

RECEITA DE FELICIDADE

Filipenses 4:4-9 (Nova Almeida Atualizada 2017)

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

5 Que a moderação de vocês seja conhecida por todos. Perto está o Senhor.

6 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.

7 E a paz de Deus, que excede todo entendimento, guardará o coração e a mente de vocês em Cristo Jesus.

8 Finalmente, irmãos, tudo o que é verdadeiro, tudo o que é respeitável, tudo o que é justo, tudo o que é puro, tudo o que é amável, tudo o que é de boa fama, se alguma virtude há e se algum louvor existe, seja isso o que ocupe o pensamento de vocês.

9 O que também aprenderam, receberam e ouviram de mim, e o que viram em mim, isso ponham em prática; e o Deus da paz estará com vocês.

III TROQUE A PREOCUPAÇÃO PELA ORAÇÃO

6 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.

7 E a paz de Deus, que excede todo entendimento, guardará o coração e a mente de vocês em Cristo Jesus.

1. O terceiro ingrediente para a felicidade é aprender a lidar com a ansiedade em nossas vidas.
2. Com certeza este é um problema comum a todo o ser humano. Como lidar com a ansiedade.
3. Alguns tem mais problemas com ela outros um pouco menos, mas com certeza em um ou outro momento todos nós teremos que lidar com ela.
4. E a medida em que ela adentra a nossa alma, certamente aflição e angústia virão sobre nós.

5. Mas o que fazer com a ansiedade ? Não adianta somente dizer: Não fique ansioso.
6. Por isso Paulo nos ensina que para que a paz sempre possa guardar o nosso coração precisamos trocar a ansiedade pela oração.
7. Se algo está trazendo ansiedade no seu coração então faça Deus conhecer o que o perturba.
8. Foi isto que Pedro Também nos ensinou:

1 Pedro 5:7 (Nova Almeida Atualizada 2017) 7 Lancem sobre ele todas as suas ansiedades, porque ele cuida de vocês.

9. E a razão porque devemos lançar sobre o Senhor o que nos torna ansiosas é simples : Ele é quem cuida de você!
10. Se ele que é todo poderoso é quem cuida de mim , então por que eu vou ficar ansioso?
11. Mas Paulo nos ensina como fazer isto afirmando que precisamos fazer Deus conhecer o que nos angustia e usa três sinônimos de oração para denotar a ênfase que ele está dando a este instrumento de graça a nosso favor.
12. Apesar de serem três sinônimos podemos perceber pequenas variações de sentido que podem nos iluminar na prática
 - a. Oração → o termo geral em toda a bíblia para denotar a aproximação do adorador a fonte de toda a graça.
 - i. Se pudesse dar uma dica eu diria : quando você estiver ansioso, abra sua alma na presença de Deus numa atitude de adorador, e desta maneira apresente ao Senhor o que o perturba → porque este Senhor a quem você adora, tem cuidado de você .
 - b. Súplica → termo que implica em urgência → apesar de ser um sinônimo a súplica tem um tom de intensidade e urgência que apresentamos ao nosso Senhor → algumas vezes as súplicas vem acompanhadas dos Jejuns → expressão de luto no AT.
 - c. Petições → são orações com pedidos específicos ao Senhor.

13. Lembre-se o objetivo de Paulo era a ênfase mais do que as possíveis variações de sentidos das palavras. O que ele desejava era que toda a vez que o coração ficasse aflito era um indicativo de que precisamos intensificar as nossas orações
14. Mas ele não para aqui, ainda há dois elementos que ele queria que entendêssemos.
- a. Com Ação de Graças →
- i. eu fico pensando por que ele colocou a ação de graças como parte do ingrediente ?
 - ii. Normalmente agradecemos depois que recebemos de Deus o milagre.
 1. Mas quando louvamos a Deus pelo que ele já fez, fortalecemos a nossa fé no que pode fazer por nós
 2. Quando louvamos a Deus por quem ele é , abrimos a nossa mente para crer em sua grandeza e poder
 3. Quando louvamos a Deus pelo que ele fará as portas da fé já se abriram em nós para crermos nas suas milagrosas intervenções.
 - iii. Assim o que Paulo está nos ensinando é que Ação de Graças é parte integrante da oração de fé
- b. O outro elemento é a paz de Deus que excede todo o entendimento passa a ser a primeira resposta , o sinal , de que ele ouviu e já está agindo a nosso favor
- i. Paz para o ansioso é milagre
 - ii. É fruto da presença do Espírito Santo
 - iii. É parte da resposta
 - iv. É sinal de que os anjos já se colocaram em movimento
 - v. É o poder de Deus agindo dando a confiança e a tranquilidade da fé .
15. Por isso para ser feliz precisamos aprender a orar e a descansar naquele que cuida de nós.

IV APRENDA A USAR O FILTRO DO BEM

8 Finalmente, irmãos, tudo o que é verdadeiro, tudo o que é respeitável, tudo o que é justo, tudo o que é puro, tudo o que é amável, tudo o que é de boa fama, se alguma virtude há e se algum louvor existe, seja isso o que ocupe o pensamento de vocês.

1. O próximo ingrediente na receita da felicidade é aprender a usar o filtro do bem.
2. O filtro do bem é um recurso tremendo, ele determina o que vai dominar a minha mente.
3. A palavra de Deus vai nos ensinar que o que controla o nosso coração (nossa mente) controla a nossa vida .

