GRUPO de CONEXÃO

conselhos para a vida

Parte 4 de 4

Dicas Para o Líder

ANTES

- ✓ Preparamos um resumo da mensagem para ajudá-lo a lembrar da ideia principal e os pontos mais importantes.
- ✓ Leia e estude esse material com antecedência, reescreva e faça suas próprias anotações. Isso irá te ajudar a memorizar o conteúdo da Ministração.
- ✓ Evite ficar lendo esse material durante a reunião.
- ✓ Ore pelas pessoas e pelo tempo que terão juntos.
- ✓ Cuide para que o ambiente do seu Grupo seja irresistível. Isso tem a ver com pontualidade, não deixar a reunião cansativa, deixar as pessoas participarem, e fazer o máximo para criar um clima acolhedor e descontraído.

DURANTE

- ✓ O foco do Grupo é a transformação de vidas através de um relacionamento com Deus e com as pessoas do Grupo. Por isso, ajude as pessoas a aplicarem o conteúdo aprendido aos seus desafios pessoais e zele para que a interação delas seja na medida que se sentirem confortáveis. Elimine tudo que for desnecessário para alcançar esse objetivo!
- ✓ Organizamos este estudo para ser leve e em tom de conversa. Crie um ambiente pessoal, divertido e voltado a compartilhar a vida uns com os outros de modo que consolide o entendimento bíblico gerado pela mensagem.
- ✓ Não se preocupe em usar todas as perguntas do roteiro. Seja sensível e conduza os participantes no princípio de entender o texto bíblico e aplicá-lo à própria vida. A aplicação é fundamental em toda ministração.

DEPOIS

- ✓ Entre em contato particularmente com alguns participantes durante a semana. Isso vai mostrar a eles que você se importa e vai fortalecer os relacionamentos.
- ✓ Desafie as pessoas a orarem umas pelas outras e movimente o grupo do *Whatsapp* durante a semana. Se você ainda não tem um, peça ajuda que estaremos criando um Grupo para seu GC.

Série – Conselhos para a vida – Pt 4

Hoje iremos falar um pouco sobre **Gratidão!**

Pergunte e Interaja
- Você se considera uma pessoa grata?
- Você já passou por uma situação em que fez algum favor, gentileza ou mesmo deu alguma coisa para alguém e essa pessoa não foi grata com você? Fale o que aconteceu e como você se sentiu.

Gratidão é um sentimento de **reconhecimento**, uma emoção por saber que uma pessoa fez uma boa ação, um auxílio, em favor de outra.

Gosto de pensar na gratidão como uma **MEMÓRIA**. Uma **espécie de dívida informal** com outra pessoa por ter feito algo de bom pra você.

É normal ignorarmos gentilezas pequenas no dia a dia, certo? Acho que ninguém aqui fica agradecendo por tudo o tempo todo. **Mas, qual seria o critério para agradecer ou deixar quieto quando recebemos um favor ou gentileza de alguém?**

Será que o tamanho do favor influencia se a pessoa vai ser grata ou não?

Pergunte e Interaja
- Você acha que um favor muito grande é mais difícil de ser ignorado e agradecido?

- O que você me diz então de um milagre? Será que alguém é capaz de esquecer de agradecer um milagre?

- Ou melhor, quanto tempo é necessário para que alguém esqueça um milagre?

Vou contar uma história que aconteceu com Jesus e está em Lucas 17

> Jesus estava indo para Jerusalém, e no caminho, quando estava passando em um vilarejo dez homens leprosos o avistaram de longe e começaram a gritar: "Jesus, mestre, tenha piedade de nós!".
>
> Então Jesus ouvindo aqueles homens os mandou ir e se apresentarem para o sacerdote no templo (pois esse era o procedimento que uma pessoa com aquela doença deveria seguir para saber da condição da sua lepra). Mas quando eles estavam no meio do caminho eles perceberam que haviam sido curados. Porém a bíblia conta algo curioso que aconteceu:
>
> "E, quando UM deles, que era samaritano, viu que estava curado, voltou louvando a Deus em voz alta. Ajoelhou-se aos pés de Jesus e lhe agradeceu. Jesus disse:
> — Os homens que foram curados não eram dez? Onde estão os outros nove? Por que somente este estrangeiro voltou para louvar a Deus?"
> **Lucas 17:15-18**

É interessante como a Bíblia deixa registrado relatos como esse, e inclusive deixa claro o incômodo de Jesus, ao ver que apenas 1 pessoa havia voltado para agradecer.

