

2015 AÑO DE COSECHA

LOS NUTRIENTES: EL AYUNO Y LA ORACIÓN



DISCIPULADO N° 34 - 02 DE SEPTIEMBRE DE 2015

Van pasando los meses tan rápidamente que me sorprende en gran manera; me hace recordar la palabra profética que nos dio Dios hace algunos años atrás: "Que El apresura su palabra para ponerla por obra y que vendría sobre nuestras vidas y sobre Nueva Vida un tiempo de aceleramiento". Lo estamos viendo y nuestro corazón se hincha de alegría al reconocer que el Señor viene pronto; por lo que debemos seguir trabajando, seguir sembrando, seguir cosechando, para que cuando Él venga, nos encuentre ocupados en sus labores.



Los dos meses pasados de Julio y Agosto, trabajamos en nutrirnos con El Espíritu Santo y La Palabra de

Dios y aunque fueron meses pasivos en cuanto al discipulado, creo y afirmo que Su Palabra no vuelve a Él vacía; sino que será PROSPERADA para aquello para lo cuál Dios la envió.

Para este mes de Septiembre hemos declarado que es tiempo de seguir nutriendo el terreno que hemos sembrado y en este caso con los nutrientes del AYUNO Y LA ORACIÓN.

Enfocaremos las lecciones precisamente en estos dos temas: EL AYUNO Y LA ORACIÓN.

EL AYUNO DEL SEÑOR.

I. SIGNIFICADO DEL AYUNO.

Cuando hablamos de la palabra AYUNO, nos referimos a la palabra griega: **nehsteia** (nhsteiva), que significa ayuno (de "ne", prefijo negativo, y "esthio", comer). No comer. Se refiere a:

1. La abstinencia voluntaria de comer.

- **Lucas 2:37** "y era viuda hacía ochenta y cuatro años; y no se apartaba del templo, sirviendo de noche y de día con ayunos y oraciones".

• **Hechos 14:23**
"Y constituyeron ancianos en cada iglesia, y habiendo orado con ayunos, los



encomendaron al Señor en quien habían creído".

- Algunos manuscritos de la Biblia tienen esta palabra en:

2015 AÑO DE COSECHA

- **Mateo 17:21.** “Pero este género no sale sino con oración y ayuno”.
- **Y Marcos 9:29.** “Y les dijo: Este género con nada puede salir, sino con oración y ayuno”.
- El ayuno se había hecho una práctica común entre los judíos, y fue continuado por los cristianos. En **Hech 27:9.** “Y habiendo pasado mucho tiempo, y siendo ya peligrosa la navegación, por haber pasado ya el ayuno, Pablo les amonestaba”; Cuando aparece esta palabra: “el ayuno” se refiere al Día de la Expiación (Levítico 16:29); aquel tiempo del año sería peligroso para la navegación.



2. **De abstinencia involuntaria**, como consecuencia de circunstancias adversas.
 - **2 Corintios 6:5.** “en azotes, en cárceles, en tumultos, en trabajos, en desvelos, en ayunos”.
 - **2 Corintios 11:27.** “En trabajo y fatiga, en muchos desvelos, en hambre y sed, en muchos ayunos, en frío y en desnudez”

Existe otra palabra griega para referirse al ayuno: “nestis” que significa “No comer”. Se usa cuando existe la carencia de comida

1. “en ayunas” **Mateo 15:32.** “Y Jesús, llamando a sus discípulos, dijo: Tengo compasión de la gente, porque ya hace tres días que están conmigo, y no tienen qué comer; y enviarlos en ayunas no quiero, no sea que desmayen en el camino”.
2. “en ayunas” **Marcos 8:3.** “Y si los enviare en ayunas a sus casas, se desmayarán en el camino, pues algunos de ellos han venido de lejos”.

II. LA ORDEN DE AYUNAR.

En la Biblia, en el libro del profeta Joel 2:12,15 se nos insta a volver al Señor “con ayuno, llanto y lamento”, a dejar atrás el pecado y buscar la misericordia de Dios, y cada año se nos invita por 21 días en este mes de Septiembre a “tocar la trompeta en el monte Sión” y “proclamar ayuno” .

El pueblo de Dios ha venido ayunando por miles de años, pero en las décadas recientes son menos las personas que adoptan esta práctica que ha sido honrada por mucho tiempo. Parte del problema es que vivimos en una cultura que se ha acostumbrado a buscar la satisfacción instantánea y, además, que la sociedad no percibe el valor que tienen la disciplina y la negación propias, y por eso, no siempre se le atribuye valor al ayuno.

