

DÍA 1

EL COMIENZO

¡Mi ayuno de veintiún días comienza hoy!

Me comprometo a ayunar desde (fecha) _____ hasta
(fecha) _____

La razón por la cual estoy ayunando:

¿De qué estoy ayunando?

Los resultados de mi ayuno:

¿Qué es ayunar? Ya que hay tantas ideas erróneas al respecto, en primer lugar quiero aclarar lo que es el ayuno, el ayuno bíblico. Ayunar no es meramente pasarse sin comida durante un periodo de tiempo. Eso es pasar hambre, incluso hacer dieta, pero el ayuno no es eso. El ayuno no es tampoco algo que un grupo de fanáticos hace. Realmente quiero que se entienda ese punto. El ayuno no solo deben realizarlo monjes religiosos a solas en alguna cueva en cierto lugar. La práctica de ayunar no está limitada a los ministros ni a ocasiones especiales.

En pocas palabras, el ayuno bíblico es abstenerse de alimentos con un propósito espiritual. El ayuno siempre ha sido una parte normal de una relación con Dios. Tal como expresa el ruego apasionado de David en el Salmo 42, el ayuno lleva a la persona a una relación más profunda, más íntima y más poderosa con el Señor.

Cuando usted elimina los alimentos de su dieta durante cierto número de días, su espíritu queda liberado de las cosas de este mundo y es increíblemente sensible a las cosas de Dios. Como afirmó David:

“Un abismo llama a otro”.

—Salmo 42:7

David estaba ayunando. Su hambre y sed por Dios eran mayores que su deseo natural de comer y, como resultado, llegó a un lugar donde pudo clamar desde las profundidades de su espíritu a las profundidades de Dios, incluso en medio de su prueba. Cuando usted haya experimentado aunque sea un destello de ese tipo de intimidad con nuestro Dios, nuestro Padre, el santo Creador del universo, y las incontables recompensas y bendiciones que siguen, toda su perspectiva cambiará. Pronto se dará cuenta de que el ayuno es una fuente secreta de poder que muchos pasan por alto.

Cordón de tres dobleces no se rompe pronto.

—Eclesiastés 4:12

Durante los años en que Jesús caminó por esta tierra, dedicó tiempo a enseñar a sus discípulos los principios del Reino de Dios, principios que están en conflicto con los principios de este mundo. En las Bienaventuranzas, concretamente en Mateo 6, Jesús proporcionó el patrón mediante el cual cada uno de nosotros debe vivir como hijo de Dios. Ese patrón habló de tres obligaciones concretas del cristiano: ofrendar, orar y ayunar. Jesús dijo: “Cuando des...”, y “cuando ores...”, y “cuando ayunes...”. Él dejó claro que el ayuno, al igual que el ofrendar y el orar, era una parte normal de la vida cristiana. Debería darse tanta atención al ayuno como la que se da al ofrendar y al orar.

El ayuno le lleva a una relación más profunda, más íntima y más poderosa con el Señor. ¡Va usted de camino!

Cuando Dios ha puesto un sueño
en su interior que solamente
Él puede hacer posible, necesita usted
ayunar y orar. Sea bueno o malo,
lo que haya en usted saldrá
solamente cuando ayune y ore.

En su primer día de ayuno, recuerde:

- ♦ Ore y permanezca en la Palabra de Dios.
- ♦ Beba mucha agua.
- ♦ Espere dolor de cabeza, calambres de hambre y deseo de alimentos, de azúcar y de cafeína.
- ♦ Ponga música de alabanza y adoración todo lo posible.

Pensamientos para su diario:

- ◊ ¿Cuáles son sus propias razones personales para el ayuno?
- ◊ ¿Desea sensibilidad a las cosas de Dios?

Enfoque de oración del día 1:**SALVACIÓN DE ALMAS**

No hay mayor carga por la cual buscar al Señor que la salvación de almas. Si tiene usted amigos y familiares que no son salvos, y todos los tenemos, ellos necesitan escuchar del amor de Dios por ellos, pero también necesitan entender que hay un lugar real, muy oscuro y muy aterrador para quienes no aceptan a Jesús. El Señor habló más del infierno de lo que habló del cielo. Por tanto, al comenzar este ayuno, deje que su enfoque esté en las almas de las personas cercanas a usted y que necesitan salvación. No se desaliente, sino sea persistente. ¡Siga orando! “Así, pues, consideren a aquel que perseveró frente a tanta oposición por parte de los pecadores, para que no se cansen ni pierdan el ánimo” (Hebreos 12:3, NVI).

Mi "lista" espiritual

Familiares y amigos que no son salvos a los que apuntar en oración durante este ayuno. Escriba sus nombres en los espacios a continuación:

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Les digo que éste es el
momento propicio de Dios;
¡hoy es el día de salvación!
—2 Corintios 6:2, NVI