

## BATE-PAPO

X

Relações podem ser complicadas, até quando somos jovens. Já passou por uma amizade que parecia incrível, mas depois mudou? Ou alguém importante que te magoou? Às vezes, palavras cruéis doem, mesmo sem intenção. Essas mágoas podem ficar, como pedras em uma mochila, pesando com o tempo. Mas a escolha é nossa. Podemos continuar carregando esse peso ou escolher soltar as pedras. Esta é uma história sobre como o perdão nos ajuda a curar e a encontrar o amor de nov

## PERDÃO E CURA

Para se libertar, é necessário perdoar. O perdão traz cura para nós, da alma, do coração, e se a gente não perdoa, convive com a mágoa. Perdão é libertador. Eu sei que não é fácil, mas não há outro caminho. Às vezes a gente pensa: "Ah, mas nem fui eu que errei, foi ela que brigou comigo." Perdoa assim mesmo. Se você perdoa mesmo não tendo errado, você se cura, e cura o outro também. Se Deus perdoou aqueles que zombaram dele e até o prenderam, por que você não pode perdoar?

Assuma seu lugar de filho, se posicione como filho. Não deixe que o orgulho, o medo ou a vergonha te atrapalhem a conquistar aquilo que já é seu. Você tem autoridade de filho, então viva como um. Mateus 18:21-22 diz: Então Pedro aproximou-se de Jesus e perguntou: "Senhor, quantas vezes deverei perdoar a meu irmão quando ele pecar contra mim? Até sete vezes?" Jesus respondeu: "Eu digo a você: Não até sete, mas até setenta vezes sete.

Amor é perdão. Se você ama, também perdoa. Se Deus te aceita mesmo com seus erros, por que você não reconhece os seus erros e aceita os dos outros? Por que você rejeita as pessoas que te machucam, se Deus não rejeitou os que iam matá-lo?

Quando alguém me machucava, eu sempre pedia desculpas, mesmo não me sentindo culpada e sim por medo de as pessoas não me aceitarem. Por medo de não ter essas pessoas, medo de ficar sozinha, e preferia continuar com pessoas que me machucavam do que ficar sem elas. Mas na verdade, eu não perdoava aquelas pessoas, eu pedia desculpas por me sentir ameaçada, mas continuava com aquela mágoa em mim.

## SE LIBERTE DA MÁGOA

Nós precisamos assumir a responsabilidade das nossas atitudes e nos posicionar como filhos de Deus. Por que viver essa vida com dor e mágoa se Deus morreu por você, e tomou sua dor na cruz? Isaías 53:4-5: Verdadeiramente ele tomou sobre si as nossas enfermidades, e as nossas dores levou sobre si; e nós o reputávamos por aflito, ferido de Deus, e oprimido. Porém ele foi ferido pelas nossas transgressões, e moído pelas nossas iniquidades; o castigo que nos traz a paz estava sobre e pelas suas pisaduras fomos sarados.

Ele já levou sobre si todas as dores e se entregou como um cordeiro por amor a você. Para que sofrer por um fardo que não é seu, entregue suas dores a Cristo, pois o jugo dele é suave e o fardo dele é leve.

Durante essa semana, Deus ministrou algo sobre mim que era, pessoas orgulhosas na maioria das vezes não têm identidade. Quando você entende quem você é, quem você é em Cristo, e entende que é filho, você não sente em perdoar porque você sabe que perdoar é muito melhor do que sacrificar. Você não se dói em perdoar alguém porque sabe a importância do perdão. Muitas vezes, se você se magoa por coisas que as pessoas dizem ou impõem é porque não tem a identidade firmada em Cristo.

Quem é firme não liga para acusações, quem é firme não liga para rejeição. Você entende que se Jesus passou pela rejeição e pela dor por um propósito, aquilo que você está passando é para cumprir o propósito de Deus na sua vida. Você tenta imitar pessoas que você conhece porque todo mundo gosta delas, elas são modinha. Ei, Deus não quer que você seja modinha, Deus quer que você seja referência. Em vez de imitar pessoas, seja influência sobre outras pessoas. Existem pessoas que precisam de você, que serão curadas através de você. Se mova espiritualmente com a autoridade que ele te deu.

## CONCLUSÃO

Entregue a ele hoje a dor do seu coração. Se liberte da dor que você sente e liberte quem a criou. Hoje você tem a escolha: viver com a dor, ou perdoar!

## CURIOSIDADE

X

Sabia que o ato de perdoar tem benefícios comprovados para a saúde mental e emocional? Estudos mostram que perdoar pode reduzir o estresse, a depressão e a ansiedade, além de promover um aumento na autoestima e na felicidade. O perdão não apenas beneficia aqueles que recebem, mas também quem o oferece, permitindo a cura das feridas emocionais e a restauração das relações. Portanto, perdoar não é apenas um ato de amor, mas também um presente para si mesmo.

## DESAFIO

X

Durante esta semana, escolha alguém com quem teve um desentendimento. Converse com essa pessoa, peça desculpas se for necessário e, se sentir que é apropriado, ofereça seu perdão. Tente resolver o conflito e compartilhe como se sentiu com amigos ou familiares.

Praticar o perdão é uma habilidade valiosa para relacionamentos saudáveis. Este desafio ajudará você a promover a reconciliação em sua vida cotidiana.

## NA PRÁTICA

X

---



---



---



---



---

## PARA MEDITAR:

X

- Efésios 4:31-32
- Mateus 18:21-22

MOOD DE HOJE

