



## CULTIVANDO A NOSSA FÉ COMPORTAMENTOS DO CRISTÃO E DISCIPLINAS ESPIRITUAIS

### JEJUM E CONSAGRAÇÃO

#### OBJETIVO DA AULA

Ensinar aos pré-adolescentes que o jejum é uma fonte de força espiritual. Por meio do jejum nós podemos nos sentir mais perto do Pai Celestial e fortalecer nosso testemunho. A abstinência de alimento (jejum) ou de qualquer outra coisa (consagração) não deveria ser uma tentativa de coagir Deus, para impor a nossa vontade, mas sim, para buscar entender a vontade de Deus. O jejum também nos dá autoridade espiritual.

#### 1. ACOLHIMENTO 2. ORAÇÃO INICIAL 3. VERSÍCULO DO DIA

“Assim, jejuamos e pedimos com fervor que nosso Deus cuidasse de nós, e ele atendeu à nossa oração.” Esdras 8:23

#### 4. DINÂMICA

##### DESCOBRINDO O PODER DO JEJUM

**Objetivo:** Esta dinâmica tem como objetivo introduzir os pré-adolescentes ao conceito de jejum de uma maneira interativa e envolvente. Ao participar desta atividade, os jovens serão incentivados a refletir sobre o significado do jejum em suas vidas espirituais e a considerar como podem aplicá-lo em seu próprio relacionamento com Deus.

##### Material:

- Cartões pequenos com versículos bíblicos relacionados ao jejum (pode-se usar versículos como Mateus 6:16-18, Esdras 8:23, Isaías 58:6, entre outros).
- Canetas ou lápis coloridos.
- Papel em branco.
- Adesivos coloridos ou marcadores.

##### Procedimento:

- Antes da dinâmica, prepare os cartões com os versículos bíblicos relacionados ao jejum. Certifique-se de ter cartões suficientes para que cada participante possa receber um.
- Distribua canetas ou lápis coloridos, papel em branco e adesivos para os pré-adolescentes.

- Reúna os pré-adolescentes em um círculo e introduza o tema do jejum, explicando brevemente o que é e por que é importante na vida espiritual.
- Distribua os cartões com os versículos bíblicos entre os pré-adolescentes, garantindo que cada um receba um e instrua-os a lerem silenciosamente o versículo que receberam e a refletirem sobre o seu significado pessoal.
- Divida os pré-adolescentes em grupos pequenos e peça a cada grupo que discuta o versículo que receberam, compartilhando o que entenderam e como ele se aplica às suas vidas.
- Após a discussão em grupo, forneça papel em branco, canetas ou lápis coloridos e adesivos. Incentive os pré-adolescentes a expressarem suas reflexões de forma criativa, desenhando ou escrevendo em seus papéis.
- Convide os grupos a compartilharem suas criações com o restante do grupo e encoraje cada pré-adolescente a compartilhar brevemente o versículo que receberam e como ele os inspirou.
- Finalize a dinâmica reunindo o grupo e conduzindo uma breve reflexão sobre o que aprenderam. Incentive os pré-adolescentes a considerarem como podem aplicar os ensinamentos sobre o jejum em suas vidas espirituais.

Esta dinâmica proporcionará aos pré-adolescentes uma experiência prática e significativa de reflexão sobre o poder do jejum, preparando-os para receber o ensino sobre o tema com corações abertos e mentes receptivas.

#### 5. LOUVOR



Se eu me humilhar  
DiscoPraise

#### 6. ENSINO

##### O PODER DO JEJUM: FORTALECENDO NOSSA FÉ

Queridos alunos, hoje vamos mergulhar em um tema espiritual profundo, mas não menos acessível e poderoso: o **jejum**. À medida que crescemos em nossa jornada espiritual, descobrimos que o **jejum** não é apenas uma prática reservada para os mais velhos ou os mais "santos".



É uma fonte de força espiritual acessível a todos nós, independentemente da nossa idade.

