



**Roteiro da semana: De 19 a 25 de Junho de 2023**  
**Tema: Série - Pecados Capitais e Virtudes opostas**  
**6º Ensino – Gula - Temperança**

**ENCONTRO – COMUNHÃO - Koinonya - 15 Minutos**

 **Fraternidade:** Agradecer a Deus e aos irmãos pela partilha do alimento.

**LOUVOR E ADORAÇÃO – Liturgia - 15 Minutos**

-  **Orar** – Clamemos o Espírito Santo para adorar em nós!
-  **Salmo** – **78, 23 - 25 (NTLH)**
-  **Músicas / Sugestão:** Em Espírito e em Verdade

**EDIFICAÇÃO – ENSINO – Catequese**

✓ **Escritura:** **Fil. 3, 19 / Gal 5, 16**

**PARTILHA DO LIDER – 25 MINUTOS**

O pecado capital que também estraga a “saúde” de um ser humano.

A gula é considerada um pecado capital por se tratar de **um vício em busca de um prazer desordenado** na comida e na bebida.

Comer excessivamente, comer com os olhos, comer se preocupando com gostos requintados, almoçar pensando na janta. Vícios como o fumo, álcool, tranquilizantes, medicamentos, etc.

**Gula é comer além do necessário para se alimentar.**

Para alguns, o prazer de comer passou a ser um fim em si mesmo; esse é o erro. **E se frustram** quando a refeição não é suculenta e variada.

Escrevendo aos filipenses, São Paulo se refere àquele cujo **“deus é o ventre”** (cf. Fil. 3,19), isto é, o alimento. Se a Igreja nos aponta a gula como um vício capital é porque ela gera outros males: preguiça, comodismo, paixões, doenças, etc...

**Podemos comer e beber com moderação** e gosto, mas não podemos fazer da comida um meio só de prazer; isso desvirtua a alimentação.

Um corpo “empanturrado” “pesado”, debilita o espírito.

Santo Agostinho dizia que temia **não a impureza da comida, mas a do apetite (gula)**. Podemos dizer que **“a verdadeira felicidade é impossível sem verdadeira saúde, e a verdadeira saúde é impossível sem o rigoroso controle da gula**. Todos os demais sentidos estarão, automaticamente, sujeitos ao controle quando a gula estiver sob controle.

A **virtude** oposta à gula é a **TEMPERANÇA**: Evitar todos os excessos no comer e no beber. Para destruir as raízes da gula é preciso submeter o corpo à **mortificação/sacrifício**. E esta haverá de ser sob a ação do Espírito Santo, nosso Santificador.

São Paulo ensinou aos Gálatas que somente o Espírito pode destruir em nós as paixões. **“Conduzi-vos pelo Espírito Santo e não satisfareis o desejo da carne”** (Gál. 5,16).

Como remédio contra a gula a Igreja propõe também o jejum; não como um valor em si mesmo, mas **como um instrumento para dominar a paixão**.

## **Não é possível querer levar uma vida pura sem sacrifício.**

O corpo nos foi dado para servir e não só para o prazer egoísta, que passa e deixa gosto de morte; o sacrifício gera a vida.

Não foi à toa que Cristo jejuou quarenta dias, no deserto da Judéia, antes de enfrentar as ciladas terríveis do Tentador, que queria afastá-Lo do caminho traçado por Deus para Ele seguir a fim de salvar a humanidade.

Lembramos também que a temperança consiste em conservar o nosso corpo, a paz interior, a saúde. Por exemplo: ter uma alimentação balanceada, fazer exercícios e se livrar de substâncias que envenenem nosso organismo, etc.

### **PARTILHA GERAL E APLICAÇÃO PESSOAL**

1. **Como lidamos com o pecado da Gula?**
2. Dê um testemunho de temperança.

### **CONCLUSÃO EM PARTILHA – “LEIA! PARA TODOS”**

“Se viverdes segundo a carne, morrereis, mas, se pelo Espírito fizerdes morrer as obras do corpo, vivereis” (Rom. 8,12).

A ação poderosa do Espírito Santo, aliada à nossa vontade, vem em auxílio da nossa fraqueza e nos dá a graça de superar os vícios.

### **EVANGELISMO – EVANGELIZAÇÃO – Martyria**

Durante esta semana jejue e ofereça uma doação a alguém que precisa. Jejue pela pessoa que você gostaria que encontrasse Jesus.

Faça também ações e iniciativas de evangelismo levando mais pessoas ao Grupo Sit Mihi Lux em nome de sua célula e nos encontros promovidos pela Comunidade Fidelidade.

**Lembre-se:** Nas casas e no templo... Participem das missas. Convide!

### **ENTREGA E INTERCESSÃO – Diakonia**

- Pelos visitantes (se tiver) da Célula e seu Oikós. Pelos anfitriões e casa que acolhe a célula.
- Oremos pela Comunidade Fidelidade, pelo fundador e por todos os membros consagrados.
- Oremos pelas Células de evangelização e seus líderes, auxiliares, membros. Pelos supervisores e coordenadores.
- Oremos pelo Grupo de Oração para que todos os membros das células e alvos participem.
- Oremos pela Santa Igreja, Papa, Bispos, Padres, diáconos e por todos os consagrados.

### **ATENÇÃO LÍDERES – AVISOS**

- **Terças Feiras as 15h00.** Atendimento de Oração e Orientação. Agendar com pessoal da Comunidade ou pelo Cel.: 9.4594-3555
- **Quintas Feiras as 15h e 19h30** – Atendimento de Oração e Orientação. Agendar com pessoal da Comunidade ou pelo Cel.: 9.4594-3555
- **Grupo de Oração: SEXTAS FEIRAS às 19h30 no Grupo Sit Mihi Lux.**

**Ajude a Comunidade adquirindo nossos materiais, salgados e pães!**

**Líder, promova novamente um momento da oferta para a Comunidade.  
Todos os meses a Comunidade também ajuda a Agência Católicos em Células**

[www.comunidadefidelidade.com](http://www.comunidadefidelidade.com)

**A Comunidade Fidelidade precisa de sua ajuda  
Muito obrigado – Deus te abençoe**