

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

Segunda-feira: Jejum bíblico

→ *Nós, pois, jejuamos e pedimos isso ao nosso Deus, e moveu-se pelas nossas orações.*

(Esdras 8.23) *Ler capítulo 1 - livro Daniel*

→ **Definição de Jejum:** O jejum é abster-se de alimento por um determinado período, afim de fortalecer o espírito. **Entendendo:** Na Bíblia temos várias citações sobre Jejum, o próprio Jesus jejuou, e também nos instrui a tal (Leia **Lucas 5.33-35**). O Jejum tem sido praticado pela humanidade em praticamente todas as épocas, nações, culturas e religiões. Mas nosso enfoque é o jejum bíblico. Creio que a Igreja de hoje vive dividida entre dois extremos: aqueles que não dão valor algum ao jejum e aqueles que se excedem em suas ênfases sobre ele. Penso que Deus queira despertar-nos para a compreensão e prática deste princípio que, sem dúvida, é uma arma poderosa para o cristão. Você verá que isso era comum entre os cristãos, e inspirados nesses grandes homens de Deus faremos o mesmo. Se você já tem a prática do jejum, parabéns, continue tendo essa disciplina espiritual, e você que ainda não tem, vamos incentivar você dando esse pontapé, acreditando que será apenas o início dessa prática, de forma que vire algo inerente a sua conduta. → **Princípios do Jejum:**

1- Crescimento Espiritual e aproximação do Senhor. 2- Não é barganha com Deus. 3- O Jejum é pessoal e cada um define o seu alvo, conheça o seu limite. 4- Ore ao começar e ao terminar. 5- Não fique demonstrando o sacrifício aos outros. (Mateus 6.16) 6- Te fortalece no mundo espiritual. (Marcos 9.29) 7- Deus recompensará. (Mateus 6.18)

→ **Tipos de Jejum:** 1- 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. 2- 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.

Observação: Para aqueles que estão com algum problema de saúde, não é recomendado o jejum sem autorização médica. Importante também durante o seu Jejum fazer desse tempo um tempo de estudo e oração da palavra, como sabemos, é um momento que a carne fica fraca e o Espírito precisa ser alimentado, fortalecido!

→ Existem vários motivos para o Jejum. Leia e escreva ao lado de cada passagem o princípio extraído:

- Mateus 6.16-18: _____

- Daniel 10.2-3: _____

- Ester 4.16: _____

- Neemias 1.4: _____

- Mateus 4.1-2: _____

→ **Decida:** Decido fazer, pelo menos, um jejum por semana no Desafio Daniel. ()

Como pretendo fazer o jejum, que tipo e período: _____

→ **Decore:** Memorize o versículo de hoje, não desanime. Lembre-se: você está no desafio Daniel. Uma boa dica pra memorização é: muita repetição. () Memorizei! Encerre orando.

Terça-feira: Nosso guia é a palavra

→ **A tua palavra é lâmpada que ilumina os meus passos e luz que clareia o meu caminho.** (Salmos 119:105) **Ler capítulo 2 - livro Daniel**

→ **Entendendo:** Quer saber o que Deus pensa? Simples! Está tudo na sua palavra: a Bíblia. Muitas vezes corremos a tantos outros recursos afim de querer saber a vontade de Deus quando na verdade está tudo ali. A Bíblia é o manual do cristão. Quando uma empresa nos vende um produto, junto vem o manual, certo? E esse manual é feito pelo criador daquele produto, ninguém melhor do que a pessoa que inventou ou criou aquilo pra escrever esse manual. Da mesma forma é com Deus, ele é o nosso Criador e deixou o manual a nossa disposição. As vezes batemos cabeça em certos assuntos por não abrir o nosso manual. A Bíblia. Tudo o que nós precisamos está nela. (2 Pedro 1.3) A Palavra como nosso guia deve ser o nosso parâmetro em tudo na nossa vida: decisões, conversas, escolha da carreira/amizades/profissão/casamento,

etc.. → Daniel nos dá um exemplo de que teve compreensão acerca de um assunto a luz da palavra. Leia Daniel 9.2

→ **Refliça:** Certo jovem cristão se preparava para uma viagem. Quando seu amigo veio buscá-lo, perguntou-lhe: – Já arrumou suas coisas, vamos? Tudo pronto? – Quase, respondeu ele, só falta pôr mais umas coisinhas na mala, e começou a ler uma lista: * um mapa* uma lâmpada* uma bússola* um espelho* alguns livros de poesia* algumas biografias* uma coletânea de cartas antigas* um livro de cânticos * um livro de histórias* um prumo* um martelo* uma espada* um capacete* ... A essas alturas, o amigo já estava apavorado: – Mas, cara, o carro já está cheio, não vai dar para você levar tudo isso! – Acalme-se, está tudo aqui, e mostrou-lhe sua Bíblia.

→ **Leia os versículos** e cite características que você aprende acerca da palavra de Deus.