Vocês já ouviram falar do **jejum** antes? É uma prática antiga, mencionada em várias passagens da Bíblia. Uma dessas passagens, Esdras 8:23, nos lembra: "Assim jejuamos, e pedimos a nossa Deus a respeito deste assunto; e ele nos foi propício." Aqui, vemos que o **jejum** foi usado como uma forma de buscar a vontade de Deus em um momento crucial. Os que jejuaram não estavam tentando coagir a Deus, mas sim buscando entender e se alinhar com a Sua vontade.

O **jejum** nos ensina a disciplina e a dependência de Deus. Quando nos abstermos de algo, seja alimento, entretenimento, ou qualquer outra coisa, estamos demonstrando nossa disposição em priorizar nossa comunhão com Ele sobre nossos próprios desejos imediatos. Isso nos permite focar nossa mente e coração em oração e busca espiritual de uma maneira mais profunda.

Mas por que jejuar? O **jejum** não é apenas uma prática física; é também uma prática espiritual. Quando jejuamos, nos desapegamos das distrações do mundo e nos concentramos em Deus. Isso nos torna mais sensíveis à Sua voz e à Sua direção em nossas vidas. Nosso espírito fica mais forte e nossa fé se fortalece.

Ao jejuar, também recebemos autoridade espiritual. Jesus jejuou por quarenta dias e quarenta noites antes de iniciar Seu ministério terreno. Ele nos mostrou que o **jejum** é uma fonte de poder espiritual. Em Mateus 17:21, Ele diz: "Mas esta casta de demônios não se expulsa senão pela oração e pelo **jejum**." Aqui vemos que o **jejum** não só fortalece nossa conexão com Deus, mas também nos capacita a exercer autoridade espiritual sobre as forças do mal.

Portanto, meus queridos alunos, não subestimem o poder do **jejum** em suas vidas espirituais. Quando jejuamos, estamos nos aproximando do Pai Celestial, buscando Sua vontade e recebendo força espiritual para enfrentar os desafios da vida. Que possamos todos cultivar essa prática em nossas vidas, confiando que Deus nos ouvirá e nos fortalecerá conforme buscamos Sua face.

## 7. ATIVIDADE

### DEVOCIONAL COMPORTAMENTOS DO CRISTÃO: JEJUM

Incentive seus alunos a completarem o devocional semanal e realizar as atividades propostas.

## 8. REFORÇAR O APRENDIZADO

### UM JEJUM QUE AGRADA A DEUS

Vocês sabiam que o jejum não é apenas deixar de comer, mas também um ato de buscar a Deus de todo o coração? Isaías 58 nos ensina muito sobre isso. Neste capítulo, Deus fala sobre o verdadeiro jejum que Ele deseja ver em Seu povo. Ele nos lembra que não é apenas uma questão de deixar de comer, mas também de agir com bondade e justiça. Deus valoriza não apenas o jejum físico, mas também o jejum do coração, onde nos humilhamos diante Dele e buscamos Sua vontade.

Agora, vamos explorar algumas dicas sobre como fazer um jejum que agrada a Deus, especialmente adaptadas para pessoas da idade de vocês:

- **Converse com seus pais ou responsáveis:** Antes de começar qualquer tipo de jejum, é importante conversar com seus pais ou responsáveis.
- **Comece aos poucos e mantenha-se hidratado:** Se você é novo no jejum, comece com pequenos passos. Por exemplo, você pode começar jejuando por apenas algumas horas durante o dia. Mesmo que você esteja jejuando de alimentos, é importante beber bastante água para se manter saudável e energizado durante o jejum.
- **Escolha um propósito e evite distrações:** Antes de começar seu jejum, pense sobre o motivo pelo qual você está jejuando. Pode ser para buscar orientação de Deus em uma situação específica, para fortalecer sua fé, ou para se concentrar mais em oração. Durante o seu tempo de jejum, tente evitar distrações como jogos de vídeo, redes sociais ou programas de TV. Use esse tempo para se concentrar em oração, leitura da Bíblia e reflexão espiritual.
- **Seja flexível:** Nem sempre o jejum precisa ser de alimentos. Você também pode jejuar de outras coisas que são importantes para você, como videogames, doces ou redes sociais. O importante é dedicar esse tempo a buscar a Deus de todo o coração.
- **Termine com gratidão:** Ao terminar o jejum, reserve um tempo para agradecer a Deus pelo tempo que passou com Ele. Agradeça por Sua presença e por qualquer resposta à sua oração que você possa ter recebido durante esse tempo especial.

