



## **21 DIAS DE JEJUM E ORAÇÃO**

**08 - 28 | FEV**

**Igreja Metodista em Guaratinguetá**

*Pastor Silvio Cezar Leite*

---

# O que é o jejum?

Pr Silvio Leite

O jejum é a abstinência total ou parcial de alimentos por um período definido e propósito específico. Em sua essência, o jejum é a negação da autosatisfação para a busca de um tempo mais profundo com Deus. O jejum bíblico tem a ver com eliminar distrações para um propósito espiritual. Também nos permite celebrar a bondade e misericórdia de Deus e prepara nosso coração para todas as coisas boas que Deus deseja realizar em nossas vidas.

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. Deus quer despertar-nos para a compreensão e prática deste princípio que, sem dúvida, é uma arma poderosa para o cristão.

Gosto da afirmação de Kennet Hagin sobre o jejum:

**“O jejum não muda a Deus. Ele é o mesmo antes, durante e depois de seu jejum. Mas, jejuar mudará você. Vai lhe ajudar a manter-se mais suscetível ao Espírito de Deus”**

O propósito primário do jejum é mortificar a carne, o que nos fará mais suscetíveis ao Espírito Santo. Mas existem muitos outros motivos para tal prática. Por exemplo, consagração, arrependimento de pecados, proteção, enfermidade, batalha espiritual, preparação para o ministério, etc.

Ao convocar a igreja para estes 21 dias de Jejum e Oração, nosso objetivo é fazer com que cada irmão ou irmã viva algo novo da parte de Deus, saindo de um estado de inércia, de uma condição opressora e vivendo uma nova realidade. Mas para isso, é necessário engajamento, foco, decisão, fé!

O jejum é um grande aliado da oração porque, ao renunciar os prazeres, você terá mais tempo e mais comunhão com Deus, sua Palavra e Adoração.

---

***Porque, aquele que pede, recebe; e, o que busca, encontra;  
e, ao que bate, abrir-se-lhe-á.***

***Mateus 7:8***

---

# Tipos de jejum

## Jejum seletivo

Este tipo de jejum envolve a remoção de certos alimentos de sua dieta. Temos o exemplo de Daniel. A Bíblia diz exatamente o que Daniel ficou sem ingerir: carne, vinho e manjar desejável. Provavelmente se restringiu à uma dieta de frutas e legumes, não sabemos ao certo. O fato é que se absteve de alimentos, porém não totalmente. E embora tenha escolhido o que aparentemente seja a forma menos rigorosa de jejuar, dedicou-se à ela por três semanas. (Dn 10. 2,3)

## Jejum periódico

Envolve a abstenção de alimentos em períodos específicos. Esta era uma prática comum de John Wesley, que jejuava às sextas-feiras.

## Jejum total

É a abstinência completa de alimentos, ingerindo apenas água (e/ou sucos leves). Foi a forma que nosso Senhor adotou ao jejuar no deserto (Mt 4.2). É importante destacar que a água é indispensável para o nosso organismo e não deve ser dispensada. Alguns fazem este tipo de jejum por curtos períodos, como 3 dias (Et 4.16, At 9.9).

### ALGUMAS PASSAGENS SOBRE JEJUM

Mateus 6. 16-18

Mateus 9. 14-15

Lucas 18. 9-14

1 Samuel 1. 6-8, 17-18

Neemias 1. 4

Joel 2. 12

Atos 10. 30; 13. 2

Esdras 8. 21-23

Jonas 3. 5-10



# Cultivando uma vida de oração

*“Bem cedo pela manhã, ainda escuro, Jesus se levantou, saiu de casa e foi para um lugar solitário, onde orou”. Mc 1.35*

A oração é mais eficaz quando não é algo que fazemos de vez em quando, mas cultivamos como um estilo de vida. Para isso, precisamos olhar para o exemplo de Jesus, enquanto esteve entre nós.

**Tenha um horário:** Jesus se levantou bem cedo para passar um tempo com o Pai. Marque um encontro diário com Deus e mantenha-o fielmente. Isso ajuda na disciplina e no compromisso.

**Tenha um lugar:** É claro que o Senhor nos ouve independente do lugar que O busquemos, mas ter um lugar designado para orar nos ajuda a remover distrações e nos dá mais liberdade. Ter um “quarto de guerra” ou “um lugar secreto” é contribui para a intimidade com Deus. Jesus tinha lugares assim.

**Tenha um plano:** Quando Jesus ensinou seus discípulos a orar, deu-lhes a oração que chamamos de “Oração do Pai Nosso”. Tenha um devocional, um roteiro ou propósito.

## Você está pronto para esta jornada?

**Reservarmos esse tempo para orar e jejuar, sinaliza estarmos inconformados com nossa condição, com nossa realidade, com o ambiente tóxico e insuportável que estamos inseridos. Existem mudanças que só acontecerão como resposta de oração. Então, seja intencional! Apresente situações, problemas, nomes! Ore por alguém, por um grupo, ministérios, famílias, líderes. Ore por trabalho, vida financeira, estudos. Ore por libertação, cura, conversão. É tempo de se levantarmos juntos, como povo de Deus, e acreditarmos em transformação, em milagres, em novos ambientes.**

Antes de tudo, recomendo que se façam súplicas, orações, intercessões e ação de graças por todos os homens; pelos reis e por todos os que exercem autoridade, para que tenhamos uma vida tranqüila e pacífica, com toda a piedade e dignidade. Isso é bom e agradável perante Deus, nosso Salvador.

1 Timóteo 2:1-3

### IMPORTANTE

*O jejum é uma arma para todas as pessoas! Fortes e fracos, maduros e novos na fé, líderes e leigos. Todos e todas precisam desesperadamente de Deus.*

*O jejum não serve para manipular a Deus. Nunca vamos merecer absolutamente nada d'Ele. Tudo que temos vem pela graça, através de Jesus. Não há nada que façamos para substituir isso.*

*O jejum não é obrigatório, mas recomendado para aqueles que desejam viver uma vida triunfante. Jejuar é um ato de submissão a Deus e por isso é tão poderoso. Deus não te punirá por deixar de jejuar, mas você deixará de experimentar uma profunda renovação espiritual.*



*no lugar secreto*



Por um novo  
AMBIENTE

*Com o objetivo de encorajar você, de segunda a sexta-feira, às 6h30 da manhã teremos o retorno da Live de Oração “No Lugar Secreto”. Uma ótima oportunidade para você se conectar regularmente com Deus!  
Acesse já o canal no YouTube /IgrejaMetodistaGuaratinguetá e se inscreva!*

**21** DIAS  
DE JEJUM E ORAÇÃO

