



“Não fiquem preocupados com coisa alguma, mas, em tudo, sejam conhecidos diante de Deus os pedidos de vocês, pela oração e pela súplica, com ações de graças.” Filipenses 4:6

SEJAM FELIZES O TEMPO TODO

“Alegrem-se sempre no Senhor; outra vez digo: alegrem-se!” Filipenses 4:4

A carta de Filipenses é conhecida como a “epístola da alegria” por conter mais expressões de alegria do que qualquer outro livro da Bíblia. Paulo escreveu essa carta enquanto estava preso, o que torna a mensagem ainda mais poderosa. A alegria mencionada na carta é uma ordem, e não uma sugestão. Ela deve ser um emblema e uma marca, tanto em momentos felizes quanto em momentos difíceis, pois a vida é um vale de aflições. Essa alegria é espiritual e não emocional, e vem do relacionamento com Jesus. É por isso que Paulo pôde estar alegre mesmo estando preso no braço de um soldado romano, como era a sua condição. A alegria mencionada na carta é uma alegria interna, que vem daquele em quem acreditamos, e não daquilo que sentimos. De onde vem a sua alegria? Você consegue ser grato e se alegrar em Deus mesmo quando as coisas não saem como você espera?

SEJAM AMÁVEIS COM TODAS AS PESSOAS

“Seja a amabilidade de vocês conhecida por todos. Perto está o Senhor.” Filipenses 4:5

Essa orientação diz respeito aos nossos relacionamentos. A ideia é que todas as pessoas percebam que são amadas. No grego, a palavra “amabilidade” vai muito além de cortesia e gentileza, ela significa que devemos ser amáveis mesmo quando sentirmos vontade de reagir de forma dura ou grosseira. Se alguém faz algo que nos incomoda, devemos tentar ser amáveis em vez de revidar. Essa ordem se aplica a todas as pessoas, e não apenas àquelas de quem gostamos. Na verdade, as pessoas que são amáveis conosco geralmente são aquelas que mais facilmente amamos, mas o desafio é ser amável com os difíceis. Em todas as situações, devemos ter cortesia e amor. Com quem na sua vida você reconhece que precisa ser amável?

NÃO FIQUEM ANSIOSOS

“Não andem ansiosos por coisa alguma, mas em tudo, pela oração e súplicas, e com ação de graças, apresentem seus pedidos a Deus”. Filipenses 4:6

A ansiedade é uma das doenças mais prevalentes em nossa sociedade hoje, e pode causar uma série de problemas de saúde. No entanto, é importante lembrar que não andar ansioso é diferente de não ficar ansioso. Todos nós experimentamos ansiedade em algum momento, pois ela está ligada ao pensamento. No entanto, é possível não permitir que a ansiedade se torne uma marca permanente em nossas vidas. Embora alguns argumentem que um pouco de ansiedade pode ser útil para nos manter alertas e produtivos, a ansiedade patológica é muito prejudicial. Você sabia que aproximadamente 80% dos pensamentos negativos sobre o futuro nunca se concretizam? Pensamentos ansiosos podem desviar nossa atenção da possibilidade de encontrar soluções para seguir em frente. A palavra “mas” no grego é além do que mera conjunção adversativa, pois sugere que algo melhor está por vir e pode destruir a primeira ideia ansiosa. É por isso que a expressão “mas, em tudo...” é tão poderosa, pois nos mostra o remédio: a oração. Quando oramos, entregamos o controle para Deus e deixamos que Ele reine em nossas vidas. A oração é uma forma de adoração, e a gratidão é o passo seguinte. Depois, podemos fazer uma confissão, interceder pelos outros e, por último, suplicar por nós mesmos. Embora a gratidão não seja natural para nós, é uma prática importante que pode ajudar a reduzir a ansiedade e aumentar a felicidade. Vamos semear oração e gratidão em 2024? Compartilhe com a sua célula três aspectos da sua vida em que você vê claramente a mão de DEUS e agradeça por elas comunitariamente.

PARE, PENSE E CONFIE EM DEUS EM 2024

Existem muitos desafios a serem enfrentados neste ano, principalmente porque diariamente somos colocados no vale da sombra da morte. Porém, temos um Pastor que cuida de nossas vidas melhor do que imaginamos e portanto podemos confiar no seu poder e provisão para todas as coisas, pois até aqui, Ele tem cuidado de nós e, por isso, com Ele, não sentiremos falta de nada!