

BOM DIA, HOJE!

Preocupado com o ontem? Ele não existe mais e é impossível voltar atrás para melhorá-lo. Desesperado com o amanhã? Ele ainda não existe e é impossível adiantar o relógio e viver o amanhã, hoje. E, agora? Você só tem o hoje e este é o dia que o Senhor fez, portanto, não o preencha com as frustrações de ontem e nem com as preocupações do amanhã, preencha-o com mais de Deus.

SEGUNDA-FEIRA: PREENCHA SEU DIA COM A MISERICÓRDIA DE DEUS

“Graças ao grande amor do Senhor é que não somos consumidos, pois as suas misericórdias são inesgotáveis. Renovam-se cada manhã; grande é a sua fidelidade.” (Lamentações 3:22,23)

Tarefa: Procure no dicionário o significado do verbo “renovar”:
Leia, atentamente: Talvez, para você, ontem não foi um dia muito bom. Você falou o que não devia ou tomou uma decisão errada, e, agora, está com a consciência pesada. Você deixará que isso contamine o seu hoje? Lembre-se: “As misericórdias do Senhor se renovam a cada manhã.” Receba-as. Errou? Confesse. Peça perdão e livre-se, de uma vez por todas, desse sentimento de culpa, que lhe consome, paralisa e rouba a sua energia. Não permita que isso aconteça. Banhe-se no rio de misericórdia de Deus e não esqueça: nos seus dias de vergonha, Jesus lhe trata com misericórdia; enquanto o erro do passado insiste em ocupar suas lembranças, Jesus aponta para a cruz e diz: - “Eu já paguei por isso” (1Pedro 2:24). **Leia mais:** 2 Crônicas 7:14; Mateus 11:28-30; 1 João 1:9. **Refleta:** Várias ideias que antes eram mera fantasia, hoje, fazem parte da nossa realidade, mas há uma delas que nunca se concretizou: a criação de uma máquina do tempo. Além do “sonho” de visitar um futuro distante, poderíamos, até mesmo, regressar em épocas passadas, como visitar o belo Jardim do Éden, ou mesmo ir ao período dos Patriarcas. A volta ao passado envolve o potencial de, num certo lugar e instante, reparar uma determinada ação que consideramos desastrosa. Ora, falhas passadas lançam sobre nós dois desafios angustiantes: o primeiro, a consciência de que poderíamos ter feito melhor, ou evitado a “mancada” pela qual nos culpamos repetidas vezes e o segundo incômodo é a consequência prática, resultado da perda.

Infelizmente, a tal máquina do tempo não está à nossa disposição, então, parece impossível corrigir o erro profissional, o investimento equivocado, a palavra dita na hora errada ou a escolha que não deu em nada. Nesses casos, precisamos mudar nosso enfoque, entender que a vida é única e que ninguém pode ter o controle total sobre os diversos aspectos da vida, a não ser Deus, e se O obedecermos não teremos tantas decepções. Lamentar erros passados, e ficar presos a eles, irá somente fragilizar o hoje e diminuir o nosso potencial. Muitas falhas passadas produzem efeitos passíveis de reparo e podem ser transformadas em algo bom, se nos dispusermos a trabalhar sobre elas, no agora, o que é uma notícia boa. Vamos ver o seguinte: - Temos que aprender com nossas falhas para mostrar inteligência e aprender com os erros alheios para mostrar sabedoria, motivo pelo qual o salmista Davi afirma: “Ensina-nos a contar os nossos dias, de tal maneira que alcancemos corações sábios” (Salmos 90:12). Se para nós os erros e descuidos passados parecem algo impossível de mudança – e irão comprometer nossa vida como um todo - Deus, que tudo pode, afirma que devemos esquecê-los, pois Ele tem algo melhor e completamente novo a nos oferecer, daqui para frente: “Esqueçam o que se foi; não vivam no passado. Vejam, estou fazendo uma coisa nova! Ela já está surgindo! Vocês não a reconhecem? Até no deserto vou abrir um caminho e riachos no ermo” (Isaías 43:18,19). Vamos recomeçar do “hoje”, deixar o que passou - pois não é mais real, são somente lembranças - e construir, com o apoio de Deus, algo novo e melhor. **Decida** marcando com um x: () Decido que colocarei no altar do Senhor este erro que tem me incomodado muito:..... e pedirei a um(a) irmão(ã) de confiança que ore junto comigo: Nome_____ . () Decido agradecer a Deus todos os dias dessa semana por ter enviado Seu único filho, Jesus, para morrer pelos meus pecados passados, presentes e futuros. **Memorize** Lamentações 3:22,23 – escreva num pedaço de papel e carregue com você, lendo-o no decorrer do dia. Encerre **orando** a Deus e agradecendo o dia de hoje, porque Ele está com você, nesse dia! Até amanhã!

