

# Paciência

## Meditação 1- Paciência

**Leia em voz alta:** *"A pessoa que tem paciência é sábia, mas a que facilmente perde a calma mostra que não tem juízo". (Provérbios 14:29)*

**1) ENTENDENDO:** Como você explicaria este versículo para uma pessoa que não tem paciência?.....

.....

.....

.....

.....

.....

→ **Leia:** Meditamos nas últimas semanas sobre alguns frutos que o Espírito Santo faz brotar em nós quando Ele está controlando a nossa vida. A paciência, ou longanimidade, ou perseverança (em algumas traduções), é um deles. O domínio próprio, é algo que conquistamos diariamente, lutando contra nossa velha natureza. Por isso, devemos estar vigilantes, pois o inimigo de nossas almas usa bastante esta área para atrapalhar o crescimento pessoal do cristão e principalmente o Reino de Deus. Alguns têm menos problemas nesta área, outros têm imensas dificuldades que, por vezes, chegam até afastá-los do convívio natural com as pessoas. Na vida cristã, paciência é algo essencial, inegociável. Ninguém pode dizer que é um bom cristão e que faz a vontade de Deus dizendo, ao mesmo tempo, que não é uma pessoa paciente. A impaciência pode ser comparada a um grande e furioso leão que mora dentro de nós, preso em um quarto fechado do nosso coração, que de vez em quando, principalmente se não o estamos trancando direito, foge e invade toda a casa destruindo e devorando tudo o que vê pela frente. Nossa missão como cristãos, é manter este leão preso, com a chave da sabedoria, da mansidão, do domínio próprio, do amor, enfim, de todas as coisas que nos levam a viver agradando a Deus.

→ **Leia os textos e associe-os com o princípio que aprendemos:**

- (1) 1 Ts 5:14     ( ) Quando vencemos as provações crescemos em paciência.
- (2) 2 Ts 3:5     ( ) Não existe meia-paciência, a paciência tem que ser completa.
- (3) Tg 1:3        ( ) Jesus é quem nos dá paciência, não vem de nós mesmos.
- (4) Tg 1:4        ( ) Devemos ter paciência com todos, mesmo com os pecadores.

**2) MEMORIZANDO:** Para facilitar a memorização, complete e responda baseado na passagem de hoje:

"A pessoa que tem paciência? .....

A que facilmente perde a calma? .....

**3) TIRANDO A LIÇÃO: Reflita:** "Perto de Tóquio vivia um grande samurai, já idoso, que agora dedicava-se a ensinar sua filosofia para os jovens. Apesar de sua idade, corria a lenda que ele ainda era capaz de derrotar qualquer adversário. Certa tarde, um guerreiro conhecido

por sua total falta de escrúpulos apareceu por ali. Era famoso por utilizar a técnica da provocação: esperava que seu adversário fizesse o primeiro movimento e, dotado de uma inteligência privilegiada para reparar os erros cometidos, contra atacava com velocidade fulminante. O jovem e impaciente guerreiro jamais havia perdido uma luta. E, conhecendo a reputação do velho samurai, estava ali para derrotá-lo, aumentando sua fama de vencedor. Todos os estudantes manifestaram-se contra a ideia, mas o velho aceitou o desafio. Foram todos para a praça da cidade, e o jovem começou a insultar o velho mestre. Chutou algumas pedras em sua direção, cuspiu em seu rosto, gritou todos os insultos conhecidos - ofendeu inclusive seus ancestrais. Durante horas fez tudo para provocá-lo, mas o velho mestre permaneceu impassível, totalmente paciente e controlado. No final da tarde, sentindo-se já exausto e humilhado, o impetuoso guerreiro retirou-se. Desapontados pelo fato do mestre ter aceito tantos insultos e provocações, os alunos perguntaram: Como o senhor pode suportar tanta indignidade? Por que não usou sua espada, mesmo sabendo que podia perder a luta, ao invés de mostrar-se covarde diante de todos nós? O velho samurai respondeu: Se alguém chega até você com um presente, e você não o aceita, a quem pertence o presente? - perguntou o velho samurai. A quem tentou entregá-lo - respondeu um dos discípulos. O mesmo vale para a inveja, a raiva, e os insultos - disse o mestre - Quando não são aceitos, continuam pertencendo a quem os carrega consigo. Por isso, por que deveria eu perder a paciência com coisas que não me pertencem? (Extraído da internet).

