

O QUE É "IMAGEM CORPORAL SAUDÁVEL"?



Se você alguma vez pensou coisas assim, não é o único. Pessoas de todas as idades se questionam sobre o seu físico e forma.



A FORMA COMO VOCÊ SE VÊ A SI MESMO SE CHAMA "IMAGEM CORPORAL".



FAZ PARTE DA NATUREZA HUMANA SE PREOCUPAR COM A APARÊNCIA FÍSICA DE PRATICAMENTE TUDO.



AO PASSO QUE A NATUREZA DE DEUS É FOCAR NO SEU VERDADEIRO EU – SEU ESPÍRITO, CORAÇÃO E PENSAMENTOS.



Se quiser ler a história de como Deus guiou Samuel a um dos filhos de Jessé, para que fosse ungido como rei de Israel, leia 1 Samuel 16:1-13.

O QUE SIGNIFICA TER UMA IMAGEM CORPORAL SAUDÁVEL?



Mas às vezes talvez se pergunte por que é desse jeito.



Acha que, se pudesse criar a si mesmo, talvez teria se dado traços diferentes, mais força, cabelo de outra cor, olhos diferentes, mais talento natural, e por aí adiante.



Mas se Deus não quisesse que você fosse do jeito que é, Ele podia ter escolhido uma raça diferente, traços diferentes, e um conjunto de circunstâncias diferente.



A FORMA COMO VOCÊ É FAZ PARTE DO PLANO DE DEUS.

A FORMA COMO ELE TE CONCEBEU É PERFEITA!

Ter uma imagem corporal positiva se resume a ter a perspectiva de Deus em relação à forma como Ele o fez.

Nenhum tipo de pessoas é mais "perfeito" do que o outro.

Ele criou você, e tudo que Ele faz é lindo porque foi amorosamente e de forma perfeita moldado pela Sua mão.

Desde que você tenha feito tudo ao seu alcance para cuidar do corpo que Ele lhe deu, pode pedir a Deus por contentamento para estar satisfeito por ser da forma que Ele quer que você seja.



Jesus, por favor, me mostre como o Senhor me vê. ...

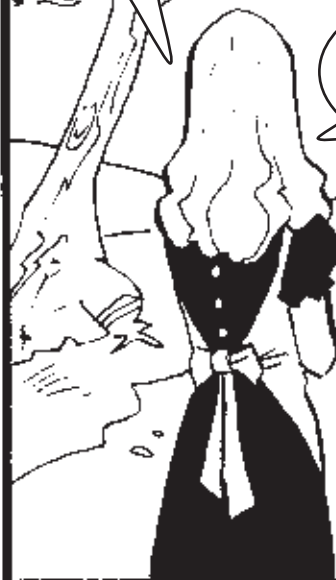


E, no final das contas, ter uma imagem corporal positiva é isso: se ver como criação de Deus!

PARA REFLETIR:

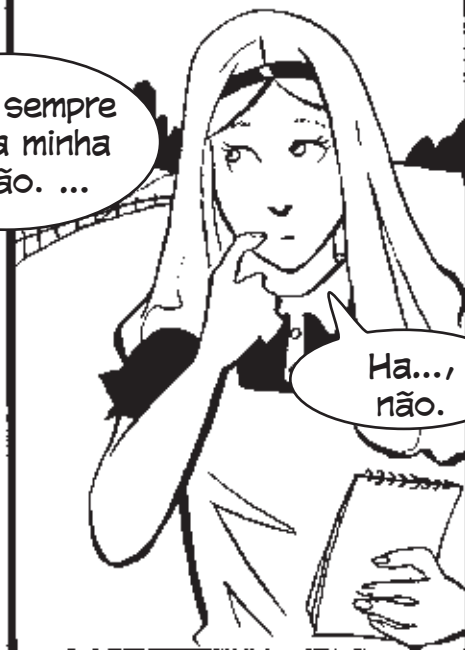
□ Pense nas qualidades que você aprecia nos seus amigos.

A Olivia é sempre tão alegre e encorajadora. ...



Breno sempre pede a minha opinião. ...

Essas qualidades são baseadas em características físicas—na sua aparência?



Ha.../ não.

Ou será que são baseadas em quem eles são—no seu caráter, amizade e interesse por você?



Pensando bem ... claro.

□ Faça uma lista de "pessoas grandiosas" ou heróis da história a quem você admira, com base não em características físicas, mas sim na sua vida de fé e contribuição para a humanidade.