

COMO UM ESPORTISTA, NA FÉ DE CRISTO JESUS!

Você já se beliscou hoje? É, se você já percebeu hoje através de um beliscão ou qualquer dor, seu cérebro sinaliza que o seu corpo está aí, vivo.

Você já descobriu que para submeter seu corpo a qualquer exercício ou mesmo algum movimento, é o seu cérebro que comanda os movimentos. Se o seu cérebro não estiver realmente convencido da importância de exercícios não conseguirá manter os movimentos e disciplinas do seu corpo. Por que você pensa que apesar de tudo que sabe não consegue colocar o seu corpo nas condições que considera ideal?



A cabeça pode até ordenar, mas se o corpo não tiver treino, com aquecimento dos músculos, devida oxigenação, e exercícios disciplinados as distensões musculares e até mesmo o pulmão e coração, para não falar do resto, não acompanharão. Sua saúde é prejudicada por exercícios saudáveis sem treino.

Seu corpo precisa de preparo gradual e disciplinado para executar o que o seu cérebro ordena.¹ O seu cérebro é comandado pelo seu modo de pensar, como os computadores que além dos elementos físicos e energia elétrica, precisam de programas, chamados software para que funcionem e sirva para alguma tarefa. Aliás softwares atualizados para tarefas atuais.

A espiritualidade resultante da comunhão com Deus pela fé de Cristo Jesus inclui não somente o espírito ou a alma, mas também o físico.² **A espiritualidade cristã menciona constantemente o preparo e disciplina para o corpo, do contrário tudo se transforma em meras ações religiosas.** Também alerta para a dificuldade de se manter as sensações agradáveis dentro de limites. Sem isso o prazer se torna o ditador da existência humana. Quando isso acontece o cérebro se torna escravo das paixões e a espiritualidade se perde.

- Essa mensagem responde à pergunta: **Identifique o que você tem em comum com um esportista e em que são diferentes.**
- Aplicação para sua vida: **Se um atleta em tudo se domina para ganhar notoriedade quanto mais um discípulo de Cristo Jesus usa seu corpo como um canal divino para esta vida!**

¹ “Rogo-vos, pois, irmãos, pela compaixão de Deus, que apresenteis os vossos corpos em sacrifício vivo, santo e agradável a Deus, que é o vosso culto racional. E não sede conformados com este mundo, mas sede transformados pela renovação do vosso entendimento, para que experimenteis qual seja a boa, agradável, e perfeita vontade de Deus.” **Romanos 12:1-2**

² 26Portanto, não corro como quem corre sem alvo, e não luto como quem apenas soca o ar. 27Mas esmurro o meu próprio corpo e faço dele meu escravo, para que, depois de haver pregado aos outros, eu mesmo não venha a ser reprovado. **1 Coríntios 9:26-27**