

“O AUTOEXAME BÍBLICO E SUA IMPORTÂNCIA”

Comunidade Hebrom – Rua José Peres Campelo, 25A – Piqueri – SP – SP - 02913-090 – Fone: 11 3977-9928

Walter de Lima Filho – Domingo: 21/09/2025 – www.comunidadehebrom.com.br

“O AUTOEXAME BÍBLICO E SUA IMPORTÂNCIA”

Romanos 12:3

📖 Por causa da bondade de Deus para comigo, me chamando para ser apóstolo, eu digo a todos vocês que **NÃO SE ACHEM MELHORES DO QUE REALMENTE SÃO**. Pelo contrário, **PENSEM COM HUMILDADE A RESPEITO DE VOCÊS MESMOS**, e cada um julgue a si mesmo conforme a fé (*refere-se a Cristo, à nossa confiança e fidelidade a Ele, o estilo de vida que se assemelha ao Dele*) que Deus lhe deu. (Rm.12:3 NTLH)

O nosso texto-base é um “**divisor de águas**” entre o “**amor a Deus**” e o “**amor ao próximo**”. Dependendo de como o processamos, viveremos de modo egoísta e independente, ou amaremos a Deus, confiando Nele e servindo a Ele, para que, segundo o Seu propósito de nos ter recriado em Cristo, sejamos divinamente úteis neste mundo.

Deus nos chama a sermos humildes, a não avaliarmos a nós mesmos em comparação com outras pessoas, mas, vivermos segundo a fé que Deus nos deu e usarmos as capacitações (*dons*) que Dele recebemos, para ajudarmos (*instruir, fortalecer, animar*) pessoas, e não para nos sentirmos orgulhosos (*melhores que os demais*).

Refleta: Qual é a principal razão pela qual não devemos nos achar melhores do que realmente somos? O texto descreve a humildade como uma forma de viver segundo a fé que Deus nos deu. Pensando nisso, como a sua forma de se ver pode influenciar a maneira como você se relaciona e ajuda as outras pessoas? Com base em tudo o que você leu, qual é a principal conclusão sobre o propósito dos dons que Deus nos dá, e por que a humildade é tão importante para que eles cumpram o seu verdadeiro objetivo?

Deus nos oferece Sua amizade para que possamos refletir sobre Sua bondade, que se manifesta na graça, na misericórdia e na influência sobre nossa alma. O propósito dessa oferta divina é nos levar a praticar o bem: amar a Ele e ao próximo.

Com essa compreensão, somos fortalecidos interiormente e crescemos na fé, conhecendo melhor Seu amor por nós e pela humanidade. Assim, como conhecedores de Deus e transformados por Ele, praticamos as virtudes cristãs para com as pessoas que fazem parte da nossa vida e também àquelas que, inesperadamente, o Eterno traz até nós.

Paulo, no contexto do nosso texto-base, ensina que devemos nos **entregar por completo a Deus** (cf. Rm.12:1), que **renovemos o nosso modo de pensar**, pois, pensando como Ele, não seguiremos os costumes e as ideias deste mundo. Desse modo, **conhecemos a vontade de Deus** e, pela nossa própria experiência, **descobrimos** quão **úteis** são os Seus caminhos (cf. Rm.12:2) e Ele nos deixara plenamente satisfeitos, tanto no aspecto temporário como eterno (cf. Mt.5:6).

Os dois versículos que antecedem o nosso texto-base (*Ler: Rm.12:1,2*), **revelam o sentido espiritual da pessoa que nos tornamos**. Ao nos oferecermos completamente a Deus, nos unimos a Ele e Dele, recebemos a missão de sermos representantes da Sua vida e graça sobre a Terra. **A finalidade dessa missão** é que propaguemos e administremos a causa de Cristo (cp. 2 Co.5:20), **caso estejamos vivendo, nos movimentando e existindo Nele e para Ele**. (cf. At.17:28)

Refleta: Qual é o principal propósito de Deus nos oferecer Sua amizade? O texto diz que somos fortalecidos interiormente e crescemos na fé. Na sua opinião, como essa transformação interior nos ajuda a praticar o bem no dia a dia? Então, qual a principal diferença entre apenas acreditar em Deus e se tornar um “representante de Sua vida e graça” na Terra?