¿Qué significa ayunar? Significa abstenerse de tomar alimento o bebida por un tiempo, a fin de dar atención a la vida espiritual. Cuando nos privamos de

2015 AÑO DE COSECHA

los alimentos o bebidas —satisfacciones físicas que no son malas en sí mismas— podemos recibir mejor las bendiciones espirituales que el Señor quiere darnos. Asimismo, si buscamos más al Señor cuando ayunamos, podemos percibir su voz o su inspiración con mayor claridad a la hora de tomar decisiones importantes. Incluso podemos descubrir que el ayuno nos ayuda a ser más audaces cuando tenemos que pedirle al Señor algo muy difícil, o sea, un milagro. Ahora, al comenzar estos 21 días de ayuno y oración, daremos una mirada a las bendiciones que trae el ayuno: bendiciones para nuestra propia vida, para la familia y para la iglesia.



III. LA IMPORTANCIA DEL AYUNO.

La Escritura nos invita a ayunar y, en varias ocasiones, plantea claramente el enorme valor de esta práctica. Personajes bíblicos de gran importancia, como Moisés, Elías, Juan el Bautista y Pablo, practicaron el ayuno. El propio Jesús ayunó durante 40 días antes de iniciar su ministerio público. Por eso, nosotros, debemos seguir el ejemplo de nuestro Señor y el de los otros héroes bíblicos, incorporando el ayuno en nuestras propias vidas.

El ayuno implica mucho más que dejar de comer durante un tiempo. Es una hermosa combinación de lo espiritual con lo físico; pero no se trata solamente de sentirse con hambre, sino de dejar que esa hambre física nos permita descubrir el hambre espiritual que todos tenemos. Se trata de librarnos del apego a lo físico y material para volvernos al Señor y pedirle su alimento espiritual; es decir, vaciarnos de nosotros mismos, para que el Señor nos llene de su amor, de su gracia y de su poder.

En la parábola del fariseo y el cobrador de impuestos de **Lucas 18:12** “**ayunados dos veces a la semana, doy diezmos de todo lo que gano**”; Jesús dejó en claro que ayunar, incluso dos veces a la semana, no tiene mucho valor si se hace con una actitud de autosuficiencia.

También nos aconsejó no llamar la atención aparentando debilidad y tristeza: **Mateo 6:17-18** “**Tú, cuando ayunes, lávate la cara y arréglate bien, para que la gente no note que estás ayunando. Solamente lo notará tu Padre, que está a solas contigo, y Él te dará tu premio**”. Queda claro, pues, que el hecho de ayunar con una actitud incorrecta no nos acerca a Dios ni nos mueve a amar al prójimo de un modo más auténtico.

Entonces, ¿cuál es el ayuno correcto? Es privarse de lo que más nos gusta, diciéndole al Señor que no queremos fijarnos en nosotros mismos, sino en Él. Es como decir: “Quiero hacer algo extraordinario que me ayude a centrar la atención en el Señor”; es decirle a Dios que no queremos dejarnos dominar por el apetito ni las inclinaciones del cuerpo, sino someternos a nuestro Salvador.

Un ayuno “del mundo”. Aun cuando no lo llamemos de esta manera, es

2015 AÑO DE COSECHA

probable que muchos de nosotros ayunemos, pero que lo hagamos de un modo "mundano". Por ejemplo, pensemos en aquellos que se dedican tanto a su ocupación que a veces se pasan por alto la hora de comer y se quedan trabajando hasta altas horas de la noche, tal vez porque algún proyecto súbitamente se ha hecho urgente y ellos responden dedicándose del todo a esa labor, sin importarles nada más, ni siquiera el comer. Es como si el profeta Joel hubiera dicho: "¡Toquen la trompeta! ¡Congreguen a todos! ¡Prepárense porque tienen que seguir trabajando!"

Este sencillo ejemplo nos muestra que a veces todos estamos dispuestos a "ayunar" de alimento, sueño y hasta de tiempo familiar, para dar atención a algún asunto muy importante del trabajo. Bien, entonces, la pregunta que a todos nos toca responder en este tiempo es la siguiente:



"¿Considero que Dios es tan importante como para dedicar toda mi atención haciendo ayuno? ¿Es el Señor, que nos ha salvado, digno de que hagamos un sacrificio como éste para conocerle mejor?" Es obvio que hay otras exigencias, como las del trabajo o

de los hijos, especialmente cuando son pequeños, que nos imponen ciertos sacrificios y privaciones y los hacemos como obligaciones naturales que debemos cumplir. ¿No hay entonces alguna ocasión en que la vida espiritual nos pide también hacer algún sacrificio similar?

