

# DESAFIO

## DANIEL

JEJUM, PALAVRA E ORAÇÃO

**START**

01 a 21 Maio

Inspirados no exemplo de vida do profeta Daniel, nas próximas três semanas buscaremos desenvolver as disciplinas espirituais que fizeram dele um homem de Deus em sua época e um dos homens mais notáveis da Bíblia.

### SEGREDOS DA VIDA DE DANIEL

1. **PALAVRA, ORAÇÃO e JEJUM** - *Daniel 9:2; Daniel 6:10; Daniel 10:2-3*
2. **SANTIDADE - Pureza:** *Daniel 1:8*
3. **INTEGRIDADE - Caráter:** *Daniel 6:4*

### DESAFIO

→Desafio terá a duração de 21 dias (três semanas) e no final teremos uma Celebração para os que cumprirem o *Desafio*. *Haverá também sorteios nas programações.*

→No final de cada semana o líder de GA deve preencher a “chamada do Desafio Daniel” pontuando cada item do desafio. Após o preenchimento cada semana, deverá fotografar a chamada atualizada e enviar para a liderança do desafio Daniel.

→Dentro do grupo Será considerado desafio atingido se o participante obter ao final o mínimo de 80% (96 pontos) da pontuação total (120 pontos). Pontos máximos por semana – 40 pontos.

→Lembrando que, apesar do objetivo em pontuação, o maior propósito é que você visualize tudo isso como uma oportunidade de crescer com Deus, avançar na sua intimidade com Jesus e sua Palavra, tomando decisões radicais de pureza e integridade na sua vida.

**1 PALAVRA, ORAÇÃO e JEJUM:** ter um contato diário com a palavra de Deus através da meditação. Encontrar um lugar onde possa buscar a Deus com tranquilidade e privacidade e orar 3 vezes ao dia, em cada momento pelo menos 10 minutos. Sugestão: de manhã, ao meio dia, e a noite. **Vou cumprir este desafio como?** \_\_\_\_\_

**Jejum:** jejuar é abster-se de alimento por um determinado período, afim de fortalecer o espírito. Neste desafio, jejuar pelo menos uma vez por semana.

### **Tipos de Jejum**

**Total:** determinar um período para ficar sem refeição e não se alimentar de nada durante este tempo. Exemplo: jejum de 12h, 24h ou mais dias.

**Parcial:** determinar um período para ficar sem alimento sólido, porém manter a ingestão de líquidos. Ou se abster de guloseimas durante um período. Ex: doces, refrigerantes.

Obs. Para aqueles que estão com algum problema de saúde, não é recomendado o jejum sem autorização médica.

### **Princípios do Jejum:**

- Objetivo de crescimento espiritual e aproximação do Senhor. Não fazer barganha com Deus;
- O Jejum é pessoal e cada um define o seu alvo; conheça seu limite.
- Ore ao começar e ore ao terminar;
- Se quebrar o jejum, não desanime, comece novamente no outro dia;
- Não fique demonstrando o sacrifício aos outros – Mat 6.16;

-Autoridade espiritual contra forças demoníacas - Mar 9.29. Deus recompensará - Mat 6. 18.

**Vou cumprir este desafio como?** \_\_\_\_\_

**2 SANTIDADE - Pureza:** consiste em abster-se durante o *Desafio* de tudo o que nos leva a pecar e a manifestar as obras da carne na nossa vida (Gl 5.19-21). Buscar manter uma mente pura (Fp 4.8; Tg 4.8) e um corpo santo para Deus (1Co 6.13).

**Vou cumprir este desafio como?** \_\_\_\_\_

**3 INTEGRIDADE - Caráter:** consiste em fazer o que é correto independente das consequências. Agir com honestidade e não fazer nada que venha ferir os mandamentos do Senhor e a lei dos homens. Um bom teste para saber se algo é errado, pergunte a si mesmo: aquilo que vou fazer, todos podem saber? (Jó 27.4-6). **Vou cumprir este desafio como?** \_\_\_\_\_

QUESITO	DESCRIÇÃO	PONTUAÇÃO
Presença GA	Participar do G.A do Start	3 pt por semana
Presença Culto	Participar do IMERSÃO no domingo e da programação de Sexta-feira (se faltar algum perde 2 pontos)	3 pt por semana
Versículos	Memorizar os 5 versículos da meditação e falar ao seu líder de GA	1 pt por versículo (máx: 5 p/ semana)
Meditação	Fazer os 5 dias de meditação e apresentar a folhinha preenchida	1 pt por meditação (máx: 5 p/ semana)
Jejum	Realizar o jejum ao menos 1x vez na semana	3 pt por semana
Oração	Orar 3 vezes ao dia	1 pt por dia (máx: 7 p/ semana)
Integridade	Manter o compromisso de integridade Ex: não mentir, não roubar, cumprir o que prometer, etc.	1 pt por dia (máx: 7 p/ semana)
Pureza	Manter o compromisso de pureza Ex: pureza no vê, fala, ouve, palavrões, contendas, inveja, mágoa, ressentimento, etc.	1 pt por dia (máx: 7 p/ semana)

QUESITO	1ª SEMANA							2ª SEMANA							3ª SEMANA							Total:
	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
Presença GA																						
Presença IMERSÃO																						
Versículos																						
Meditação																						
Jejum																						
Oração																						
Integridade																						
Pureza																						
Total	Semana 1:							Semana 2:							Semana 3:							

OBS: Marque a pontuação no dia que cumprir e com um X o dia que falhar.