Você pode até achar que isso é um absurdo e uma tremenda ingratidão da parte daqueles leprosos. Mas, **você já parou para pensar como é muito mais fácil se lembrar de Deus pra pedir do que agradecer?**

> A lepra era uma doença considerada contagiosa e que tornava a pessoa impura e sem condições de viver em sociedade, então aqueles homens sequer poderiam tocar ou se aproximar dos outros. Reparem que na primeira vez que os 10 leprosos foram ver Jesus eles **clamaram ao mestre de longe**, e então Jesus, **de longe,** os mandou irem aos sacerdotes e no meio do caminho eles foram curados, mas apenas um voltou para agradecer. Mas note que dessa vez quando aquele único homem voltou para falar com Jesus ele já não mais se apresenta de longe, pois ele estava

curado, ele agora se aproxima de Jesus e se joga aos pés do mestre.

E esse relato nos ensina algo muito importante:

- **A gratidão nos aproxima daquele que nós abençoou**

Enquanto o milagre nos da o testemunho a gratidão nos da a comunhão com Deus.

Perceba que todos os 10 foram curados, e não tenho dúvidas que assim permaneceram, e com certeza tiveram pelo resto da vida o testemunho da cura para contar. Mas apenas 1 daqueles homens, pôde contar uma história a mais, a história do momento e da conversa que teve com Jesus aos pés dEle.

A gratidão nos aproxima de Deus, pois para sermos gratos precisamos estar na presença dEle.

Quem é grato sempre volta pra Jesus, e quando volta encontra um Jesus que o estava aguardando.

- Ser grato é mais do que apenas agradecer

Você pode até agradecer alguém por educação e ainda assim não ser grato ou reconhecer algo que aquela pessoa fez, mas é impossível você ser grato e não agradecer.

Ser grato é reconhecer e **lembrar**.
E essa segunda palavra que faz toda a diferença, **LEMBRAR**.

Quando você agradece mas não é grato você esquece. Mas um coração grato vai sempre lembrar do que aconteceu.

Enquanto o ato de agradecer é uma ação isolada, **a gratidão é uma memória que é criada em nós** e serve para nos fazer voltar sempre ao doador e responsável pelo benefício que recebemos.

O salmista Davi entendia isso e por isso escreveu no Salmos 103:

"Não me deixe esquecer de nenhuma de suas bênçãos!" Salmos 103:2

Enquanto **agradecer nos leva de volta a Jesus, ser grato mantém nossos corações lá**.

Davi não apenas sabia agradecer a Deus quando recebia uma benção, mas ele não se deixava esquecer do que Deus havia feito.
É como se ele não precisasse esperar Deus dar algo novo para ele agradecer, porque ele sabia agradecer pelas coisas que Deus um dia já havia dado, e aquele sentimento de gratidão não dependia do momento.

Perceba que isso muda totalmente sua relação com Deus, pois você não mais se achega a Ele ou lembra dEle apenas para pedir, mas você tem em seu coração e sua memória a lembrança de quem Deus é, e o que Ele já te fez. Deus te ama e cuida de você em todo o tempo, e se você consegue ver Deus no seu dia a dia e na sua história, seu relacionamento com Ele se torna diferente. Você sempre terá motivos para agradecer e a gratidão irá fortalecer o seu relacionamento.

Da mesma forma que a Gratidão melhora nossa relação com Deus, ela também nos ajuda nos relacionamentos com as pessoas.

