

SÃO TANTAS EMOÇÕES

Emoções à luz da Bíblia



A SUPERVALORIZAÇÃO EMOCIONAL

- as emoções são o padrão de avaliação da vida
- minha necessidade emocional deve ser satisfeita
- apenas emoções agradáveis são aceitas



QUAL É A FONTE DAS EMOÇÕES?

Não cognitivo- resultado de reações fisiológicas

Cognitivo- resultado de crenças e julgamentos



Ora, as obras da carne são manifestas:
imoralidade sexual, impureza e libertinagem;
idolatria e feitiçaria;
ódio, discórdia, ciúmes, ira, egoísmo,
dissensões, facções e inveja;
embriaguez, orgias e coisas semelhantes.
Eu os advirto, como antes já os adverti,
que os que praticam essas coisas
não herdarão o Reino de Deus. (Gl 5.19-21)



EMOÇÕES NA BÍBLIA

Resultado das minhas crenças/pensamentos

Gn 3.1-7

Rm 1.28-32

Fp 4.4-9

CREIO



SINTO



EMOÇÕES NA BÍBLIA

Resultado dos meus desejos



Amnom ficou angustiado a ponto de adoecer por causa de sua meio-irmã Tamar, pois ela era virgem, e parecia-lhe impossível aproximar-se dela. (2Sm 13.2)

De onde vêm as guerras e contendas que há entre vocês? Não vêm das paixões que guerreiam dentro de vocês? (Tg 4.1)

EMOÇÕES NA BÍBLIA

Resultado das minhas ações



...perceberam que estavam nus; então juntaram folhas de figueira para cobrir-se. (Gn 3.7)

Logo depois Amnom sentiu uma forte aversão por ela (2Sm 13.15)

Quem de vocês quer amar a vida e deseja ver dias felizes? Guarde a sua língua do mal e os seus lábios da falsidade. Afaste-se do mal e faça o bem; busque a paz com perseverança. (Sl 34.12-14)

CREIO



DESEJO



FAÇO



SINTO

EMOÇÕES NA BÍBLIA

Resultam em ações



Por isso Caim se enfureceu e o seu rosto se transtornou. Caim atacou seu irmão Abel e o matou. (Gn 4.5-8)

Pois virá o tempo em que não suportarão a sã doutrina; pelo contrário, sentindo coceira nos ouvidos, segundo os seus próprios desejos juntarão mestres para si mesmos. (2Tm 4:3)

CREIO



DESEJO



SINTO



FAÇO

POR ISSO A BÍBLIA NOS RESPONSABILIZA PELAS NOSSAS EMOÇÕES

"Por que você está furioso? Por que se transtornou o seu rosto? Se você fizer o bem, não será aceito? Mas se não o fizer, saiba que o pecado o ameaça à porta; ele deseja conquistá-lo, mas você deve dominá-lo".

(Gn 4.6-7)

"Você tem alguma razão para essa fúria? " (Jn 4.4)

Alegrem-se sempre no Senhor. (Fp 4.4)



AVALIANDO AS EMOÇÕES



Mentira	O que CREIO	Verdade
Egoísta	O que DESEJO	Centrado em Deus
Desobediente	Como me COMPORTO	Obediente
Ruins/ desespero	Como me SINTO/EMOÇÕES	Boas/ paz/ alegria
Sufrimento	QUALIDADE DE VIDA	Andar na luz

AS EMOÇÕES REFLETEM A IMAGEM DE DEUS

Deus Pai

Deus amou o mundo... (Jo 3.16)

Então o Senhor arrependeu-se de ter feito o homem sobre a terra; e isso cortou-lhe o coração. (Gn 6.6)

O Senhor, o seu Deus, está em seu meio, poderoso para salvar. Ele se regozijará em você, com o seu amor a renovar, ele se regozijará em você com brados de alegria". (Sf 3.17)



AS EMOÇÕES REFLETEM A IMAGEM DE DEUS

Jesus



Disse-lhes então: "A minha alma está profundamente triste, numa tristeza mortal. Fiquem aqui e vigiem comigo".(Mt 26:38)