## 9. ORAÇÃO FINAL

Ore com os seus alunos para encerrar a aula.



COMPORTAMENTOS  
DO CRISTÃO

## JEJUM E CONSAGRAÇÃO

MATEUS 6:17-18

O jejum é uma prática espiritual que nos permite nos concentrar mais intensamente em nossa relação com Deus, ao mesmo tempo em que nos privamos de algo físico, como comida ou uma atividade específica. Ao jejuar, reconhecemos nossa dependência de Deus e nos entregamos a Ele em oração e meditação. O jejum pode nos ajudar a crescer espiritualmente, aumentar nossa fé e fortalecer nossa vida de oração.

### COMPORTAMENTO ESPERADO

Ao praticar o jejum, devemos fazê-lo com humildade e discrição, buscando a Deus em oração e meditação. O jejum é um ato de abnegação e devoção a Deus, e não deve ser usado para exibir nossa espiritualidade perante os outros. Devemos jejuar com um propósito específico, como buscar orientação, interceder por alguém ou nos aproximar mais de Deus. Lembre-se, o jejum não é uma competição ou uma forma de impressionar a Deus. É uma maneira de nos aproximarmos Dele e nos concentrarmos em Sua vontade.

### MEDITAÇÃO DIÁRIA

- Isaías 58:6
- Joel 2:12
- Lucas 2:37
- Atos 13:2-3
- Atos 14:23
- 1 Coríntios 7:5

### PALAVRAS-CHAVES

### 3 COISAS QUE APRENDI



**QUAIS BENEFÍCIOS ALCANÇO COM ESSE COMPORTAMENTO**

**COMO ESTOU**

**COMO DEVO AGIR**

**ANOTAÇÕES**



Primeiro Deus  
Marcos Militão



**RESPONDA AO QUESTIONÁRIO DE ACORDO COM O QUE APRENDEU NA AULA DE HOJE:**

**1. Qual é o propósito do jejum?**

- a) Impressionar as outras pessoas.
- b) Buscar compreensão da vontade de Deus.
- c) Ganhar autoridade sobre os outros.
- d) Evitar comer.

**2. Qual é a principal mensagem transmitida por Isaías 58, de acordo com a introdução do sermão?**

- a) A importância de buscar a Deus com todo o coração durante o jejum.
- b) A competição entre pessoas para ver quem jejuar mais.
- c) A necessidade de impressionar as outras pessoas com o jejum.
- d) A obrigação de coagir Deus através do jejum.

**3. O que é enfatizado nas dicas sobre como fazer um jejum que agrada a Deus?**

- a) A flexibilidade e gentileza consigo mesmo durante o jejum.
- b) A competição para ver quem pode jejuar por mais tempo.
- c) Ignorar completamente a hidratação durante o jejum.
- d) A busca por aprovação dos outros durante o jejum.

**4. Qual é a importância de conversar com os pais ou responsáveis antes de jejuar?**

- a) Porque os pais não entendem sobre o jejum.
- b) Porque os pais podem oferecer orientação e apoio durante o jejum.
- c) Porque os pais não se importam com o jejum.
- d) Porque os pais podem proibir o jejum.