**Responda com muita sinceridade:** Você tem sido uma pessoa impaciente?... Em uma escala de 0 a 10, qual a nota para a sua paciência? ( ) Na escola.

( ) Com as pessoas que trabalham com você. ( ) Em casa. ( ) Com irmãos difíceis da igreja. ( ) Nos esportes. ( ) No trânsito. ( ) Com os vizinhos.

#### **4) DECIDINDO E 5) COMPARTILHANDO COM DEUS:**

**Decida:** ( ) Decido que vou abrir meu coração para tudo o que Deus me ensinar nesta semana sobre paciência, longanimidade e perseverança. Ore para que você seja uma pessoa cheia de paciência e prepare-se para praticar isto esta semana.

#### **Meditação 2 – Ter paciência é ter lucro**

***“A paciência convence até as autoridades; a perseverança pode vencer qualquer dificuldade”. (Provérbios 25:15)***

**1) ENTENDENDO: Leia:** Como um Fruto do Espírito, a paciência é algo que trabalha ao nosso favor. Em tudo o que fazemos, sempre saímos ganhando quando sabemos esperar. Já diziam nossos avós: “Quem corre cansa, quem espera alcança” e “a pressa é inimiga da perfeição”. Isto é uma grande verdade. Ninguém que avança o sinal da paciência obtém algum lucro por isso. Ao contrário, quando sabemos esperar, lucraremos sempre mais e nos livramos de inúmeros prejuízos que sempre são causados por nossas atitudes impacientes. A paciência é algo que Deus aprecia muitíssimo, parafraseando o texto de Tiago 5:10 “vocês ouviram falar a respeito da paciência de Jó e de como Deus o abençoou por isso”, podemos ver claramente que Deus gosta e valoriza aqueles que vencem nesta área. Inclusive, isto se tornou um ditado popular, alguém já disse que você tem paciência de Jó? Agora podemos ver claramente que a paciência está diretamente relacionada com o domínio próprio. Precisamos estar completamente controlados para que a nossa paciência flua naturalmente. Outro ditado diz: “o apressado come cru”. Isto nos leva a pensar sobre os prejuízos que sempre acompanham nossas atitudes precipitadas. A seguir tente pensar em prejuízos que uma pessoa pode ter quando não sabe esperar e nos lucros que obtém quando é paciente. Veja as situações e vá marcando ao lado conforme for pensando:

Na escolha da faculdade: (lucro) (prejuízo)	Sexo no namoro: (lucro) (prejuízo)
Escolha da igreja: (lucro) (prejuízo)	Empréstimos diversos: (lucro) (prejuízo)
Escolha dos amigos: (lucro) (prejuízo)	Agressões verbais: (lucro) (prejuízo)

