 TERÇA-FEIRA – IRA CONSTRUTIVA VS IRA DESTRUTIVA

O QUE A BÍBLIA APRESENTA SOBRE A IRA?

- IRA CONSTRUTIVA

Então ele fez um chicote de cordas e expulsou todos do templo, bem como as ovelhas e os bois; espalhou as moedas dos cambistas e virou as suas mesas. João 2.15

Este tipo de ira se ascende contra a injustiça, expressa a revolta divina contra o pecado e contra tudo que difama o caráter ou os propósitos de Deus.

Porque Jesus fez isto? Por dois motivos:

- A exploração do povo pelos cambistas, no Templo. Havia um esquema dos religiosos rejeitarem as ofertas do povo, restando a única possibilidade de adquirirem um animal para o sacrifício no templo, comprado por um preço superfaturado pelos cambistas. Jesus se ira, se opondo a este esquema e afirma: Aos que vendiam pombas disse: *Tirem estas coisas daqui! Parem de fazer da casa de meu Pai um mercado!* E os seus discípulos lembraram: *O zelo pela tua casa me consumirá. João 2.16,17*

- Os cambistas estavam posicionados aonde os gentios (não judeus) ficavam quando iam cultuar a Deus. Isto ofendeu profundamente Jesus, pois sua casa é para todos!

Tem muita gente brincando com a Igreja. Eles estão sobre a IRA de Deus! Que já está sendo manifestada de várias formas.

- IRA DESTRUTIVA

...Quando estiverem irados, não pequem... Efésios 4:26a

*Pecar (hamartano); também significa: errar o alvo ou desviar-se do caminho da retidão e honra ou desviar-se da "lei" de Deus.

Esse tipo de ira (destrutiva) acontece quando defendemos o nosso ego e não simplesmente corrigimos a injustiça, atacamos alguém ao invés de atacar o erro dele e fomentamos o sentimento de ira. Então, a ira destrutiva, basicamente, envolve três aspectos:

1º - Quando **defendemos** o nosso ego e não simplesmente corrigimos a injustiça.

2º - **Atacamos** alguém ao invés de atacar o erro dele.

3º - **Alimentamos** a nossa ira.

E aí, conseguiu ver algo do assunto citado hoje, na sua vida?

Consegue lembrar qual foi a última vez que esses 2 tipos de ira ficaram evidentes na sua vida?

Refleta sobre isso! Deus te abençoe!

SÉRIE: ARRUMANDO A BAGUNÇA DA MINHA VIDA – SEMANA 2
QUARTA-FEIRA – EVITE A IRA DESTRUTIVA

-Não aumente sua ira! A ira fica congelada no passado, ela nunca pensa no futuro!

-Não alimente sua ira! Cuide dos seus pensamentos, as ações partem dele. Use os filtros de Filipenses 4:8.

Finalmente, irmãos, tudo o que for verdadeiro, tudo o que for nobre, tudo o que for correto, tudo o que for puro, tudo o que for amável, tudo o que for de boa fama, se houver algo de excelente ou digno de louvor, pensem nessas coisas.

Há pessoas que tem uma mini fábrica de ira dentro de si e têm sempre fornecimento – de ira – à disposição. Quase todo mundo consegue deixá-las iradas. A mesma coisa dita ou feita a outra pessoa nem sequer causaria incômodo. Em alguns é preciso pressionar mais botões para acionar. Outros são botões ambulantes.

-Não reclame! *Nenhuma palavra torpe saia da boca de vocês...* **Efésios 4:29**

Veja como fica ainda mais claro na versão da Nova Bíblia Viva...

Evitem a boca suja. Digam só aquilo que é bom e útil àqueles com quem vocês estiverem falando, e o que resulta em benção para eles. **Efésios 4:29**

- Definição de torpe: vileza (baixeza), infâmia. Não permita que nenhum comentário infame saia da sua boca.

- Não extravase erroneamente seu descontentamento!

A sabedoria do homem lhe dá paciência; sua glória é ignorar as ofensas.
Proverbios 19:11

QUANDO A IRA CHEGAR, REMETA SUAS EMOÇÕES PARA DEUS!

