

Día de Ayuno y Oración

por el pastor Rick Warren

¿QUÉ ES EL AYUNO?

La Biblia enseña que el ayuno es una disciplina espiritual. Jesús esperaba que sus seguidores ayunaran, y dijo que Dios premia el ayuno. De acuerdo a la Biblia, el ayuno es la reducción o supresión de la ingesta de alimentos por un tiempo y con un propósito específicos.

Quando ayunen, no pongan cara triste como hacen los hipócritas, que demudan sus rostros para mostrar que están ayunando. Les aseguro que éstos ya han obtenido toda su recompensa. Pero tú, cuando ayunes, perfúmate la cabeza y lávate la cara para que no sea evidente ante los demás que estás ayunando, sino sólo ante tu Padre, que está en lo secreto; y tu Padre, que ve lo que se hace en secreto, te recompensará". Mateo 6:16-18 (NVI)

¿POR QUÉ AYUNAR?

Hay muy buenas razones para ayunar, e incluso beneficios para la salud. Sin embargo, hacemos nuestro DÍA UNIDO DE AYUNO por 3 razones principales:

1. El ayuno te da más tiempo para orar. Puedes usar el tiempo que normalmente destinas a comer, para orar por lo que Dios quiere hacer entre nosotros durante la campaña. En la Biblia el ayuno siempre está conectado con la oración.

"Mientras ayunaban y participaban en el culto al Señor, el Espíritu Santo dijo: 'Apártenme ahora a Bernabé y a Saulo para el trabajo al que los he llamado'. Así que después de ayunar, orar e imponerles las manos, los despidieron". Hechos 13:2-3 (NVI)

2. El ayuno demuestra la profundidad de tu deseo cuando oras por algo. Muestra que valoras lo suficiente tu pedido de oración, como para pagar un precio personal. Dios honra los deseos profundos y las oraciones de fe.

"Entréguense al ayuno, convoquen a una asamblea solemne. Reúnan a los ancianos del pueblo en la casa del Señor su Dios; reúnan a todos los habitantes del país, y clamen al Señor. Joel 1:14 (NVI)

"Ahora bien", afirma el Señor, "vuélvanse a mí de todo corazón, con ayuno, llantos y lamentos". Joel 2:12 (NVI)

3. El ayuno libera el poder sobrenatural de Dios. Es una herramienta que podemos usar cuando hay oposición a la voluntad de Dios. Nada hace que Satanás se goce más que cuando se produce entre nosotros división, desaliento, derrota, depresión y duda. ¡La oración y el ayuno, unidos, siempre han sido usados por Dios para ganar batallas decisivas contra el enemigo!

Así que ayunamos y oramos a nuestro Dios pidiéndole su protección, y Él nos escuchó". Esdras 8:23 (NVI)

El ayuno que he escogido, ¿no es más bien romper las cadenas de injusticia y desatar las correas del yugo, poner en libertad a los oprimidos y romper toda atadura? Isaías 58:6 (NVI)

LA IMPORTANCIA DEL AYUNO

Con frecuencia, la Biblia dice que el pueblo de Dios ayunó inmediatamente antes de una gran victoria, milagro o de recibir respuesta a una oración. ¡El ayuno los preparó para una bendición!

- **Moisés ayunó antes de recibir los Diez Mandamientos.**

“Y Moisés se quedó en el monte, con el Señor, cuarenta días y cuarenta noches, sin comer ni beber nada. Allí, en las tablas, escribió los términos del pacto, es decir, los diez mandamientos”. Éxodo 34:28 (NVI)

- **Los israelitas ayunaron antes de una victoria milagrosa.**

Y alguien fue a informarle: «Del otro lado del Mar Muerto y de Edom viene contra ti una gran multitud. Ahora están en Jazozón Tamar, es decir, en Engad». Atemorizado, Josafat decidió consultar al Señor y proclamó un ayuno en todo Judá”. 2 Crón 20:2-3

- **Daniel ayunó a fin de recibir la guía de Dios.**

“Volví mi rostro a Dios, el Señor, buscándolo en oración y ruego, en ayuno, ropas ásperas y ceniza”. Daniel 9:3 (RV 1995)

“Aún estaba hablando en oración, cuando el varón Gabriel, a quien había visto en la visión, al principio, volando con presteza vino a mí como a la hora del sacrificio de la tarde. Me hizo entender, y habló conmigo diciendo: "Daniel, ahora he salido para darte sabiduría y entendimiento”. Daniel 9:21-22 (RV 1995)