➔ **Para maior compreensão, leia os textos:**

2 Pedro 1:5-9, Apocalipse 3:10, Eclesiastes 7:8, Romanos 5:1-5, 8:24-25, 15:4-5.

**2) MEMORIZANDO:** Coloque a criatividade em ação e desenhe o versículo de hoje. Caso não saiba, faça colagens.

**3) TIRANDO A LIÇÃO: Reflita:** Um homem investe tudo o que tem numa pequena oficina. Trabalha dia e noite, inclusive dormindo na própria oficina. Para poder continuar nos negócios, empenha as próprias joias da esposa. Quando apresentou o resultado final de seu trabalho a uma grande empresa, disseram-lhe que seu produto não atendia ao padrão de qualidade exigido. O homem desiste? Não! Volta à escola por mais dois anos, sendo vítima da maior gozação dos seus colegas e de alguns professores que o chamavam de "visionário". O homem fica chateado? Não! Após dois anos, a empresa que o recusou finalmente fecha contrato com ele. Durante a guerra, sua fábrica é bombardeada duas vezes, sendo que grande parte dela é destruída. O homem se desespera e desiste? Não! Reconstrói sua fábrica, mas, um terremoto novamente a arrasa. Essa é a gota d'água e o homem desiste? Não! Imediatamente após a guerra segue-se uma grande escassez de gasolina em todo o país e este homem não pode sair de automóvel nem para comprar comida para a família. Ele entra em pânico e desiste? Não! Criativo, ele adapta um pequeno motor à sua bicicleta e sai às ruas. Os vizinhos ficam maravilhados e todos querem também as chamadas "bicicletas motorizadas". A demanda por motores aumenta muito e logo ele fica sem mercadoria. Decide então montar uma fábrica para essa novíssima invenção. Como não tem capital, resolve pedir ajuda para mais de quinze mil lojas espalhadas pelo país. Como a ideia é boa, consegue apoio de mais ou menos cinco mil lojas, que lhe adiantam o capital necessário para a indústria. Encurtando a história: hoje a Honda Corporation é um dos maiores impérios da indústria automobilística japonesa, conhecida e respeitada no mundo inteiro. Tudo porque o Sr. Soichiro Honda, seu fundador, era um homem conhecido por sua enorme paciência e não se deixou abater pelos terríveis obstáculos que encontrou pela frente. (Extraído da internet).

**Responda:**

a) Diga uma situação em que você teve prejuízo por não ter sido paciente:

.....

.....

.....

b) Agora escreva uma situação em que você foi paciente e obteve qualquer tipo de lucro com isso: .....

.....

#### **4) DECIDINDO E 5) COMPARTILHANDO COM DEUS:**

**Decida:** Talvez você também esteja precisando de mais paciência com suas autoridades (pais, pastores, professores, governo, etc) ou talvez precise decidir obter os lucros de ser uma pessoa paciente. Por isso, após ler novamente o verso de hoje, pense bem e faça uma ou duas decisões sobre este assunto. Deixe o Espírito Santo mudar você. Decida mudar! Escreva no seu caderno suas decisões, Faça isso agora! Não faça sua meditação impacientemente. Termine a meditação falando com Deus sobre suas decisões.

#### **Meditação 3 - Paciência=paz ⇔ Impaciência=problemas**

**Leia em voz alta 3 vezes:** *“A pessoa de mau gênio sempre causa problemas, mas a que tem paciência traz a paz.” (Provérbios 15:18)*

**1) ENTENDENDO: Leia refletindo:** Este versículo está diretamente relacionado com a maneira que usamos a paciência em nossos relacionamentos. Quando somos impacientes, queremos resolver as coisas o mais rápidas possíveis e quase sempre não conseguimos e acabamos prejudicando a nós mesmos e principalmente aos que convivem conosco. Quem não conhece uma pessoa que por falta de paciência vive fazendo coisas erradas? No trânsito todo dia podemos ver isso, infelizmente. Motoristas impacientes são os causadores dos piores acidentes e isso me faz lembrar mais um ditado: “devagar se vai longe”. Não é interessante que até na cultura popular as pessoas dão muito valor à paciência? Precisamos dar valor à paciência em nossos relacionamentos também. Ninguém gosta daquele tipo de pessoa que quer tudo na mesma hora - por que eu e você precisamos ser assim? Não há motivo algum. Igual ao domínio próprio a paciência não é algo que você consegue somente com suas forças, você precisa da ajuda do Espírito Santo. Existem casais, irmãos, que cumprem uma das duas partes do versículo de hoje. Seu alvo será o de cumprir a segunda parte e com muita paciência alcançar a paz entre vocês. Deixemos de ser pessoas de “mau gênio”, voluntariosas, que querem tudo na hora, que não sabem esperar. Sendo assim, estaremos sempre atraindo muitos problemas para nós.