Vamos ver alguns benefícios que a Gratidão trás para nossas vidas:

1) A gratidão nos **ajudar a construir e manter relacionamentos** com outras pessoas, pois ninguém gosta de ter por perto uma pessoa ingrata ou que não sabe reconhecer o valor do outro.

2) A ciência mostra que a gratidão **aumenta nossa disposição de ajudar**, pois uma vez que somos gratos por já termos sido ajudados tantas vezes quando precisamos, nos tornamos mais empáticos com a necessidade do próximo, pois nos colocamos com mais facilidade no lugar dele.

3) A gratidão **nos deixa mais sensíveis a perdoar** os outros, pois você tem na sua memória as vezes que foi ajudado pelo seu próximo, e isso o faz ser mais tolerante com um erro, ajudando assim a fortalecer e melhorar seus relacionamentos.
Por exemplo: Imagine um casamento onde o casal é capaz de mesmo num momento de briga se lembrar de quantas vezes já foi ajudado e perdoado pelo outro (por coisas até mesmo maiores e piores), isso o ajudará naquele momento a pensar melhor e ser mais propenso a perdoar o parceiro.

4) A gratidão **faz o outro se sentir mais valorizado** — e uma vez que você produz essa sensação no outro, você gera valor na relação e no trabalho da outra pessoa e isso faz muita diferença.

5) A gratidão **tem um efeito multiplicador** – pois quando alguém se sente valorizado e reconhecido por algo que fez, é mais provável que ele o faça novamente, e mais pessoas se beneficiarão, inclusive você. A pessoa que se sente agradecida por algo que fez por você, provavelmente não terá problemas de fazer de novo.

Praticando:

É muito fácil nos esquecermos daquilo que Deus nos fez ou mesmo daquilo que outras pessoas nos fizeram, e assim como Davi, precisamos nos cobrar para lembrarmos dessas coisas, e estimular nossa gratidão a Deus e com os outros.

Vamos propor aqui 1 exercício que poderá trazer muita diferença no seu relacionamento com Deus e com os outros.

- Escreva num papel a sua história, e escreva as bençãos e milagres que Deus já fez na sua vida, como ele te salvou, como ele te curou, como ele já restaurou sua família, te abençoou com um trabalho ou promoção, te livrou da morte, te abriu uma porta de trabalho, etc. Tente lembrar do máximo de coisas possíveis! Escreva tudo em um papel ou mesmo no bloco de notas do seu celular. Depois ore a Deus e comece e a agradecer a ele por tudo isso.

Faça isso durante 1 semana. Talvez pela manhã ou antes de dormir. Escolha o melhor horário, mas não deixe de fazer. Você vai ver a diferença que isso vai fazer no seu relacionamento com Deus.

Obs.: Você pode fazer o mesmo em relação a um amigo, parente ou cônjuge. Depois envie uma mensagem para ele agradecendo cada uma dessas coisas e veja a reação dessa pessoa.

Finalizando:

Quem aqui já deu um presente para alguém? O que essa pessoa que recebe normalmente faz naquele momento? Agradece! Isso não é bom?
Quem ouve um agradecimento se sente muito bem na hora, não é mesmo?! Mas quem já foi lembrado por algo que deu tempos depois?
Por exemplo, você deu algo a alguém, e um belo dia aquela pessoa se lembrou do presente e falou com orgulho sobre ele na frente dos outros, te agradecendo

mais uma vez e reconhecendo sua atitude;não é uma sensação muito melhor do que na primeira vez?

Isso é o que chamamos de Gratidão.
Gratidão é lembrar.

Nunca se esqueça de quem você era e do que Deus fez por você.
Não se esqueça das pessoas que fizeram parte da sua caminhada, te ajudando e te levantando quando você caiu.

Sempre antes de pedir qualquer coisa, agradeça pelo tanto que você já recebeu.

E o mais importante, **não se esqueça de não se esquecer!**