



COMUNHÃO – QUEBRA-GELO (15 minutos): *Fica a critério dos líderes*

ADORAÇÃO (10 minutos): *o nosso Deus é digno de todo louvor e de toda adoração (pode-se cantar um cântico ou colocar um CD; pode mesclar este momento com oração também).*

DISCIPULADO (20 minutos): Texto Bíblico Base: **Filipenses 4.10-20**

Paulo, o prisioneiro otimista, encerra a carta com uma nota de gratidão, onde ele expressa o contentamento da sua alma. A idéia chave do texto é o contentamento. Paulo é um exemplo bíblico de uma pessoa contente. Paulo apresenta-se no texto como alguém que havia aprendido a arte de viver contente. Seguindo o exemplo de Paulo, destacamos algumas atitudes que revelam seu contentamento.

1. Para viver contente seja uma pessoa AGRADECIDA (v.18). Paulo escreveu aos Filipenses para agradecer pelas ofertas que os irmãos lhe enviaram por intermédio de Epafrodito. Esteja satisfeito e agradeça a Deus por aquilo que você tem recebido, pouco ou muito. Contentamento sempre gera gratidão, assim como murmuração produz reclamação. Meu irmão, contente-se com o que você têm, fuja do supérfluo e do desnecessário. Aprenda a ser grato por aquilo que Deus tem lhe dado (1ª Tessalonicenses 5.18).

2. Para viver contente seja DEPENDENTE de Deus (v.10). Creia e dependa da providência de Deus, pois Ele controla todas as circunstâncias e conhece cada uma das suas necessidades. Observe que Paulo fala do cuidado dos irmãos de Filipos para com Ele, destacando que no tempo certo, as ofertas chegaram. Deus está no controle de todas as coisas. No tempo certo, as coisas acontecem e a bênção chega. Dependendo do Senhor, busque-o como prioridade em sua vida.

3. Para viver contente RECEBA de Deus a FORÇA para o contentamento (v.13). Viva contente, pois Deus lhe dará forças para suportar qualquer situação. Com o poder que vem de Deus, você enfrenta qualquer situação... Saúde ou doença, honra ou humilhação, riqueza ou pobreza, aceitação ou rejeição. O contentamento é útil, principalmente para enfrentar as instabilidades da vida. Paulo fala que precisa deste poder para enfrentar a instabilidade que nos leva de um lado para o outro.

4. Para viver contente seja uma pessoa GENEROSA (v.19). O contentamento é experimentado quando nos preocupamos com o bem-estar dos outros. Das igrejas que Paulo fundou somente a de Filipos se associou com ele quanto ao suprimento de suas necessidades. Dar, compartilhar, assistir ao necessitado é essencial para o contentamento. As nossas ações são como um aroma suave, sacrifício aceitável, e agradável a Deus. Paulo declara que todo aquele que dá com sacrifício para os outros será suprido pelo Senhor.

MISSÕES (5 minutos): *pense em alguém que precisa aprender a viver contente. Não perca tempo: apresente Jesus Cristo para ele o mais breve possível.*

SERVIÇO (5 minutos): *comece hoje mesmo a orar por essa pessoa e a investir tempo para estar com ela, servindo-a nas suas necessidades e incentivando-a a crescer em pureza. Ofereça-se para orar e ler a Bíblia com ela.*

ORIENTAÇÕES PARA OS LÍDERES: 1) Não esqueçam de registrar as PRESENCAS das reuniões no sistema. 2) Nosso TLC será no dia 28 de novembro, às 20 horas. Não esqueçam as CESTAS BÁSICAS.