



Igreja Evangélica Assembleia de Deus no Amazonas, IEADAM

Cuidando uns dos outros

Tema de 2025: **Sal da terra e luz do mundo**

www.ieadam.com.br <https://www.facebook.com/lideresdecelulasieadam>

WhatsApp (92) 99982-7926

4ª. Mensagem da CEC – outubro de 2025

Desenvolvendo hábitos espirituais para uma vida abundante (*Filipenses 4*)

A vida abundante exige prática diária e alinhamento constante da nossa mente com a verdade bíblica, mesmo quando ela conflita com a lógica do mundo.

1º Hábito diário: alegrar-se no Senhor (*Filipenses 4:4*)

1. **Alegria como ordem:** A alegria cristã não é uma emoção passiva baseada em circunstâncias favoráveis, mas uma ordem divina. Trata-se de antecipar-se aos problemas, agir proativamente e buscar soluções sem depender de estímulos externos. Assim como o salmista ordena à sua alma: *“Bendize, ó minha alma, ao Senhor”*, mesmo sem vontade ou sentimento.
2. Nossa felicidade não está nos **“se”** (se eu tiver, se eu for curado, se for próspero), mas no fato de estarmos no Senhor. A fonte da alegria é a pessoa de nosso Senhor e Salvador Jesus Cristo.
- **Meditação:** *Em quais áreas tenho baseado minha alegria nas circunstâncias e não no Senhor?*

2º Hábito: vencer a ansiedade com oração (*Filipenses 4:6*)

1. **Combate à preocupação:** A Bíblia nos instrui a não nos preocuparmos com nada. Enfrentamos o “nada” levando tudo a Deus em oração. *“Lançar sobre Ele toda a ansiedade”* é um ato de humildade, reconhecendo que nossas preocupações estão em mãos melhores.
2. **b) Ação de Graças:** Agradecemos não porque a circunstância mudou, mas porque Deus está no controle. O resultado desse hábito é a *“paz de Deus, que excede todo entendimento”*.
- **Meditação:** *Quais ansiedades preciso ativamente “lançar” sobre Deus agora, em oração?*

3º Hábito: ser intencional no pensamento (*Filipenses 4:8*)

1. **A estratégia:** A estratégia de ataque espiritual é ser intencional na maneira como pensamos.
2. **Foco no melhor:** Não basta evitar pensamentos ruins; devemos ativamente focar nossa mente naquilo que é puro, amável, justo e verdadeiro, aproximando-nos das verdades bíblicas e mantendo nossos pensamentos nas coisas do alto.
- **Meditação:** *Seus pensamentos definem sua vida. Onde sua mente tem habitado?*

4º Hábito: crer ativamente na provisão de Deus (*Filipenses 4:19*)

1. **Relacionamento Pessoal:** Paulo diz *“O meu Deus”*, indicando um relacionamento pessoal e um histórico de fidelidade. O suprimento de Deus está ligado à nossa necessidade, que, por sua vez, está atrelada ao tamanho da visão que Deus nos deu. Se a visão de Deus para sua vida aumenta, sua necessidade de provisão também aumenta.
2. **Fonte da Provisão:** A provisão não vem de acordo com a economia, o diagnóstico médico ou a circunstância, mas de acordo com as gloriosas riquezas de Deus em Cristo Jesus. Nossa fonte está no céu, não na terra.
- **Meditação:** *Em quais áreas da minha vida preciso confiar mais na provisão de Deus?*

REFLEXÃO FINAL: Estes quatro hábitos transformam nossa perspectiva e nos capacitam a viver a vida abundante que Cristo prometeu. A prática consistente deles nos alinha com o coração de Deus e Sua vontade para nossas vidas.