Estando angustiado, ele orou ainda mais intensamente; e o seu suor era como gotas de sangue que caíam no chão. (Lc 22:44)

Naquela hora Jesus, exultando no Espírito Santo... (Lc 10:21)

AS EMOÇÕES REFLETEM A IMAGEM DE DEUS

Espírito Santo

Não entristeçam o Espírito Santo de Deus... (Ef 4:30)

Recomendo-lhes, irmãos, por nosso Senhor Jesus Cristo e pelo amor do Espírito... (Rm 15:30)

Mas o fruto do Espírito é amor, alegria, paz, paciência, amabilidade, bondade, fidelidade, mansidão e domínio próprio. (Gl 5.22-23)



PROPÓSITO DAS EMOÇÕES

- refletir a imagem de Deus
- refletir as emoções de Deus



O PECADO AFETOU NOSSAS EMOÇÕES

- doenças
- negar
- circunstâncias difíceis
- se entregar



Certamente Deus é bom para Israel, para os puros de coração. Quanto a mim, os meus pés quase tropeçaram; por pouco não escorreguei. Pois tive inveja dos arrogantes quando vi a prosperidade desses ímpios. (Sl 73.1-3)

PROPÓSITO DAS EMOÇÕES

PROTEÇÃO

- **contra perigos e ameaças-** (medo, ira, tristeza)
- **perigos internos-** revelam o que está no coração (crenças e desejos)



PROBLEMA- medicação que anestesia emoções

AVALIANDO AS EMOÇÕES

- minhas emoções demonstram amor a Deus e ao próximo?
- minhas emoções me levam a pecar?
- peço para evitar emoções?



COMO GLORIFICAR A DEUS COM AS EMOÇÕES?

Cuidando das crenças e pensamentos

Vocês ouviram o que foi dito... Mas eu lhes digo (Mt 5-7)

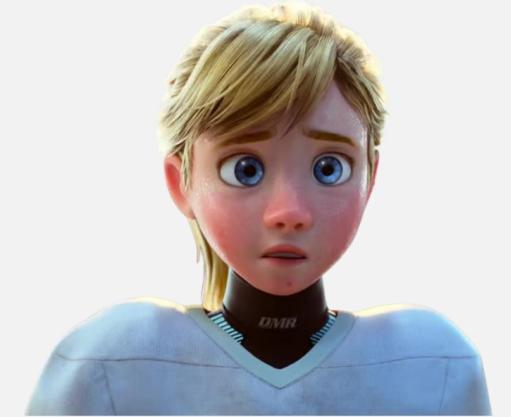
Pensem nessas coisas (Fp 4.8)



COMO GLORIFICAR A DEUS COM AS EMOÇÕES?

Cuidando das crenças e pensamentos

O alvo deve ser agradar a Deus mais do que aliviar as emoções



Todavia, não me importo, nem considero a minha vida de valor algum para mim mesmo, se tão-somente puder terminar a corrida e completar o ministério que o Senhor Jesus me confiou, de testemunhar do evangelho da graça de Deus. (At 20:24)

COMO GLORIFICAR A DEUS COM AS EMOÇÕES?

Praticar o que crê (verdade)

Mt 7.24-27



COMO GLORIFICAR A DEUS COM AS EMOÇÕES?

Escolha pensar/crer na Verdade

**Quanto à antiga maneira de viver, vocês foram ensinados a despir-se do velho homem, que se corrompe por desejos enganosos, a serem renovados no modo de pensar e a revestir-se do novo homem, criado para ser semelhante a Deus em justiça e em santidade provenientes da verdade.
(Ef 4.22-24)**

- Estou pensando a VERDADE sobre esta situação
- ou estou crendo uma mentira?
- Os meus pensamentos estão centrados em Deus,
- ou em mim mesmo?

