

Campanha “DANIEL” de jejum e oração:

“Naqueles dias eu Daniel, estava pranteando por 3 semanas inteiras. Nenhuma coisa desejável comi, nem carne nem vinho entraram em minha boca, nem me ungi com unguento, até que se cumpriram as 3 semanas completas.” (Dn 10,2-3)

A passagem acima descrita, tirada do livro de Daniel, é o exemplo clássico de um “Jejum parcial”, realizando em meio às atividades do dia-a-dia, com o propósito de alcançar de Deus a revelação de sua vontade. Chamamos “Jejum parcial” pq consiste na aplicação de uma dieta limitada, ao invés de abstinência absoluta de alimentos.

Esta claro que existe um valor muito grande neste tipo de jejum. Lendo os capítulos seguintes deste capítulo de Daniel verificando que o culminar deste jejum foi uma visitação do anjo do Senhor com uma revelação indispensável a respeito das batalhas que se travam nas regiões celestes (**vers. 13-22**). Além disso, o próprio Senhor, em sua visita a Daniel, assegura com palavras encorajadoras a eficácia de seu jejum e penitencia. **“Não temas, Daniel pq desde o primeiro dia em que aplicastes teu espírito a compreender, e em que te humilhastes diante de teu Deus, tua oração foi ouvida, e é por isso que eu vim”. (Vs 12)**

Aleluia! Qdo nós somos movidos pela promessa de Deus e numa atitude que o agrada, começamos a transformar esta promessa em realidade no jejum e na oração; no momento mesmo em que o nosso coração se humilha e busca a face do Senhor, nas nossas palavras são ouvidas no céu.

Daniel dedicou três semanas completas (21 dias) ao jejum e a oração. O tempo dedicado ao jejum é reservado para buscar o Senhor, mesmo em meio às atividades cotidianas. Em Mt 6,1-18 vemos como Jesus indica o jejum, a oração e a esmola como sinais característicos da vida de um cristão fiel. Em alguns momentos de decisão, porém somos convocados a intensificar nossa comunhão com o Senhor. Segundo o desejo de Jesus, devemos fazer isto sem ostentação, mas com discrição e buscando agradar somente ao Pai.

Outro fator importante em um tempo de jejum é o propósito que nos move a fazê-lo. Um jejum sem propósito definido é como vagar num túnel escuro, sem se saber de onde vem ou pra onde vai. Olhando as Sagradas Escrituras, encontraremos muitas razões que levaram as pessoas ao jejum. Se vamos Jejuar, temos que ter objetivos firmes e claros pelos quais lutar: estar com Deus; receber a sua palavra e alguma orientação concreta; interceder por alguém ou alguma situação; enfrentar satanás e suas tentações...

Como faremos o nosso jejum?

Por 3 semanas (21 dias), somos convocados a jejum parcial. Será um tempo de maior oração e dedicação ao Senhor. Durante este tempo, evitaremos alimentos pelos quais buscamos mais saciar nosso gosto do que as necessidades reais do nosso organismo (doces, refrigerantes, excesso de frituras ou outros alimentos que constituem hábitos alimentares aos quais estamos apegados).

Além disso, evitando extravagâncias, vamos escolher entre duas opções: iniciar a alimentação diária só a partir das 12h, ou simplesmente cortar umas das refeições do dia. Cuidado somente para não **“descontar”** na próxima refeição para compensar o que foi omitido. Pessoas que fazem uso de medicamentos devem estabelecer o jejum em

conformidade com o horário dos remédios. Pessoas com problemas de pressão ou diabetes, ou outro tipo de limitação de saúde, devem conhecer as necessidades do seu organismo e adaptar o jejum. Pessoas que não podem fazer nenhum tipo de restrição na alimentação podem fazer jejum de televisão, converso ou outras coisas. Mas lembre-se inicialmente o jejum consta de algum sacrifício na alimentação.

Roteiro para a oração pessoal nos dias de Jejum:

1. Ore o **Salmo 15** e tome posse da herança que o Senhor reservou para você.
2. Ore o **Salmo 19** e levante bandeiras de vitória na sua vida, em nome do Senhor.
3. Ore o **Salmo 23** e deixe entrar o Rei da Glória na sua vida e na sua casa.
4. Ore o **Salmo 33** e prove como o nosso Deus é bom.
5. Ore o **Salmo 56** e mantenha o seu coração firme em meio as dificuldades.
6. Ore o **Salmo 31** e receba o maravilhoso perdão que Deus tem pra vc.
7. Ore o **Salmo 85** e creia que o Senhor ouve vc e nos dias de angústia.
8. Ore o **Salmo 102** e bendiga o Senhor que afasta de nós os nossos pecados.
9. Ore o **Salmo 26** e vença todo medo com a luz e a salvação que vem do Senhor.
10. Ore o **Salmo 29** e exalte o Senhor que livra vc de todos os males.
11. Ore o **Salmo 114** e declare o seu amor e gratidão ao Senhor.
12. Ore o **Salmo 24** e volte seus olhos só para o Senhor e seus caminhos.
13. Ore o **Salmo 83** e encontre um abrigo seguro junto do coração de Deus.
14. Ore o **Salmo 53** e declare que o Senhor já esta vindo em seu auxílio.
15. Ore o **Salmo 120** e creia: o seu socorro vem somente do Senhor.
16. Ore o **Salmo 148** e louve o nome Santo do Senhor com toda a criação.
17. Ore o **Salmo 125** e creia na promessa: você colherá frutos de alegria.
18. Ore o **Salmo 146** e adore o Senhor que cura o seu coração ferido.
19. Ore o **Salmo 137** e cante ao Senhor na presença dos seus anjos.
20. Ore **Lc 1,46-55** e engrandeça o Senhor de todo o seu coração.
21. Ore **Ef 1,3-12** e creia: vc já recebeu todas as graças do céu em Cristo Jesus. Aleluia!

O Senhor é a minha luz e a minha salvação, a quem temerei?