IV. LAS BENDICIONES DEL AYUNO.

En la Biblia encontramos varios casos en donde personajes ayunaron antes de enfrentarse a situaciones muy importantes para sus vidas actuales y para su futuro. Una cosa curiosa es que este ayuno siempre estaba relacionado a un desierto.

Cuando Moisés llevó a los israelitas al desierto, el Señor lo guió al Monte Sinaí, a cuyo pie acampó el pueblo. Moisés subió a la montaña y allí oró e hizo ayuno durante 40 días. Al terminar el ayuno, Dios se le apareció e hizo un pacto con él y con todo Israel.

Siglos más tarde, el profeta Elías pasó 40 días en el desierto, cuando lo hubo hecho, Dios le habló y le dio instrucciones y fortaleza para que cumpliera la obra de restauración espiritual que le encomendaba.

Ya en el Nuevo Testamento se nos habla que El Señor Jesús también pasó 40 días de ayuno en el desierto, antes de comenzar con su ministerio público.

Desde un punto de vista humano, el desierto es un lugar de peligro: calor abrasador de día, frío de noche, alimañas mortíferas y animales salvajes, agotamiento, hambre y sed; pero desde el punto de vista de Dios, el desierto es un lugar en que el Señor prepara a su pueblo para el ayuno y la reflexión. El

2015 AÑO DE COSECHA

desierto nos ofrece una magnífica oportunidad para dominar los apetitos naturales, dejar de lado los demás afanes y distracciones, dedicarnos a escuchar la voz de Dios con mayor claridad y recibir su gracia en mayor plenitud.

Como decíamos, Jesús pasó 40 días de ayuno en el desierto justo antes de iniciar su vida pública, para dedicarse a orar y prepararse para enseñar, sanar a los enfermos y, lo más importante, establecer un nuevo pacto o alianza con el pueblo de Dios mediante su muerte en la cruz.

Por eso, cuando somos retados a ayunar y orar en estos 21 días de Septiembre, no deberíamos pensar que se trata sólo de una exigencia o privación más que se nos impone; sino del comienzo de una aventura espiritual que nos llevará a una nueva vida.

Cuando lo hacemos con una actitud correcta, el ayuno nos ayuda a prepararnos para hacer las obras que Dios tiene preparadas para nosotros, obras que son portadoras de crecimiento y multiplicación, portadoras de sanidad y restauración y que realmente edifican su reino en la tierra.

Hay también algo más que el ayuno hace para nosotros: allana el camino para recibir una mayor unción del Espíritu Santo. En efecto, el ayuno nos ayuda a disponer el espíritu para recibir un mayor entendimiento de la vida espiritual, comprender mejor la voluntad de Dios, actuar con prudencia y sabiduría en las decisiones importantes que tenemos que tomar, y entender la razón fundamental por la cual Dios decidió crearnos.

Al iniciar este tiempo de Ayuno y Oración, empecemos dando los pasos correctos que hay que dar: confesarnos y reconciliarnos con Dios; el Señor es un Padre misericordioso que nos perdona y nunca nos reprocha.

Dediquemos un momento específico cada día para orar. ¿Cómo podemos encontrarnos con el Señor si no lo buscamos? ¿Cómo vamos a cosechar algún fruto del ayuno si no dejamos que el hambre nos acerque al Señor?

Lo principal es recordar que el ayuno es una disciplina espiritual que se relaciona con la vida física cotidiana, pero si no lo combinamos con el deseo de buscar a Dios en la oración, la privación tendrá poco o ningún efecto en nuestra vida espiritual.

Efectivamente, cuando hacemos ayuno queriendo buscar al Señor y glorificarlo, las cosas que suceden son maravillosas. No sólo descubrimos que recibimos respuestas inesperadas a nuestras peticiones, sino que el Señor realmente aprecia que lo estemos buscando, y vemos que bendice nuestra oración de una manera maravillosa. También descubrimos que Dios cumple en nuestra vida las promesas que pronunció por boca del profeta Joel hace tantos siglos atrás:

Joel 2:26,27 “²⁶ **Comeréis hasta saciaros, y alabaréis el nombre de Jehová vuestro Dios, el cual hizo maravillas con vosotros; y nunca jamás será mi pueblo avergonzado.** ²⁷ **Y conoceréis que en medio de Israel estoy yo, y que yo soy Jehová vuestro Dios, y no hay otro; y mi pueblo nunca jamás será avergonzado”.**