

CHECK UP ESPIRITUAL

Nesta semana, nossa meditação será um *check up* espiritual, ou seja, à luz da Bíblia. Vamos nos analisar para sabermos se estamos servindo ao Senhor Jesus corretamente: Faça o seu *check up* pessoal!

SEGUNDA-FEIRA - CHECK UP 1: VOCÊ E A IGREJA

“Não deixemos de congregar-nos, como é costume de alguns. Ao contrário, façamos admoestações uns aos outros ainda mais agora que vocês vêem que o Dia do Senhor está chegando”

(Hebreus 10:25 NTLH).

Congregar: 1.Juntar(-se), reunir(-se). 2.ligar(-se), unir(-se). 3.Convocar.

Admoestar:1. Advertir amigável ou benevolmente; fazer ver. 2. Lembrar, avisar.

Admoestação:1. Ato ou efeito de admoestar. 2. Advertência, aviso, conselho, reparo. 3. Leve repreensão. (*Dicionário Michaelis*).

Leia atentamente: A igreja foi criada e instituída por Cristo e é a sua noiva protegida. E o que é a igreja? É a união dos servos do Senhor, que foram salvos das garras do pecado e têm como missão evangelizar os perdidos, ensiná-los a melhor forma de servirem, enturmá-los na comunhão, engrená-los no corpo de Cristo e engrandecerem a Deus por tudo. Assim, uma pessoa que agrada a Deus deve estar fazendo tudo isto, senão não é um servo de Cristo, pois os mesmos fazem o que o Senhor manda. Desta forma, podemos afirmar que uma pessoa não pode estar bem espiritualmente se não estiver atuante em uma igreja e isto não tem nada a ver com obras, rituais, sacrifícios etc, pois existem muitas “falsas igrejas” que só fazem isto, mas não agradam o Senhor. Tudo isto tem a ver com o reconhecimento do senhorio de Cristo e fazer, não porque queremos conseguir algo, mas, sim, porque Jesus ordenou. Devemos fazer um *check up* de nossa situação na igreja, para sabermos se estamos servindo a Cristo da melhor forma possível. São muitos os que “pregam” que igreja não salva e isso é verdade, porém, não podemos esquecer que estar atuante nela é um mandamento do Senhor. **Para aprender mais:** Antes de fazermos o *check up* propriamente dito, vamos ler alguns textos sobre a igreja: Atos 11:26; 12:5; 16:5; 20:28; Colossenses 1:18. **Refleta:** “Pastor, após esse acampamento maravilhoso, minhas baterias espirituais estão

tinindo. Agradeço a Deus por ter me colocado em uma verdadeira família. A nossa igreja realmente é A FAMÍLIA. Eu confesso que eu não gostava quando o senhor dizia que, em nossa igreja, as pessoas iam “se meter” em minha vida, mas, hoje, eu entendo que isto é essencial para o cristão. A igreja, meu grupo de amigos e todos aqueles que me amam, me ajudam muito e posso dizer que a presença, conselhos e puxões de orelha deles são essenciais em minha vida e para o meu crescimento espiritual. Ao pensar que eu era um daqueles que dizem: “Igreja não salva”, só como desculpa para não frequentar nenhuma, sinto-me envergonhado, pois, hoje, entendo que a igreja é essencial para que desenvolvamos nossa salvação. Por isso, aconteça o que acontecer, estarei na igreja e louvo a Deus por estar em uma igreja como a nossa, onde podemos experimentar a liberdade que Cristo nos dá. Valeu, Pastor! Continue assim e pode contar comigo para ajudá-lo!” (Jovem da Nova Igreja Batista de Manaus em carta ao pastor de jovens após o acampamento Amazon Jovens). **Check up:** Dê a si mesmo uma destas três avaliações: (I)Insuficiente (R)Regular (B)Bom para as seguintes perguntas, seja honesto(a): () Eu participo de um ministério na igreja (Efésios 4:12). () Dou minhas ofertas (dízimo) todo mês (1 Coríntios 9:7,8). () Participo fielmente de um Grupo de Amigos (GA) para comunhão (Atos 2:46,47). () Participo fielmente do sistema de ensino de minha igreja (“Raízes”, “Bases”...). () Louvo a Deus toda semana juntamente com meus irmãos em Cristo (Colossenses 3:16). () Oro por meus líderes (1 Timóteo 2:2). () Procuo frequentemente pregar o Evangelho, seja com palavras ou com meu testemunho (1 Coríntios 10:32). () Aceito e pratico os conselhos do meus líderes (3 João 1:9,10). () Participo fielmente de pelo menos uma reunião semanal com a igreja toda. () Falo a verdade quando me perguntam como está a minha vida (Hebreus 10:24,25). **Decida:** Para todas as avaliações I e R, faça decisões práticas de mudança, pois você não está bem no *check up*, pode ter um infarto espiritual a qualquer momento. O padrão mínimo que você deve procurar para as avaliações acima é B (bom). (Pausa para fazer e escrever as decisões no caderno). **Memorize** o verso de hoje e encerre orando por suas decisões e por sua vida como membro da Igreja de Cristo. Até amanhã!

