

Autocontrole é decidir fazer a escolha sábia, mesmo quando você não quiser.

DIA 1

Leia Provérbios 25:16

Alguma vez você já comeu demais da sua comida favorita?

Talvez você nunca tenha comido a ponto de sentir vontade de vomitar. Talvez você não tenha problemas com o autocontrole quando se trata de comida. Para você, talvez sejam videogames ou assistir a vídeos no YouTube.

Embora nenhuma dessas coisas possa fazer você vomitar, muito tempo na tela pode causar dor de cabeça ou fazer você perder o tempo com a família. Por isso, é importante saber quando parar.

O que você gosta de fazer e sabe que gasta muito tempo?

.....
Qual é a coisa prática que você poderia fazer para ter certeza de parar o que quer que seja divertido antes que seja demais?

.....
A chave para aproveitar as coisas que você ama da maneira certa é saber quando parar.

Peça a Deus para ajudá-lo a praticar, ao longo desta semana, a única coisa que você listou acima de forma que você tenha algum autocontrole.

DIA 2

Leia 1 Pedro 5:6-8

Deus criou o mundo inteiro. Esse mesmo grande Deus, ama e se preocupa com você. Ele não te criou e depois te deixou sozinho. Ele te ama tanto que enviou Jesus, Seu único Filho, para abrir um caminho para que você tenha um relacionamento com Ele para sempre. Deus está ao seu lado e Ele quer que você viva uma vida abundante, o tipo de vida que é melhor do que você possa imaginar.

Porque Deus o criou, e porque Ele o ama, Ele está pronto para ajudá-lo a ter autocontrole. Ele não quer que outras coisas controlem você. Ele quer que você experimente este grande e lindo mundo que Ele criou. Ele quer que você desfrute de todas as coisas que ama porque Ele o fez para amar essas coisas!

Então, nesta semana, peça a Deus para ajudá-lo a saber quando parar, de maneira que você possa desfrutar dessas coisas com autocontrole. Peça a Ele para ajudá-lo a ser vigilante durante esta semana.

DIA 3

Leia 2 Pedro 1:3a

Às vezes, é difícil fazer a escolha sábia. É difícil não mostrar nossa raiva quando alguém nos deixa bravos ou quando estamos chateados. É difícil desligar nosso iPad quando queremos continuar jogando. Mas há boas notícias. Deus não espera que você faça a coisa certa com sua própria força. Deus está pronto e disposto a ajudá-lo, todos os dias.

Pense em um carro de controle remoto. Se você tirar as baterias desse controle remoto, o que acontece? Sim, não funciona! As baterias fornecem ao controle remoto a energia necessária para funcionar da maneira que deve.

Sem o poder de Deus, somos tão úteis quanto um controle remoto sem baterias. Para sabermos quando parar para não nos machucarmos a nós mesmos ou aos outros, precisamos do poder de Deus. Felizmente, por meio de Seu poder, temos tudo o que precisamos para fazer a coisa certa.

Passes algum tempo agradecendo a Deus por Seu grande poder operando em você. Peça a Ele para ajudá-lo a perceber quando você precisa parar de forma a manter o autocontrole.

DIA 4

Leia Provérbios 22:3

Quando você era pequeno, você já correu pela rua sem olhar? Quando isso aconteceu, o que seus pais fizeram? Eles provavelmente gritaram: "PARE!!" a plenos pulmões. Por quê? Porque eles sabiam do perigo de correr pela rua. Eles sabiam que você poderia ficar muito ferido, caso continuasse. Quando se trata de autocontrole, saber quando parar é importante. Temos que pensar à frente, com o fim em mente, para não termos problemas. Quando reservamos um tempo para pensar sobre as coisas e pedir a ajuda de Deus, podemos evitar de nos machucar.

Palavras rápidas

O versículo de hoje está escrito abaixo, mas todos os espaços estão faltando! Quando escrito dessa maneira, parece que você deve lê-lo o mais rápido possível, sem parar para respirar! Leia o versículo abaixo (sem espaços) o mais rápido que puder! Agora desenhe espaços entre cada palavra e diga o versículo novamente. Peça a Deus para ajudá-lo a parar, desacelerar e prestar atenção para que você tenha o autocontrole para fazer a coisa certa. "O prudente percebe o perigo e busca o refúgio; o inexperiente segue adiante e sofre as consequências." Provérbios 22:3.

Saiba quando parar.