Curiosidades da Bíblia:

- Número Total de livros da Bíblia: 66 livros.
- 39 no Antigo Testamento, 27 no Novo Testamento.
- O Antigo Testamento foi escrito em hebraico, com exceção de algumas passagens em Esdras, Jeremias e Daniel que foram escritas em aramaico.
- O Novo Testamento foi originalmente escrito em Grego.
- Capítulos e Versículos: A Bíblia só foi dividida em capítulos no ano de 1227, E em 1550, Robert Stephanus dividiu os capítulos em versículos!

- Hebreus 4.12: _____

- Provérbios 30.5: _____

- Efésios 6.17: _____

→ **Hora da decisão:** Seja sincero. Qual nota você daria pra você em relação a sua busca da palavra? _____ As vezes você toma decisões sem consultar o manual? _____ Acha que poderia melhorar? _____ Esse é o momento de decidir! () Decido que não irei decidir nada sem antes consultar o manual, a Bíblia. () Decido que durante o desafio Daniel vou me alimentar diariamente da palavra através da meditação. () Outra decisão: _____

→ **Ore:** Encerre orando pedindo disciplina pra cumprir suas decisões. Ah, memorize o versículo de hoje, tá bem fácil!

Quarta-feira: A Palavra no coração

→ Leia 3 vezes: "**Guardo a Tua palavra no coração para não pecar contra ti**" (Salmos 119:11) **Ler capítulo 3 livro Daniel** → **Leia o texto refletindo em sua vida:** "Guardar a Palavra no coração é decorá-la e vivê-la dia a dia. A Palavra de Deus é um escudo contra o pecado e as tentações. Quanto mais estamos meditando, mais forte somos. Leia Lucas 4:1-13 e responda em seu caderno: O que Jesus usou para expulsar Satanás? Quais foram as tentações? Diga duas passagens bíblicas que Jesus tinha decorado. → **Análise a sua vida e responda:** Você já usou a Palavra de Deus para combater alguma tentação? Como foi?"

→ **Leia refletindo:** Em seu livro “Na Presença dos Meus Inimigos”, o Capitão Howard Rutledge conta como descobriu a preciosidade da Bíblia num campo de prisioneiros de guerra no Vietnã do Norte, onde passou sete anos. Aqui estão algumas citações de seu livro: "Eu havia negligenciado completamente a dimensão espiritual de minha vida. Foi necessário o aprisionamento para mostrar-me como era vazia a minha vida sem Deus... Tentei desesperadamente lembrar-me de porções das Escrituras, de sermões, de corinhos evangélicos da infância e de hinos que cantávamos na igreja... Como lutei para recordar aqueles versículos bíblicos e hinos!... Eu não tinha visto a importância de memorizar versos da Bíblia ou cânticos. Nunca imaginei que fosse passar sete anos (cinco em confinamento solitário) numa prisão do Vietnã do Norte ou que o simples fato de pensar em um verso memorizado pudesse tornar um dia inteiro mais suportável. A parte do verso que eu havia decorado era: 'Guardei a Tua palavra no meu coração.' Com que frequência desejei ter realmente feito um esforço para esconder a Palavra de Deus no coração! Logo nos primeiros dias depois de nosso encarceramento, e nos últimos dias antes de nossa libertação, quando a morte e a fome andavam de emboscada na terra, a Palavra de Deus foi muito preciosa para mim. Lembro-me de ter memorizado o Salmo 33:18 e 19: *“Eis que os olhos do Senhor estão sobre os que O temem, sobre os que esperam na Sua misericórdia, para livrar-lhes a alma da morte, e, no tempo da fome, conservar-lhes a vida.”* → **Refleta e tome suas decisões:** Será que você pode dizer as mesmas palavras do salmista? () “Guardo a Tua palavra no coração para não pecar contra ti”. () Decido que vou me esforçar pra memorizar os versículos propostos nesse desafio. → **Decore e Ore:** Revise os versículos até hoje e tente falar sem olhar () Consegui! Ore agradecendo a Deus pela sua palavra.

Quinta-feira: O poder da oração

→ ***E tudo o que pedirem em oração, se crerem, vocês receberão”.*** (Mateus 21:22) **Ler capítulo 4 e 5 - livro Daniel**

→ **Daniel era um homem de oração:** Leia **Daniel 6.10** → A oração nada mais é do que se comunicar com Deus. É uma das principais formas de desenvolver intimidade com Deus, da mesma forma como precisa de diálogo pra se ter um bom relacionamento, igualmente é com Deus, precisamos falar com Ele. Precisamos Orar. → **Refleta:** Esta história é real de um missionário americano. Ele estava evangelizando numa vila, no meio da África. Acabado o trabalho ali, ele quis ir até outro povoado distante apenas 2 dias de viagem, viagem de bicicleta, o melhor meio de transporte da região. O problema é que ele precisava passar por uma estrada que cruzava uma floresta repleta de assaltantes, onde homicídios eram comuns. Depois de pedalar um dia inteiro por aquela estrada, tendo por companhia somente o Espírito Santo e a floresta, montou seu pequeno acampamento para passar a noite. Orou, cantou com toda sua energia e dormiu. No outro dia seguiu seu caminho e começou a evangelizar o novo povoado. Um assaltante se converteu e perguntou ao missionário onde estavam seus 26 companheiros, pois quando seu bando foi saquear o missionário durante a viagem, eles não o fizeram porque havia 26 guardas armados protegendo o missionário. Surpreso, o missionário louvou a Deus pelo livramento. Quando retornou aos EUA e contou essa história em sua igreja, um homem interrompeu sua pregação e contou que um dia, enquanto guardava as compras no carro, Deus falou para ele orar pela vida do missionário que corria perigo. Este homem chamou amigos para orarem com ele. Todos eles estavam naquele culto e se levantaram no meio da reunião. Ao todo eram 26 homens e descobriram que o dia da oração foi o mesmo da viagem pela floresta.

