

## O Processo do Pensamento e o Desenvolvimento de Caráter

“Porque, embora andando na carne, não militamos segundo a carne. Porque as armas da nossa milícia não são carnis, e sim poderosas em Deus, para destruir fortalezas, anulando nós sofismas e toda altivez que se levante contra o conhecimento de Deus, e levando cativo todo pensamento à obediência de Cristo.” (2 Coríntios 10:3-5)

### 1) Identifique o PENSAMENTO:

Se você sabe qual é o pensamento, pergunte a YAH se ele concorda com a Palavra (o pensamento é VERDADEIRO, FALSO ou NÃO SEI?). Se o pensamento estiver de acordo com as Escrituras, “a verdade o libertará”. Se o pensamento não está de acordo com a Palavra da Verdade, deve ser uma forma falsa de pensar. Substitua este pensamento falso pela verdade da Palavra. Se você não puder fazer uma comparação válida com as Escrituras, o pensamento seria colocado no arquivo “não sei” para processamento posterior quando mais informações estiverem disponíveis. Sempre trate os pensamentos “não sei” como falsos até que o processo seja concluído.

### 2) Identifique o SENTIMENTO:

Se você não consegue identificar o seu pensamento, você precisará entrar em contato com a sensação em seu corpo e rastrear esse sentimento até o seu pensamento original. Isso exigirá muito esforço e possivelmente muito tempo de sua parte, mas vale a pena. Talvez você tenha que desarraigar vários pensamentos antes de chegar ao “pensamento central” ou crença. Processe todos os pensamentos conforme observado na etapa 1 acima. Uma regra prática: se você sentir uma reação negativa em seu corpo, pode saber que tem um pensamento negativo por trás dele. Lembre-se de que a maioria dos pensamentos negativos são falsos.

### 3) Outras fontes para investigar:

Você pode precisar empregar outras fontes além da Palavra para processar seus pensamentos. Por exemplo: Você tem o pensamento: “Meu marido está me traindo”. Você pode investigar as evidências reais. Você pode perguntar ao seu marido, etc. O princípio fundamental à ser lembrado é encontrar a verdade para ser libertado!

#### 4) Identifique a AÇÃO / REAÇÃO:

Se você perceber que está agindo de uma forma inadequada para Cristo, então você deve procurar a “crença central” ou “pensamento original” que causou essa ação. Você pode precisar rastrear a sentimento que experimentou durante e antes da ação inadequada. Encontre o pensamento falso e corrija-o. Às vezes, experimentamos uma reação a algum estímulo. Pode ser uma resposta a algo dito ou feito por outra pessoa. Em qualquer caso, você será capaz de sentir a reação no nível das sensações dentro de seu corpo. Quando você perceber uma reação negativa a alguma palavra (s) ou ação (ões) de outra pessoa, busque esse “pensamento original” para garantir que sua reação ou resposta esteja em harmonia com a mente de Cristo. Se o seu pensamento não estiver em harmonia, processe-o como falso e substitua-o pela verdade.

#### 5) Identifique o (s) HÁBITO (S):

Com o dom da vida de Cristo dentro de nós, recebemos a vitória sobre todo hábito cultivado e herdado que não está em harmonia com a mente de Cristo. Depois de reconhecer que o hábito não é apropriado, busque a falsa crença ou pensamento falso que perpetua o mau hábito. Você pode ter que trabalhar duro, observando em oração, momento a momento, até detectar o sentimento em seu corpo, o que lhe dá um rastreador de volta ao pensamento original. À medida que você começa a se conhecer, e com experiência no processo dos pensamentos, você melhora a capacidade de descobrir pensamentos e sentimentos que precisam ser erradicados e substituídos pela verdade. Tudo é possível!

O CARÁTER é feito de PENSAMENTOS e SENTIMENTOS combinados. Caráter é o que nós somos.

Na sequência deste estudo, o artigo “Sete armadilhas de Satanás” é de grande valor na identificação de exemplos de pensamentos falsos.