TERÇA-FEIRA: PREENCHA SEU DIA COM GRATIDÃO

"Deem graças em todas as circunstâncias, pois esta é a vontade de Deus para vocês em Cristo Jesus." (1 Tessalonicenses 5:18)

Para você, o que significa "dar graças em todas as circunstâncias?"

.....
Leia refletindo: Salmos 9:1,2; Romanos 8:28; 1 Timóteo 1:12. Após a leitura dos versículos, escreva duas maneiras de como você pode ser mais grato a Deus:.....

Reclamar adianta? Alguma vez os carros saíram do caminho só porque você reclamou do trânsito caótico? As pessoas deixaram você passar na frente só porque resmungou quando entrou na agência bancária e viu o tamanho da fila? Reclamação não resolve, atrapalha. Os israelitas sentiram na pele as "vantagens" da reclamação - rodaram 40 anos no deserto, ou seja, desperdiçaram aproximadamente 14.600 dias de suas vidas. Vale ressaltar que ter um coração grato não significa sair pulando e dando "glórias a Deus" quando seu carro enguiçar no meio da rua. Uma atitude grata começa quando procuramos olhar positivamente tudo o que acontece com a gente - coisas boas ou ruins, por exemplo, você depende de um ônibus para chegar ao trabalho e, certo dia, ele passa mais cedo e você o perde. A vontade de reclamar é muito grande nessa hora, porém, ao invés disso, procure ver a mão de Deus nessa situação - talvez aquele ônibus fosse assaltado naquela manhã e Ele o livrou. Gratidão não significa felicidade constante; significa reconhecimento por um bem que foi feito a nós. **Refleta:** *Trechos do diário de um cachorro:* 8h - oba, ração - gosto muito disso. 9h 40min - oba, uma caminhada - gosto muito disso; 12h - oba, as crianças - gosto muito disso; 13h - oba, quintal - gosto muito disso; 18h - oba, apanhar a bola - gosto muito disso; 20h 30min - oba, dormir na cama quentinha do meu dono - gosto muito disso. *Agora, trechos do diário de um gato:* "Dia 283 no cativeiro. Meus sequestradores insistem em zombar de mim, balançando uns objetos pequenos e estranhos. Enquanto eles comem carne fresca, sou forçado a comer cereais secos. Só aguento isso por causa da esperança de escapar e da leve satisfação que tenho em destruir alguns móveis. Amanhã, provavelmente, comerei outra planta da casa. Planejei matar meus sequestradores de manhã ao me enroscar na perna deles. Quase consegui. Talvez eu deva tentar isso no topo da escada. Em uma tentativa de enjoar e de causar