#### **2) MEMORIZANDO:**

Decore a passagem de hoje e só prossiga após memorizar. ( )Feito.

**3) TIRANDO A LICÇÃO:** Havia um garotinho que tinha mau gênio e era muito impaciente. Seu pai lhe deu um saco cheio de pregos e lhe disse que cada vez que perdesse a paciência que batesse um prego na cerca dos fundos da casa. No primeiro dia o garoto havia pregado 37 pregos na cerca. Porém, gradativamente o número foi decrescendo. O garotinho descobriu que era mais fácil controlar seu gênio do que pregar pregos na cerca. Finalmente chegou o dia, no qual o garoto não perdeu mais o controle sobre o seu gênio. Ele contou isto a seu pai, que lhe sugeriu que tirasse um prego da cerca por cada dia que ele fosse capaz de controlar seu gênio. Os dias foram passando até que finalmente o garoto pôde contar a seu pai que não havia mais pregos a serem retirados. O pai pegou o garoto pela mão e o levou até a cerca. Ele disse: *Você fez bem garoto, mas dê uma olhada na cerca. A cerca nunca mais será a mesma. Quando você diz coisas iradas, elas deixam uma cicatriz como esta. Você pode esfaquear um homem e retirar a faca em seguida, e não importando quantas vezes você diga que sente muito, a ferida continuará ali. Uma ferida verbal é tão má quanto uma física.* Tenha isto em mente antes de se irar contra alguém e não perca a paciência jamais, pois você poderá magoar muito até as pessoas que mais gostam de você. Paciência não é algo fácil, mas é necessário (Extraído da internet).

**4) DECIDINDO:** Leia novamente o versículo de hoje e procure tomar todas as decisões possíveis. Como está o seu gênio? As pessoas ao seu redor estão satisfeitas com você? Bem,

veja a lição e faça pelo menos três decisões práticas de como vai ser mais paciente nesta semana:

- ( ) Decido .....
- ( ) Decido .....
- ( ) Decido .....

**5) COMPARTILHANDO COM DEUS:** Ore por suas decisões e por seu auto domínio e por sua paciência. Esteja preparado para quando precisar usá-la. Saiba que esta semana você será testado(a), então não vá perder esta batalha! Lute com todas as suas forças para vencer!

**Meditação 4 - Sofrimentos nos fazem mais pacientes**

*“E também nos alegamos nos sofrimentos, pois sabemos que os sofrimentos produzem a paciência.” (2Co 10:5b)*

(agora leia novamente o versículo dizendo na primeira pessoa: e também eu...)

**1) ENTENDENDO:** “Certa vez, eu ouvi uma história que um pastor contou aqui na IBC, que além de ser muito engraçada, ilustra uma grande verdade. Contou ele que quando era bem jovem e com pouco tempo de convertido, certa vez foi até o pastor da sua igreja, pedir para que o mesmo orasse para que Deus lhe desse mais paciência, pois o mesmo tinha o pavio curto e não sabia esperar as coisas. O pastor prontamente disse que oraria naquele momento mesmo, pois poderia esquecer depois: “Senhor! Eu te peço que tu mandes tribulação para este jovem. Que seja uma tribulação bem forte para que ele possa aprender todas as lições”. “Não pastor, não é tribulação!” Interrompeu o jovem já assustado: “é paciência, eu pedi para o senhor orar por paciência” o pastor continuou: “isto mesmo Senhor, manda tribulação para este jovem” E quanto mais o jovem tentava dizer ao pastor para orar por paciência mais o pastor pedia tribulação. Como podemos ver, o pastor conhecia muito bem o versículo de hoje. Paciência não é algo que já nasce com você, é algo que você conquista. Cada dificuldade e sofrimento, fazem com que você acumule paciência para ser usada nos momentos em que precisar. **Leia as passagens a seguir e escreva uma lição para cada uma das passagens:**

