

DE 04/11 A 08/11

1 SEGUNDA-FEIRA

TEMPLO DO ESPÍRITO SANTO 1 CO 3:17

Nosso corpo é templo do Espírito Santo. templo é um lugar onde a manifestação de Deus ocorre de forma especial e contínua. Quando nos damos conta de que o nosso corpo é templo do Espírito, entendemos que precisamos cuidar e zelar por ele, isso se dá através de inúmeros jeitos, mas o que vamos trabalhar hoje tem a ver com a nossa saúde. Pode ser que muitas vezes temos a mania de olhar para Deus e a igreja como algo espiritual, mas acontece que tudo e até mesmo nosso corpo está inserido nesta questão. Vamos introduzir e entender melhor esse assunto.

3 QUARTA-FEIRA

BONS HÁBITOS 1 CO 10:31

O corpo é uma ferramenta para cumprir nossa missão. Então, por que devemos cuidar do nosso corpo? Porque o nosso corpo é uma ferramenta para servir pessoas. E nós queremos servir pessoas para agradar a Deus e mostrar que ele é confiável. Existem três áreas em que vocês podem criar hábitos saudáveis desde hoje: alimentação, exercício e higiene. Nossa vida precisa ser para glorificar a Deus em todas as áreas. Vamos ler e meditar hoje em Daniel 1, abra sua bíblia:

- O que a saúde física implica na vida de um filho de Deus? Como isso tem a ver com a sua saúde para Deus?
- O que você considera ser um templo do Espírito Santo?
- Como podemos entender que até mesmo nosso corpo e saúde está conectado com a nossa vida com Deus?
- Leia 1 Coríntios 3:17 e explique este versículo com as suas palavras
- Como podemos glorificar a Deus com nosso corpo?
- DECIDINDO () Decido dar o meu máximo para entender o que Deus quer falar consigo nesta semana através desta meditação

MEDITAÇÃO SEMANAL

CORPO, ALMA E ESPÍRITO

- Por quanto tempo eles deveriam comer a comida que era fornecida pelo rei?
- O que a nossa alimentação tem a ver com glorificar a Deus? Como você pode fazer isso no seu cotidiano?
- Como o exercício físico pode nos ajudar a entender que nosso corpo é uma ferramenta para cumprir a nossa missão?
- Porque a nossa saúde é tão importante para que consigamos continuar sendo instrumentos de Deus?
- DECIDINDO: () Decido me disciplinar em questão da minha vida e buscar ter saúde para servir ao Senhor

2 TERÇA-FEIRA

OS SENTIDOS RM 12 :1

Quando pensamos no nosso físico, também conseguimos entender sobre nossos 5 sentidos (audição, olfato, paladar, visão e tato) E cada um desses sentidos deve ser usado para glorificar a Deus. Tudo que fazemos com nosso corpo deve carregar o nome de Deus. Pense nesses sentidos e se tem algum que você faz algo que pode desagradar a Deus, principalmente sobre audição e visão. O que você ouve e vê com seus amigos ou quando você está sozinho? Tudo isso tem um peso sobre seu corpo e marcas que podem te levar a estar separado de Deus. Vamos meditar e entender sobre isso com a vida de Acã, abra em Josué 7:

- O que estava acontecendo com o povo pelo pecado de um homem?
- Alguém havia pegado coisas consagradas e por isso o povo estava perecendo. Quais sentidos foram afetados neste episódio?
- Como podemos ver a questão do corpo sendo manifestada?
- Qual foi a consequência por ter cobiçado aqueles pertences e como a cobiça começa? Com qual dos sentidos!?
- DECIDINDO () Decido ter meus sentidos submissos ao Senhor, para que Ele possa falar em meu coração e eu possa sempre estar disposto a escutar a sua voz.



4 QUINTA-FEIRA

DISCIPLINA PV 23:12

Mesmo que saibamos muitas vezes o que precisamos fazer, temos a dificuldade de colocar em prática, de ter uma vida que agrade a Jesus de todo nosso coração, pois, mesmo sabendo, nós acabamos errando. Por isso, é necessário ter disciplina em nossa vida e mente para sabermos o que precisamos fazer e conseguir fazer com excelência. Isso tem a ver com a nossa saúde e com o nosso corpo. O que comer, como se cuidar, como se exercitar e outras coisas. Por isso, a disciplina é algo que se pratica diariamente, entendendo que fazemos pelo nosso bem e buscando fazer melhor para Deus. Pensando na sua rotina e vida com Deus, vamos meditar:

**PARA MEMORIZAR
NESTA SEMANA:
1 CORÍNTIOS 6:19
ROMANOS 12:1
1 CORÍNTIOS 10:31**

Direção de meditação semanal

- O que é a palavra disciplina significa na sua vida?
- Leia o versículo de Provérbios 23:12 e explique como essa disciplina do versículo pode nos ajudar com a nossa vida cotidiana?
- Como nós podemos buscar uma vida de disciplina no nosso cotidiano?
- Quais são as áreas da sua vida que você acredita que precisa de mais disciplina?
- DECIDINDO: () Decido ter um coração voltado ao Espírito Santo e entender que desejo a minha disciplina diária para glorificar a Deus

MEDITAÇÃO SEMANAL

CORPO, ALMA E ESPÍRITO

- Qual a importância do descanso? O que Deus fala sobre o descanso na bíblia?
- Como você decide ter disciplina na sua vida cotidiana?
- Quais decisões você tomou essa semana em relação a sua saúde e vida com Deus?
- O que você aprendeu com a história de Acã que vimos nesta semana e como ela se relaciona com os temas abordados?
- DECIDINDO: () Decido manter uma vida de adoração a Deus em todas as áreas da minha vida e estar disponível como uma ferramenta na obra de Deus
- Ore e agradeça ao Senhor pela sua vida, saúde e declare que seu corpo será usado para glorificar a Deus, com tudo o que você tem!!

5 SEXTA-FEIRA

RELEMBRANDO

Nesta semana, iniciamos nossa nova série de estudos CORPO, ALMA E ESPÍRITO. Vimos sobre nosso corpo e como tudo que fazemos e aprendemos é para a glória de Deus. Nosso corpo é templo do Espírito Santo, temos nossos 5 sentidos para glorificar a Ele, nossos hábitos devem demonstrar uma vida saudável e nosso corpo é para cumprir nosso chamado e propósito. Por isso, nesta semana nós começamos a entender que tudo que temos e somos é para o nome do nosso Deus. Pensando em tudo o que você aprendeu, vamos meditar: