

ROTEIRO PARA CÉLULAS
PERÍODO DE 27/07/2015 a 01/08/2015

1 - COMUNHÃO QUEBRA GELO – Você consegue identificar alguma frustração que ainda incomoda sua vida?

2 - ADORAÇÃO CÂNTICO – Escolha um cântico conhecido. Não deixe de levar o CD e a letra da música para distribuir.

3 - EDIFICAÇÃO – ESTUDO **EVITE AS FRUSTRAÇÕES**

Em cima de que construímos nossas vidas?

Podemos construí-la em cima de um ideal, de um princípio, de uma amizade, etc. Mas vemos que muitos constroem suas vidas em cima de uma frustração. Tem pessoas que porque passou miséria na infância, se tornam pão duro. Pessoas que eram espancadas quando criança e também ouviu muitas ofensas se torna rude. Pessoas que porque foi infeliz em um namoro ou casamento não consegue mais ser feliz com ninguém, e ainda torce pra outros serem infelizes também. Pessoas que porque foi humilhado se torna agressivo até com os filhos que querem o seu amor. Enfim, o problema do passado molda sua personalidade, determina a capacidade de se relacionar com outros, de perdoar e de amar, de ter determinação ou acomodação.

Precisamos evitar frustrações e precisamos lutar contra as que viraram fantasmas que nos atormentam. Por isso proponho que estudemos a vida de uma mulher marcada por frustrações e que nos mostra como evitá-las. Seu nome é Lia. Lia era filha de um homem chamado Labão, tio de Jacó. Ler **Gênesis 29:15 a 35**.

a) Quais eram as frustrações de Lia?

Lia era casada com um homem que amava sua irmã. Lia se sentia culpada por ter enganado o homem pelo qual ela queria ser amada. Lia não possui beleza. Lia não tinha quem a consolasse em seu sofrimento e se aprofundarmos no estudo da vida de Lia, podemos ver que suas frustrações ainda foram maiores que estas.

b) Segundo o texto, o que fazer para evitar frustrações?

Cuidado com expectativas irreais. Lia achava que seria amada por estar casada e por dar filhos a Jacó.

Cuidado com as proposta dos outros. Que proposta terrível de Labão.

Cuidado com os sonhos dos outros sobre sua vida.

Evite romper relacionamentos saudáveis (Raquel e Lia nunca mais foram amigas) ou que pelo menos não são prejudiciais.

c) Como vencer as frustrações?

Arrependa-se e peça perdão do seu erro a Deus e ao próximo. Perdoe-se e perceba o quanto Deus tem estado ao seu redor apesar das frustrações. Enfrente sua frustração, crendo que Deus nos dá um novo caminho quando cremos e lutamos contra um sentimento ou uma dor. Nós nascemos para a felicidade e ela independe de estarmos num dia mal ou bom. A presença da esperança no Senhor nos alimenta a ter a felicidade.

Conclusão: As frustrações alcançam nossas vidas queiramos ou não. Não vale a pena se desesperar por causa delas. Deus sempre tem um novo caminho pra nós.

4 - SERVIÇO – DISCIPULAR E CUIDAR BEM DAS PESSOAS Certifique-se de que todos da sua célula esteja sendo discipulado. Treine novos Líderes. Deixe os visitantes da sua célula bem à vontade. Instrua os membros da célula a não deixar o visitante isolado.

5 - EVANGELISMO – Leve visitantes para sua célula. Ore pelos visitantes antes de convidá-los, assim o Espírito Santo vai trabalhando em seus corações.