→ 2 Co 6:3-10 (ênfase no verso 4) .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

→ 2 Ts 1:3-7 (ênfase no verso 4) .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

→ Hebreus 6:11-12 .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**2) MEMORIZANDO:** Preencha com as palavras que falta só de memória:

“E também ..... , pois

..... que os ..... a

..... ” (2Co 10:5b)

**3)TIRANDO A LIÇÃO: Reflita:** Uma filha se queixou a seu pai de como as coisas estavam tão difíceis para ela. Não tinha mais paciência. Parecia que assim que um problema estava resolvido um outro surgia. Seu pai, um "chef", levou-a até a cozinha dele. Encheu três panelas com água e colocou cada uma delas em fogo alto. Logo as panelas começaram a ferver. Em uma ele colocou cenouras, em outra colocou ovos e, na última, pó de café. Deixou que tudo fervesse, sem dizer uma palavra. Cerca de vinte minutos depois, ele apagou as bocas de gás. Pescou as cenouras e as colocou em uma tigela. Retirou os ovos e os colocou em uma tigela. Então pegou o café com uma concha e o colocou em uma tigela. Virando-se para ela, perguntou: "Querida, o que você está vendo?" "Cenouras, ovos e café", ela respondeu. Ele a trouxe para mais perto e pediu-lhe para experimentar as cenouras. Ela obedeceu e notou que as cenouras estavam macias. Ele, então, pediu-lhe que pegasse um ovo e o quebrasse. Ela obedeceu e depois de retirar a casca verificou que o ovo endurecera com a fervura. Finalmente, ele lhe pediu que tomasse um gole do café. Ele explicou que cada um deles havia enfrentado a mesma adversidade, água fervendo, mas que cada um reagira de maneira diferente. A cenoura entrara forte, firme e inflexível. Mas, depois de ter sido submetida à água fervendo, ela amolecera e se tornara frágil. Os ovos eram frágeis. Sua casca fina havia protegido o líquido interior. Mas depois de terem sido colocados na água fervendo, seu interior se tornou mais rígido. O pó de café, contudo, era incomparável. Depois que fora colocado na água fervente, ele havia mudado a água. "Qual deles é você?" ele perguntou a sua filha. "Quando a adversidade e a falta de paciência batem a sua porta, como você responde? Você é uma cenoura, um ovo ou um pó de café?" Devemos sempre transformar os momentos de dificuldade em coisas que vão nos ajudar. Uma dessas coisas é a paciência. Seja “pó de café”, transforme tudo para melhor!

#### **4) DECIDINDO E 5) COMPARTILHANDO COM DEUS:**

Leia novamente o versículo de hoje e decida, pela fé que você vai usar nos momentos difíceis da vida a paciência. Faça isso agora, Deus tudo vê!

( ) Decido .....

( ) Decido .....

Termine orando e entregando sua paciência a Deus.

#### **Meditação 5 - Esperar em Deus**

**Leia em voz alta:** “*Tenham paciência para poderem fazer a vontade de Deus e receber o que ele promete.*” (Hebreus 10:36)

**1)ENTENDENDO:** Quando meditamos sobre oração, aprendemos que Deus, às vezes, quer que nós esperemos nEle algumas coisas que pedimos. O versículo de hoje também fala deste princípio. *Deus tem sempre um propósito em nossas vidas e quando lhe pedimos algo, só Ele sabe o momento certo em que nós devemos receber aquilo. Cabe a nós confiar.* Jesus disse que o pai nunca dá pedras ao filho que lhe pede pão e nunca dá serpentes ao filho que lhe pede peixe (Lucas 11:11). Assim também é o Senhor. Às vezes pensamos que aquilo que queremos é o melhor para nós, mas a Bíblia diz que há caminhos que ao homem parecem ser bons, mas alguns deles o levam à morte (Provérbios 14:12). Deus sabe quais os caminhos bons, confiemos nEle, esperemos nEle. No Salmo 40:1, no qual meditamos sobre oração diz: “*Esperei com paciência no Senhor e ele se inclinou para mim e ouviu o meu clamor.*” Como você está se saindo nesta área? Melhorou sua paciência desde a última vez que falamos nisto? Você está aprendendo a esperar? Como já vimos, paciência é algo que agrada a Deus e que convence até

