



## FRUTOS DO ESPÍRITO

### Parte II

Esta semana você vai continuar a meditar sobre os Frutos do Espírito Santo, que se encontra em **Gl 5:22-23**. Os frutos do Espírito são qualidades que o cristão deve desenvolver quando recebe a Cristo como Senhor e Salvador, e o Espírito Santo passa habitar nele.

#### Segunda- feira: Bondade

***“Sejam bondosos e compassivos uns para com os outros, perdoando-se mutuamente, assim como Deus os perdoou em Cristo.” Ef 4-32***

Você sabe o significado de **bondoso, compassivo**? Então responda: Como você deve tratar os outros? \_\_\_\_\_, a ordem do Senhor é que tenhamos compaixão pelo próximo, fazendo o bem e o perdooando como ele nos perdoou. Coloque o versículo na primeira pessoa do singular: *Eu devo ser*

---

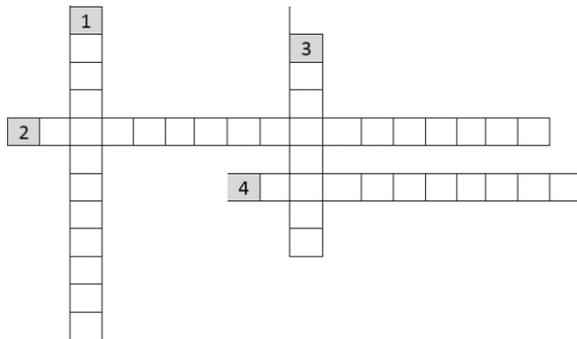
---

**MEMORIZANDO:** O Senhor trata com bondade aqueles que obedecem sua palavra. Vamos decorar o versículo de hoje. ( ) Decorei

**TIRANDO A LIÇÃO:** A palavra bondade significa praticar ou expressar a benignidade, fazer o que é bom, servir os outros e ser generoso, Em **2Co 5.22** Paulo diz que a bondade é também um dos frutos do espírito, então se você tem o Espírito Santo a bondade teve ser uma prática constante em sua vida, além do mais a bíblia traz promessas para as pessoas que praticam a bondade (**Pv 22:9, Pv 11:17,23-25**), porém como os outros frutos, ser bondoso é uma decisão, por que sabemos que dentro de nós tem uma parte que quer fazer o que desagrada a

Deus (**Rm 7.15**), a palavra de Deus diz que, quem sabe que deve fazer o bem e não faz comete pecado (**Tg 4.17**), e você tem deixado de fazer o bem? De ajudar quem precisa? De que adianta ter fé se ela não é colocada em prática através do amor e da bondade ao próximo (**Tg 2.15-17**). Temos muitos exemplos de bondade na Bíblia, vamos citar dois: 1) O primeiro era Dorcas (**At 9:36-41**), ela praticava boas obras, dava esmolas, fazia roupas para dar aos necessitados. 2) O segundo exemplo é um homem que foi muito bondoso, em (**Jó 29. 15-17/31.32**) mostra a virtude da bondade que Jó tinha em ajudar os doentes, os necessitados, os estrangeiros, você tem feito isso? A bondade revela a santidade da pessoa salva por Cristo (**Ef 5:8-9; Cl 3:12**). Seja bondoso em suas ações e permita que o nome do Senhor seja glorificado através da sua vida.

**Aprendendo mais:** Na parábola do bom samaritano dita por Jesus vemos a bondade expressa de maneira significativa, leia **Lc 10. 30-37** e responda: 1) Nas mãos de quem o homem caiu? 2) Quem foi o primeiro que não ajudou o homem? 3) O que o samaritano sentiu pelo homem? 4) Qual dos três demonstrou amor e bondade?



**DECIDINDO:** Decido fazer Jesus brilhar através da minha vida, estando disposto a ajudar sempre que alguém precisar.  
( ) Decido Fazer um ato de bondade essa semana e compartilhar no próximo GA.

**COMPARTILHANDO:** Como é bom servir a um Deus tão bondoso, fale com ele nesse momento, compartilhe suas decisões e agradeça por todas as coisas boas que ele tem feito em sua vida.

