

Equilíbrio no corpo

Encontro de Pequeno Grupo do dia 19 de julho de 2017

Quebra-gelo (10 min)

O quebra-gelo é utilizado para abrir o encontro. Geralmente se trata de uma pergunta a qual todos devem responder de maneira sucinta, sendo o quebra-gelo modesto e rápido. A ideia do quebra-gelo é promover desde o princípio um ambiente inclusivo e participativo, pois tem o objetivo de produzir um ambiente informal e descontraído.

Louvor e Adoração (10 min)

Após o quebra-gelo, inicia-se o momento dedicado ao louvor e a adoração no PG, com cânticos e orações. Aquele que conduz o momento deve facilitar o encontro das pessoas com Deus, com simplicidade e profundidade. É o tempo de louvar a Deus com cânticos espirituais, oração e contemplação.

Compartilhar a Palavra (20 min)

O líder do PG se torna o moderador desse momento, cujo objetivo é levar as pessoas a se engajarem na experiência de compartilhar a Palavra, abrir seus corações e trocar experiências a medida que o Espírito Santo fala por meio da Palavra. O ensino no PG se torna mais participativo, prático e contextualizado.

Leitura: João 14.1-14

1. Compartilhe aquilo que mais te chamou a atenção na reflexão no domingo.
2. Foram destacados dois pontos de desequilíbrio: ativismo e preguiça. Você acredita que atualmente está mais próximo de qual destes dois extremos?
3. O ponto de equilíbrio no corpo é cuidar e cultivar o corpo que é templo do Espírito. Foram listadas quatro práticas: 1- Aprender a descansar; 2- Praticar exercícios regularmente; 3- Aprender a ouvir e cuidar do próprio corpo; 4- Reapossar do prazer como uma bênção de Deus para nós. Qual destas práticas você acredita que mais precisa abraçar agora?

Conclusão Cristológica

O evangelista Marcos (4.35-41) nos conta uma história de um dia de trabalho de Jesus. Jesus havia trabalhado o dia inteiro, pregando arduamente, ensinando e curando e agora estava dormindo com a cabeça gentilmente pousada sobre o travesseiro. Os discípulos iam tocando o barco e nem a tempestade acordou Jesus. Que bela imagem: o Filho de Deus, tão poderoso, dormindo regaladamente. Justo Ele que em alguns minutos daria um cala-a-boca na tempestade. Imagino que Jesus roncava gostosamente. Jesus estava em paz com os limites de seu corpo e dormia sem culpa, roncando para a glória de Deus! Jesus estava consciente de que para termos equilíbrio e sustentabilidade na vida temos que nos reconciliar com os limites de nosso corpo e cuidar bem dele. Jesus em toda sua vida mostrou sensatez e equilíbrio, vivendo dentro dos limites de seu corpo e glorificando a Deus com uma vida maravilhosamente frutífera, operosa, bondosa e alegre. Glória a Jesus, nosso Redentor Deus-Homem!

Nosso Amigo de Oração

A cada encontro, vamos compartilhar com o PG o nome de uma pessoa em nosso círculo de familiares, de amigos, do trabalho, da faculdade ou da escola pelo qual vamos orar pedindo ao Senhor uma oportunidade de trazê-lo ao nosso PG! Vamos perseverar em oração pelo nosso Amigo de Oração!

Próximo encontro

Determinar onde e quando será o próximo encontro do Pequeno Grupo.