

# Lição 12

## ASSUNTO

Trabalho e descanso: no ritmo da graça




## TEMA

Finanças

## DATA

14/12/2025

## AO FINAL DESSA AULA, O ALUNO SERÁ CAPAZ DE:

-  Reconhecer que seu valor vem de ser imagem de Deus, não de seu trabalho;
-  Identificar sinais de desequilíbrio entre identidade e profissão;
-  Construir uma nova narrativa sobre quem é em Cristo — além de suas funções e papéis.

## MATERIAIS

- Cronômetro.

## REFERÊNCIAS

- Discipulares Nº 3: Vocação, Trabalho e Graça
- Êxodo 20.8-11

## CHECK-IN (5 MIN)

1. Peça para todos fecharem a mão direita com muita força. O máximo que puderem. Segurem.
  2. Enquanto eles seguram, diga: "Essa tensão é o ativismo. É a lista de tarefas que nunca acaba. É a preocupação com o boleto. Segurem firme. Sintam o incômodo subir pelo braço."
  3. Aguarde 30 segundos (parece uma eternidade).
  4. Diga: "Agora, no três, soltem de uma vez. 1, 2, 3... Soltem."
- A Pergunta: "Qual foi a sensação imediata ao soltar? Alívio? Sangue voltando a circular?"
  - Reflexão: Fomos feitos para descansar também. É insustentável uma rotina em que só existe trabalho. Vamos aprender sobre isso hoje.

## EXPLANAÇÃO BÍBLICA (30 MIN)

- Descanso como presente criacional (Gn 2.1-3):
- Deus não descansou por cansaço, mas por celebração → shabat = parar para desfrutar.
- Sábado como convite à liberdade e confiança (Êx 20.8-11).
- Parar é um ato de fé: reconhecer que Deus sustenta tudo mesmo quando não produzimos.
- O descanso não é apenas 'não trabalhar' (isso é inércia). O descanso bíblico é:
  - Parar (Cessar a produção).
  - Confiar (Declarar que o mundo continua girando sem a minha ajuda, porque Deus o sustenta).
  - Celebrar (Desfrutar do que já foi feito). Descansar é um ato de guerra espiritual contra a ansiedade. É dizer: Deus é Deus, e eu não sou."
- Explore os diversos tipos de Descanso: Diário, Semanal e Anual.
- Pressões da cultura atual: Produtividade → identidade; tecnologia → nunca desligamos; medo de não ser suficiente.
- Consequências da falta de descanso: Espirituais (superficialidade, irritação, frieza), relacionais (impaciência), físicas (exaustão).
- Descanso como adoração e antecipação (Hb 4.9-11): É ensaio do descanso eterno; é discipulado; é espiritualidade prática.

## CHECKOUT (5 MIN)

- Pense em algo que quando você faz, ou algum lugar que você vai em que parece que está desligado do mundo. Alguma atividade que realmente tira você deste planeta e que ao fazer, você se sente completamente relaxado.
- Peça para duas ou três pessoas compartilharem com o grupo.
- Reflita: A Bíblia diz que, após a criação, Deus sentou-se/descansou. Hebreus diz que Jesus, após consumir a obra na cruz, sentou-se à destra do Pai. Deus não está andando de um lado para o outro, ansioso, roendo as unhas sobre o futuro do Brasil ou da sua família. Ele está sentado. Ele está no trono. O convite da Graça hoje é: puxe uma cadeira e sente-se ao lado dEle. Você não precisa carregar o mundo. O Dono do mundo já está segurando tudo.

## ATIVIDADE DE ENGAJAMENTO (20MIN)

Para encerrarmos o trimestre com chave de ouro, pergunte aos alunos e permita que todos que estiverem confortáveis respondam:

- **Qual lição mais marcou o trimestre para você?**
- **Qual o seu maior aprendizado neste trimestre?**