repulsa nesses vis opressores, induzi, novamente, vômito na cadeira favorita deles. Acho que devo tentar isso na cama deles. Para mostrar minha índole diabólica, decapitei um camundongo e coloquei o corpo, sem cabeça, no chão da cozinha. Eles só bateram palmas e me incentivaram, acariciando minha cabeça e chamando-me de “gatinho valente”. Hum... – isso não estava de acordo com o plano. Durante uma reunião com seus cúmplices, eles me confinaram numa solitária. Consegui ouvir que fora preso por causa do meu poder de causar alergias. Devo aprender o que isso quer dizer e usar essa arma a meu favor.” Um cachorro agradecido e um gato rabugento. A mesma casa, o mesmo dono e duas atitudes completamente diferentes. Qual diário se parece mais com o seu? Se seus pensamentos fossem expostos, com que frequência as palavras “Oba, gosto muito disso” apareceriam ali?” (Adaptação do livro “Todo dia é um dia especial” de Max Lucado). **Decida:** () Decido escrever uma lista (até sexta-feira) de dez bênçãos de Deus, na minha vida, e agradecer. () Decido ligar para o meu líder de Grupo de Avivamento e agradecê-lo pela sua dedicação em cuidar de minha vida espiritual. () Decido que, na próxima vez que eu ficar preso num engarrafamento, cantarei louvores, orarei e recitarei versículos, ou seja, não darei espaço para reclamações. Outra decisão? Escreva no seu caderno e cumpra. **Ore** por todas as suas decisões. Peça a Deus que lhe ajude a desenvolver um coração grato. **Memorize** o verso de hoje. Até amanhã!

QUARTA-FEIRA: PREENCHA SEU DIA COM PERDÃO

"Cuidado, para que ninguém se torne como uma planta amarga que cresce e prejudica muita gente com seu veneno."

(Hebreus 12:15 – Linguagem de Hoje)

Responda: Em sua opinião o que significa "**planta amarga**"?.....
.....**Leia refletindo:** O mundo diz que devemos devolver as ofensas que recebemos, mas Jesus nos manda perdoar. Quantas vezes, no dia, na semana, no mês ou no ano, somos ofendidos, desrespeitados e maltratados por outras pessoas? Isso ocorre com frequência, pois somos imperfeitos por natureza. Quantas vezes você perdoa as ofensas, pequenas ou grandes? (Pausa para pensar). O ato de não perdoar prejudica a nós mesmos: “A vingança é um veneno que

tomamos para matar a pessoa que nos ofendeu”. O acúmulo de mágoas vai acabando com a gente, de dentro para fora, exatamente como um móvel velho sendo devorado por cupins. A sua dor é profunda, sim, sua inocência foi tirada, ou sua juventude foi roubada, mas por que deixar que isso continue tirando ainda mais de você? O que fizeram a você foi ruim, sim, mas vale lembrar que perdão não quer dizer aprovação - entregue seu agressor “àquele que julga com justiça” (1 Pedro 2:23). É uma mágoa muito antiga? Comece perdoadando por etapas: pare de amaldiçoar aquele que lhe ofendeu e ore por ele. Mágoa, vingança, ficar de mal ou virar a cara são atitudes que ferem uma das principais características de Deus: o amor. Pense nisso e perdoe. **Leia mais:** Marcos 11:25; Efésios 4:32; Colossenses 3:13; 1 João 4:20,21. **Refleta:** Antowone Fisher viveu seus primeiros trinta e três anos de vida sem conhecer os pais. Seu pai morreu antes de seu nascimento e sua mãe, por razões que ele ansiava saber, abandonara-o quando ele ainda era um garoto. Fisher cresceu num orfanato em Cleveland, Estados Unidos, maltratado, negligenciado e desesperado por conhecer um único membro de sua família. Após muitos anos tentando, achou uma tia e descobriu que tinha uma grande família. Por meio da sua família, ele achou o irmão de sua mãe que se ofereceu para levá-lo ao conjunto habitacional onde ela morava. No caminho, Antowone ensaiou as perguntas que desejou fazer nas últimas três décadas (por que me abandonou? Você nunca pensou a meu respeito? Você não sentiu a minha falta?), mas as perguntas nunca foram feitas. Quando ele entrou no apartamento escuro, com móveis velhos, viu uma mulher idosa, frágil e de cabelos despenteados. O tio de Antowone lhe apresentou; a mãe lembrou-se dele; ela perdeu o equilíbrio, virou seu rosto envergonhada e saiu da sala correndo, chorando. Antowone descobriu que sua mãe tentara casar para criá-lo, mas não conseguira. Tivera outros quatro filhos, criados também em orfanatos. Ao longo dos anos, foi hospitalizada, passara um tempo na prisão e, depois, fora solta em liberdade condicional. E quando ele percebeu que os anos dela haviam sido dolorosos, ele escolheu perdoar. Antowone Fisher escreveu na sua autobiografia: “Embora minha estrada tenha sido longa e árdua, finalmente, percebi que a da minha mãe foi mais longa e mais árdua (...) Hoje, em meu ser, há apenas compaixão no lugar da dor do abandono”. No final das contas, escolhemos o que vive dentro de nós. Que você escolha o perdão! (Adaptação do livro “Todo Dia