Aquele que acolhe o Reino de Deus é como uma planta em solo adequado: cresce, oferece sua sombra, frutos e sementes. Suas folhas, ao caírem, nutrem o solo e a vida ao redor. Em Deus, essa pessoa permanece fiel aos seus propósitos, promovendo refrigério e compartilhando a promessa eterna que carrega. Assim, inspira a esperança de que a vida divina brote em outras pessoas, mantendo viva tanto a eficácia temporal como a herança futura da Vida Eterna. Ele não vive apenas para si, mas para fazer o que é bom, tanto para si como aos outros, resistindo ao orgulho próprio, o egoísmo e aos maus interesses ou paixões de sua alma. Ele é divinamente generoso.

1. A humildade, a prudência e a submissão a Cristo, fazem com que sejamos abençoados e úteis neste mundo

Paulo, ao propor que **examinemos a nós mesmos** com humildade e sobriedade, tem a finalidade de nos ensinar que ao nos mantermos conectados com Cristo, de modo humilde e submisso a Ele, abençoados seremos e, segundo o contexto posterior (*cf. Rm.12:4-8*), com as capacidades que Dele recebemos, protegeremos e abençoaremos aos que estão perto de nós.

Aos que, por meio de Cristo, escolhem andar no caminho de Deus, Paulo aconselha a fazerem constantemente um **autoexame bíblico** - uma **autocrítica santa, pura e útil, sob as orientações da Palavra de Deus**. A finalidade é a de conhecerem e permanecerem na Sua vontade, a fim de executarem o que é útil, aos Seus planos eternos, trazendo benefícios sólidos e eternos à humanidade (*vd. Ef.2:10*).

Contrariando esse santo chamado, além de desprezamos a missão divina que recebemos, desprezamos o Próprio Deus. Mediante esse desprezo, seguiremos por um caminho de orgulho, egoísmo e interesses pessoais, independente de continuarmos “acreditando” Nele.

Refleta: Qual é a finalidade do “autoexame bíblico” que Paulo aconselha? O texto diz que a humildade e a submissão a Cristo nos tornam “úteis neste mundo”. Como você acha que a humildade, na prática, nos ajuda a ser mais úteis para outras pessoas? Portanto, qual é a sua conclusão sobre a diferença entre a utilidade que vem de Deus e a busca por interesses pessoais, mesmo quando se continua a “acreditar” Nele?

2. Exemplos: Judas e Pedro

Judas Iscariotes, após ter traído o Mestre, foi consumido por intenso remorso e se autodestruíu. **Pedro** negou conhecer Jesus, experimentou uma profunda tristeza, chorou amargamente, mas, se reencontrando com Jesus no mar da Galileia, se arrependeu e foi restaurado (*cf. Jo.21:15-19*).

📖 4 (*Judas Iscariotes*) dizendo: —EU PEQUEI, entregando à morte um homem inocente. Eles (*os líderes religiosos*) responderam: —O que é que nós temos com isso? **O problema é seu.** 5 **Então** Judas jogou o dinheiro para dentro do Templo e saiu. **DEPOIS FOI E SE ENFORCOU.** (Mt.27:4,5 NTLH)

📖 73 Pouco depois, os que estavam ali **chegaram perto de Pedro** e disseram: —**O seu modo de falar mostra que, de fato, você também é um deles.** 74 **Então** Pedro disse: —**Juro que não conheço ESSE HOMEM! QUE DEUS ME CASTIGUE SE NÃO ESTOU DIZENDO A VERDADE!** Naquele instante **o galo cantou**, 75 e **Pedro lembrou** que Jesus lhe tinha dito: “Antes que o galo cante, você dirá três vezes que não me conhece.” Então **PEDRO SAIU DALI E CHOROU AMARGAMENTE.** (Mt.26:73-75 NTLH)