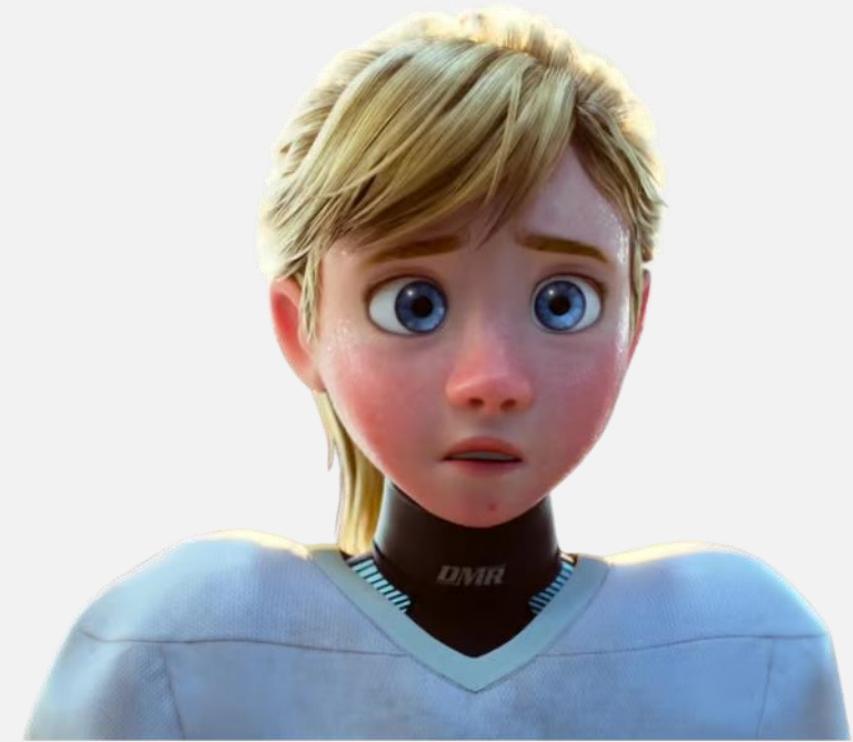


- Qual a perspectiva de Deus sobre a situação? (2 Co 4:15-18)
- As minhas emoções/ações mostram que estou crendo em uma mentira ou na verdade da Palavra de Deus?
- Como posso agradar a Deus, mesmo sentindo esta emoção? - Que tipo de pensamento preciso TIRAR e que verdade preciso COLOCAR (Fp 4:8)?

COMO GLORIFICAR A DEUS COM AS EMOÇÕES?

Escolha desejar a Deus

**Pois onde estiver o seu tesouro,
ali também estará
o seu coração (emoção)".
(Lc 12:34)**



- Meu desejo é egocêntrico ou “Deus-cêntrico”?
Quero agradar a mim ou a Deus?
- Quero me proteger, ou proteger a glória de Deus?
- Quero me engrandecer, ou engrandecer a Deus/
amar ao meu próximo?
- Quando agi daquela maneira, o que estava desejando?
Direcione-se: Como posso agradar a Deus, mesmo sentindo
esta emoção? Que ídolo preciso TIRAR para COLOCAR Cristo
em primeiro lugar (Lc 12:31-34)?



COMO GLORIFICAR A DEUS COM AS EMOÇÕES?

Escolha obedecer a Deus

**Pelo contrário,
revistam-se do Senhor Jesus Cristo,
e não fiquem premeditando
como satisfazer os desejos da carne.
(Rm 13:14)**



- O meu comportamento reflete um mordomo fiel de Cristo?
- Estou agindo para agradar a Deus? Estou agindo de uma maneira bíblica mesmo sentindo esta emoção? (Mt 22:37-39; Rm 12:19, 21; 1 Pd 2:19-23) Ou estou justificando meu comportamento por causa de como me sinto?
- Estou cumprindo minhas responsabilidades de uma maneira que agrada a Deus?
- Estou usando a “energia” desta emoção para buscar uma solução bíblica? (Ef 4:26-27)
- Como posso agradar a Deus, mesmo sentindo esta emoção? Que tipo de comportamento preciso TIRAR e o que preciso COLOCAR para ser mais como Cristo (Rm 13:14).

Diário das suas emoções:

- O que aconteceu?
- O que você pensou sobre a situação?
- O que desejou?
- O que falou e fez?
- Como poderia ser mais como Cristo na próxima vez?



SÃO TANTAS EMOÇÕES

À luz da Bíblia as emoções
devem refletir a imagem
de Deus

