



**Meditação 1 - Segunda-feira - Tema: SEM SANTIDADE NINGUÉM VERA O SENHOR!**

*“Esforcem-se para viver em paz com todos e para serem santos; sem santidade ninguém verá o Senhor.” Hebreus 12:14*

**1) ENTENDENDO:** Nesta semana meditaremos sobre santidade, mas o que você entende por santidade? O que é “ser santo” para você?.....

.....

.....

.....

Santidade é Separação para um propósito. Ter santidade ou ser Santo é ser ou estar consagrado para um fim. Também tem a ideia de pureza, ausência de pecado, integralidade. Deus é Santo por si mesmo, que digam os seres vivos ao redor de Seu trono que toda hora declaram a santidade divina. Nós seres humanos, por causa da natureza pecaminosa, temos dificuldade em sermos santos, por isso o texto manda nos esforçarmos nesse processo, nesse fim. Santidade, em nosso caso, não é ausência total de pecado, pois por natureza somos pecadores, mas deve ser o nosso alvo maior.

**2) MEMORIZANDO:** A Palavra reflete a santidade dos pensamentos de Deus. Por isso, não deixe de guardá-la em sua mente. Repita o verso de hoje em voz alta até memorizar por completo. ( ) Memorizei!

**3) TIRANDO A LICÃO:** Deus nos criou a Sua imagem e semelhança (Gn 1:27), mas por causa do pecado fomos afastados de Deus (Rm 3:23). Então Jesus veio para nos reconectar ao Pai e nos ensinar a ser como Ele (Jo 3:16). Nele nunca houve pecado. Jesus venceu o pecado e se Deus diz que podemos ser como Ele, é porque Ele capacita e nos ajuda (1Pd 2:22-24). Não pense que ser santo é impossível. É possível sim, por meio do Espírito Santo de Deus. Esse é o ponto! Deus nos perdoa com a sua graça, nos liberta da escravidão do pecado e nos capacita a viver uma vida de obediência e temor ao Seu santo nome. A partir do momento em que recebemos o Espírito Santo, nos tornamos nova criatura (2Co 5:17) e começamos a caminhar rumo a vontade de Deus (1Co 6:11). O Espírito Santo começa, então, um processo de limpeza e de purificação do nosso interior, no qual ele vai expor nossas sujeiras e nos disciplinar como filhos para arrependimento e abandono das práticas do mal. Esse processo chama-se **SANTIFICAÇÃO**. → Um dia veremos Cristo, e seremos como os anjos,

anunciando a santidade do nosso Senhor (Isaías 6:3). Enquanto este dia não chegar, precisamos prosseguir para o alvo e completar a missão dada por Deus. Deus odeia o pecado e, por isso, Ele vai dar escapatórias (1Co 10:13), perdão (1Jo 1:9), e principalmente a Sua Palavra para discernir o que fazer (Jo 14:26). Apenas continue firme caminhando em santidade e se esforçando para ser santo em todo tempo. Na prática: Seja Santo em relação à pornografia, com sua internet, nos seus pensamentos. Peça perdão toda vez que pecar e abandone o pecado costumeiro, é ele que vai te derrubar, procure pessoas para ajudar, confesse seus pecados para essas pessoas. Etc.

**4) DECIDINDO:** Este é o momento de colocar a sua santidade em prática! ( ) Vou espalhar bilhetes pelos lugares onde eu mais frequento com a pergunta “Senhor, o que eu estou fazendo está refletindo a tua santidade?” ou colocar 7x o meu celular para despertar com a mesma pergunta. ( ) Decido procurar um amigo mais espiritual que eu e confessar meus pecados. ( ) Decido pedir perdão a Deus por esse pecado ..... que está me atrapalhando de ver a Deus. ( ) Outra decisão.....

**5) COMPARTILHANDO:** Entregue a Deus suas decisões e peça perdão por seus pecados. Peça de Deus forças para buscar e viver em santidade!