TERÇA-FEIRA - CHECK UP 2: VOCÊ E A FAMÍLIA

“Aquele que teme o Senhor possui uma fortaleza segura, refúgio para os seus filhos” (Provérbios 14:26 NVI).

Comumente, este versículo é usado para os pais, mas, podemos extrair ensinamentos para toda a família. Temos visto que ser espiritual não é viver em uma redoma de vidro nem em um pedestal santificado, mas, sim, viver da forma que Deus quer, respondendo positivamente aos Seus ensinamentos. Assim, nossas atitudes e nossa vivência com nossa família devem refletir a vontade de Deus. Cada um de nós tem uma parte muito importante e somos co-responsáveis para o sucesso espiritual da família e isto independente se ela é toda convertida ou não. Deus quer que obtenhamos nEle a força necessária para levarmos nossa família até Sua presença. Por isso, o nosso papel de membro em nossa família é mais um importante sinalizador de nossa espiritualidade. Você tem feito a vontade de Deus com a sua família? **Fazendo o *check up*:** Enquanto estivermos lendo, vamos dar notas para nós mesmos, assim como ontem. Vamos ler a respeito da vontade de Deus para a família. Leia os textos diretamente relacionados a você: **Marido:** () Você ama sua esposa como Cristo amou Sua igreja? (Efésios 5:25-29). () Você têm sido um bom líder no lar? (Efésios 5:23). () Você está tratando sua mulher como se fosse seu próprio corpo? (Efésios 5:28). () Você está sendo grosseiro ou irritante com sua esposa? (Colossenses 3:19). **Esposa:** () Você está reverenciando e se submetendo a seu marido? (Efésios 5:22, 24). () Você que tem marido descrente, tem se comportado biblicamente? (1 Pedro 3:1-6). () Você tem usado roupas decentes e simples? (1 Timóteo 2:9). () Você tem sido honesta, não faladeira, sóbria e fiel? (1 Timóteo 3:11). **Para ambos:** () Você tem sido fiel em pensamento e ações?(1 Coríntios 7:2). () Você tem agido sexualmente como Deus quer? (1 Coríntios 7:3-5). () Você está criando seus filhos conforme o padrão bíblico? () Ensinando-lhes a Bíblia, () Passando tempo juntos () Desligando a TV etc? () Tem irritado seus filhos? (Efésios 6:4). **Filhos:** () Você está obedecendo aos seus pais, independente da situação deles, porque isto agrada a Deus? (Efésios 6:1-3 e Colossenses 3:20) Você tem ajudado os seus pais ou avós que realmente precisam? (1 Timóteo 5:4, 8). **Refleta:** Havia uma mulher muito rica, que tinha tudo: um marido maravilhoso, filhos perfeitos, um emprego

