

Nesta semana, meditaremos em uma passagem muito interessante: se você já meditou antes nesta passagem aproveite para fixar os versículos e avaliar o que aprendeu e onde melhorou.

Filipenses 4.5-9

Meditação 1. Tema: Bondade

→ **Leia em voz alta:** " *“Sejam bondosos com todos. O Senhor virá logo.”* (Filipenses 4.5)
→ **Responda as seguintes perguntas:** Explique o que Paulo quis dizer com: “sejam bondosos”?
..... Dê dois exemplos de bondade:.....

..... Escreva algo que você já presenciou alguém fazer que você considera bondade:.....

✂ **→ Leia refletindo na sua vida:** "A bondade faz parte do fruto do Espírito descrito na epístola aos Gálatas e realmente deveria estar, pois é uma das formas bem práticas de se demonstrar amor. Quando somos pessoas bondosas influenciamos diretamente as pessoas ao nosso redor, principalmente os descrentes. Entretanto, devemos ter sempre o cuidado em sermos humildes e jamais esquecer que “nossa mão direita não deve saber o que dá a mão esquerda “. Este fruto, deve ser demonstrado tanto para com os irmãos da fé quanto para com todos em geral. (1 Tess.5.15) Outra coisa importante a qual podemos destacar é que Paulo diz: --O Senhor virá logo! Isto foi escrito para reforçar o “ajuntem tesouros no céu”, ou seja, não devemos dar valor as coisas deste mundo. Jesus virá logo, então, uma boa dica é: precisamos saber usar nossos bens e sermos bondosos. Precisamos praticar mais isso em nossas vidas! Ser bondoso para alguns será um grande teste, pois realmente não é fácil. O mundo capitalista nos ensina a sermos egoístas e constantemente devemos lutar contra isso, pois amar, como temos aprendido, é dar a nossa própria vida em favor dos irmãos. O cristão autêntico jamais vai perder a oportunidade de ser bondoso, pois isto também faz parte do caráter de Cristo.

→ **Leia os textos a seguir e aprenda mais:** Prov. 11.17; 19.17; 21.21; 22.9; 28.28; Mat. 5.7; Rom. 15.4; 1Cor.13.14; 2Cor. 6.6; Gál. 5.22; Ef. 5.9; Col. 3.12; 2Pedro 1.5;

→ **Refleta para a sua vida:** No dia 6 de dezembro de 1964, uma jovem senhora deu à luz uma criança na calçada de uma movimentada esquina em Oklahoma, Estados Unidos. Uma multidão de curiosos transeuntes parou para observar, mas ninguém prestou auxílio. Depois de algum tempo, um turista sentiu pena e chamou um táxi, mas o motorista recusou-se a levar a mãe e o bebê ao hospital porque sujariam o veículo. O prestativo turista chamou a polícia. Esta informou que estava ocupada demais, com chamados mais urgentes. A essa altura, Bob Cunningham, ex-deputado federal, passou ali por acaso e telefonou aos bombeiros para que enviassem uma ambulância. O pedido não foi atendido. Enquanto isso, Cunningham pediu que um espectador buscasse um cobertor no hotel do outro lado da rua, mas também foi

em vão. Finalmente, Cunningham colocou a senhora e o bebê em seu próprio carro, levando-os para o hospital. Essa inacreditável história nos faz pensar no que aconteceu com Jesus e Sua mãe há dois mil anos. Seria possível que tivéssemos expressado a mesma indiferença se fôssemos proprietários de hospedarias em Belém? Vivemos numa época em que as pessoas são relutantes para envolver-se, especialmente se o "próximo" for um estranho ou indigente.(...) Quando saímos do caminho para prestar ajuda a alguém necessitado, na verdade o fazemos para Cristo, pois Ele disse: "Sempre que o fizestes a um destes Meus pequeninos irmãos, a Mim o fizestes." S. Mat. 25:40. (www.advir.org.br)

→ **Responda:** Você se considera uma pessoa bondosa? Diga uma coisa que você fez a qual podemos dizer que foi uma ação de bondade:..... Você, alguma vez, já deu algo a alguém esperando outra coisa em troca?..... Isto é correto aos olhos de Deus?..... Em matéria de bondade, qual seria a sua nota em uma escala de 0 a 10?.....

→ **Decida:** Vamos fazer decisões e afirmações baseadas nos textos de hoje:() Decido que esta semana vou fazer 2 atos de bondade(escreva quais em seu caderno) () Decido que não vou cobrar nada pelo próximo serviço que eu realizar para algum irmão da minha igreja. → Decore o verso de hoje e ore prometendo a Deus que vai procurar incessantemente ser uma pessoa bondosa, assim como é a vontade de Deus, mesmo quando as circunstâncias forem adversas.