📖 31 Jesus continuou: —Simão, Simão, **escute bem! Satanás já conseguiu licença para pôr vocês à prova.** Ele vai peneirar vocês como o lavrador peneira o trigo a fim de separá-lo da palha. 32 **Mas** eu **tenho orado** por você, Simão, para que **não lhe falte fé.** E, quando você voltar para mim, **anime** os seus irmãos (*vd. Jo.21:15-17*). 33 **Então** Pedro disse a Jesus: —**ESTOU PRONTO PARA SER PRESO E MORRER COM O SENHOR!** (Lc.22:31-33 NTLH)

Tanto Pedro (*abertamente*) como Judas (*subjetivamente*) foram alertados por Jesus sobre como agiriam no futuro (*cf. Mt.26:21; Jo.13:26,27; 26:34*). As seguintes palavras do apóstolo Paulo definem a tristeza, a autocrítica e o destino de ambos.

📖 10 Pois **a tristeza** que é usada por Deus **produz o arrependimento que leva à salvação**; e nisso não há motivo para alguém ficar triste. **Mas as tristezas** deste mundo **produzem a morte.** (*tanto presente como eterna*) (2 Co.7:10 NTLH)

Judas serve de exemplo àqueles que, por suas próprias escolhas, se afastam de Deus, assim como se dará com o “Anticristo” (*cf. Mt.24:4-6; Ef.5:6; 2 Ts.2:3, 7-10*). **Para Judas, a salvação eterna se tornou impossível, pois a sua autocrítica o levou ao remorso e não ao verdadeiro arrependimento.** Ele não buscou o perdão de Cristo, preferindo a própria condenação.

“O AUTOEXAME BÍBLICO E SUA IMPORTÂNCIA”

Comunidade Hebrom – Rua José Peres Campelo, 25A – Piqueri – SP – SP - 02913-090 – Fone: 11 3977-9928

Walter de Lima Filho – Domingo: 21/09/2025 – www.comunidadehebrom.com.br

Portanto, todos os que, tristemente, agem como ele, permitindo que a culpa os leve ao desespero, em vez do arrependimento genuíno, receberão o mesmo destino: a morte temporal (*afastamento da vida de Deus*) e eterna (*a separação eterna da presença de Deus*) (cf. Hb. 9:27).

Refleta: Qual é a principal diferença entre a tristeza que é usada por Deus e a tristeza que vem deste mundo? O texto mostra que tanto Pedro quanto Judas sentiram tristeza por seus erros. Pensando nas suas próprias falhas, como você pode identificar se a tristeza que sente está te levando para o arrependimento ou para o desespero? Com base nos exemplos de Pedro e Judas, e na definição de Paulo, qual a sua conclusão sobre a importância de buscar o perdão de Cristo para evitar a condenação?

3. A autocrítica “afastada de Deus” e alguns de seus malefícios:

Ações de autossabotagem:

- **Procrastinação:** adiar tarefas importantes.
- **Perfeccionismo:** exigir um padrão de qualidade irrealista, que leva à inação e ao medo de errar.
- **Isolamento social:** rejeitar o convívio com os outros.
- **Pensamento negativo:** focar em tudo o que pode dar errado.
- **Comparação constante:** comparar-se com outras pessoas.

Refleta: O texto lista algumas ações de autossabotagem que vêm da autocrítica “afastada de Deus”. Quais são elas? O texto descreve a autocrítica que leva a comportamentos negativos, como a procrastinação e a comparação. Como você percebe que a sua própria autocrítica se manifesta em alguma dessas atitudes? Com base nos malefícios listados no texto, qual a sua conclusão sobre o que diferencia uma autocrítica saudável (não afastada de Deus) daquela que nos prejudica?

