

## SÉRIE: “DIGA SIM...”

### 9. DIGA SIM AO DOMÍNIO PRÓPRIO

*“Mas o fruto do Espírito é amor, alegria, paz, paciência, amabilidade, bondade, fidelidade, mansidão e domínio próprio. Contra essas coisas não há lei” (Gálatas 5:22-23).*

A última virtude da lista do fruto do Espírito aqui é o domínio próprio. Não é difícil entendermos o significado: é autocontrole, dominar-se a si mesmo, o governo dos próprios desejos, a habilidade de evitar excessos e viver dentro de limites saudáveis. Uma pessoa dominada pelo Espírito Santo consegue se autogovernar.

A palavra grega traduzida como “domínio próprio” é *egkrateia*. Vem da palavra *kratos* (fortaleza), e significa “alguém que se sustenta a si mesmo”. A Bíblia diz: *“Como a cidade com seus muros derrubados, assim é quem não sabe dominar-se”* (Provérbios 25:28). Nos tempos antigos as cidades eram muradas; sem muros ela ficava vulnerável aos ataques do inimigo. Por isso, uma pessoa que não tem domínio próprio fica sem os muros de defesa contra os desejos pecaminosos que fazem guerra contra a alma. Domínio próprio, portanto, é proteção contra o pecado, cujo salário é a morte.

A falta de domínio próprio pode causar verdadeiras tragédias em nossas vidas. Nosso maior inimigo somos nós mesmos, nossa vontade própria. Tiago diz: *“Cada um, porém, é tentado pelo próprio mau desejo, sendo por este arrastado e seduzido. Então esse desejo, tendo concebido, dá à luz o pecado, e o pecado, após ter se consumado, gera a morte”* (Tiago 1:14-15).

Jesus disse: *“... Digo-lhes a verdade: Todo aquele que vive pecando é escravo do pecado”* (João 8:34). Pedro também diz que o homem é escravo daquilo que o domina (II Pedro 2:19). Davi, por exemplo, foi vencedor em todas as batalhas (II Samuel 8:6), mas não venceu a si mesmo, seus impulsos sexuais. Ele se arrependeu e Deus o perdoou, mas as consequências foram devastadoras. Existem três áreas da nossa vida que precisam ser dominadas: corpo, pensamentos e emoções.

**Corpo.** O prazer físico foi dado por Deus, e não é errado (Gênesis 2:9); o erro está em se deixar dominar pelos prazeres. Comer e beber, por exemplo, é um prazer, no entanto este precisa ser governado. A glotonaria é prejudicial ao corpo, bem como os vícios de todo tipo. Muitos cristãos acham que comer demais não é problema, enquanto condenam os beberrões! A Bíblia diz que até comer e beber deve ser para a glória de Deus (I Coríntios 10:31). Menos remédios seriam consumidos se as pessoas comessem menos e mais saudavelmente, como também praticassem alguma atividade física. Nosso corpo é templo do Espírito (I Coríntios 6:19). Cuidar dele é ser um bom mordomo.

Na área sexual o descontrole é, talvez, o que traz mais desgraça e maldição. Quantos hoje sofrem amargamente por terem se entregado aos desejos desenfreados do corpo! Domínio próprio é viver dentro dos limites estabelecidos por Deus por meio do casamento (homem e mulher), cada um sendo fiel ao seu cônjuge - *“Mas, por causa da imoralidade, cada um deve ter sua esposa, e cada mulher o seu próprio marido”*. (I Coríntios 7:2). Quem é dominado pela paixão de desejos desenfreados prejudica o seu próximo, porque está se aproveitando dele (I Tessalonicenses 4:4-6).

Tiago também disse que a língua é o membro mais difícil de dominar - *“... A língua é um fogo; é um mundo de iniquidade. Colocada entre os membros do nosso corpo, contamina a pessoa por inteiro, incendeia todo o curso de sua vida, sendo ela mesma incendiada pelo inferno... Toda espécie de animais... tem sido domada pela espécie humana; a língua, porém, ninguém consegue domar...”* (Tiago 3:6-7).

**Pensamentos.** Esta é a área que mais facilmente pecamos porque ninguém pode acessá-los; ou seja, é o pecado mais oculto que alguém possa cometer. Paulo nos instrui a levar cativo (dominar os pensamentos) à obediência (II Coríntios 10:5). Nossa mente é o maior campo de batalha. Todo pecado começa no pensamento. Ele é processual, maquinado, arquitetado passo a passo; raramente caímos subitamente. É possível, sim, dominá-los (Filipenses 4:8).

O que lemos e vemos tem forte influência sobre o que pensamos. Devemos guardar o coração (Provérbios 4:23). Aqui a palavra hebraica para “coração” refere-se a toda consciência (entendimento, emoções, vontades e pensamentos). Quem não guarda seus pensamentos pode sofrer consequências desastrosas.

**Emoções.** As emoções estão ligadas a sentimentos, como fúria e raiva, ressentimentos e amargura. Nosso temperamento tem forte influência sobre nossas emoções, mas o Espírito Santo tem o poder dominá-lo. Quem não governa as suas emoções, traz prejuízo a si próprio (doenças emocionais) e às pessoas ao seu redor (quebra de relacionamentos). A Bíblia diz: *“Melhor é o homem paciente do que o guerreiro, mais vale controlar o seu espírito do que conquistar uma cidade”* (Provérbios 16:32).

Pessoas que não dominam suas emoções são ansiosas e acabam buscando compensações nos vícios (jogos, redes sociais, drogas e bebidas...), entretenimento, consumismo (descontrole financeiro), etc.

Construa a muralha do domínio próprio em sua vida, a fim de proteger-se dessas invasões em sua alma. Permita que o Espírito Santo domine seu corpo, mente e emoções. Diga sim ao domínio próprio e plante a boa semente. A seu tempo você colherá!