é Um Dia Especial” - Max Lucado). **Decida:** Perdoarei o (a).....
por ter ()
Orarei por essa pessoa. **Memorize** o verso de hoje e **ore** por suas decisões.
Deus abençoe o seu dia e até amanhã!

QUINTA-FEIRA: PREENCHA SEU DIA COM A PAZ DO SENHOR

“O meu Deus suprirá todas as necessidades de vocês, de acordo com as suas gloriosas riquezas em Cristo Jesus.” (Filipenses 4:19)

Se a preocupação trouxesse benefícios, viveríamos mais felizes, não é mesmo? A ansiedade faz parte da nossa natureza humana. É só observar mais atentamente, vira e mexe, estamos preocupados com alguma coisa: com as contas a serem pagas no mês que vem, com as notas da escola ou da faculdade, e assim, às vezes, acabamos desperdiçando o nosso hoje preocupados com as demandas do amanhã. Não permita que isso aconteça mais: Dê um basta! Quando se vê preocupado demais, pare e ore, entregue ao Senhor as suas preocupações. Infelizmente, a ansiedade é um mal que contamina a todo, mas é possível controlar a ansiedade. Como? Confiando em Deus. Isso mesmo! A ansiedade é sinal de falta de confiança em Deus, e estar preocupado demais é um sinal de que os nossos olhos estão voltados mais para as coisas terrenas do que às coisas do alto. Pare de arrancar seus cabelos, pois a ansiedade não resolve nada, só nos paralisa e nos faz tomar decisões precipitadas (o que nos faz “quebrar a cara” sempre) e, ainda, traz doenças físicas, como úlceras, problemas cardíacos, pressão alta, etc. Pense nisso! **Saiba mais:** Já ouviu a expressão “descansar no Senhor”? Descansar, nesse sentido, não significa cruzar os braços e esperar a benção cair do céu, significa fazer o que está ao seu alcance e esperar que a boa, perfeita e agradável vontade de Deus seja feita. Por exemplo, você está desempregado, há mais de seis meses, e o dinheiro está acabando, é claro que você vai atrás de um emprego e procura, então, você é, finalmente, chamado para uma entrevista. Legal, você vai e faz o que tem que ser feito. Depois disso, você não poderá fazer mais nada, pois está nas mãos de Deus. Nessas horas de espera a ansiedade nos ataca e nessas horas devemos lembrar que Deus está no comando, que Ele sabe se aquele emprego fará bem ou mal à nossa vida e que tudo, absolutamente tudo, que acontece em nossas vidas, coopera para o nosso bem (Romanos 8:28).

