



Ayuno 2018

Del 8 - 21 de Enero del 2018.

14 días de Ayuno y Oración

visionyrestauracion.com/ayuno

33 Cuando comenzó a amanecer, Pablo exhortaba a todos que comiesen, diciendo: Este es el decimocuarto día que veláis y permanecéis en ayunas, sin comer nada.

34 Por tanto, os ruego que comáis por vuestra salud; pues ni aun un cabello de la cabeza de ninguno de vosotros perecerá.

35 Y habiendo dicho esto, tomó el pan y dio gracias a Dios en presencia de todos, y partiéndolo, comenzó a comer.

36 Entonces todos, teniendo ya mejor ánimo, comieron también.

Hechos 27:33-36 (RVR1960)

Introducción



La meta principal al ayunar es el acercarnos a Dios, a sus propósitos para nuestras vidas. La perspectiva bíblica del ayuno con lleva siempre el eliminar distracciones a fin de poder afinarnos más a lo espiritual. Logramos un cambio que viene de adentro hacia afuera, al hacernos más sensibles a lo que Dios le está hablando a nuestro espíritu por medio de su Espíritu Santo. El ayuno no hace que cosas sucedan en automático a nuestro favor sólo por ayunar, más bien nos entona más a los propósitos de lo eterno y así comenzamos a orar, a pedir y a actuar conforme al corazón de Dios. ¡Esto es lo que nos trae resultados! Además, al humillarnos verdaderamente, Dios escucha nuestras oraciones. No por nuestro sacrificio, ya que ese ya lo hizo Jesús en la cruz, sino más bien al humillarnos, al tener sencillez de corazón y reverencia. Al acercarnos a Él con una actitud correcta.

Los sacrificios de Dios son el espíritu quebrantado;

Al corazón contrito y humillado no despreciarás tú, oh Dios.

Salmos 51:17 (RV 1960).



Perspectiva práctica

Al ayunar al inicio del año, esto nos ayuda en gran manera a lograr un "detox" de las cosas que van cargando nuestras vidas a través del tiempo y de distracciones en nuestra alma. Al eliminar estas cargas y distracciones, nos despejamos para lo que Dios quiere hablar a nuestros corazones para realizar durante todo el año.

En tu caso en particular

Recuerda que el ayuno que escojas debe de representar para ti un reto. Además es importante que conozcas tu cuerpo y las opciones que hay. Sobre todas las cosas, debes de aprender buscar a Dios en oración para pedirle de su dirección, a fin de que Él te confirme como llevarlo a cabo.

* Es recomendable consultar a un médico antes de realizar cualquier tipo de ayuno.