Meditação 2. Tema: Tudo à Deus!

→ **Leia 3 vezes:** " *Não estejam ansiosos por nada, mas em todas as orações peçam a Deus o que vocês precisam e sempre orem com o coração agradecido.*" (Filipenses 4.6)

→ **Responda:** Procure em um dicionário ou pergunte a alguém o significado de “ansiosos”. Este versículo é uma sugestão ou uma ordem?..... Dê 5 exemplos de coisas que um cristão pode precisar que Deus lhe dê?..... O que devemos fazer se estamos precisando de algo?.....

(É permitida a cópia das meditações p/uso pessoal. Para outros usos, informe-se: 92-3236-6218)

“Orar com o coração agradecido” significa: () ter certeza que Deus vai dar
() ser agradecido pela resposta de Deus independentemente se for sim, não ou espera.

→ *Leia o texto refletindo em sua vida:* "Oração nada mais é do que falar com Deus. É usar a linguagem para o seu mais nobre propósito – comunicar com Deus. Deus adora quando nós oramos (Leia agora Prov. 15.8). Ele vem para nós, fica perto de nós quando oramos (Leia agora Deut. 4.7) Discutir, reclamar, falar suas frustrações, elogiar, agradecer e expressar seu amor – todas são formas legítimas de comunicar-se com Deus (Is. 1.18). (Extraído do Livro Um com Deus). Assim, podemos sintetizar: muita oração, muito poder. Pouca oração, pouco poder. Nenhuma oração, nenhum poder. Se temos um Deus tão grande, por que ficamos calados? Por que estamos ansiosos? Deus quer que levemos até Ele todos os nossos problemas. E você não precisa fazer isso sozinho, você pode ter um grupo de oração e ali compartilhar suas necessidades e agradecimentos. Quando pessoas que lhe conhecem, lhe amam e lhe respeitam oram juntamente com você, com certeza as coisas acontecerão.

→ *Análise a sua vida e responda:* quantas vezes por dia você conversa com Deus?.....Diga as duas últimas coisas que você pediu a Deus:.....
Descreva as duas últimas coisas que você agradeceu a Deus:.....
..... Escreva uma coisa difícil que você conseguiu através da oração:.....

→ *Leia os textos para aprender mais:* Lucas 6.12,28; Mar.11.25; Filip. 4.6, Habac. 2.1, 2Cron 33.10-13, Rom.8.26; Atos 1.13-14; 2.41-42;10.1-4;12.5, 1Pedro 3.12, Efésios 6.18-19

→ *Refleta:* C.H. Spurgeon foi um famoso evangelista americano. Certa vez, enquanto falava a seus alunos a respeito da oração, um deles lhe perguntou como se pode saber se as orações serão respondidas. Spurgeon, então, tirou do bolso um relógio de ouro e o colocou sobre a mesa, dizendo que quem quisesse poderia levá-lo. Todos os alunos ficaram muito agitados. Uns simplesmente não podiam crer que um relógio tão bonito pudesse ser dado assim. Outros comentavam: Se eu quiser pegar o relógio, e ele decidir tomá-lo de volta, não ficaria embaraçado? Entretanto, ainda outros diziam: E se ele mudar de idéia de repente? Nesse ínterim, uma garotinha dirigiu-se ao senhor Spurgeon e disse, com resolução: Eu quero o relógio. Tome-o, e tenha cuidado para o manter sempre em bom estado. E, concluindo, acrescentou Spurgeon: Quando eu disse que daria o relógio, realmente falei sério. Por que vocês não creram? Vejam bem: o que Deus nos deseja dar é algo muito mais precioso que o relógio – Ele nos quer dar Seu próprio Filho para ser nossa vida. Por que, então, estando Deus querendo tanto dar, estamos ainda hesitantes em receber? (www.ejesus.com.br)

→ *Decida:* Neste momento, eu gostaria de desafiar a você sobre um aspecto importante da oração: A oração em grupo. Quando Lucas escreveu sobre a igreja primitiva no livro de Atos, ele disse que os primeiros discípulos perseveravam na doutrina dos apóstolos, na comunhão, no partir do pão e na oração. Desta forma cremos que nos é necessário hoje em dia, também perseverarmos nestas coisas, a primeira podemos ter no ensino na igreja, as outras três certamente, em nossos grupos de oração. Se você não está em um grupo de oração, com certeza está deixando de ganhar muitas bênçãos. Muitas vezes ficamos ansiosos porque não temos com quem compartilhar nossas petições. Faça a decisão de entrar ou de se dedicar a um grupo de oração. Se tiver outras decisões a respeito do versículo de hoje, faça em seu caderno.
→ Termine a meditação decorando o v. de hoje e ore! Ore! Ore! Ore! Ore! Ore! Ore!

