

Ayuno

Buscar a Dios por encima de todo

Guía de estudio

I. ¿Qué es el ayuno?

El ayuno es una disciplina espiritual mediante la cual un creyente se abstiene voluntariamente de alimento durante un tiempo determinado para dedicar ese tiempo a buscar a Dios mediante la oración y la meditación en Su Palabra.

El énfasis bíblico nunca está en dejar de comer, sino en acercarse al Señor. Si una persona simplemente deja de comer sin buscar a Dios, ha hecho una dieta, no un ayuno bíblico.

El ayuno expresa que Dios es más importante que nuestras necesidades físicas. Nos recuerda que nuestra vida depende de Él mucho más que del alimento diario.

MATEO 4:4

"No sólo de pan vivirá el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios."

II. ¿Por qué ayunaban los creyentes?

La Biblia presenta diferentes motivos para practicar el ayuno.

- Buscar a Dios con mayor intensidad.
- Humillarse delante del Señor.
- Acompañar el arrepentimiento.
- Pedir dirección para tomar decisiones.
- Prepararse para servir.
- Dedicar más tiempo a la oración.

En todos los casos, el centro del ayuno siempre fue Dios y nunca la persona que ayunaba.

HECHOS 13:2-3

"Ministrando éstos al Señor, y ayunando, dijo el Espíritu Santo: Apartadme a Bernabé y a Saulo para la obra a que los he llamado."

III. El ejemplo de Jesús

Antes de comenzar su ministerio público, Jesús pasó cuarenta días en el desierto ayunando.

Él no ayunó para obtener poder ni para impresionar a las personas. Lo hizo en completa dependencia del Padre y permaneciendo firme en la Palabra durante la tentación.

Más adelante enseñó a sus discípulos:

MATEO 6:16-18

"Cuando ayunéis, no seáis austeros, como los hipócritas... Tu Padre, que ve en lo secreto, te recompensará."

Jesús da por sentado que sus discípulos ayunarán, pero corrige la motivación equivocada de quienes buscaban reconocimiento humano.

IV. El ayuno que agrada a Dios

Dios rechazó el ayuno del pueblo cuando iba acompañado de injusticia y pecado.

El verdadero ayuno produce un corazón humilde que ama la obediencia.

ISAÍAS 58:6-7

"¿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...?"

El ayuno que honra a Dios siempre produce cambios visibles en la manera de vivir.

V. Lo que el ayuno no es

El ayuno no es:

- Un medio para obligar a Dios a responder.
- Una forma de ganar méritos delante del Señor.
- Un sacrificio para comprar bendiciones.

- Una demostración de espiritualidad.
- Una competencia entre creyentes.

Las respuestas de Dios siempre dependen de Su voluntad perfecta y no de la duración del ayuno.

VI. Cómo comenzar

Si nunca has ayunado, comienza con sencillez.

Antes del ayuno:

- Ora.
- Examina tu corazón.
- Confiesa tus pecados.
- Define un propósito bíblico.

Durante el ayuno:

- Dedica más tiempo a la oración.
- Lee la Biblia.
- Evita distracciones.
- Medita en Cristo.

Después del ayuno:

- Da gracias a Dios.
- Reflexiona sobre lo aprendido.
- Retoma la alimentación con prudencia.

VII. Aplicación práctica

Esta semana:

- Escoge un día para dedicar un tiempo especial al Señor.
- Lee Mateo 6 e Isaías 58.

- Dedicar el tiempo que normalmente usarías para comer a la oración y la lectura bíblica.
- Anotar lo que Dios te enseñe mediante Su Palabra.

El objetivo no es cuánto tiempo puedes dejar de comer, sino cuánto deseas buscar a Dios.

VIII. Para recordar

El ayuno fortalece nuestra dependencia del Señor, pero nunca sustituye la obediencia diaria.

No es una disciplina para ganar el favor de Dios, porque ese favor ya fue asegurado por Cristo en la cruz. Es un medio de gracia mediante el cual aprendemos a amar más al Señor y a depender menos de nosotros mismos.

SANTIAGO 4:8

"Acercaos a Dios, y él se acercará a vosotros."

Ministerio Cristo Nuestro Abogado

ministeriocristonuestroabogado.org

"Ejercitaos para la piedad." (1 Timoteo 4:7-8)