**Meditação 2 - Terça-feira – TEMA: FAÇA MORRER!**

*“Portanto, façam morrer tudo o que pertence à natureza terrena: imoralidade sexual, impureza, paixões, maus desejos e a avareza, que é idolatria.” Colossenses 3:5*

**1) ENTENDENDO:** Responda:

a) O que é a natureza terrena? .....

.....

.....

b) O que é imoralidade sexual? .....

.....

.....

c) Dê exemplos de impurezas, paixões e maus desejos:

.....

.....

d) O que é avareza?.....

.....

Quando entendemos que devemos viver em santidade, percebemos que é preciso, como o versículo diz, *“fazer morrer”* coisas erradas que praticávamos antes de conhecer a Deus. Mas, o que significa *“fazer morrer”*? Achou estranho o texto bíblico usar essa construção? Bem, isso está assim por que no grego, a língua original em que foi escrita essa carta, quando você quer dizer que precisa “eliminar” algum mal desejo, ou qualquer outra coisa, você usa FAZER MORRER. E isso é uma atitude radical! A busca pela santidade exigirá esforço de sua parte, pois muitos inimigos e dificuldades virão contra você tentando te afundar na lama do pecado. Para viver em santidade, algo necessário para termos um bom relacionamento com Deus, precisamos abandonar tudo aquilo que nos impede de estarmos cada vez mais próximos de Deus. Isso é fazer morrer! É ter tolerância zero com o pecado! Matar qualquer ídolo que esteja em nosso coração!

**2) MEMORIZANDO:** Dedique esse tempo para decorar o versículo e, assim, ao invés de ter maus pensamentos, faça morrer o pecado substituindo-o pela Palavra em seu coração. Coloque o despertador para tocar 3x no dia e, quando ele tocar, pare tudo o que estiver fazendo para lembrar o versículo.

**3) TIRANDO A LIÇÃO: Reflita:** “Optamos por prazeres baratos no lugar de prazeres duradouros porque nos falta fé. Compare isso com Moisés. Moisés teve acesso a todos os luxos do Egito, mas, alegremente, abriu mão deles porque tinha fé no tesouro de Cristo. A fé em Jesus não é uma solução rápida. Certamente não é um caso de “basta só crer”. Não há “só” nisso. Sim, a mensagem é “crer”. Mas nunca é “só crer”. Somos chamados à “batalha da fé”. Então, em vez de “só crer”, a mensagem é “lute para crer”. E será uma luta; uma luta diária. Alguns dias, você perderá a batalha. Então, você terá de se levantar, lutar para crer na graça de Deus e voltar à briga.” (Tim Chester- Livro: Com Toda Pureza.) → A palavra abnegação significa “renunciar, abrir mão, desprezar”. Cristo nos chama a abnegar certos prazeres desta vida. Nem sempre é fácil. Muitas das vezes, é doloroso. Haverá momentos em que agiremos por dever, mas fazemos isso acreditando que o dever conduz à alegria, e que “negar a si mesmo” leva a ganhar a própria vida, e vida eterna (**Mc. 8:34-38**).

Existe algo em sua vida que você precisa dar fim? Vamos ver algumas dessas coisas? Após ler o versículo tire uma lição pessoal.

Paixões (2 Tm 2:22; 1 Pd 2:11): .....

Cobiça (Ex. 20:17; 1 Jo.2:15-17):.....

Mentira (Ef. 4:25; Jo.8:44): .....

Inveja (Tg 3:16; Pv. 24:1):.....

**4) DECIDINDO:** Sem decisão não tem transformação de vida. Esse momento é um dos mais importantes e, por isso, eu convido você a refletir: por onde o pecado tem entrado em minha vida? Pelo seu celular? Netflix? Pelo seu computador no quarto? Através das más companhias? Só você e o Senhor sabem! Então tome a decisão de fazer morrer os meios pelos quais você tem cedido ao pecado. ( ) Decido parar de (coloque o quê, e tempo que vai ficar sem) ..... pois me faz pecar. ( ) Outra decisão de FAZER MORRER um dos assuntos/ PECADOS abordados na meditação de hoje.....