que lhe pagava muitíssimo bem e uma família unida. O estranho é que ela não conseguia conciliar tudo isso, o trabalho e os afazeres ocupavam-lhe todo o tempo e a sua vida estava deficitária em algumas áreas. Se o trabalho lhe consumia muito tempo, ela tirava dos filhos, se surgiam problemas, ela deixava de lado o marido... e assim, as pessoas que ela amava eram sempre deixadas para depois. Até que um dia, seu pai, um homem muito sábio, deu-lhe um presente: uma flor muito cara e raríssima, da qual havia apenas um exemplar em todo o mundo. E disse a ela: “Filha, esta flor vai lhe ajudar muito mais do que você imagina! Você terá apenas que regá-la e podá-la de vez em quando, às vezes conversar um pouquinho com ela, e ela lhe dará em troca esse perfume maravilhoso e essas lindas flores”. A jovem ficou muito emocionada, afinal a flor era de uma beleza sem igual. Mas o tempo foi passando, os problemas surgiam, o trabalho consumia todo o seu tempo, e a sua vida, que continuava confusa, não lhe permitia cuidar da flor. Ela chegava em casa, olhava a flor e as flores ainda estavam lá, não mostravam sinal de fraqueza ou morte, apenas estavam lá, lindas e perfumadas. Então, ela passava direto. Até que um dia, sem mais nem menos, a flor morreu. Ela chegou em casa e levou um susto! Estava completamente morta, suas raízes estavam ressecadas, suas flores caídas e suas folhas amarelas. A mulher chorou muito e contou a seu pai o que havia acontecido. Seu pai, então, respondeu: “Eu já imaginava que isso aconteceria e eu não posso lhe dar outra flor, porque não existe outra igual a essa: ela era única! Assim como seus filhos, seu marido e sua família. Todos são bênçãos que o Senhor lhe deu, mas você tem que aprender a regá-los, podá-los e dar atenção a eles, pois assim como a flor, os sentimentos também morrem. Você se acostumou a ver a flor sempre lá, sempre florida, sempre perfumada, e se esqueceu de cuidar dela. Cuide das pessoas que você ama!” **Análise e decida:** Da mesma forma que ontem, faça decisões de mudança para todos os pontos do *check up* que você tirou notas I e R. **Memorize** e compartilhe. Até amanhã!

QUARTA-FEIRA - CHECK UP 3: VOCÊ E O TRABALHO E/OU ESCOLA

“Trabalhem com prazer, como se estivessem trabalhando para o Senhor e não para as pessoas” (Efésios 6:7 NTLH).

Muitos são os que, no íntimo, queriam que isto não estivesse escrito, mas esta é uma ordem do Senhor aos que O servem. Tudo o que fizermos temos que fazer como se fosse ao Senhor e isto se aplica diretamente ao trabalho (para aqueles que só estudam, aplica-se ao **estudo** muito bem) Um cristão autêntico estará, também, seguindo as ordens de Jesus para estas áreas de sua vida. São muitos os que tentam separar sua vida cristã da sua vida secular (no mundo), mas estão enganando a si mesmos, pois não há como ser um “meio” servo de Cristo. Aquilo que nós somos na igreja, devemos apresentar no mundo. Crente “duas caras” é algo que enoja a Deus. Sim! Eu sei que não é fácil mudar, mas é possível. Se realmente quisermos e se estivermos realmente dependentes de Deus e ansiosos para agradá-Lo.

Lendo e fazendo o *check up*: Faça conforme fez ontem: () Você trabalha como se Jesus fosse o seu chefe? (Efésios 6:5-8). () Você consegue dar uma resposta inteligente, carinhosa e bíblica às perguntas dos descrentes? (1 Pedro 3:15). () Você está sendo o sal e luz? (Mateus 5:13,14). () Você tem orado regularmente por alguém para que aceite a Cristo?

() Você tem respeitado seus chefes ou professores, principalmente os cristãos? (1 Timóteo 6:1,2). () Você está dando um bom testemunho no seu trabalho e escola? Em outras palavras: As pessoas poderiam seguir o seu exemplo? (Tito 2:9,10). () Você tem ficado longe de brigas, discussões, má educação e da impaciência? (2 Timóteo 2:23-25). () Você tem sido acima de tudo um servo? (Filipenses 2:5-7).

Uma observação: O trabalho e a escola são importantes, mas jamais podem tomar espaço de coisas mais importantes ainda em sua vida, tais como a igreja e a família.

Refleta: Era uma vez um burrinho. Burrinho como os demais que viviam no pasto e que prestavam serviços quando necessitavam deles. Um dia, houve grande festa naquela terra. Era feriado. Feriado nacional, comércio fechado, escolas sem aulas, tudo parado. Nas avenidas principais daquela cidade, devidamente ornamentadas, aconteceria propagado desfile militar e escolar. É que as jóias, insígnias, bandeiras, medalhas e coroas que pertenceram ao rei daquele país seriam apresentadas ao povo, esparramado pelas calçadas. Aí precisaram de um burrinho que transportasse, profissionalmente, aqueles tesouros que representavam a história gloriosa daquela nação. E o burrinho, de que lhes falo, foi apanhado, lá no pasto. Colocaram réguas arreios sobre seus lombos e

