

IGREJA VIDA NOVA HORTOLÂNDIA

SÉRIE "O QUE JESUS FARIA?"

ESTUDO 15: Resiliência.

1. Resiliência em tempos de tribulação

Romanos 5:3

"E não somente isto, mas também nos gloriamos nas tribulações; sabendo que a tribulação produz a perseverança."

Ser **resiliente**, é a capacidade de enfrentar dificuldades, superar desafios e continuar firme na fé, confiando que Deus está no controle.

É perseverar nas provas com esperança, paciência e confiança, sem se desviar dos caminhos de Deus. Por vezes, a **resiliência** não vem da força humana, mas do poder de Deus operando em nossas vidas.

Em **Romanos 5:3-5**, Paulo descreve o propósito das tribulações: ***"Não só isso, mas também nos gloriamos nas tribulações, porque sabemos que a tribulação produz perseverança; a perseverança, um caráter aprovado; e o caráter aprovado, esperança. E a perseverança, um caráter aprovado; e o caráter aprovado, esperança. esperança não nos decepcionar, porque Deus derramou seu amor em nossos corações, por meio do Espírito Santo que Ele nos concedeu."***

A **resiliência** é desenvolvida no processo de enfrentamento das dificuldades, gerando crescimento espiritual e fortalecimento da fé.

Quebra gelo:

Peça para os integrantes da célula, compartilharem os momentos de maior resiliência que já tiveram no decorrer de suas vidas. Jesus era resiliente?

Faça o que Jesus faria... Com certeza os resultados serão muito melhores

2. Resiliência diante do fracasso

Provérbios 24:16

"O justo pode cair sete vezes e se levantar, mas os ímpios são derrubados pela calamidade." -

Ter **resiliência** diante do fracasso é a capacidade de se reerguer após enfrentar **derrotas** ou **dificuldades**, mantendo a fé em Deus e aprendendo com as experiências. Na perspectiva bíblica, o fracasso não é o fim, mas uma oportunidade para confiar em Deus, crescer espiritualmente e ser moldado por Ele. O fracasso não é um fim, mas uma oportunidade para sermos moldados pelo Senhor e aprendermos a depender d'Ele.

A **resiliência** não significa ausência de falhas, mas a **determinação de se levantar** com fé e perseverança.

Quebra gelo:

Compartilhe com a célula: Certa vez assistindo um filme, ouvi a seguinte frase e faz muito sentido: **"Não importa quantas vezes caímos, mas quantas vezes nos levantamos!"** – Quem souber qual é o filme que ouvi essa frase, vai ganhar um prêmio, podem me cobrar na igreja...

Faça o que Jesus faria... Com certeza os resultados serão muito melhores

3. Resiliência alimentada pela fé

Filipenses 4:13

"Posso todas as coisas naquele que me fortalece."

Ter **resiliência** alimentada pela **fé** é a capacidade de enfrentar adversidades, superar perdas e perseverar em tempos difíceis, fundamentando-se na **confiança em Deus** e em **Suas promessas**.

A **fé** fornece força interior para continuar, mesmo diante das situações mais calamitosas, porque está alicerçada na certeza de que Deus está no controle e nos sustenta em todas as situações. A **fé** nos ajuda a entender que nossas lutas não são

em vão e que Deus usa todas as situações para moldar nossas caráter e cumprir seus planos.

Como cultivar resiliência alimentada pela fé?

a-) Fortaleça sua relação com Deus

A intimidade com Deus é uma fonte de força espiritual. Ore, leia a Bíblia e confie na presença do Senhor em sua vida.

Salmos 46:1: *"Deus é o nosso refúgio e a nossa fortaleza, auxílio sempre presente na adversidade."*

b-) Medite nas promessas de Deus

Alimente sua fé ao lembrar que Deus é fiel às Suas promessas.

Josué 1:9: *"Seja forte e corajoso! Não se apavore nem desanime, pois o Senhor, o seu Deus, estará com você por onde você andar."*

c-) Busque apoio na comunidade de fé

Relacionar-se com outros cristãos nos encoraja a seguir em frente e nos ajuda a carregar os fardos.

Gálatas 6:2: *"Levem os fardos pesados uns dos outros e, assim, cumpram a lei de Cristo."*

d-) Lembre-se do exemplo de Cristo

Jesus com sofrimento com fé e perseverança, confiando na vontade do Pai. Ele é o maior modelo de resiliência alimentar pela fé.

Hebreus 12:2: *"Fixemos os olhos em Jesus, autor e consumidor da nossa fé. Ele, pela alegria que lhe foi proposta, suportou a cruz, desprezando a vergonha, e assentou-se à direita do trono de Deus."*

Tenhamos as mesmas atitudes de Cristo, sejamos seus imitadores e com certeza agradaremos o coração do Pai.

Deus os abençoe, tempo de colheita!

Seus Pastores, Nobuyuki e Samara