Orem continuamente.
1 Tessalonicenses 5:17

Suas emoções nem sempre dizem a verdade e por isso quando você começa a sentir alteração no seu humor por algo, imediatamente você deve usar o recurso da oração. Quando você ora (conversa com Deus) Ele intervém e a lucidez emocional começa a entrar em cena.

Os salmistas e até Jesus nos deixaram ensinamentos sobre isso.

Continuaremos amanhã. Deus te abençoe!

SÉRIE: ARRUMANDO A BAGUNÇA DA MINHA VIDA – SEMANA 2 **QUINTA-FEIRA – O QUE FAZER QUANDO A IRA CHEGAR? PARTE 1**

Hoje vamos ajudar você a reconhecer o que está causando a ira na sua vida e como fazer para ter vitória quando a ira chegar.

1º EXAMINE AS REAIS CAUSAS DA IRA

Vê se em minha conduta algo que te ofende, e dirige-me pelo caminho eterno.

Salmos 139:24

Toda raiva tem uma origem! Não é exatamente aquilo que estamos vendo, mas o que está por detrás. A chave para o crescimento pessoal é o autoconhecimento, a luz da ação de Deus na vida.

Aqui na Igreja temos um programa chamado "30 Semanas", que tem o objetivo quebrar o ciclo de coisas que sugam o potencial da sua vida. Tratamos todos os tipos de traumas, vícios, compulsões e disfunções. Porém, uma grande estratégia do "30 Semanas" é a busca pelas causas, não tentamos simplesmente domar os sintomas.

Há coisas que só são possíveis com ajuda de Deus, o autoconhecimento é um deles. Assim, você receberá os verdadeiros motivos em relação a IRA e poderá se proteger dos males que ela tem causado na sua história de vida.

2º FUJA DOS CONFRONTOS NÃO SAUDÁVEIS

Pelo contrário: "Se o seu inimigo tiver fome, dê-lhe de comer; se tiver sede, dê-lhe de beber. Fazendo isso, você amontoará brasas vivas sobre a cabeça dele".

Romanos 12:20

Na época de Jesus, havia um costume egípcio, quando alguém cometia um erro precisava expressar sua vergonha e arrependimento. O que essa pessoa fazia? Ela enchia um tacho com brasas vivas. Assim, era público a sua contrição e suposto arrependimento. Lógico que isto tudo era um sinal de humilhação.

O que a Bíblia está demonstrando é que quando você paga o mal com o bem... "brasas vivas" estarão sobre a cabeça da pessoa. A vergonha desta pessoa ficará tão visível que todos notarão.

Você está disposto a tentar esta opção quando alguém ferir o seu coração? A esta altura espero que SIM!

Não permita que a bagunça gerada pela ira arruine sua vida!

Mesmo que você realmente precise ter uma conversa difícil, opte sempre pelo respeito, vá debaixo de oração e nunca desrespeite ninguém. Se as coisas complicarem na conversa, apesar de todo cuidado, afaste-se!

3º PRATIQUE O PERDÃO INDEPENDENTE DAS OFENSAS

... "Senhor, quantas vezes deverei perdoar a meu irmão quando ele pecar contra mim? Até sete vezes?" Jesus respondeu: "Eu lhe digo: não até sete, mas até setenta vezes sete.

Mateus 18:21,22

Quando você não perdoa, além da ira tomar conta do seu coração, ela faz com que você escravize pessoas na sua alma. Você passa a ser influenciado por estas pessoas presas em você. Seja pronto a perdoar. Isto é um grande antídoto contra a ira.

Perdoar é construir uma ponte que um dia passaremos!

Você só está aqui tendo acesso a esses conteúdos porque você é amado por Deus, independente das suas ações, escolhas e valores. Ele morreu na Cruz mesmo você estando longe dEle. A oração do Pai nosso sugere:

“Perdoa as nossas dívidas, assim como perdoamos aos nossos devedores.”

Mateus 6:9

Pode ser que a razão da sua ira seja a incapacidade de perdoar. Os motivos podem ser diversos: Rigidez emocional, perfeccionismo, orgulho, etc.

Siga o exemplo de Jesus, que mesmo perto da morte declarou: *“Pai, perdoa-lhes, pois não sabem o que estão fazendo.”* **Lucas 23.34**

E qual foi a recompensa de Jesus?