**5) COMPARTILHANDO COM DEUS:** Compartilhe com Deus suas decisões. Não desista, seja disciplinado e foque em Jesus!

**Meditação 3 - Quarta-feira – TEMA: O DIABO QUER TE DOMINAR.**

*“Se você fizer o bem não será aceito? Mas se não fizer saiba que o pecado o ameaça à porta; ele deseja conquistá-lo, mas você deve dominá-lo.” Gn. 4.7*

**1) ENTENDENDO:** Leia o contexto do versículo em **Gn 4.1-9** e responda:

a) Qual foi o pecado de Caim?.....

b) Caim conseguiu dominar o pecado? Como ele agiu?.....

Na versão VIVA, este mesmo versículo diz “[...] *ele deseja destruí-lo, mas está na sua mão o poder de dominá-lo.*” Como você pode fazer isso na prática? .....

**2) MEMORIZANDO:** Uma das armas mais eficazes que temos contra satanás é a espada do Espírito, que é a palavra de Deus (Ef. 6:16). Memorize o versículo de hoje com mímica, grave um vídeo e compartilhe com um amigo(a). ( ) Fiz.

**3) TIRANDO A LIÇÃO:** Você sabia que, nesse exato momento, está acontecendo uma batalha espiritual ao seu redor entre anjos e demônios pela sua vida? Em **1Pe 5:8**, a bíblia diz que o Diabo anda ao redor como um leão, rugindo e procurando a quem possa devorar. Ou seja, precisamos entender e viver conscientes da batalha que acontece ao nosso redor. Quando cedemos a um pequeno desejo ou sentimento, como aconteceu com Caim, estamos nos sujeitando a viver um ciclo vicioso de pecado. E isso é perigoso. O Diabo só precisa de uma brecha para destruir a nossa vida. Ele sabe das nossas fraquezas e é justamente nelas que ele vai atacar utilizando seus argumentos preferidos são: “*não tem nada a ver*”, “*só um pouco de pornografia não vai te fazer mal*”, “*ninguém precisar saber disso*”, “*não meditar só hoje não vai fazer diferença*”, “*faltar culto só um domingo não vai te fazer desviar*”, entre tantos outros. Lembre-se: Satanás é o pai da mentira (Jo 8:44) e ele quer te dominar! Tudo o que ele mais quer é que você não viva uma vida santa e que agrada a Deus. Por isso, resista ao Diabo, e ele fugirá de você (**Tg 4:7**). Leia os versículos e escreva o que vc entendeu de cada texto e no final escreva a lição principal que você tirou da meditação de hoje.

a) Gl 5:16-17; .....

b) Rm 7:18-23; .....

c) João 8:34; .....

d) 2Reis 6:15-17; .....

e) Tg 4:7; .....

f) 1Co 6:12; .....

g) Gl 5:1; .....

h) Rm 8:8-9; .....

Lição principal:.....

**4) DECIDINDO:** Quais as batalhas que você tem enfrentado na sua caminhada cristã? Você já confessou suas fraquezas a uma pessoa mais espiritual que você? Você tem procurado fugir das armadilhas de satanás? Quais as brechas que você tem deixado abertas na sua vida? Faça decisões hoje que vão te ajudar a resistir o inimigo. ( ) Vou confessar essa fraqueza ..... para meu líder de grupo até o próximo final de semana e vou pedir ajuda. ( ) Vou procurar uma meditação específica sobre esse área ..... que estou tendo dificuldade. ( ) Vou mapear minhas zonas de perigo e me afastar delas. ( ) Outra decisão:.....

**5)COMPARTILHANDO:** Escreva uma carta para Deus falando dos seus pontos fracos e das áreas que mais satanás tem te tentado. (Use o espaço disponível no final da meditação) Entregue para Ele as suas lutas e peça ajuda para resistir ao inimigo, para não ser dominado pelo pecado e para viver uma vida santa.

