

Autocontrole é decidir fazer a escolha sábia, mesmo quando você não quiser.

DIA 1

Leia 1 Coríntios 10:13

Este mês é sobre autocontrole, que é escolher fazer o que você deve, mesmo quando não quiser. Parece bastante impossível, certo? Fazer o que você quer é fácil. **Fazer o que você deve fazer, bem, isso é muito mais difícil.**

Há uma coisa super importante a ser lembrada. Não estamos sozinhos quando se trata de fazer a escolha sábia. É disso que trata o versículo de hoje. Deus é fiel. Isso significa que Ele faz o que diz que fará, sempre. E quando você for tentado a ficar com raiva, ou dizer algo ou fazer algo que não deve, Deus lhe dará a saída.

Então, quando seu autocontrole for testado, lembre-se de que você não está sozinho. **Você pode estar pronto para fazer a escolha sábia crendo que Deus está ao seu lado.**

Preencha as vogais que faltam para completar a declaração abaixo.

__st__j__ pr__nt__ p__r__
f__z__r__ __ __sc__lh__ s__b__
cr__nd__ qu__ D__s__ __st__
d__ s__ l__d__.

DIA 2

Leia Romanos 12:2

Você já mudou de ideia sobre alguma coisa? Talvez você tenha escolhido um sanduíche no almoço e agora esteja desejando ter ido comer pizza. Talvez você quisesse jogar videogame, mas um vizinho apareceu para jogar basquete.

Mudamos de ideia sobre pequenas coisas, como pizza e videogames, o tempo todo. Mas quando se trata de autocontrole e de escolher fazer a escolha sábia, Deus quer que você pense de uma maneira completamente diferente. Em vez de ouvir o que outras pessoas dizem o que você deve fazer, Deus quer que você ouça o que Ele diz.

Deus nunca lhe dará maus conselhos, nem o guiará na direção errada. **Deus te fez e te ama, e isso significa que Deus sempre quer o que é melhor para você.**

Quando você for tentado a fazer algo que sabe que não deve, pare e faça a seguinte oração:

“Deus, me ajude a fazer a escolha sábia.”

Se você orar, Deus o ajudará. Ele vai mudar sua mente e irá ajudá-lo a encontrar seu autocontrole.

Leia Gálatas 5:22-23

Quais desses “frutos do espírito” são mais fáceis para você? Circule. Quais são mais difíceis? Sublinhe.

Amor Alegria Paz

Paciência Bondade Gentileza

Felicidade Mansidão Autocontrole

Você circulou o autocontrole? Provavelmente, não! O autocontrole não é algo que vem facilmente. Mas há uma boa notícia! Quando escolhemos seguir a Jesus, sabemos que Ele prometeu enviar Seu Espírito Santo para nos ajudar a demonstrar cada uma dessas coisas. Felizmente, o autocontrole está nesta lista de “frutos” que Deus quer cultivar em nós à medida que O seguimos. Para demonstrar autocontrole, precisamos estar conectados ao Espírito Santo! Precisamos lembrar que não estamos sozinhos. Como seguidores de Jesus, o Espírito Santo nos ajudará quando mais precisarmos. **Vamos orar hoje e pedir a Deus que nos lembre de que não estamos sozinhos, que Ele nos deu Seu Espírito para estarmos prontos para fazer a escolha sábia!**

Esteja pronto para fazer a escolha sábia.

Leia Mateus 4:10

Quando Satanás tentou a Jesus, Ele não comia há 40 dias! Quando estamos com muita fome, parece impossível esperar quarenta minutos! Satanás viu isso como a oportunidade perfeita para fazer Jesus baixar a guarda, dizendo:

“Ei, Jesus, se você é realmente o Filho de Deus, transforme estas pedras em pães.”

“Ei, Jesus, se você é realmente o Filho de Deus, jogue-se do topo do templo.”

“Ei, Jesus, se você se curvar e me adorar, eu lhe darei comando sobre TUDO o que você vê à sua frente.”

Mas Jesus não cedeu a essa tentação. Ele estava pronto para fazer a escolha sábia porque Jesus conhecia a palavra de Deus! Jesus se recusou a se curvar para seguir o inimigo, pois sabia que somente Deus é digno de adoração.

Desafio de 40 dias

Que tal um desafio de 40 dias?

1. Pegue um cartão e um calendário.
2. Conte 40 dias a partir de hoje no calendário e escreva essa data no topo do cartão.
3. Em seguida, escreva “Adore ao Senhor teu Deus” no centro. Toda vez que você se sentar para comer à mesa, de hoje até a data no topo, leia essas palavras e peça a Deus para ajudá-lo a segui-Lo e a fazer a escolha sábia!