Ações de autopunição:

- **Comportamentos compulsivos:** excesso de comida, bebida, jogos, compras, uso de drogas.
- **Autocrítica excessiva:** julgar-se de forma dura e implacável.
- **Negligência da saúde:** ignorar as necessidades básicas do corpo.
- **Pensamentos destrutivos:** pensamentos sobre si mesmo que levam a sentimentos de desvalor e desesperança.

Refleta: Quais são alguns dos comportamentos compulsivos que podem ser considerados ações de autopunição? O texto fala sobre a autopunição por meio de comportamentos e pensamentos destrutivos. Como você percebe que a autocobrança excessiva, por exemplo, pode estar ligada a atitudes que nos prejudicam? Com base no texto, como os pensamentos destrutivos se relacionam aos sentimentos de desvalor? Qual a sua conclusão sobre a relação entre o que pensamos sobre nós mesmos e as ações de autopunição que praticamos?

Ações de autodestruição:

- **Comportamentos autodestrutivos:** automutilação, tirar a própria vida.
- **Exposição ao perigo:** se colocar em situações de risco.
- **Pensamentos suicidas:** deprimir-se e desejar a própria morte.

Refleta: Quais são os dois exemplos de comportamentos considerados diretamente autodestrutivos? O texto descreve pensamentos suicidas como parte do ciclo da autodestruição. Na sua opinião, como a dor emocional ou o desespero podem influenciar alguém a ter esse tipo de pensamento? Com base nos itens apresentados, que lista a exposição ao perigo e os pensamentos de autodestruição, qual a sua conclusão sobre a relação entre se colocar em situações de risco e o desejo de morrer?

Na atualidade, o termo “autocrítica” é usado para definir nossa alta ou baixa estima. Muitas vezes, a vida nos conduz a desafios que nos fazem sentir pequenos, incapazes de enfrentá-los e, até mesmo, os que ainda estão por vir. Nos momentos de pressão, a fragilidade emocional, o egoísmo e os interesses pessoais pesam e é fácil se sentir perdido.

“O AUTOEXAME BÍBLICO E SUA IMPORTÂNCIA”

Comunidade Hebrom – Rua José Peres Campelo, 25A – Piqueri – SP – SP - 02913-090 – Fone: 11 3977-9928

Walter de Lima Filho – Domingo: 21/09/2025 – www.comunidadehebrom.com.br

Todavia, nossa história de vida e nossos sentimentos não devem nos definir, pois cremos no Deus Único, o Todo-Poderoso, que nos é capaz de transformar e recriar para propósitos elevados. Neste momento da vida humana, o Eterno não está recriando um novo Universo, uma nova Terra, novos animais ou plantas. Em vez disso, Ele chama os seres humanos, por meio de Cristo e de Seu Evangelho, a fim de recriá-los à semelhança de Seu Filho Jesus, para que vivam sob Sua realidade, Sua Palavra e em busca de objetivos elevados e eternos.

Deus, ao nos recriar em Cristo (vd. 2 Co.5:17), nos oferece a Sua Graça e a oportunidade de aceitá-la (cf. Hb.3:15). Ao aceitarmos a Sua Graça, Ele concede que desfrutemos de Sua presença (vd. Sl.16:11; Am.5:4), poder (vd. 1 Cr.29:11) e misericórdia (vd. Sl.100:5; Lm.3:22,23), pois é Dele que recebemos toda força necessária, a fim de superarmos nosso passado e nossas fragilidades emocionais no tempo presente. Ele deseja que obtenhamos uma fé firme e a exata compreensão da importante e esplendorosa tarefa de cooperarmos com Ele (vd. 2 Co.1:3,4; Ef.2:10; Tt.2:14).