ornamentos dourados que brilhavam ao sol. Encimando aqueles arreios, dispostas com muita arte e gosto, as preciosas jóias reais. No desfile militar, o pacato quadrúpede ocupava lugar de destaque, comandando a parada. Rojões espocavam, a multidão aplaudia, a tropa se perfilava, numa alegria contagiante que deslumbrava e emocionava. Acabado o desfile, retiraram as jóias que o burrinho carregava, os arreios dourados, os adereços todos, e ele foi levado de volta ao pasto, sem maiores formalidades. Lá chegando, o burrinho começou a conversar com os outros burricos, seus companheiros. Disse ele, vaidoso: “Vocês viram o que me aconteceu? Andei pelas avenidas da cidade, nesta manhã. E quando eu passava, soltaram fogos e foguetes, houve aplauso de todos os lados, uma beleza: Até soldados perfilaram-se, em continência, enquanto bandas de música celebravam a festança. Vejam como eu sou importante! Vejam!” Aí, um outro burrico, que ouvia aquela gabolice do companheiro, desafiou-o: “Se você é tudo isso que está dizendo, tenha a coragem de retornar às avenidas por onde passou. Vá! Eu quero ver o que acontecerá!”... O burrinho vaidoso aceitou o desafio. Foi. Mas quando ele passava, apesar da cadência de seu passo garboso, moleques atiraram-lhe pedras, populares enxotaram-no aos gritos, brandindo relhos e chicotes, numa correria bárbara. Cansado, resfolegando, envergonhado e assustadíssimo, o burrico retornou ao pasto, onde encontrou seus amigos, que o receberam, com desprezo e com desdém: “E agora, o que dizes?”, perguntaram-lhe, com zombaria. Então, o burrinho vaidoso, cabisbaixo, filosofou: “É verdade. Eu não tinha importância alguma. Eu sou igualzinho aos outros burrinhos. Só fui aplaudido enquanto carreguei as jóias do rei!”... (Ivan Espíndola de Ávila). Linda lição para nós. Como vimos nesta história, tudo o que fazemos por nós mesmos não tem importância nenhuma, mas aquilo que fazemos com as jóias da sabedoria de Cristo nos é muito proveitoso. Desta maneira, no trabalho ou escola, sempre leve Jesus com você. **Analise e decida:** Como ontem, faça decisões de mudança para todos os pontos do *check up* que tirou notas I e R. Faça isso bem feito. Dedique-se em dar o seu melhor e escreva as decisões. **Memorize o verso de hoje** e compartilhe. Até amanhã!

QUINTA-FEIRA - CHECK UP 4: VOCÊ E DEUS!

“Portanto, sejam imitadores de Deus, como filhos amados” (Efésios 5:1 NVI).

Outro aspecto muito importante de nossa espiritualidade é o nosso relacionamento com Deus. Jamais alguém pode dizer que é filho de Deus sem ter um relacionamento definido com Ele e esta relação se dá através da constatação de que Ele nos criou à Sua imagem e semelhança, mas que devido ao pecado, nos tornamos imperfeitos e, por isso, devemos ter como alvo cultivarmos as mesmas qualidades do Criador e tudo isso baseado em uma relação de comunicação (oração e meditação), respeito e muito amor. Se quisermos medir nossa espiritualidade, precisamos, também, verificar o nosso “andar com Deus”. Estamos sendo imitadores de Deus? Estamos tendo um relacionamento amoroso e comunicativo com Ele? Se sim, certamente estaremos bem espiritualmente. **Lendo e fazendo o check up:**

Faça conforme anteriormente: () -Você já decidiu que Jesus é o Senhor da sua vida? (Romanos 10:9). () Já foi batizado? () Você medita todo dia? () A Palavra tem sido um prazer para você? (Salmo 1:2). () Você decora as Escrituras e a usa para não pecar? (Salmo 119:11). () Você obedece o que Deus lhe ensina? É praticante? (Tiago 1:22-25). () Vê a mão dEle em todas as circunstâncias? (Salmo 89:15). () Você ora sempre?

(1 Tessalonicenses 5:17). () Você é grato? (1 Tessalonicenses 5:18).

() Você tem entristecido e atrapalhado o Espírito de Deus que mora em você através de pecados repetitivos? (1 Tessalonicenses 5:19; Efésios 5:30). () Os seus pensamentos agradam a Deus? (Filipenses 4:8). () Você tem amado a Deus através do amor prático aos próximos e aos irmãos? (João 13:34,35). E, finalmente: () Você está realmente dando a sua vida a Ele? Buscando-O em primeiro lugar?

Refleta: Um irmão, muito preocupado com seu temperamento, procurou ajuda do pastor: “Pastor, o que devo fazer quando fico nervoso quando estou dirigindo e com vontade de xingar os outros motoristas?” O Pastor coçou a cabeça e respondeu: “Antes de tudo, você deve tirar do carro aquele adesivo: ‘Jesus te Ama’”.

