



7

**CAMINHOS PARA UMA ESPIRITUALIDADE
EMOCIONALMENTE SAUDÁVEL
(PARTE 2)**

Pedro Jorge, Pr.
07 de novembro de 2018



INTRODUÇÃO

Tornar-se seu verdadeiro ego

1. Nossos sentimentos
2. Experimentamos os sentimentos
3. As tentações do falso ego

DESENVOLVER O VERDADEIRO EGO



1- PRESTE ATENÇÃO AO SEU INTERIOR EM SILÊNCIO E SOLITUDE

As distrações que nos impedem de ouvir
nossos sentimentos.

Fugir de ruídos e sons. Estar só.



2- ENCONTRE COMPANHEIROS CONFIÁVEIS

Igreja: comunidade de fiéis.

Simplicidade e prudência.

3. SAIA DE SUA ZONA DE CONFORTO

Acomodação x Mudança

“O sofrimento de levar uma vida que não era a de Deus para mim finalmente foi maior do que o sofrimento da mudança”.

Scazzero

4. ORE POR CORAGEM

As mudanças e possíveis
consequências: críticas, rejeição e
ameaças.

Conclusão

“Concede, Senhor, que eu possa conhecer a mim mesmo para que possa conhecer a ti”.

Agostinho



COLOCAR EM PRÁTICA

1 - CONFIDENCIALIDADE

2 - FALE DE SI

3 - RESPEITE O OUTRO

3.1 SEJA BREVE NO FALAR

3.2 ESTEJA ATENTO NA ESCUTA

4 - FAÇA PERGUNTAS A VOCÊ

5 - NINGUÉM DEVE SE SENTIR

PRESSIONADO PARA FALAR



Amo o senhor, porque ele ouve a minha voz e
as minhas orações.

Salmo 116.1

 [fb.com/ibmeier](https://www.facebook.com/ibmeier)

 [@ibmeier](https://www.instagram.com/ibmeier)

 [/ibmeier](https://www.youtube.com/ibmeier)