Refleta: Na atualidade, o que Deus está fazendo, por meio de Cristo e de Seu Evangelho, em vez de recriar um novo Universo ou uma nova Terra? O texto menciona que, nos momentos de pressão, é fácil se sentir perdido e pequeno. Como a ideia de ser recriado por Deus pode ajudar a enfrentar essa fragilidade no seu dia a dia? Conforme o texto, que conecta a graça e o poder de Deus com a nossa capacidade de superar o passado, qual a sua conclusão sobre a importante tarefa de “cooperar com Ele”?

Concluindo:

A autocrítica de Judas, que se manifestou como um espírito de condenação, não o conduziu a um arrependimento genuíno e à busca por restauração (*mudança de pensamento e ações, conforme a Palavra de Deus*). Em vez disso, o tornou amargo, paranoico e destrutivo, prejudicando eternamente a si mesmo.

Pedro, ao contrário de Judas, se arrependeu genuinamente e cooperou com Deus para a sua restauração espiritual e moral (vd. Jo.21:15-17). Enquanto Judas foi excessivamente negativo em sua autocrítica, Pedro se manifestou humilde (*submisso*) sob a poderosa mão de Deus (cf. 1 Pe.5:6).

O discipulado (*ser seguidor e aluno de Cristo*) é uma prática de vida, e a autocrítica, ou, como prefiro chamar, o **autoexame bíblico**, é uma ferramenta essencial para o crescimento do cristão.

A importância do autoexame bíblico reside precisamente nisso: nossa percepção de nós mesmos é falível e frequentemente tendenciosa, conforme as palavras do profeta Jeremias (cf. Jr.17:9). A nossa percepção, à “Luz” da Palavra de Deus (*Cristo e Seus ensinamentos*), contra a escuridão de nossa alma (vd. 1 Co.11:31), nos dará capacidade para resistirmos nossas subjetividades, as quais, se manifestam em justificativas, orgulho, egoísmo e o sentimento de culpa insuperável (*o caso de Judas*).

A Palavra de Deus serve como um espelho perfeito, de acordo com o que nos ensina Tiago (cf. Tg.1:23-24). As palavras de Tiago devem nos motivar a olharmos para o nosso interior, para a alma, a fonte e lugar dos pensamentos, paixões, desejos, apetites, afeições, propósitos, esforços, a fim de não sermos precipitados, mas prudentes, agindo conforme os ensinamentos de Cristo. **O autoexame bíblico é o meio para uma mudança radical, a fim de vivermos, movermos e existirmos conforme a imagem de Cristo.**

Portanto, **a autocrítica, nutrida pela Palavra, é um exercício de humildade e dependência de Deus, por meio de Cristo.** Não é um mergulho em culpa ou depressão, mas na divina graça transformadora. Ela nos liberta da hipocrisia e do autoengano. **O autoexame bíblico é de suma importância** para nos mantermos alinhados com a vontade de Deus e ativos no nosso compromisso de confiança e cooperação com Ele, em todas as áreas de nossas vidas.

Refleta: Por que nossa percepção de nós mesmos é considerada falível e qual “ferramenta divina” nos ajuda a resistir a essa subjetividade? O texto contrasta a autocrítica de Judas (que o levou à condenação) com a de Pedro (que o levou à restauração). Qual dos dois exemplos mais se aproxima da forma como você lida com seus próprios erros? O texto afirma que o autoexame bíblico não é um mergulho em culpa

“O AUTOEXAME BÍBLICO E SUA IMPORTÂNCIA”

Comunidade Hebrom – Rua José Peres Campelo, 25A – Piqueri – SP – SP - 02913-090 – Fone: 11 3977-9928

Walter de Lima Filho – Domingo: 21/09/2025 – www.comunidadehebrom.com.br

ou depressão. Qual a sua conclusão sobre o que faz desse autoexame um exercício de graça e liberdade, e não de condenação?

Que Deus nos abençoe!