

Princípio de Domínio Próprio

Emoções



“Mais vale ter paciência do que ser valente; é melhor saber se controlar do que conquistar cidades inteiras”. Provérbios 16:32

Por John Schrock – Homem de Negócios.

Sublinhe os conceitos importantes encontrados neste princípio.

Governar nosso espírito é dirigir nosso comportamento ou emoções. O comportamento é diretamente afetado por nossas emoções. Somos espírito, alma e corpo. O corpo reage às emoções ou às alterações da alma. É por isso que o provérbio diz: “melhor é saber se controlar...”; quer dizer que nós podemos ter domínio próprio. Governar nosso espírito nem sempre é fácil, porque ele é “o que somos realmente”. Tudo o que ouvimos, vemos, cheiramos, saboreamos ou tocamos entra em nossa mente e ela analisa as situações e aconselha uma resposta. Então, nós (nosso espírito) decidimos como reagir ou responder, afetando nossas emoções (alma) e finalmente nosso comportamento (corpo). “Melhor é saber se controlar...” equivale a: “aquele que decide disciplinar ou dirigir suas respostas”. Todos têm emoções e podemos nos desapontar por diferentes razões. Mas é extremamente importante que aprendamos a ficar calmos e a controlar esses sentimentos; ou poderão nos destruir.

Os carros são fabricados com motor, freios, transmissão e volante. São projetados para viajar. Mas se não dirigidos apropriadamente se tornam perigosos. Então aquilo que foi feito para ser uma bênção, pode se tornar algo que causa dano.

Deus fez algo parecido conosco. Nos deu mãos para trabalhar, pés para

caminhar, olhos para ver e cérebro para dirigir todos os outros membros do corpo. Nosso comportamento deve ser guiado, ou seja, governado, por nosso espírito, o que significa que seremos responsáveis pelo que fazemos com ele. O valor de uma pessoa está baseado na sua habilidade para controlar e guiar seu temperamento, seus hábitos e todas as suas emoções. Devemos entender que nos comunicamos através de nosso comportamento, pois é o que as pessoas vêem.

As emoções não controladas podem arruinar nossa reputação; por exemplo, quando batemos uma porta, ou olhamos de “cara feia” sem nem sequer dizer uma palavra. As palavras são importantes, mas a emoção que colocamos nelas é ainda mais importante. Logo, a linguagem corporal (não-verbal) que usamos, diz tanto sobre nosso caráter, como as palavras. Algumas vezes nosso modo e ações falam tão alto que é difícil ouvir o que estamos dizendo. Como alguém disse: “Faça com que todos saibam o que você

pensa, se for necessário use palavras”.

As emoções são como a gasolina, podem ser perigosas e destrutivas, mas muito valiosas quando controladas ou guiadas apropriadamente. As emoções produzem uma energia em nós. Se essa energia é aproveitada adequadamente, se converte numa vantagem dentro de nós. Quantas vezes escutamos alguém dizer; “essa pessoa seria bem sucedida se pudesse controlar seus atos” (emoções). Lembre que as pessoas nos julgarão pela forma que controlamos nossas emoções e não somente pelo que lhes dizemos. O ponto chave é, se aprendemos a obedecer nosso espírito (o que é correto), tomaremos o controle da situação, ao invés da situação tomar o controle sobre nós.

Este princípio é parte do programa de desenvolvimento de Caráter em um ano: Fundamentos para o Êxito.

Pensamento para Reflexionar:

Pode ser muito vergonhoso aumentar o tom de voz quando se está errado.

Avalie você próprio com nota de 1 a 10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Porque você se avaliou com esta nota ?										
Quais os benefícios que você obeterá com nota maior de avaliação?										
Quais ações específicas você pode colocar em prática para testar os benefícios deste princípio?										
Lista de verificação diária de leitura dos princípios	D	S	T	Q	Q	S	S			

Completado

Não completado