Meditação 3. Tema: Paz.

→ *Leia: "E a paz de Deus, que está além da compreensão humana, guardará o coração e a mente de vocês, pois vocês estão unidos com Cristo Jesus."* (Filipenses 4.7)

→ *Responda:* Diga 3 características de um pessoa que tem paz:.....

O que você acha, “guardará o coração e mente” significa: () que teremos paz onde o nosso corpo estiver () que a paz de Deus estará sempre envolvendo nossa alma.

→ Que promessa maravilhosa Deus nos dá neste versículo, a paz que Jesus nos deixou realmente guarda toda nossa vida conforme a promessa de João 14.27 (Leia agora) Meditando mais profundamente, vemos que não podemos compreender toda esta paz, mas se Deus prometeu, devemos confiar cegamente. Isto sim é fé. Vemos também que o motivo principal para Jesus nos ter dado a sua paz, foi por estarmos unidos com Ele. Assim, se somos servos autênticos do Senhor Jesus, devemos praticar a paz em nossas vidas, uma paz que vai muito além de uma vida calma com as pessoas e consigo mesmo, que vai além da certeza de segurança em Deus. Devemos ser como um pequeno barco a vela na imensidão do mar, que navega para o rumo que o sopro de Deus deseja. A paz verdadeira não é ausência de problemas e sim presença de segurança, mesmo no meio do caos.

→ *Leia* Salmos 34.14; 35.20; 37.37; 62.1; Mateus 5.9; João 14.23-30; 16.33; 20.19-21; Rom. 8.6; 12.8; 14.19; 15.33; 2Cor 13.11; Ef. 2.14; Colos. 3.15; Heb. 12.11-14;

→ Analise a sua vida e responda as seguintes perguntas: Apesar dos seus problemas, você tem paz?...Diga um problema que você está enfrentando neste dia:.....
..... Você está em paz com isto?.....

→ **Refleta:** Havia um rei que ofereceu um grande prêmio ao artista que fosse capaz de captar numa pintura a paz perfeita. Foram muitos os artistas que tentaram. O rei observou e admirou todas as pinturas, mas houve apenas duas de que ele realmente gostou e teve que escolher entre ambas. A primeira era um lago muito tranquilo. Este lago era um espelho perfeito onde se refletiam umas plácidas montanhas que o rodeavam. Sobre elas encontrava-se um céu muito azul com tênue nuvens brancas. Todos os que olharam para esta pintura pensaram que ela refletia a paz perfeita. A segunda pintura também tinha montanhas. Mas estas eram escabrosas e estavam despidas de vegetação. Sobre elas havia um céu tempestuoso do qual se precipitava um forte aguaceiro com faíscas e trovões. Montanha abaixo parecia retumbar uma espumosa torrente de água. Tudo isto se revelava nada pacífico. Mas, quando o rei observou mais atentamente, reparou que atrás da cascata havia um arbusto crescendo de uma fenda na rocha. Neste arbusto encontrava-se um ninho. Ali, no meio do ruído da violenta camada de água, estava um passarinho placidamente sentado no seu ninho. Paz perfeita. Qual pensa que foi a pintura ganhadora? O rei escolheu a segunda. Sabes por quê? "Porque", explicou o rei: "paz não significa estar num lugar sem ruídos, sem problemas, sem trabalho árduo ou sem dor." "Paz significa que, apesar de se estar no meio de tudo isso, permanecemos calmos no nosso coração cheio de Cristo." "Este é o verdadeiro significado da paz" **Pense nisso...**

→ **Decida:** () Decido que apesar de qualquer problema que eu esteja passando, vou confiar em Deus e demonstrar em minha vida a certeza da paz de Cristo. () Decido que vou falar sobre esta meditação a qualquer pessoa que estiver precisando de paz. () Decido que quero ser provado nesta área esta semana, para que eu possa praticar a paz. Se tiver outra decisão, faça!

→ Decore o verso de hoje. → Ore pela PAZ em sua vida.