**Meditação 4 - Quinta-feira – Tema: SANTIFICADOS PELA PALAVRA.**

*Santifica-os na verdade; a tua palavra é a verdade. João 17:17*

**1) ENTENDENDO:** Leia o versículo na tradução da Bíblia VIVA: “*Que o Senhor faça todos puros e santos, ensinando-lhes as suas palavras de verdade.*” Aprendemos até aqui que o início do processo de santificação consiste em começar a abandonar tudo aquilo que nos afasta de Deus e a lutar contra essas coisas. Agora, vamos aprender sobre tudo aquilo que nos aproxima dEle. Segundo o versículo de hoje o que podemos fazer para nos aproximar de Deus?.....

Quando focamos em Deus tiramos o foco do pecado, quanto mais tempo de intimidade com Deus temos, mais parecidos seremos com ele. É na Palavra de Deus que encontramos as respostas para nossas dificuldades e é lá que nosso Pai nos ensina como viver da maneira que o agrada. Você quer ser santo? Dedique-se à Palavra de Deus!

**2)MEMORIZANDO:** Seja criativo! Escreva o versículo de hoje em um papel ou no fundo de tela do seu celular. Depois coloque-o em um lugar visível e revise durante o dia. ( ) Memorizei.

**3)TIRANDO A LIÇÃO:** Você já deve ter escutado alguém falar (ou até mesmo você) frases como: “*eu não consigo mudar isso*”, “*eu já errei nisso tantas vezes, não tem como mudar*”, “*Santo só Deus mesmo*”. Deus, de fato, é santo e incorruptível, mas Ele nos convida para uma vida santa também! A santidade, a qual Deus quer que sigamos, é baseada no desenvolver dos frutos do Espírito (Gl 5:22-23). Para que isso aconteça, é preciso de muita meditação na Palavra e investir no tempo de qualidade que temos com Deus. O diabo quer tirar você do foco e, por isso, vai fazer de tudo para tirar a Palavra da sua vida. Ele sabe que a Palavra de Deus é viva e eficaz (Hb 4:12) e o propósito dele é que você tenha uma vida afastada do criador, que você seja dominado pelo seus maus desejos e pecados e, conseqüentemente, afastado do propósito de Deus para sua vida. Deus, porém, nos concede graça maior, pois aquele que habita em nós é maior do que está no mundo (1Jo 4:4). O único meio pelo qual podemos conhecer a vontade de Deus e vencer nossas provações é por meio da sua palavra. Quanto mais Palavra, mais poder espiritual você terá e menos o diabo terá poder sobre você. A Palavra limpa, purifica, lava os nossos pecados! A Palavra tem o poder de nos mudar para sermos mais parecidos com Jesus Cristo!

➔ **Leia os versículos e escreva a lição que aprendeu sobre cada um deles.**

Versículo	Lição
Efésios 5:26-27	
2 Coríntios 7:1	
Hebreus 12:14	
1 Tessalonicenses 4:7	

Uma vida de santidade é possível sim! Lembre-se que você foi separado e adotado como filho. Deus nos concede, por meio do **Espírito Santo**, o poder de buscar a santidade. Esse poder se revela através da obediência e busca ao Senhor por meio da oração e sua palavra. Você não pertence a essa terra. Seja santo assim como é santo aquele que o chamou.

**4) DECIDINDO:** ( ) Decido dedicar pelo menos 20 minutos do meu tempo ao estudo da palavra de Deus, entendendo que é por meio dela que Deus fala comigo. ( ) Decido que irei começar meu dia pela meditação na Palavra de Deus. ( ) Irei memorizar Gl 5:22-23 e analisar quais os frutos que preciso desenvolver. ( ) Decido ler, pelo menos, um capítulo da bíblia todos os dias.

**5) COMPARTILHANDO COM DEUS:** Ouça a música “Me faz te amar mais”, <https://www.youtube.com/watch?v=T79GuajbLiA>, de Alessandro Vilas Boas e dedique esse momento ao Senhor. Ore a Ele: “Deus, quero ser santo como tu és santo. Sei que me chamaste para a pureza e a santidade. Obrigado porque me manterás puro e santo, de modo que eu esteja inteiramente preparado para tudo o que reservaste para mim. Amém.”

