



DISCÍPULOS DE VERDAD

EL AYUNO

Hay referencias muy antiguas sobre el ayuno en la Biblia, en ocasiones se muestra como una actividad de consagración del tiempo y la atención del creyente para fines específicos de oración y ruego a Dios, fundamentalmente para consuelo y para la búsqueda de crecimiento espiritual. También es practicado para favorecer la restauración de las afectaciones en la relación personal y grupal del pueblo para con el Señor. Se asocia a las expresiones de dolor y vergüenza por haber cometido pecado contra Dios y está también vinculado con el luto por la pérdida de seres queridos, así como para pedir el favor de Dios en diversas situaciones.

A través de la Biblia también se muestra cómo desafortunadamente las prácticas religiosas del ayuno en innumerables ocasiones tergiversan o mal interpretan sus verdaderos propósitos y el mismo creyente al no conocer realmente su sentido espiritual podría no usar esta valiosa herramienta y confundir a aquellos que lo presencian.

Por tal motivo y siguiendo la dirección del Espíritu Santo queremos considerar su verdadero uso y su efecto para el cristiano de hoy.

En el pueblo de Israel sobre todo en la etapa de los reyes, se ven casos donde el propio rey hace pregonar o proclama que todo el pueblo debe ayunar para unir su sentir a la necesidad que se estaba presentando. Y por causa de este ayuno y de otras condiciones más como la oración y la dependencia de Dios produce una vida de rectitud y de alabanza al Señor, Dios entonces por su misericordia concede victoria al pueblo y lo favorece. Destaca aquí como factor común que para esas victorias ellos creyeron en el Señor y por lo tanto estuvieron seguros de acuerdo a la Palabra de Dios.

En el nuevo testamento, Jesús precisamente nos presenta el ayuno como un complemento esencial a la oración en ciertos casos y resalta nuestra necesidad de dar un énfasis total a nuestro espíritu y a nuestra relación con Dios mediante la disminución de la atención a nuestras necesidades físicas.

Presta mucha atención a la importancia de practicar lo que el propio Hijo de Dios, salvador y Rey eterno nos está enseñando ahora.



UNA PODEROSA HERRAMIENTA EL AYUNO

Es tan importante el ayuno que en una ocasión especial de una profunda necesidad espiritual de una persona atormentada por demonios, Cristo dijo lo siguiente a sus discípulos que no pudieron liberarlo, les dijo: "Este género no sale a menos que sea con oración y ayuno"

Son pocas las referencias de Jesús al ayuno, básicamente presenta la posibilidad de crecimiento espiritual y consuelo por su medio, como puede apreciarse en Lucas 5:35 cuando habla figurativamente de sí mismo, afirma que los discípulos ayunarán cuando él mismo haya sido quitado del mundo, profetizando de sí mismo acerca de morir, resucitar e ir a la presencia del Padre. El papel del ayuno en el consuelo del creyente mientras Cristo vuelve otra vez es crucial.

Por una parte tenemos que reconocer que Jesús les dio autoridad a sus discípulos sobre todos los espíritus y para sanar a los enfermos (Lucas 9:1) pero ellos en algunos casos no lograban liberar a algunos poseídos cuya condición era extrema. Jesús entonces puntualizó al liberarlos que sólo con oración y ayuno salen esos demonios de las personas. Implica por lo tanto que Cristo ayunaba frecuentemente pero también implica que Jesús es Dios al igual que El Padre y el Espíritu Santo, un solo Dios en tres personas.

Este tipo de relatos nos hacen ver la importancia y la realidad que representa el mundo espiritual, que aunque no lo vemos es tan real como el mundo que percibimos con nuestros sentidos.

Siendo la fe, la certeza de lo que se espera y la convicción de lo que no se ve (Hebreos 11:1), Cristo espera de nosotros en este tiempo lo mismo que esperaba de sus discípulos iniciales, que creamos con todo el corazón su Palabra sin dudar nada para que él pueda usarnos en un mundo caído.

Practicar el ayuno de acuerdo a sus enseñanzas es sin duda un elemento más para una vida cristiana que esté a la altura de lo que Dios espera de nosotros.



Y les dijo: Este género con nada puede salir, sino con oración y ayuno.