Meditação 4. Tema: O em quem pensar.
→ Leia: "**Portanto, meus irmãos, encham as suas mentes com tudo o que é bom e merece elogios; o que é verdadeiro, digno, justo, puro, agradável, e honesto.**" (Filip. 4.8)

→ Escreva coisas que você pode pensar conforme as indicações: Um ato que é bom e merece elogios:..... Algo verdadeiro:..... Digno:..... Justo:..... puro:..... agradável:..... honesto:..... O que significa; "encham as suas mentes"?

→ **Leia Marcos 7.18-23 e responda:** Escreva duas coisas que contaminam o homem..... Você apresenta alguma destas coisas ultimamente em seus pensamentos?..... quantas?..... Sublinhe na sua bíblia as coisas que você tem dificuldade e entregue-as a Deus. Leia 1 Cor 3.20, Efésios 2.3 e Lucas 11.17 e dê 2 motivos para você ter cuidado com os seus pensamentos:.....

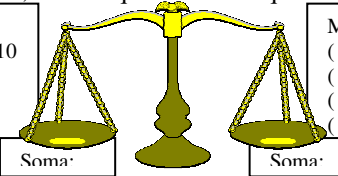
→ **Análise a sua vida e responda as seguintes perguntas:** Você tem passado os seus pensamentos na peneira de Fil. 4.8?..... Você tem se preocupado no momento que você fala, em falar coisas boas, dignas, etc.?..... Nesta semana, qual a sua nota de 0 a 10 para os seus pensamentos?..... e para o seu falar?..... para o que vc ouve no trabalho ou escola.....

→ **Leia:** Prov. 15.26; 16.23; Mat. 9.4; 15.19; Atos 8.22; Heb. 4.12; Salm. 139.23; Isaías 55.7-9; Filip. 3.13; 2Cor. 10.5b; Qual destas passagens chamou mais a sua atenção?.....

→ **Leia e reflita para a sua vida:** Existe uma história de uma menina que foi fazer uma redação. Cada aluno teria que escrever dois textos, um sobre os bons pensamentos que tinha e outro sobre os maus pensamentos. A um determinado momento soaria a campainha encerrando o tempo de escrever, e assim, cada criança teria que entregar imediatamente o produto dos seus pensamentos. A menina começou a escrever rapidamente. Escreveu, escreveu bastante sobre seus bons pensamentos e redigiu conselhos que tinha aprendido com seus pais de como manter pura a mente. Mas quando ia começar a escrever sobre os maus pensamentos, a campainha soou. Para tentar se justificar por não ter escrito nada sobre o outro assunto, ela resumiu tudo numa linha: - **Não tenho tempo para os maus pensamentos!** De fato, quando dedicamos nosso tempo a pensar somente coisas que o Espírito Santo concorda, quando nos propomos a buscar o Reino de Deus em primeiro lugar, quando nossa comida é fazer a vontade de Deus, percebemos que não sobra tempo para outras coisas menos importantes ou nocivas. Por exemplo, falar mal da vida dos outros, ficar procurando erro nos líderes, divulgar informações - verdadeiras ou falsas - que venham a prejudicar alguém... a lista seria infinita. Fazendo uma paráfrase das palavras de Cristo: Mente vazia ou cheia de maus pensamentos é oficina de Satanás. Dela sai o pecado que afasta os homens de Deus. Sejam cuidadosos, pois, com os nossos pensamentos. Queremos fazer a vontade de Deus também em nossas mentes. Como vai a sua redação? Tem tido tempo para os maus pensamentos? (Extraído e adaptado à esta meditação da internet- Autor desconhecido)



→ **Decisão:** () Quero que Deus seja o Senhor absoluto dos meus pensamentos, quando eu pensar coisas más, quero que Deus me corrija antes. () Decido que vou colocar todos os meus pensamentos, segundo Fil. 4.8 e Mc. 7.18-23 em uma balança imaginária, o que pesar mais, quero que Deus me molde, mesmo que isso tenha que ser difícil para mim: (some os pontos)

Filipenses 4.8 – Eu penso coisas...		Mateus 7.18-23 – Eu penso sobre...
() boas-10	() elogiáveis-10	() roubos-10 () crimes-10
() verdadeiras-20	() dignas –10	() adultério-10 () avareza –10
() justas-10	() puras-10	() maldades-10 () mentiras-10
() agradáveis-10	() honestas-20	() imoralidade-10 () inveja-10
		() calúnias-10 () orgulho-10

→ **Decore Filipenses 4.8** → Ore entregando a Deus o seu pensar.

Meditação 5. Tema: Prática da Palavra.