- **Nehemías ayunó antes de comenzar un proyecto importante de reconstrucción.**

“Al escuchar esto, me senté a llorar; hice duelo por algunos días, ayuné y oré al Dios del cielo”. Nehemías 1:4 (NVI)

- **Jesús ayunó cuando venció la tentación.**

“Allí estuvo cuarenta días y fue tentado por el diablo. No comió nada durante esos días, pasados los cuales tuvo hambre”. Lucas 4:2 (NVI)

- **Los primeros cristianos ayunaban cuando debían tomar decisiones.**

“Mientras ayunaban y participaban en el culto al Señor, el Espíritu Santo dijo: ‘Apártenme ahora a Bernabé y a Saulo para el trabajo al que los he llamado’. Así que después de ayunar, orar e imponerles las manos, los despidieron”. Hechos 13:2-3 (NVI)

DOS ADVERTENCIAS

1. Recuerda que ayunar no es un medio para “ganar” una respuesta a una oración. No podemos chantajear a Dios mediante esfuerzos humanos. Dios quiere responder nuestras oraciones y lo hace por gracia. Ayunar, simplemente, nos prepara para la respuesta de Dios.
2. Ayuna solo si tu salud te lo permite en ese momento. Si **sólo** eres capaz de hacer un ayuno parcial, hazlo en fe y Dios

LA DISCIPLINA ESPIRITUAL DEL AYUNO

Por el Pastor Lance Witt, Iglesia de Saddleback.

¿Una Rareza del Pasado?

Cuando fui niño, mientras crecía en la iglesia, escuché cientos de sermones, miles de lecciones de grupos pequeños y participé en docenas de programas de mi iglesia. A través de todos esos años saturados de “iglesia”, no recuerdo que mi pastor haya alguna vez predicado sobre el ayuno. Tampoco recuerdo alguna lección de grupo pequeño sobre el ayuno. Ni siquiera recuerdo que nuestra iglesia alguna vez convocara a un tiempo de ayuno y oración, buscando a Dios para tomar una decisión importante.

A falta de otra explicación, crecí pensando que ayunar era algo que la gente hacía en el Antiguo Testamento; algo así como el sacrificio de animales. Pensaba que era algo que ya no hacemos. Y me sentía bien con eso. La sola idea de pasar extensos periodos de tiempo sin comer no se correspondía mucho con mi idea de algo divertido.

¡Una Práctica Asumida!

Pero luego, leemos un pasaje como Mateo 6:16-18 (NVI): “Cuando ayunen, no pongan cara triste como hacen los hipócritas, que demudan sus rostros para mostrar que están ayunando. Les aseguro que éstos ya han obtenido toda su recompensa. Pero tú, cuando ayunes, perfúmate la cabeza y lávate la cara para que no sea evidente ante los demás que estás ayunando, sino sólo ante tu Padre, que está en lo secreto; y tu Padre, que ve lo que se hace en secreto, te recompensará”.

Este pasaje viene justo en el medio de la enseñanza de Jesús sobre la oración y el dar. En este sermón, Jesús usa frases como: “Cuando des” (v.2), “Cuando ores” (v.5), y “Cuando ayunes” (v.16). Jesús da por sentado que su audiencia dará, orará, y ayunará. El ayuno no es una opción. No es una rareza. El ayuno, de acuerdo con Jesús, se da por sentado. ¡De hecho, en la Biblia, el ayuno se menciona más veces que el bautismo!

En la Biblia, observamos al pueblo de Dios ayunando por una variedad de razones:

- Cuando enfrentaban una crisis.
- Cuando buscaban protección y libertad por medio de Dios.
- Cuando necesitaban arrepentimiento y renovación.
- Cuando pedían la guía de Dios.
- Cuando se humillaban a sí mismos en adoración.

El Peligro en la Disciplina

Pero el ayuno posee un peligro inherente. Es el mismo peligro que se encuentra en la práctica de cualquier otra disciplina espiritual. Podemos transformar al ayuno en un fin en sí mismo, más que en un medio para llegar a un fin. Puede convertirse en una mera práctica externa sin una pasión interior. Puede quedar reducida a un hábito sin corazón. En Lucas 18:12 vemos un ejemplo de esto, pues Jesús cuenta la historia de un fariseo que se jactaba ante Dios en oración, porque él ayunaba dos veces a la semana. Los fariseos habitualmente ayunaban dos veces por semana; generalmente, el 2º y el 5º día de la semana. Estos dos días solían ser los más importantes del mercado judío. Eso significaba que la ciudad estaba llena de campesinos, comerciantes y compradores. En consecuencia, estos días de ayuno público contaban con la más grande audiencia. Jesús condenó la práctica del ayuno cuando era hecha para obtener la adulación pública.