**5. No estudo de hoje, o que é mencionado como uma forma de exercer autoridade espiritual?**

- a) Compartilhar sobre o jejum com os amigos.
- b) Orar em voz alta durante o jejum.
- c) Jejuar sem propósito específico.
- d) Jejuar e orar.

**6. Qual é o objetivo principal da dinâmica "Descobrimo o Poder do Jejum"?**

- a) Ensinar sobre os diferentes tipos de comida que devemos evitar durante o jejum.
- b) Refletir sobre os versículos bíblicos relacionados ao jejum.
- c) Competir para ver quem jejuará por mais tempo.
- d) Ignorar completamente a importância do jejum.

**7. O que é destacado nas dicas sobre como manter-se hidratado durante o jejum?**

- a) A importância de beber bastante água para se manter saudável e energizado.
- b) A necessidade de evitar completamente a ingestão de líquidos.
- c) A competição para ver quem pode jejuar sem beber água.
- d) A busca por aprovação dos outros.

**8. Qual é a principal mensagem sobre o jejum transmitida no estudo de hoje?**

- a) Jejuar para impressionar as outras pessoas.
- b) Jejuar como uma forma de coagir Deus a fazer o que queremos.
- c) Jejuar como uma maneira de buscar a vontade de Deus e fortalecer nossa fé.
- d) Jejuar para ganhar poder sobre os outros.



RESPONDA AO QUESTIONÁRIO DE  
ACORDO COM O QUE  
APRENDEMOS NA AULA DE HOJE:

1. Qual é o propósito do jejum?

a) Impressionar as outras pessoas.

**b) Buscar compreensão da vontade de Deus.**

c) Ganhar autoridade sobre os outros.

d) Evitar comer.

2. Qual é a principal mensagem transmitida por Isaías 58, de acordo com a introdução do sermão?

**a) A importância de buscar a Deus com todo o coração durante o jejum.**

b) A competição entre pessoas para ver quem jejuar mais.

c) A necessidade de impressionar as outras pessoas com o jejum.

d) A obrigação de coagir Deus através do jejum.

3. O que é enfatizado nas dicas sobre como fazer um jejum que agrada a Deus?

**a) Definir bem o propósito e evitar distrações durante o jejum.**

b) A competição para ver quem pode jejuar por mais tempo.

c) Ignorar completamente a hidratação durante o jejum.

d) A busca por aprovação dos outros durante o jejum.

4. Qual é a importância de conversar com os pais ou responsáveis antes de jejuar?

a) Porque os pais não entendem sobre o jejum.

**b) Porque os pais podem oferecer orientação e apoio durante o jejum.**

c) Porque os pais não se importam com o jejum.

d) Porque os pais podem proibir o jejum.

5. No estudo de hoje, o que é mencionado como uma forma de exercer autoridade espiritual?

a) Compartilhar sobre o jejum com os amigos.

b) Orar em voz alta durante o jejum.

c) Jejuar sem propósito específico.

**d) Jejuar e orar.**

6. Qual é o objetivo principal da dinâmica "Descobrimo o Poder do Jejum"?

a) Ensinar sobre os diferentes tipos de comida que devemos evitar durante o jejum.

**b) Refletir sobre os versículos bíblicos relacionados ao jejum.**

c) Competir para ver quem jejuará por mais tempo.

d) Ignorar completamente a importância do jejum.

7. O que é destacado nas dicas sobre como manter-se hidratado durante o jejum?

**a) A importância de beber bastante água para se manter saudável e energizado.**

b) A necessidade de evitar completamente a ingestão de líquidos.

c) A competição para ver quem pode jejuar sem beber água.

d) A busca por aprovação dos outros.

8. Qual é a principal mensagem sobre o jejum transmitida no estudo de hoje?

a) Jejuar para impressionar as outras pessoas.

b) Jejuar como uma forma de coagir Deus a fazer o que queremos.

**c) Jejuar como uma maneira de buscar a vontade de Deus e fortalecer nossa fé.**

d) Jejuar para ganhar poder sobre os outros.