### Terça-feira: Amabilidade

**“Seja a amabilidade de vocês conhecida por todos. Perto está o Senhor” Fp 4:5**

Você conhece essa palavra “amabilidade”? Faça uma pesquisa e coloque pelo menos 3 sinônimos desta palavra: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ e \_\_\_\_\_.

Amabilidade é uma qualidade de quem é amável, atencioso, benigno, delicado. E isso requer várias atitudes como simpatia, generosidade e compaixão. Amabilidade é o “amor em ação”.

**MEMORIZANDO:** A Bíblia mostra como você pode andar em caminhos retos, por isso é importante ter os versículos guardado no coração, eles te ajudarão a não errar. Decore o versículo de hoje agora.

**TIRANDO A LIÇÃO:** Aqueles que tem o fruto do Espírito da amabilidade (benignidade), são pessoas que tem um bom relacionamento com as pessoas que estão à sua volta. A pessoa benigna deseja o bem dos outros, não tem más intenções, mesmo que alguém tem feito mal a ela (**1 Co 13:4**). Ela não permite que sentimentos de ódio e vingança dominem a sua vida. Ela perdoa seu próximo (**Ef 4:32; Cl 3:13**), um exemplo disso é Estevão (**At 7:55-59**), quando ele estava sendo apedrejado, orou para que aquelas pessoas fossem perdoadas. Isto é ser benigno, orar e perdoar aqueles que te perseguem. Outra característica é que entende as necessidades do seu próximo (**At 2:41-47**). E você adolescente tem sido uma pessoa amável? Ou trata mal os outros que não fazem parte do seu círculo de amizade, do seu grupinho? Vença seu egoísmo, não seja mesquinho e pratique o amor, pois Jesus te amou primeiro. Lembre-se que as pessoas reconhecerão que você é filho de Deus quando praticar o amor (**1 Jo 3:16; Jo 13:34**).

**Aprendendo mais:** Há diversas maneiras de ser uma pessoa benigna, leia os versículos a seguir e escreva 6 maneiras práticas de ser amável: **Rm 12:9-21; Ef 4:2; I Jo 3:17; 1 Pd 4:8-10.**


**DECIDINDO:** Chegou a hora da decisão. Pense bem no que aprendeu hoje e faça uma decisão prática, não vale mais uma lição, como: vou ser mais amável, preciso ser benigno, isto não é decisão, é lição, uma decisão é algo prático. ( ) Durante dois dias consecutivos demonstrarei amabilidade e delicadeza sorrindo sempre ao cumprimentar alguém. Faça outra decisão: \_\_\_\_\_

**Agora, agradeça** a Deus pelo seu grande amor. E ore por suas decisões.

### Quarta-feira: Fidelidade

***“Seja fiel até a morte, e eu lhe darei a coroa da vida.” Ap 2.10b***

O fruto do Espírito que você vai meditar hoje é sobre fidelidade. Para você o que é fidelidade, quais as características de alguém fiel? \_\_\_\_\_

b) O que significa ser fiel até a morte? \_\_\_\_\_

c) De acordo com o versículo, vale à pena ser fiel? Por quê? \_\_\_\_\_

A Bíblia mostra que enquanto estivermos nessa terra passaremos por muitas dificuldades (**Jo 16.33**), mas nada disso representa um motivo para ter medo ou desistir, afinal, aqueles que estão verdadeiramente caminhando com Deus sabem que no verdadeiro amor não existe medo (**1 Jo 4.18**). Logo, ser fiel de fato é um fruto, ou seja, um resultado de quem é verdadeiramente filho de Deus.

**MEMORIZANDO:** O versículo de hoje traz uma mensagem bela demais para não estar sempre conosco! Separe este momento para aprender

ao máximo com a Palavra de Deus. Que seja um momento significativo e especial para você. Vamos lá!

