

# Livre-se do seu jugo

Série Viaje Leve | Lição 2: 19 a 24 de agosto

## INTRODUÇÃO

A vida de cada um de nós é como uma longa jornada. Precisamos ficar ligados para saber o que não levar na bagagem. Serão estudos incríveis nas células e nos cultos e, ao final, cada um vai aprender o que fazer para viajar leve.

## QUEBRA-GELO

Forme duplas ou trios (procure colocar sempre alguém maduro da célula nas duplas com os visitantes) e peça para as pessoas responderem às seguintes perguntas:

- Breve apresentação pessoal
- Em alguma viagem, você esqueceu de levar algum item importante na bagagem?
- Em alguma viagem, você levou itens desnecessários na bagagem?

Em seguida, mostre uma foto da internet ou peça para os grupos pesquisarem no celular a imagem de um jugo (peça de madeira usada para atrelar bois à carroça ou arado; canga). Solicite que todos se coloquem de pé e faça uma brincadeira onde cada dupla vai passar o braço ao redor do pescoço da pessoa ao lado, simulando um jugo. Nas duplas, com os braços no pescoço uns dos outros, peça que cada um tente andar em direções opostas, sem deixar soltar. Explique que vamos entender melhor o sentido dessa brincadeira daqui a pouco.

## ORAÇÃO E ADORAÇÃO

Em nossa caminhada cotidiana, costumamos carregar bagagens emocionais. Muitas vezes andamos pesados, em função de medos, ansiedades, preocupações, traumas, culpas, mágoas, etc. Teremos agora uma excelente oportunidade: vamos nos aproximar de Jesus em oração e adoração!

Desafie cada um a compartilhar nas duplas alguma bagagem emocional que carrega no dia a dia. Desafie cada um a entregar essa bagagem aos pés de Jesus e orem uns pelos outros.

Após um tempo de oração, introduza uma ou duas canções, convidando todos os presentes a se comunicarem com Jesus, enquanto a música toca. Disponibilize as letras das canções (seja em papel, seja em meio digital). Mostre que é um tempo de entrega e de gratidão a Deus. Sugestões de músicas:

VoxCentralMSC|Quebrantado+NãoVejoJesus|RenatoMimessi - <https://www.youtube.com/watch?v=42FHkt4X6nw>

Vox Central MSC | Não Mais Escravos | Karyne Almeida - [https://www.youtube.com/watch?v=ZGFsY08h\\_9o](https://www.youtube.com/watch?v=ZGFsY08h_9o)

## APROXIMANDO-SE DE JESUS

Jesus fez uma declaração conhecida por muitos:

*"Venham a mim, todos os que estão cansados e sobrecarregados, e eu lhes darei descanso. Tomem sobre vocês o meu jugo e aprendam de mim, pois sou manso e humilde de coração, e vocês encontrarão descanso para as suas almas. Pois o meu jugo é suave e o meu fardo é leve". Mateus 11:28-30*

A fala de Jesus é forte e traz ensinamentos muito importantes. Pergunte aos presentes:

- De quem deve ser a iniciativa de aproximação?
- Jesus coloca alguma condição para uma pessoa se aproximar dele?

O texto mostra que Jesus está de coração aberto para receber qualquer pessoa que queira se aproximar dele. Não há condição ou pré-requisito. A pessoa só precisa querer e aceitar o convite de Jesus: "venham a mim"!

## RECEBENDO ALÍVIO

Na bíblia versão almeida, e no original em grego, Jesus utiliza duas palavras semelhantes, mas diferentes. No verso 28, ele usa a palavra alívio. No verso 29, ele usa a palavra descanso. Pergunte aos presentes:

- Qual seria a diferença entre alívio e descanso?
- Segundo o texto lido, o que alguém precisa fazer para receber alívio?
- É possível alguém saber sobre Jesus e não desfrutar de alívio?

O texto mostra um primeiro movimento ou atitude muito importante que cada um precisa realizar. Primeiro nós vamos até Jesus e recebemos alívio. Porque ir até Jesus pode trazer alívio? Alguém que vai até Jesus, pode escolher entregar aos seus pés os pesos que carrega. Só vai desfrutar desta sensação de leveza, quem escolhe se aproximar de Jesus, abrindo o coração e deixando aos pés dele os fardos que estava carregando.

