Você Sabe Dizer Não?   
By Emmanuelle Heim   
  
“Levantaram-se, pois, os príncipes de Moabe, vieram a Balaque e disseram: Balaão recusou vir conosco.”   
(Números 22:14)   
  
Esta passagem retrata que Balaque havia pedido a Balaão que amaldiçoasse o povo de Israel, porém Deus disse a Balaão que o povo era bendito e por isso ele NÃO iria amaldiçoá-los.   
Percebe-se que existem muitas pessoas com dificuldade em dizer o NÃO, consequentemente vivem cansadas e sobrecarregadas. Isso acontece porque elas precisam de atenção e do SIM e não porque são boazinhas. Geralmente possuem problemas em relação a sua estima. A maioria delas, na verdade, possuem uma autoestima baixa e precisam servir o tempo inteiro para se sentirem valorizadas. Isso funciona?   
  
Se não colocarmos os limites necessários em diversas áreas de nossas vidas, ninguém o fará por nós. Quantas pessoas, diariamente, encontram-se enfermas porque vivem para agradar a todos, sempre estão disponíveis, são as super prestativas, e ao final de tudo isso, estão irritadas, esgotadas e doentes. Vale a pena?   
  
Saiba que o seu corpo dá sinais! Queremos fazer muitas coisas em pouco espaço de tempo! Tentamos agradar o outro, mas entenda que, por mais que você queira fazer isso, nem sempre irá conseguir!   
  
Jesus foi santo e perfeito, viveu nesse mundo, sofreu, obedeceu ao Pai, morreu para nos salvar. Ele agradou a todos?   
  
Precisamos refletir sobre as nossas atitudes. Não digo aqui para você ser um irresponsável e deixar tudo para depois. Os extremos são perigosos. Refiro-me a você saber respeitar os seus limites e entender que você NÃO precisa dizer SIM para todos a fim de poder ser aceito, entendem?   
  
Eu mesma tenho dificuldade em dizer Não e por isso vivo muito cansada. Estou tentando mudar, não é fácil, é um grande desafio, mas é possível. Nós não podemos fazer dez coisas ao mesmo tempo. Eu digo sim porque não gosto de desagradar, principalmente no trabalho, outros dizem porque precisam se sentir aceitos, alguns porque buscam o lugar do outro e por aí vai...   
Façamos tudo com o intuito de ajudarmos uns aos outros, mas respeitando os nossos limites!!!   
Devemos fazer o nosso melhor em qualquer lugar, mas não precisamos realizar algo só para agradar ou com algum interesse. A Palavra nos ensina que é melhor dar do que receber, que possamos dar o nosso melhor sempre, mas sem esperarmos nada em troca. Não devemos andar ansiosos por coisa alguma, tudo acontecerá no tempo certo, saiba que dizer Não é terapêutico, diga da forma certa , na hora certa e no momento certo e siga em frente!!!   
  
 "Tudo tem o seu tempo determinado, e há tempo para todo o propósito debaixo do céu." ( Eclesiastes 3:1)   
  
Oração:   
Pai querido, digo sim para todos e acabo doente. Ensina-me a fazer tudo de acordo com o meu limite. Preciso agradar a ti e não às pessoas. Tira-me o complexo de inferioridade que não me deixa agir da forma correta. Ajuda-me, em nome de Jesus, amém!   
  
Pontos para reflexão/discussão em pequenos grupos/conexões:   
  
1. Percebo que não consigo dizer o NÃO para as pessoas e vivo esgotada?   
2. Preciso dizer SIM sempre para que as pessoas gostem de mim?   
3. Tenho um complexo de inferioridade e não posso desagradar quem está ao meu redor?   
  
“Agrada-te do SENHOR, e ele satisfará os desejos do teu coração.”(Salmos 37.4)   
Que possamos entregar a nossa vida nas mãos Dele e tudo o mais nos será acrescentado, nEle você pode confiar.   
  
Um grande abraço!   
  
Emmanuelle Heim   
Rede de Mulheres - SM   
Cidade Viva