Por isso, preencha seu dia com a paz do Senhor. **Refleta:** Um capelão militar elaborou, certa vez, uma “Tabela de Preocupações”, baseando-se nos problemas que homens e mulheres o haviam trazido durante os anos que tinha trabalhado naquela função. Ele concluiu que as preocupações se encaixavam nas seguintes categorias: Preocupações com coisas que nunca aconteceram – 40%; Preocupações com decisões tomadas no passado e que não podem ser mudadas – 30%; Preocupações com enfermidades que nunca aconteceram – 12%; Preocupações com adultos, crianças e amigos (que eram capazes de tomar conta de si mesmos) – 10%; Preocupações com problemas verdadeiros – 8 %. De acordo com a tabela, 92% de todas as preocupações referem-se às situações que não podemos controlar e que deveriam ser deixadas nas mãos de Deus. A verdade é que a maioria de nossas ansiedades está enraizada na falta de confiança em Deus. Simplesmente, não acreditamos que Ele é suficientemente grande e capaz de cuidar de nossos problemas, de nos dar o que desejamos e nos manter – e manter também as pessoas que amamos – longe dos perigos. Quando conhecemos verdadeiramente a Deus, é fácil entendermos como nossas preocupações são inúteis na maior parte do tempo. Algumas pessoas se preocupam com o que poderiam ter dito, outras com o que não foi dito, outras se preocupam com o que poderia acontecer, ou o que não aconteceu, mas deveria ter acontecido. Há ainda as que se preocupam com o futuro, ao passo que outras se afligem com as consequências de seus atos passados. Deixe que JESUS tome conta de suas preocupações, hoje, e aproveite as coisas novas da vida que Ele lhe dá - Pedro 5:7. “A preocupação é como uma cadeira de balanço: mantém você ocupado, porém não leva a lugar nenhum” (Extraído do livro: Pequeno Devocional de Deus). ☑ **Para aprender mais:** Isaías 26:3; 43:2; Zacarias 2:8; Hebreus 13:5. **Decida:** () Decido fazer uma lista das coisas que andam me preocupando e entregar nas mãos do Senhor. () Decido que nessa e na outra semana, dedicarei um pouco mais de tempo à meditação a fim de focar na eternidade. Deus está falando com você? Precisa fazer outra decisão? Faça, não perca tempo! **Memorize** Filipenses 4:19 e encerre **orando**. Viva o dia de hoje! Deus já está no amanhã: não se preocupe!

SEXTA-FEIRA: PREENCHENDO SEU DIA COM ESPERANÇA

“Mantenham o pensamento nas coisas do alto, e não nas coisas terrenas.” (Colossenses 3:2 NVI)

Você conhece Nick Vujicic? Ele nasceu sem os membros superiores e inferiores (devido a uma rara síndrome conhecida por Tetra-amelia) e, durante muitos anos, procurava, incessantemente, obter uma simples resposta: “Por que eu, Deus?”. Após tentar se matar com apenas 8 anos de idade, Nick percebeu que, com a sua fé, conseguiria superar todos os problemas que enfrentasse em sua vida! Com 17 anos de idade, fundou a **Life Without Limbs** (“Vida Sem Membros”), uma instituição, sem fins lucrativos, que visa ajudar pessoas com deficiência física a enfrentarem as suas limitações.

Atualmente, Nick viaja o mundo todo dando palestras motivacionais sobre como é importante manter a esperança e ter um “sentido maior” para a vida. De acordo com Nick, todos nascem com um propósito e temos que saber reconhecer nossa tarefa em vida para sermos pessoas plenamente felizes (Fonte pensador.com). Que história impactante! Mesmo com tantas dificuldades que Nick enfrenta em sua vida, ele decidiu manter a esperança viva, fortalecendo sua fé em Deus e vivendo o seu propósito. Um exemplo para nós! **Refleta:** Para cada pensamento negativo, Deus tem uma resposta positiva. Você diz: - Eu já estou cansado; Deus diz: - Eu te darei o repouso (Mateus 11:28-30); você diz: - Ninguém me ama de verdade; Deus diz: - Eu te amo (João 3:16); você diz: - Não tenho condições; Deus diz: - Minha graça é suficiente (2 Coríntios 12:9); você diz: - Não vejo saída; Deus diz: - Eu guiarei teus passos (Provérbios 3:5,6); você diz: - Estou angustiado; Deus diz: - Eu te livrarei da angústia (Salmos 50:15); você diz: - Não vale a pena; Deus diz: - Tudo vale a pena (Romanos 8:28); você diz: - Eu não mereço perdão; Deus diz: - Eu te perdoo (I João 1:9); você diz: - Não vou conseguir; Deus diz: - Eu suprirei todas as suas necessidades (Filipenses 4:19). **Decida:** () Decido que vou focar mais na eternidade e viver o dia que Deus me dá. Deus está falando com você neste momento? Outra decisão:.....**Memorize** o versículo de hoje e revise os da semana. Você sempre sai ganhando quando enche sua mente da Palavra. **Ore** e agradeça a Deus por tudo que aprendeu essa semana! Até semana que vem!