

## Tema: A rotina de Jesus.



**Texto- Base: Mc. 1:29-39**

Você se sente ocupado demais?

Neste texto bíblico Jesus nos mostra a importância de tirar tempo a sós com Deus para orar, mesmo quando muitas coisas clamam por nossa atenção.

### **1. Em sua opinião, o que as multidões procuravam em Jesus?**

- a) Dar um “jeitinho” na vida;
- b) Um milagreiro;
- c) Um mestre de verdade;
- d) A salvação.

### **2. Em sua opinião, porque Jesus curava e libertava as pessoas de espíritos malignos?**

Jesus realizou sinais miraculosos por um propósito muito diferente. Seus milagres forneceram alívio para a dor e o medo, além de ensinar sobre um Deus que se importa profundamente com o sofrimento das pessoas e que cura sem nada cobrar. Jesus realizou muitos outros milagres que estão descritos nos evangelhos (João 20.30) e sua motivação para realizá-los não foi outra senão compaixão.

**3. Dentre as coisas enfrentadas por Jesus, qual causaria mais estresse em você?**

- a) Excesso de proximidade física com as pessoas (vr.38)
- b) Noites curtas – pouco tempo para dormir (vr.35);
- c) Exigências constantes (vr.37);
- d) Não poder parar nunca – sempre ter algo urgente para fazer (vr.37 e 38);

**4. Normalmente, como você administra o seu estresse?**

- a) Exercícios físicos;
- b) Dorme o suficiente;
- c) Aprecia a natureza;
- d) A exemplo de Jesus, ora;
- c) Férias;
- d) Deixa tudo e descontra-se com um bom livro ou filme;
- e) Escuta música;
- f) Escuta música. Que tipo?
- g) Vai pescar;
- h) Outro.

**5. Quando você precisa de um tempo a sós, para onde vai e o que faz?**

**6. Qual é o seu maior obstáculo para o seu tempo a sós com Deus, em oração?**

- a) Tempo disponível;
- b) Local tranquilo;
- c) Constância;
- d) Concentração;
- e) Não saber o que fazer;
- f) Falta de vontade;
- g) Outro

**7) De que maneira esta lição falou com você?**

- a) Preciso ficar a sós por um tempo, pois isso me faz bem;
- b) Preciso de mais equilíbrio entre minhas atividades e a oração;
- c) Preciso buscar em Deus pela oração a mesma unção que estava sobre Jesus para poder ajudar mais as pessoas em seus problemas de ordem física e espiritual;
- d) Outro.

**8) Qual é a coisa mais estressante e difícil na sua vida atualmente, pelo qual devemos orar hoje?**