→ **Leia para aprender mais:** Salmos 4.3; Salmos 66.18; Mateus 6.7-8; Mateus 7.11 → **Decida:**

Você acha que precisa melhorar sua vida de oração? ____ No Desafio Daniel, ore 3 vezes de 10 min, ao dia. Como você está cumprindo este desafio? Sugestão: **use o seu caderno de oração** com sua lista de pedidos. ➔Decore o versículo do dia e termine orando.

Sexta-feira: Obstáculos à oração

➔*Vocês não têm porque não pedem. Quando pedem, não recebem, pois pedem por motivos errados, para gastar em seus prazeres. (Tiago 4:3) Ler capítulo 6 livro Daniel ➔*

Que grande lição nos traz este versículo. É uma realidade na vida da maioria dos cristãos; ou não estão pedindo, ou pedem coisas que não vão servir para cumprir a sua missão na terra e sim para seus prazeres. ➔Leia Salmos 5:3 agora. O rei Davi, neste verso, dá a dica: começar o dia falando com Deus. Entretanto, o corre-corre da vida moderna, a “falta” de tempo, o cansaço e a preguiça podem nos afastar da vida de oração. Como se isso não bastasse, ainda existem outros fatores que são empecilhos. Acompanhe comigo na Palavra de Deus: **Mateus 21:22** – Não pedir. **Tiago 1:5-8** – Não pedir com fé. **1 João 5:14-15** – Pedir em desacordo com a vontade de Deus. **Salmos 66:18** e **Provérbios 28:13** – Pecados não confessados. Destes obstáculos qual ou quais chamaram mais sua atenção e por quê?

➔**Vença estes obstáculos e você será mais forte em oração. Reflita:** Um dia, uma pequena abertura apareceu num casulo, e o homem sentou e observou a borboleta por várias horas como ela se esforçava para fazer com que seu corpo passasse através daquele pequeno buraco. Então ela parou de fazer qualquer progresso. Parecia que já avançara o mais que podia, e não conseguia ir mais longe. O homem decidiu ajudar a borboleta: pegou uma tesoura e cortou o restante do casulo. A borboleta saiu facilmente, mas seu corpo estava murcho, era pequeno e tinha as asas amassadas. O homem continuou a observar a borboleta porque ele esperava que, a qualquer momento, as asas dela se abrissem e esticassem para serem capazes de suportar o corpo que iria se afirmar com o tempo. Mas nada aconteceu, a borboleta passou o resto da sua vida rastejando com um corpo murcho e asas encolhidas. Ela nunca foi capaz de voar. O que o homem, em sua gentileza e vontade de ajudar não compreendia, era que o casulo apertado e o esforço necessário da borboleta para passar através da pequena abertura era o modo que Deus fazia com que o fluído do corpo da borboleta fosse para as suas asas tornando-a pronta para voar uma vez que estivesse livre do casulo... Algumas vezes, o que precisamos é de esforço. Se Deus nos permitisse passar através de nossas vidas sem quaisquer obstáculos, ele nos deixaria aleijados. Nós não seríamos tão fortes como poderíamos ter sido. Nós nunca poderíamos voar. “Eu pedi força e Deus me deu dificuldades para me fazer forte. Eu pedi sabedoria e Deus me deu problemas para resolver. Eu pedi prosperidade e Deus me deu cérebro e músculos para trabalhar. Eu pedi amor e Deus me deu pessoas com problemas para ajudar. Eu pedi favores e Deus me deu oportunidades. Eu não recebi nada que pedi, mas recebi tudo de que precisava.” ➔**Decida:** Comece hoje mesmo a buscar uma vida de oração. Diga não ao comodismo. Decida fazer fluir a comunicação com nosso Pai através de uma linguagem clara e simples. Como fazer isso? Apenas comece. Disseram ao sábio: Sábio, não sei orar direito, me ensine! O sábio disse: você sabe, só não está conseguindo entender que é tão simples. Essa última frase que você disse é um exemplo de oração, e das mais fortes. Quer ver?! Substitua a Palavra “sábio” por “meu Deus” e diga do fundo do seu coração. Pode estar certo de que te ouvirá! ➔E você? O que está esperando para ter uma vida de oração mais ativa? Reveja os obstáculos à oração novamente. Vá por partes, não adianta querer mudar uma vida em cinco minutos. Escreva uma decisão no seu **caderno**. ➔**Memorize:** faça uma revisão de todos os versículos e fale pra alguém! Não desista, você consegue! ➔ Encerre orando.