

GUIA DE DISCUSSÃO – “Plano de Ação: Pureza e Santidade”

Objetivo

Ajudar homens a compreender, identificar e vencer os gatilhos da luxúria, construindo um estilo de vida de pureza sexual e dependência de Cristo.

1 Abertura

Dinâmica opcional:

- Peça aos participantes para compartilharem uma palavra que descreva o que “pureza” significa para eles.
- Leia Efésios 6:10–18 (armadura de Deus) e ore pedindo sabedoria e proteção espiritual.

Pergunta inicial:

- O que te motivou a buscar mais pureza no seu relacionamento com Deus?

2 Compreendendo a Excitação e os Gatilhos

Leitura base: Trechos “Compreendendo a excitação” e “Identificando seus gatilhos”.

Perguntas para reflexão e grupo:

- Quais situações, emoções ou ambientes mais te expõem à tentação?
- O texto menciona o conceito HALT (Hungry, Angry, Lonely, Tired). Em qual dessas áreas você se percebe mais vulnerável?
- Como você reage quando percebe estar em um momento de fraqueza?

Atividade prática:

Cada homem faz uma breve lista de 3 gatilhos pessoais e pensa em estratégias de enfrentamento (por exemplo: mudar de ambiente, orar, ligar para um amigo).

3 Compreendendo as Raízes da Tentação

Leitura base: Histórias de John, Mark e Tim (associação entre passado e desejos atuais).

Perguntas de discussão:

- O que você aprendeu com as histórias desses homens?
- Você percebe alguma relação entre experiências do seu passado e suas tentações atuais?
- Como compreender o “porquê” dos seus desejos pode te ajudar a combatê-los espiritualmente?

4 Passos Práticos de Vitória

Leitura base: “Proteja seus olhos e mente”, “Responsabilidade Saudável”, “Escritura”, “Aceite vitórias parciais”.

Discussão guiada:

- Quais práticas concretas você pode adotar esta semana para proteger seus olhos e mente?
- O texto fala sobre ter “amigos de responsabilidade”. Quem poderia ser seu parceiro nessa caminhada?
- Como podemos aplicar o princípio de “vitórias parciais” sem cair na culpa ou desistência?

Versículos-chave para meditação:

- 1 Coríntios 6:18–20
- Salmo 145:16
- Mateus 16:24–25
- Romanos 6:12
- 1 Tessalonicenses 4:3–6

5 Rendição e Substituição

Leitura base: “Direitos de renúncia”, “Honestidade”, “Cheio do Espírito”.

Discussão:

- Quais “direitos” ou hábitos você sente que precisa renunciar para viver em santidade?
- O que significa, na prática, viver “cheio do Espírito” no contexto da pureza sexual?
- Como você pode substituir pensamentos de luxúria por adoração, gratidão e comunhão com Deus?

6 Encerramento

Compromisso pessoal:

Cada participante escreve um “plano de ação pessoal”, respondendo:

1. Meu principal gatilho é:

2. Minha estratégia de enfrentamento será:
3. Meu parceiro de responsabilidade será:
4. Um versículo que vou memorizar esta semana é:

Oração final:

Ore pedindo:

- Perdão, força e renovação da mente.
- Que o Espírito Santo substitua a luxúria por prazer em Cristo.
- Que cada homem caminhe em liberdade, verdade e fraternidade.

Sugestão de Continuidade

- Revisar a Escala FASTER (citada no material) em encontros futuros.
- Criar um grupo de mensagens ou encontros de prestação de contas semanais.