**Meditação 5 - Sexta-feira – TEMA: ENCHER-SE DO ESPÍRITO**

*“Não se embriaguem com o vinho que leva a libertinagem, mas deixem-se encher pelo Espírito.” Efésios 5.18*

**1) ENTENDENDO:** Leia o versículo em outras duas versões e escreva o que você entendeu abaixo. Li na versão ( ) NTLH ( ) VIVA ( ) NVT ( ) Almeida

Libertinagem é se entregar aos seus maus desejos e viver uma vida cheia de pecados. Por isso, se quisermos exercitar a santidade em nossas vidas precisamos nos “encher do Espírito”, isto é, buscar fazer tudo aquilo que agrada a Deus, exatamente a atitude contrária à prática de libertinagem do verso de hoje. E só tem um jeito de se encher do Espírito: Colocando muita Palavra de Deus para dentro!

**2) MEMORIZANDO:** Uma das melhores maneiras de se encher do Espírito é guardando a própria palavra de Deus no coração para não pecar contra Ele (Sl 119:11). Decore o versículo de hoje em uma das versões que você escolheu para ler no passo anterior, e mande um áudio no grupo do seu GA. Isso se for possível, pois a memorização na versão que está aí em cima já é o suficiente.

**3) TIRANDO A LICÃO:** Certa vez, o Pr. David disse a seguinte frase: “Quem está cheio de bom alimento não tem espaço para o que não presta”. Quando você está com fome, qualquer coisa serve. Você não costuma parar para pensar se aquele alimento fará realmente bem para o seu corpo, você apenas quer satisfazer a sua necessidade de comer. Mas quando você tem uma boa educação alimentar, costuma se alimentar na hora certa, se enche de bons alimentos ricos em nutrientes, seu estômago não terá espaço para coisas ruins. Assim também acontece na nossa vida espiritual! Se você estiver cheio de Deus, cheio da Palavra, não terá espaço para o pecado. Lembre-se: você é aquilo que você assiste, ouve, pesquisa, pensa, curte, compartilha... Encher-se do Espírito é procurar as coisas de Deus, é buscar aquilo que vai te edificar e te fazer mais parecido com Cristo, e não ficar perdendo tempo com coisas banais que o mundo oferece. A Palavra de Deus é o alimento do Espírito! Só através dela você poderá crescer e tornar-se semelhante a Jesus!

➔ Analise a sua vida e dê uma nota de 0 a 10(0= Não estou me parecendo com Cristo, 5= Posso melhorar, 10= Estou parecido com Cristo). ( ) Redes sociais ( ) Músicas ( ) Séries/filmes/novelas ( ) Amizades ( ) Lugares que frequento.

➔ Agora leia os versículos abaixo e escreva lições do que você aprendeu. Sempre tentando associar ao tema da meditação de hoje!

**Rm 12:2;** .....

**Ef 4:30;** .....

Ef 5:4-10; .....

.....

.....

.....

.....

CI 3:1-2; .....

.....

.....

1Pe 2:9,16; .....

.....

.....

.....

.....

.....

1Co 10:31; .....

.....

.....

.....

1Pe 4:1-4; .....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**4) DECIDINDO:** Escolha as áreas que você tirou nota 5 ou abaixo de 5 e faça decisões práticas para melhorar. ( ) Vou excluir das minhas redes sociais aquelas pessoas que postam coisas que desagradam a Deus (imoralidade, homossexualismo, traição, drogas, etc.). ( ) Não irei mais assistir essa série ..... porque ela não me faz mais parecido com Cristo. ( ) Vou refazer minhas playlists e buscar ouvir mais louvores do que músicas seculares. Outra decisão:.....

**5)COMPARTILHANDO:** Fale para Deus o quanto você o ama e o quanto deseja se parecer mais com Ele. Peça coragem para cumprir suas decisões e para se abster das coisas mundanas que te afastam dEle. Diga que você quer viver uma vida santa e dedicada totalmente para Cristo. Tenha um momento de qualidade com o seu Pai. Vamos viver em Santidade! Vamos viver mais parecidos com Jesus! Faça um pacto de santidade com o Senhor.

Escreva uma carta com suas decisões nesta área para Ele.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....