**TIRANDO A LIÇÃO:** A fidelidade é um atributo de Deus. Ele não muda, permanece fiel, por isso muitas vezes é comparado à Rocha por ser imutável (**Dt 32.4**). E por causa da fidelidade de Deus, Ele te chamou para viver segundo a sua vontade (**1 Co 1.9**). Logo, o seu alvo é ser como Ele é e isso acontece à medida que você anda mais perto Dele (**2 Co 3.18**). Josué é um exemplo de homem fiel a Deus, ele decidiu que serviria ao Senhor fielmente, independente se o povo faria isso ou não (Leia **Js 24**). E você tem sido fiel ao Senhor? Ou tem deixado que outras coisas ou circunstâncias tirem seu foco Dele? Desenvolver a fidelidade a Deus, sabe qual o segredo para isso? Ande com Deus, medite em sua Palavra e obedeça a Ele!

**Aprendendo Mais:** Leia os versículos a seguir percebendo a relação que há entre sua mensagem e o tema de hoje. Ao final, escreva uma lição que aprendeu com eles:

**1 Co 4.2** \_\_\_\_\_

**Tt 1.9** \_\_\_\_\_

**Lc 16.10** \_\_\_\_\_

**Hb 10.23** \_\_\_\_\_

**DECIDINDO:** Este é o momento para orar e pensar naquilo que Deus mostrou a você que é necessário mudar. Reflita de acordo com a Palavra no que você pode melhorar em seu relacionamento com Deus e como permanecer fiel até o fim.

Decisão: \_\_\_\_\_

Converse com Deus sinceramente sobre o que leu e aprendeu e peça direção em suas decisões. Busque encontrar em Deus o caminho para permanecer fiel conforme a sua vontade.

## Quinta-feira: Mansidão

***“Não caluniem ninguém, sejam pacíficos, amáveis e mostrem sempre verdadeira mansidão para com todos os homens.” (Tito 3:2)***

O que você entende por mansidão?

Mansidão é \_\_\_\_\_ (Procure no dicionário)

Mansidão é um dos frutos que vem da transformação gerada pelo Espírito Santo (**Gl 5:23**). É entregar seus direitos a Deus, e esperar confiando que ele fará o melhor. Reescreva o versículo de hoje com suas palavras: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**MEMORIZANDO:** Jesus nos mostrou como ser manso (leia Fp 2:5-9) e sua Palavra nos ajudar a ser igual a Ele, por isso a necessidade de decorar.

**TIRANDO A LIÇÃO:** A palavra “manso” significa humilde, e na Bíblia temos o exemplo de Moisés, um homem que nunca quis ser o centro das atenções e que considerava os outros tão importantes quanto ele. Ser manso é não viver brigando por nenhum direito pessoal, quando Miriã falou mal dele, este não se irritou, mas entregou ao Senhor (leia **Nm 12**). Outro grande exemplo é o próprio Jesus, que é manso e humilde de coração (leia **Mt 11:28-29**). Uma pessoa mansa não se rebela contra Deus, nem murmura. Ele aceita a vontade de Deus. Ele sabe, assim como Paulo, viver contente em todo lugar e qualquer situação, e sempre dando graças (**1 Ts 5:18**). Uma pessoa mansa não é facilmente provocada, ela perdoa as ofensas (**1 Pe 2:23**), ama os inimigos e ora por eles (**Mt 5:44**). Os mansos são guiados por Deus (**Sl 25:9**), são ricamente providos (**Sl 22:26**) e herdarão a terra (**Sl 37:11**), Lembrando adolescente que aquilo que você **faz** sempre falará mais alto do que aquilo que **fala**, seja forte para confiar sua vida naquele que é fiel. Você pode ter pais que não são cristãos, ou estar sendo ridicularizado na escola, não tema, não reclame da vida, confie no Senhor que tudo Ele fará.

**Aprendendo mais:** como vimos mansidão é um dos frutos e é indispensável para:

- |                 |   |
|-----------------|---|
| 1. Tg 1:21      | ( ) Ter uma vida de obediência a Deus, bom testemunho |
| 2. Sl 25:9      | ( ) Viver uma vida de satisfação interior             |
| 3. 1 Pe 3:15-16 | ( ) Receber a Palavra de Deus                         |
| 4. Sl 22:26     | ( ) Conhecer a vontade de Deus                        |

**DECIDINDO:** ( ) Decido que nesta próxima semana mostrarei mansidão não respondendo ao professor ou meus pais, pois se eles estão na minha vida foi porque Deus permitiu.