Tenemos la habilidad de tomar las cosas sagradas, santas, y que han sido diseñadas para contactarnos con Dios; transformándolas en rutinas mecánicas, meramente religiosas, y destinadas

a impresionar a otros. Lo que tenía la intención de comunicarnos con Dios nos termina distanciando de Él, pues lo hemos pervertido. Y Dios se da cuenta de ello. Él mandó al profeta Zacarías a que le preguntara a los sacerdotes de Israel: “Cuando ustedes ayunaban y se lamentaban en los meses quinto y séptimo de los últimos setenta años, ¿realmente ayunaban por mí?”. (Zacarías 7:5 NVI)

Un Tiempo de Fiesta

Cuando Juan Wesley hablaba sobre ayunar, decía: “Primero, hagámoslo para el Señor, con nuestros ojos fijos sólo en Él”. Que nuestro propósito sea solamente glorificar a nuestro padre Celestial”.

Cuando decidimos ayunar, éstas son las cosas que pienso complacen el corazón de Dios. Hablemos de este tiempo de disciplina espiritual, no como un día de ayuno, sino como un día de fiesta: una fiesta para Jesús.

En la India hay un orfanato en donde tanto el personal como los niños, ayunan todos los viernes. ¿Y sabes como llaman ese día? El día de su fiesta para Jesús. ¿Y sabes lo que hacen durante ese día de fiesta? Oran por la Iglesia en los Estado Unidos. Eso nos llama a la humildad.

- ❖ El ayuno se trata más de enfocarse que de no comer.
- ❖ El ayuno se relaciona más con decirle que sí al Espíritu que con decirle que no al cuerpo.
- ❖ El ayuno se trata de mirar hacia adentro, no de prescindir de lo de afuera.
- ❖ El ayuno es una reacción externa a una actitud interna y a un clamor del alma.

Un Llamado a Ayunar

Joel 2:12-17 (NVI) «*Ahora bien afirma el Señor, vuélvase a mí de todo corazón, con ayuno, llantos y lamentos.*» *Rásguense el corazón y no las vestiduras. Vuélvase al Señor su Dios, porque él es bondadoso y compasivo, lento para la ira y lleno de amor, cambia de parecer y no castiga. Tal vez Dios reconsidere y cambie de parecer, y deje tras de sí una bendición. Las ofrendas de cereales y las libaciones son del Señor su Dios. Toquen la trompeta en Sión, proclamen el ayuno, convoquen a una asamblea solemne. Congreguen al pueblo, purifiquen la asamblea; junten a los ancianos del pueblo, reúnan a los pequeños y a los niños de pecho. Que salga de su alcoba el recién casado y la recién casada de su cámara nupcial. Lloren, sacerdotes, ministros del Señor, entre el pórtico y el altar; y digan: «Compadécete, Señor, de tu pueblo. No entregues tu propiedad al oprobio, para que las naciones no se burlen de ella. ¿Por qué habrán de decir entre los pueblos: Dónde está su Dios?»*

1. **El ayuno comienza con los líderes espirituales.** Joel comienza su llamado urgente a ayunar, diciendo: “Oigan esto, ancianos del pueblo”. (Joel 1:2)
2. **El ayuno con frecuencia se asocia a una sensación de desesperación espiritual.** Joel 2:12 dice: “Vuélvase a mí de todo corazón”. Se nota un sentimiento de urgencia y desesperación.
3. **El ayuno es un llamado a volverse a Dios.** (Joel 2:13) La primera necesidad de Israel, como la del hijo pródigo, era regresar al hogar del Padre. Dios no habla sobre la necesidad de mejores planes, programas y estrategias para la gente. Simplemente les está diciendo: “Ustedes me han sido infieles. Regresen al hogar”.
4. **El ayuno no consiste en cosas externas.** En Joel 2:13, Dios dice: “Rásguense el corazón, y no las vestiduras”. Es posible que aunque te prives de comer, no tengas un verdadero ayuno.
5. **El ayuno es la respuesta de un corazón quebrantado.** ¿Por qué dice Joel, “Vuélvase a mí de todo corazón, con ayuno, llantos y lamentos”? (2:12) Porque el arrepentimiento es la respuesta