as nossas autoridades. Deus é nossa autoridade maior e é nosso Pai. Baseado nestes princípios creio que Deus pode acelerar (adiantar) algo muito bom para nós, quando esperamos nEle com paciência. Mas lembremos que Ele é Soberano, e vai fazer a Sua vontade sempre. Muitas coisas que queremos receberemos somente no céu. Que bom! Teremos uma eternidade para curtir!

***Para aprender mais leia os textos e escreva o que mais chamou sua atenção:***

Eclesiastes 7:8 .....

Tiago 5:7 .....

Efésios 4:2 .....

Provérbios 21:5 .....

**2)MEMORIZANDO:** Memorize o versículo de hoje e escreva a seguir, após ter decorado, sem consultar.

**3)TIRANDO A LIÇÃO:**Como talvez você ainda não tenha sua BLH (uma, dentre várias versões da Bíblia) vou escrever este: ***Tornem-se fortes como toda a força que vem do glorioso poder de Deus, para que possam suportar tudo, com paciência.*** (Cl 1:11) ***Leia refletindo:***

Contam que um certo homem estava perdido no deserto, prestes a morrer de sede. Foi quando ele chegou a uma casinha velha abandonada. O homem perambulou por ali e encontrou uma pequena sombra onde se acomodou. Olhando ao redor, viu uma bomba a alguns metros de distância, bem velha e enferrujada. Ele se arrastou até ali, agarrou a manivela, e começou a bombear sem parar. Nada aconteceu. Desapontado, caiu prostrado para trás e notou que ao lado da bomba havia uma garrafa. Olhou-a, limpou-a, removendo a sujeira e o pó, e leu o seguinte recado: "Você precisa primeiro preparar a bomba com toda a água desta garrafa, meu amigo. PS.: Faça o favor de encher a garrafa outra vez antes de partir. "O homem arrancou a rolha da garrafa e, de fato, lá estava a água. A garrafa estava quase cheia de água! De repente, ele se viu em um dilema: Se bebesse aquela água poderia sobreviver, mas se despejasse toda a água na velha bomba enferrujada, talvez obtivesse água fresca, bem fria, lá no fundo do poço, toda a água que quisesse e poderia deixar a garrafa cheia pra próxima pessoa, mas... talvez isso não desse certo. Que deveria fazer? Despejar a água na velha bomba e esperar a água fresca e fria ou beber a água velha e salvar sua vida? Com relutância, o homem despejou toda a água na bomba. Em seguida, agarrou a manivela e começou a bombear... três minutos e nada, mas quando ele ia desistir, a bomba começou a chiar. Então, surgiu um fiozinho de água; depois um pequeno fluxo, e finalmente a água jorrou com abundância! Ele encheu a garrafa e bebeu dela até se fartar. Encheu-a outra vez para o próximo que por ali poderia passar, arrolhou-a e acrescentou uma pequena nota ao bilhete preso nela: "Cria, pois funciona! Você precisa dar toda a água antes de poder obtê-la de volta! Não desista, seja paciente, pois quase desisti, faça sua parte que a bomba fará a dela".

**4) DECIDINDO E 5) COMPARTILHANDO COM DEUS:**

**Escreva suas decisões.** Isso é algo que você precisa fazer sozinho. Meditar sem decidir mudar algo é correr atrás do vento. Por isso, seja paciente e revisando esta meditação faça as decisões que Deus quer que você faça! Revise os versos da semana, encerre fazendo uma oração.

Gabarito do exercício Meditação 1: 3,4,2,1

(Outras meditações e informações: [www.nib.org.br](http://www.nib.org.br) / e-mail: [igreja@nib.org.br](mailto:igreja@nib.org.br))