... E, sendo encontrado em forma humana, humilhou-se a si mesmo e foi obediente até à morte, e morte de cruz! Por isso Deus o exaltou à mais alta posição e lhe deu o nome que está acima de todo nome, para que ao nome de Jesus se dobre todo joelho, no céu, na terra e debaixo da terra, e toda língua confesse que Jesus Cristo é o Senhor, para a glória de Deus Pai.

Filipenses 2:8-11

Quem é humilhado, injustiçado e perseguido injustamente na Terra e recorre a Deus, assim como Jesus, será de alguma maneira recompensado!

Tenha um ótimo dia e até amanhã!

SÉRIE: ARRUMANDO A BAGUNÇA DA MINHA VIDA – SEMANA 2
SEXTA-FEIRA – O QUE FAZER QUANDO A IRA CHEGAR? PARTE 2

Na meditação de hoje finalizaremos esse tema da Ira que não tratado pode fazer uma grande bagunça em nossas vidas!

4ª orientação- AME A TODOS DE MANEIRA INCONDICIONAL

O amor é paciente... Tudo sofre, tudo crê, tudo espera, tudo suporta. O amor nunca perece...

1 Coríntios 13:4-8

Quero propor algo que talvez você nunca tenha vivido. Ir para uma outra esfera de amor....o amor independente das ações do outro. O amor incondicional! A Bíblia afirma: Este tipo de amor nunca acaba.

Se você olhar o agente da sua ira com este tipo de amor, o seu coração será preservado das consequências da IRA.

Jesus amou os seus ofensores e afirmou:

Vocês ouviram o que foi dito: ‘Ame o seu próximo e odeie o seu inimigo’. Mas eu lhes digo: Amem os seus inimigos e orem por aqueles que os perseguem...

Mateus 5:43,44

Definitivamente arrume a bagunça gerada pela ira.

- Remeta suas emoções para Deus.
- Não aja por impulsividade, mas examine as reais causas da ira.
- Fuja dos confrontos não saudáveis.
- Pratique o perdão independentemente das ofensas.
- Ame incondicionalmente a todos!

Lembre-se que somos tentados a trocar de influência em nossas vidas. Paulo advertiu que, se formos para o viés da ira destrutiva, o diabo assumirá o controle, tragédias podem acontecer e causarem marcas profundas!

Apaziguem a sua ira antes que o sol se ponha, e não dêem lugar ao Diabo.
Efésios 4:26 e 27

“Lugar”, escrito no versículo também quer dizer: espaço, oportunidade ou poder. (Strong)

Creia, a única forma de ser protegido contra a ira é ter ajuda de Jesus!
Eu falei tudo isso para que tenham paz em mim. No mundo você terão muitos sofrimentos e tristezas; mas, tenham bom ânimo, porque eu venci o mundo.
João 16:33

Podemos parafrasear este texto....

*Eu (Jesus) falei tudo isso para que tenham paz em mim. No dia a dia vocês terão **motivos para ficarem irados**; mas tenham forças, porque eu (Jesus) não fui tomado pela ira destrutiva, em nenhum momento, enquanto estive presencialmente na Terra.*

Quebre a corrente do mal! Não permita que nada tire o seu equilíbrio emocional. Decida ser controlado por Deus. Use sua vida para CONSTRUIR e não DESTRUIR!

O Amor é o poder mais duradouro do mundo.
Abraham Lincoln

E por isso que Napoleão Bonaparte em 1799, o gênio militar e imperador francês, chegou à seguinte conclusão...

“Alexandre, César, Carlos Magno e eu construímos grandes impérios. Mas em que nos apoiamos? Unicamente na força. Contudo, há séculos, Jesus Cristo de Nazaré começou um império baseado no amor, e ainda hoje milhares e milhões de pessoas estariam prontas a morrer por ele.”

*Melhor é o homem paciente do que o guerreiro, mais vale controlar o seu espírito do que conquistar uma cidade. **Provérbios 16:32***

Decida hoje arrumar a bagunça da ira na sua vida.

Comece hoje, um pouco de cada vez. Que comece a faxina!

Até semana que vem e Tenha um ótimo final de semana!