Provérbios 4:23 (Nova Almeida Atualizada 2017)

23 De tudo o que se deve guardar, guarde bem o seu coração, porque dele procedem as fontes da vida.

Provérbios 4:23 (NTLH)

23 Tenha cuidado com o que você pensa, pois a sua vida é dirigida pelos seus pensamentos.

4. Dependendo do que permitirmos que controle os nossos pensamentos nossa vida poderá ser mais ou menos feliz.
5. Pois são os nossos pensamentos que nos fazem interpretar o que ocorre ao nosso redor e determinam a maneira como enxergamos as pessoas e a própria vida.

Lucas 11:34-35 (NTLH)

34 Os olhos são como uma luz para o corpo: quando os olhos de você são bons, todo o seu corpo fica cheio de luz. Porém, se os seus olhos forem maus, o seu corpo ficará cheio de escuridão.

35 Portanto, tenha cuidado para que a luz que está em você não seja escuridão.

6. É por isso que Paulo nos ensina a como ter olhos bons e a controlar o que vai dirigir os nossos pensamentos.

7. Eu chamo este método de filtro do bem (ele tem oito camadas filtrantes)
8. Veja o que ele nos ensina que deve dominar a nossa maneira de ler a vida e o mundo:
 - a. Tudo o que é verdadeiro (ocupe o seu pensamento)
 - i. O primeiro filtro é o da verdade
 1. Cuidado com o provável
 2. Cuidado com a leitura do que não pode ser lido, como as intenções e sentimentos dos outros
 3. Cuidado com o Fake
 - ii. Se você permitir que a mentira domine a sua mente você abriu a porta para o pai da mentira trabalhar na sua mente → O Diabo
 - b. Tudo o que é respeitável → digno de um cristão pensar
 - c. Tudo o que é justo
 - d. Tudo o que é puro → cuidado com o lixo que você leva para dentro da sua mente
 - e. Tudo o que é amável
 - f. Tudo o que tem virtude → contribui para o nos crescimento e valor
 - g. Tudo o que é de boa fama
 - h. Tudo o que pode ser louvado
9. São estas coisas que devem dominar a nossa mente
10. Quando usamos o filtro do bem enxergamos a vida com outros olhos , ajudamos pessoas a crescer , nos tornamos inspiração na vida de outros.
11. E ao mesmo tempo somos revestidos do brilho de Deus que já iluminou o nosso coração . Foi isto o que Jesus queria nos ensinar quando disse

Lucas 11:34-36 (Nova Almeida Atualizada 2017)

34 Os olhos são a lâmpada do corpo. Se os seus olhos forem bons, todo o seu corpo será cheio de luz; mas, se forem maus, o seu corpo ficará em trevas.

35 Portanto, tenha cuidado para que a luz que está em você não sejam trevas.

36 Pois, se todo o seu corpo for luminoso, sem ter qualquer parte em trevas, será todo resplandecente como a lamparina quando ilumina você em plena luz.

12. Nós brilharemos na escuridão deste mundo
13. Você já conviveu com pessoas que aplicam o filtro do bem? Como elas nos edificam .
14. Elas são capazes de nos inspirar em qualquer situação
15. A visita que eu fiz para uma senhora idosa Da. Nenê → tanta luta , mas seus olhos eram bons
16. Como são os seus olhos ?
17. O que domina a sua mente ?
18. Quanto lixo ocupa o espaço da sua felicidade ?
19. Jesus quer hoje fazer uma limpeza e deixar o filtro do bem ativo em sua mente . Você quer ?

V. PRATIQUEM O QUE JÁ APRENDERAM NA SUA CAMINHADA DE FÉ

9 O que também aprenderam, receberam e ouviram de mim, e o que viram em mim, isso ponham em prática; e o Deus da paz estará com vocês.

1. Por fim, Paulo nos ensina que o segredo da felicidade se encontra quando decidimos ser praticantes do que Jesus já nos ensinou
2. O grande problema de nossa jornada espiritual não é o quanto já sabemos a respeito das coisas de Deus, mas o quanto estamos dispostos a colocar em prática do que ele já nos ensinou.
3. Conheço muitos crentes antigos que conhecem muito da palavra de Deus, mas ...

4. São tão imaturos espiritualmente , não porque não conheçam , mas porque não estão dispostos a praticar o que o Senhor já ensinou
5. Outros são como os doutores da lei que sempre tem um palpite para falar dos outros , mas nunca olham para si mesmos.
6. Tantos que poderiam ser uma bênção , mas tão acomodados em sua vida cristã porque não se dispõem a serem usados pelo Senhor.
7. Para ser feliz é preciso ser um praticante do que o Senhor já nos ensinou.

Tiago 1:22-25 (NTLH)

22 Não se enganem; não sejam apenas ouvintes dessa mensagem, mas a ponham em prática.

23 Porque aquele que ouve a mensagem e não a põe em prática é como uma pessoa que olha no espelho e vê como é.

24 Dá uma boa olhada, depois vai embora e logo esquece a sua aparência.

25 O evangelho é a lei perfeita que dá liberdade às pessoas. Se alguém examina bem essa lei e não a esquece, mas a põe em prática, Deus vai abençoar tudo o que essa pessoa fizer.

CONCLUSÃO

1. Aprendemos que a receita da felicidade pede que :
 - a. Jesus seja a nossa alegria
 - b. Que a nossa moderação possa ser vista por todos
 - c. Que troquemos a preocupação pela oração com ação de graças
 - d. Que usemos o filtro do bem
 - e. E pratiquemos o que o Senhor está nos ensinando
2. Hoje o Senhor o convida a usar a receita dele para a sua felicidade
3. Você quer ?
 1. .