Decida: Faça decisões para as notas I e R. Essas decisões devem ser práticas, inteligentes e dentro de algum prazo/tempo. Ex: Nesta semana, vou fazer uma oração toda vez que acordar. **Memorize** o verso de hoje e encerre orando. Até amanhã!

SEXTA-FEIRA - CHECK UP 5: VOCÊ E A PALAVRA

O EXAME FINAL

“Examinem-se para ver se vocês estão na fé; provem a vocês mesmos. Não percebem que Cristo Jesus está em vocês? A não ser que tenham sido reprovados!” (2 Coríntios 13:5)

A meditação de hoje tanto é a continuação da de ontem quanto uma finalização e um resumo de todas as outras. A Bíblia, como sabemos, é o manual da vida e é nela que encontramos como Deus quer que vivamos: temos nela um ótimo “termômetro” espiritual, ou seja, se estivermos seguindo o que a Bíblia diz, faremos a vontade de Deus e, conseqüentemente, estaremos bem espiritualmente. Hoje, vamos fazer diferente dos dias anteriores. Você vai dar a si mesmo (a) uma nota de 0 a 10, sendo que 10 é porque você está agradando a Deus. Exemplo: (10) humildade. Caso seja um aspecto negativo, uma nota 10 significa a mesma coisa. Ex: (10) imoralidade (você não está tendo problemas com isso). Preste bem atenção nisto para não fazer o *Check up* erradamente. Como vimos no verso de hoje, devemos nos examinar para saber se estamos firmes na fé e usamos para isso a Palavra de Deus. Escolheremos algumas passagens que são listas e usaremos como base a Tradução na Linguagem de Hoje. **Faça o check-up: As oito qualidades do caráter de Cristo:** (Mateus 5:3-10): () humildade () contrição () mansidão () fome e sede de justiça () misericórdia () pureza de coração () pacificador () evangelista. **Virtudes do fruto do Espírito Santo:** () amor () alegria () paz () paciência () delicadeza () bondade () fidelidade () domínio próprio. **Os frutos da carne:** () imoralidade () impureza () ações indecentes () idolatria () feitiçarias () inimizades () brigas () ciúmeiras () ira () ambição egoísta () desunião () divisões () inveja () farras. **A respeito do amor:** (1 Coríntios 13:4-7) () orgulho () vaidade () grosseria () egoísmo () mágoas () alegria no mal () suportar uns aos outros. **Lista aos Colossenses 3:5-9** () desejos do mundo () cobiça () ódio () conversa indecente () mentira. **Lista a 2 Timóteo 3:1-5** () Avareza () xingadores () ingratidão () desobediência aos pais () falta de respeito com a religião () dureza de coração () calúnia () violentos () amante mais dos prazeres do que de Deus. **Lista aos Efésios 4:17-32**

() viver como os dos mundo () vícios () deixar o sol se pôr com ira no coração () palavras que fazem mal aos outros () amargura () gritaria () insultos () atenciosos () perdoadores. **A armadura de Deus** (Efésios 6:11-17) () cinturão da verdade () couraça da justiça () sapatos da prontidão para pregar () o escudo da fé () o capacete da salvação () a espada do Espírito. **Lista aos Tessalonicenses 5:12-23** () respeito aos líderes () viver em paz com os irmãos () pagar mal com mal () alegria () evitar todo o tipo de mal () dedicação a Deus. **Lista de Tiago:** () alegria nas provações () pedir sabedoria () provar sua fé com boas obras () domínio da língua () falar mal e julgar () queixa uns dos outros. **Lista de 2 Pedro 1:5-7** () perseverança () devoção a Deus () boas amizades. **O Amor:** () está dando a vida por seus irmãos? () amor com ações e não com palavras () amor que mostra aos outros que você é discípulo de Cristo. **Decida:** Ufa! São tantas coisas e são apenas uma parte, talvez possamos concluir como Salomão: (Leia Eclesiastes 12:13,14). Agora, para todas as notas abaixo de 7, você vai conversar sinceramente com Deus, com os olhos abertos, lendo, suplicando que você tenha a coragem de mudar. Procure fazer decisões práticas. Para as notas 7 e 8, peça a Deus que você melhore o pouquinho que falta, para as notas 9 e 10, agradeça. Após orar, decore o verso de hoje e revise os da semana. No fim de semana, comente seu *check up* com alguém de confiança. Até semana que vem!