- Você deseja se aproximar de Jesus hoje?
- Você precisa deixar quais fardos aos pés de Jesus neste momento?

## RECEBENDO DESCANSO

O texto também mostra um segundo movimento ou atitude que precisa ser realizado. Pergunte aos presentes:

- De acordo com o texto, o que alguém precisa fazer para receber descanso?
- O que significa tomar o jugo de Jesus?
- Lembrem-se da brincadeira que fizemos no início da reunião. O que funciona e o que não funciona, se queremos andar debaixo do mesmo jugo com alguém?

A declaração de Jesus é muito desafiadora. Ele apresenta uma segunda etapa para aqueles que desejam receber descanso para as suas almas. Alívio fala sobre reduzir a pressão ou peso em uma situação de limite. Descanso transmite a ideia de algo mais contínuo, especialmente duradouro, quando Jesus fala sobre descanso para a alma. Jesus nos convida para uma vida leve! Para caminhar leve, Jesus diz que precisamos tomar o jugo dele sobre os nossos ombros. Tomar o jugo traz a ideia de andar bem perto e caminhar na mesma direção. Andar no mesmo jugo de Jesus implica em uma vida de proximidade e intimidade com ele. Que convite maravilhoso!

Na brincadeira que fizemos no início da reunião, vimos como é difícil andar no mesmo jugo, quando cada um quer ir em uma direção diferente. Assim é quando queremos caminhar com Jesus. Devemos confiar nele e seguir os passos dele, ao invés de querer seguir nosso próprio caminho e nossas próprias convicções. Andar debaixo do jugo de Jesus traz leveza e descanso. Para conseguir isso, é preciso escolher entregar, confiar, se comprometer e aprender com ele.

## QUAL É A SUA DECISÃO?

Agora que você aprendeu sobre o convite de Jesus para vivermos uma vida leve, cada um de nós precisa tomar decisões importantes:

- Você deseja se aproximar de Jesus neste momento?
- Qual fardo você vai colocar aos pés de Jesus?
- Você assume um compromisso com Jesus, tomando o jugo dele sobre a sua vida?

Desafie os presentes para repetirem a seguinte oração: "Jesus, eu me aproximo do Senhor neste momento. Coloco aos seus pés os fardos que eu carrego e recebo o alívio prometido. Eu escolho me comprometer com o Senhor. Entrego a minha vida em tuas mãos e tomo o jugo leve e suave de Jesus sobre os meus ombros. Eu confio que o caminho que vou trilhar ao seu lado é melhor do que as minhas próprias escolhas. Oramos em nome de Jesus, amém".

Peça para aqueles que fizeram uma oração como essa pela primeira vez se identifiquem. Ore por eles e anote os nomes daqueles que se decidiram por Cristo.

## APÊNDICE

Lembre-se que essa série de estudos tem como objetivo dar oportunidade para as pessoas compartilharem acerca das bagagens que elas carregam. As lições NÃO DEVEM ser dadas em forma de pregação, mas o seu papel é atuar como um facilitador. Repare que o estudo está repleto de perguntas. Utilize essas perguntas em abundância, deixe as pessoas refletirem sobre o texto bíblico e cheguem juntos às conclusões. Ao abrir espaço para todos falarem, vão emergir assuntos da intimidade de cada um. A partir disso, desafiem uns aos outros a abandonarem as bagagens e orem uns pelos outros.

Caso queira uma maior inspiração antes de conduzir o estudo, assista: TROCANDO O JUGO COM JESUS - Luciano Subirá - <https://www.youtube.com/watch?v=3SzT9hQISbs>

## AVISOS

**CCM Descubra:** A próxima turma do Descubra, curso preparatório para o batismo, está com as inscrições abertas. Início das aulas: 31 de agosto. Inscreva-se pelo site da Central.

**21 dias de jejum e oração:** Estamos na terceira semana, e agora o jejum é até 18h. Reforce com a sua célula as informações da campanha, estimule um compartilhar sobre o que experimentaram até aqui, os desafiem a participar das manhãs de oração e ajude-os a completar todo o programa.