

## **Propósito para o Jejum de Daniel**

**Convido você que está no Jejum de Daniel (ou quer entrar) a aproveitar ao máximo estes 21 dias para crescer em todos os sentidos.**

Todos os dias a partir de hoje vou postar aqui cinco tarefas para aquele dia, tocante a cinco áreas de sua vida: espiritual, saúde, relacional, financeira, e desenvolvimento.

Por que esse propósito?

Porque assim como jejum de comida não é apenas deixar de comer, o Jejum de Daniel também não é apenas deixar de absorver informações seculares ou entretenimento. **O jejum requer abstinência mas também atitudes que lhe ajudem a alcançar seus objetivos.**

O objetivo deste Jejum de Daniel é fortalecer a sua vida de modo geral, e prepará-lo para começar com toda a força.

Como usar a tabela de tarefas?

Provavelmente nem tudo o que lhe for recomendado nas tarefas diárias se aplicará a você. Por exemplo, a tarefa de hoje para sua vida financeira se refere a dívidas. Mas se você não tem dívidas, você pode substituir com algo diferente, que seja mais pertinente a suas finanças.

Sugiro que, se possível, você imprima a tabela de tarefas e carregue-a com você durante o dia, para não esquecer e também para ir marcando o que já foi feito.

Eu também estarei fazendo esse propósito com você.

Você está dentro?

Então vamos começar! Eis as tarefas para hoje:

Jejum de Daniel		Dia 01	Feito ✓
<b>Espiritual</b>		Falar com Deus ao começar o dia, pelo menos 5 minutos	
<b>Saúde</b>		Fazer 30 minutos de atividade física. Ex: caminhar, alongar etc.	
<b>Relacional</b>		Contatar um familiar ou amigo com quem você não fala há muito tempo	
<b>Financeiro</b>		Fazer uma lista atualizada de todas as suas dívidas	
<b>Desenvolvimento</b>		Perguntar a seu patrão ou profissional que lhe conhece e em quem confia: "Onde você acha que tenho que melhorar?"	