

Oração e Mentalização

1 Reis e a Renovação da Mente

por Andréa Maciel

Pensamentos, ciclos e governo interior

Eu me aquieto e volto minha atenção para os meus pensamentos.

Eu reconheço que antes de cada ação existe uma narrativa interna. Antes de cada decisão, existe uma interpretação.

Eu compreendo que meus pensamentos não são neutros. Eles constroem caminhos. Eles formam ciclos. Eles moldam minha percepção da realidade.

Assim como Salomão pediu sabedoria, eu também peço clareza. Eu desejo pensar com equilíbrio, julgar com discernimento e agir com consciência.

Eu observo os pensamentos que se repetem. Os que geram medo. Os que criam escassez. Os que distorcem a verdade. Eu não os ignoro, mas também não me submeto a eles.

Eu escolho governar minha mente. Eu escolho substituir narrativas distorcidas por perspectivas alinhadas à verdade.

Assim como Elias precisou descansar e ouvir novamente a voz que o orientava, eu também permito que meu interior seja restaurado. Eu não tomo decisões quando estou exausto. Eu não concluo verdades quando estou sobrecarregado.

Eu cuido do meu corpo para proteger minha mente. Eu cuido da minha mente para preservar minhas decisões.

Nesta semana, eu interrompo ciclos automáticos. Eu questiono pensamentos repetitivos. Eu reorganizo crenças antigas. Eu escolho consciência em vez de reação.

Minha mente desacelera.

Minha perspectiva se alinha.

Minha clareza retorna.

Eu não sou refém do pensamento impulsivo. Eu sou responsável pela narrativa que alimento.

Eu escolho sabedoria contínua. Eu escolho equilíbrio emocional. Eu escolho mentalidade fortalecida.

Os ciclos se reorganizam. A mente se estabiliza. A identidade se fortalece.

Eu penso com consciência. Eu decido com clareza. Eu caminho com equilíbrio.

Que assim seja.