**COMPARTILHANDO:** Entregar seus direitos e vontades a Deus não é fácil, porém peça a Ele para que você se torne uma pessoa cheia de mansidão, pois como diz em **Mt 5:5** bem-aventurados os mansos porque herdarão a terra.

### **Sexta-feira: Domínio Próprio**

***“Como a cidade com seus muros derrubados, assim é quem não sabe dominar-se.” Pv 25:28***

O que acontece com uma cidade com os muros derrubados?

( ) fica em segurança ( ) fica desprotegida. O que significa dominar-se? ( ) extravasar ( ) controlar-se. Domínio próprio é a capacidade de controlar suas atitudes, palavras, pensamentos e sentimentos. Quando você não sabe se dominar, você fica desprotegido e abre brechas para o pecado entrar em qualquer área de sua vida.

Marque V (verdadeiro) ou F (falso) sobre o que é dominar-se:

( ) controlar a língua pra não falar palavrão ( ) não ouvir e nem contar fofoca ( ) orar e meditar todo dia, mesmo sem vontade ( ) desligar a TV ou internet pra não ver algo imoral ( ) não mexer no celular na hora do culto, ou GA ( ) namorar antes do tempo ( ) responder na hora da raiva. As duas últimas são falsas. Escreva algo que precisa ser dominado com urgência na sua vida: \_\_\_\_\_.

**MEMORIZANDO:** Pratique agora o domínio próprio e só pule essa etapa depois de decorar o versículo de hoje. ( ) Decorei.

**TIRANDO A LIÇÃO:** O último fruto do Espírito é o **DOMÍNIO PRÓPRIO**. Domínio próprio é controlar a si mesmo: palavras, sentimentos, pensamentos e atitudes. É a capacidade de fazer o que

você deve fazer, e não somente o que você quer. A sua natureza humana é pecaminosa e sempre vai desejar o que é contrário à vontade de Deus, por isso o Espírito lhe ajuda a dominar suas vontades humanas (leia **Rm 6:11-14**, **Tt 2:11-12**). A pessoa que consegue se controlar é capaz de vencer os vícios e maus hábitos que os fazem andar no pecado. Áreas da sua vida que devem ser dominadas: Tempo: cumprir todas suas obrigações e não desperdiçar com TV, internet, jogos, celular (**Sl 90:12**); Língua: não falar palavrões, imoralidade ou falar demais (**Ef 4:29**; **5:4**; **Pv 13:3**); Corpo, paixão: controlar seus desejos carnis (**1 Ts 4:3-5**; **2 Tm 2:22**); Pensamentos: não pensar em imoralidade ou coisas negativas (**Fp 4:8**); Atitudes: imitar Jesus (**Fp 2:5**); Ira e mágoa (**Ef 4:26**; **Cl 3:13**); Alimentação (**Pv 23:1-3**); Tarefas da escola e casa: fazer suas obrigações como se fosse para o Senhor (**Ef 6:1-3,6-8**); Meditação e oração: meditar e orar todos os dias, mesmo sem vontade (**Sl 1:2**; **19:14**). Dominar a si mesmo é possível e demonstra sua vontade e esforço em agradar a Deus (leia **1 Co 9:27**), mas depende completamente de suas decisões.

**Aprendendo mais:** Leia os versículos embaralhados e ponha-os nas áreas corretas que precisam de domínio próprio.

<b>1 Co 6:12    Pv 15:1    1 Co 10:10    Pv 29:23</b> <b>Ex 3:10-12    Sl 1:1    Pv 21:3    Pv 21:25</b>	
Más amizades:	Reclamação:
Orgulho:	Preguiça:
Internet:	Atitudes:
Raiva:	Baixa autoestima:

**DECIDINDO:** ( ) Vou me aconselhar com um líder sobre a área que preciso dominar com urgência. ( ) Vou controlar minha língua por uma semana para não falar palavrão e nem murmuração.

**COMPARTILHANDO:** Agora tire um tempo para falar com Deus, conte o que você não consegue controlar em sua vida e se comprometa a mudar para agradá-Lo.