Marcos 9:29



ELEMENTOS ESENCIALES

A CONSIDERAR PARA PRACTICAR EL AYUNO

En el antiguo testamento se citan los elementos esenciales del ayuno que veremos a continuación, ya que el pueblo de Israel se equivocó en el enfoque y en la práctica y Dios les aclara lo que Él espera del ayuno de su pueblo para evitar no solo prácticas inadecuadas sino que las motivaciones de los que ayunan sean las correctas. Notamos así que es la motivación con la que hacemos las cosas lo que realmente cuenta para el Señor. A partir de ahora analiza los motivos por los cuales haces lo que haces. Eso te ayudará mucho en tu vida como discípulo del Señor.



*¿No es más bien el ayuno que yo escogí,
desatar las ligaduras de impiedad,
soltar las cargas de opresión,
y dejar ir libres a los quebrantados,
y que rompáis todo yugo?*

Isaías 58:6

Dios nos pide todo y nos da todo.

Los elementos esenciales del ayuno son:

1. Desatar las ligaduras de impiedad,
2. Soltar las cargas de opresión,
3. Dejar ir libres a los quebrantados, y
4. Romper todo yugo.

Ligaduras de impiedad:

Se trata de las cadenas que aprisionan al pecador siendo esclavos del pecado y que le obliga a regresar a él.

Cargas de Opresión:

Se refiere a la influencia perturbadora de los demonios sobre las personas, que influyen en estos por causa de haberse entregado al pecado.

Libertad a los quebrantados:

Es la mayor necesidad del mundo donde hay multitudes de personas que están sufriendo las consecuencias de su propia maldad.

Yugo:

Es la atadura principal que mantiene a las personas cautivas del enemigo.

Cristo nos envía a ser mensajeros de él para libertad de los cautivos.

LA PALABRA DE DIOS NOS:

- ENSEÑA
- REDARGUYE
- CORRIGE
- INSTRUYE EN JUSTICIA



RECOMENDACIONES

PARA UN CRISTIANO VICTORIOSO

En Isaías 58:1-5 nos hará aprender lo que Dios no admite en la motivación del creyente que ayuna:

1. Que busquemos a Dios siendo nuestras obras injustas (verso 2)
2. Que nos apartemos de la Palabra de Dios (verso 2)
3. Que exijamos a Dios atender a la oración por el hecho de que estamos ayunando (verso 3)
4. Que busquemos nuestro propio beneficio o agradar a nuestra carne (verso 3)
5. Que oprimamos a los que dependen de nosotros fingiendo ser justos siendo hipócritas (verso 3)
6. Que hagamos el ayuno para contender con otros o que tengamos pleito con otras personas (verso 4)
7. Cualquier acto de hipocresía mientras ayunamos (Contexto vs. 1-5)

Ser de Cristo nos exige continuamente auto-examinarnos. ¿Aceptas el reto?



Pero tú, cuando ayunes, unge tu cabeza y lava tu rostro, para no mostrar a los hombres que ayunas, sino a tu Padre que está en secreto; y tu Padre que ve en lo secreto te recompensará en público.

MÁS INFORMACIÓN EN:
<https://oneaccordlubbock.com/espanol/>

Mateo 6:17-18

4

Enfoque Práctico

Antes de comenzar un ayuno:

- * Evalúa tu vida
- * Pide perdón a Dios
- * Afina tu motivación a su voluntad
- * Asegúrate de estar en paz con los demás
- * Si tu estado de salud es óptimo adelante, si nó, por favor consulta a tu médico
- * Define tu período de ayuno
- * Comienza con pequeños períodos
- * No confundas el ayuno con abstención de gustos o entretenimiento

Mientras ayunas:

- * Consagra tu ayuno a Dios
- * Concentra tu atención en Dios y su Palabra
- * Apártate para tener comunión con Él
- * Atiende a la voz del Espíritu Santo
- * No demuestres a los demás que ayunas
- * No busques agradar a los hombres
- * Espera la gracia de Dios

Después de ayunar:

- * Agradece a Dios por la oportunidad
- * Come y bebe con precaución y poco a poco
- * Pon atención y acción a lo que Dios te revele