Ação 1: Leia em voz alta 3 vezes o versículo: **"Ponham em prática o que vocês receberam e aprenderam de mim, tanto as minhas palavras como as minhas ações."** (Filipenses 4.9)

Ação 2: Responda: O que significa: "ponham em prática?.....
Como podemos cumprir os mandamentos acima? () praticando o que está escrito na Palavra de Deus () praticando a mensagem do Espírito que foi trazida pelo pastor () mudando a nossa vida assim que encontramos uma ordem nas escrituras. OK! Se você assinalou as três, acertou.

→ **Leia Mat.7.24-27 e responda no caderno:** Qual a sua opinião sobre a pessoa que não pratica? Você pratica a palavra todas às vezes? Você pratica assim que ouve? Por que o que não pratica a palavra após ouvi-la, é comparado a um insensato? (A vida cristã é um constante crescimento espiritual. Quando aprendemos algo devemos colocar em prática, caso contrário nos tornamos retardados). → **Analise-se e responda no caderno:** Quando aprendo algo nas pregações dos meus pastores, ou quando os meus líderes ensinam, tenho colocado em prática? Em qual situação eu: não pratiquei o que aprendi? Pratiquei o que aprendi?

→ **Leia:** Certa vez um amigo teve um problema e nos pediu para que o ajudássemos. Certo homem tinha sido desonesto com ele e o devia por isso um bom dinheiro. O grande problema é que este homem se dizia "cristão" e tinha cargo de liderança em sua igreja. O que fazer então? Decidimos procurá-lo e ouvimos suas desculpas, que inclusive eram bem fajutas. Ele estava realmente muito errado. Apelamos, então, para a sua consciência cristã. Se éramos irmãos em Cristo, deveríamos agir como tal, praticando as escrituras. Em uma conversa por telefone com um dos que estavam tentando resolver aquele problema, acuada pela verdade, ele sacou de uma arma muito conhecida por muitos "crentes". Ele disse: "Não vamos colocar a bíblia nesse negócio, bíblia é bíblia, negócios à parte". Meu amigo, não se intimidando, continuou a usar as escrituras até que o homem não tivesse mais saída. O verdadeiro cristão é um praticante da palavra. Ao contrário, como Jesus disse, estará construindo sua vida cristã em cima da areia, e sobre a ação dos ventos, ondas e tempestades da vida, não resistirá. A idéia de que em nossos negócios a bíblia não deve entrar é demoníaca. A palavra é a vida. Sem palavra não existe vida verdadeira. Assim também devemos analisar o nosso futebol, nossos passeios, nossas festas, nossos relacionamentos. Em tudo a palavra deve estar. E deve ser usada da forma certa e não como uma arma para esconder ou tentar justificar os próprios erros. Lembremo-nos sempre que ainda temos dentro de nós o velho homem, ou seja, a velha natureza humana, a carne, que luta contra o Espírito. Essa natureza quer que vivamos por suas regras. Não é algo fácil viver praticando a palavra, mas é tudo o que Jesus quer, nossa obediência. Eu poderia falar muitos exemplos, para ilustrar estes princípios, mas vou falar de dois, um positivo e um negativo. 1) Conheço um pastor que mesmo antes de assumir o ministério deixou de jogar futebol, porque não conseguia controlar a natureza humana e dava um mau testemunho se envolvendo em brigas, para praticar o que a bíblia dizia sobre domínio próprio ele resolveu abandonar o futebol. 2) Conheço um irmão que não consegue controlar os filmes que aluga.

→ **Uma pequena mensagem aos líderes em geral:** Devemos fazer das palavras de Paulo no verso de hoje as nossas palavras: sigam as minhas palavras e as **minhas ações**, assim, devemos ter certeza de que nossa vida está digna e sendo um bom exemplo. Lembrem-se que temos uma responsabilidade e um julgamento maiores (Tg.3.1). Não sejamos Acãs no meio da igreja (Jos.7.1)

→ **Decidindo:** Só você e Deus sabem qual o nível de prática da Palavra em sua vida. Mas com certeza pode melhorar e muito. Chegou à hora da decisão, esperamos que Deus as tenha colocado em seu coração. Hoje não vamos dar sugestões. Analise bem a sua vida e não esqueça que Jesus quer que você pratique a Sua palavra. Se você está sendo um Acã na igreja, arrependa-se e mude sua vida. Esperamos que Deus lhe incomode nisto. (decida no seu caderno)

→ Decore o verso de hoje, revise os da semana e termine orando ao Senhor.