

## EL AYUNO Y ORACION COMO ARMAS ESPIRITUALES

<sup>23</sup> Y constituyeron ancianos en cada iglesia, y habiendo **orado con ayunos**, los encomendaron al Señor en quien habían creído. **Hechos 14:23**

*Ilustración: Cuenta la Biblia acerca de una joven hermosa que por propósito divino llegó a ser la reina en la ciudad de Susa Persia, su nombre era Ester una mujer judía. En aquel entonces un siervo del Rey que tenía mucho poder, incitó al rey para que los judíos fueran destruidos. Ester se enteró por medio de su tío Mardoqueo del plan malvado en contra de su pueblo. Ester como reina podía intervenir ante el rey a favor de su pueblo, el único problema es que no había sido llamada por su esposo y si ella se presentaba sin que fuese llamada, corría el riesgo de morir a menos que el rey **extendiera su cetro**. Fue entonces que Ester convocó a un **ayuno de tres días** en los que ni ella, ni el pueblo judío comerían, ni beberían cosa alguna. Al tercer día Ester se presentó frente al rey y este extendió su cetro y le permitió expresar su petición, la cual fue concedida, el malvado Amán fue descubierto y el pueblo judío fue ¡salvado! ¡No cabe duda que el ayuno ofrecido a favor de otros tiene gran poder y efecto!*

**Introducción:** Si queremos fortalecer nuestro espíritu debemos aprender a tener una buena relación con Dios por medio de la oración y el ayuno. Estos combinados representan una poderosa arma espiritual, para destrucción de yugos, para que veamos milagros y obtengamos respuesta como le sucedió a Ester y a su pueblo.

### I. ¿POR QUÉ NECESITAMOS ORAR CUANDO AYUNAMOS?

1. **Dios desea hacer su voluntad por medio del ser humano.** El hombre es el mayordomo, el representante de Dios en la tierra por tanto es el responsable de ejercer su dominio y autoridad. Dios lo usa como el medio para hacer el trabajo aquí en la tierra. Génesis 1: 26
2. **Dios busca una familia para tener comunión:** El quiere una familia con la cual pueda tener intimidad, hijos con los que pueda conversar, caminar, etc.
3. **La oración le da derecho legal a Dios de cambiar la voluntad del hombre.** Es por medio de la oración que Dios puede lidiar con una persona que no quiere cambiar. Dios pone el querer como el hacer y la persona por la que oramos empieza a cambiar. Filipenses 2:13
4. **Oramos para no caer en tentación.** Nos da dominio propio sobre la tentación.
5. **Oramos para entregar nuestros problemas a Dios.** Filipenses 4:6

### II. ¿CÓMO DEBEMOS ORAR? Marcos 6:9-13 Siguiendo la guía de la oración del Padre nuestro:

1. **Adorar:** Debemos comenzar adorando a Dios Padre y pidiendo que sea hecha su voluntad aquí en la tierra: en nuestra familia, ciudad, iglesia, etc. Ver 9-10
2. **Peticiones personales:** Pedir por que se no sea dado el pan de cada día: es decir podemos pedir por todas nuestras necesidades y las de la gente. Ver. 11
3. **Perdón y perdonar:** Pedir perdón por nuestros pecados y perdonar a todos aquellos que nos han ofendido. Ver. 12

4. **Pedir protección y fuerzas para no caer:** Es importante orar pidiendo a Dios que no nos permita caer en tentación y orar para que Dios nos proteja. *Ver.13*
5. **Terminar dando gracias y adorando a Dios.**

### III. CUALES SON LOS DIFERENTES TIPOS DE AYUNO?

1. **Ayuno Natural:** Este es el ayuno que practicó nuestro Señor Jesús y consiste en no comer pero si beber agua. (Lucas 4:1-2).
2. **Ayuno Total:** En este ayuno no se come ni se bebe líquidos No pueden ser tan largos ya que el cuerpo necesita agua. (Ester 4:16) (Hechos 9:9).
3. **Ayuno Parcial:** Este consiste en abstenerse de ingerir algunos alimentos como por ejemplo dejar de comer carnes y solamente comer legumbres, frutas y jugos. El Ayuno de Daniel es un ejemplo de este tipo de ayuno (Daniel 10:2-3)
4. **¿Cuál ayuno es el más apropiado?** Para decidirlo es necesario buscar la dirección de Dios para escuchar de Él la manera en que quiere que lo hagamos.

### IV. ALGUNOS CONSEJOS PRÁCTICOS DURANTE EL AYUNO. El ayuno es más que dejar de comer:

1. Saque tiempos de oración e intersección a solas con Dios.
2. No se trata de ganar algo, sino de aprender algo, no se trata de pasar hambre, se trata de acercarnos a Dios. Se puede ayunar la telenovela, el programa favorito de televisión u otra cosa.
3. Tome un tiempo extra para leer la Biblia. Quizás la hora que dedicaba para ver las noticias.
4. Mejore sus relaciones con su prójimo según Dios le indique. **El verdadero ayuno provoca algo en nuestras vidas: Isaías 58:6-9**
  - ✓ Perdonamos.
  - ✓ Dejamos de oprimir a otros con nuestros resentimientos.
  - ✓ Dejamos de acusar y recordarles el pasado a las personas.
  - ✓ Rompemos con yugos o hábitos de pecado.
  - ✓ Dejamos de hablar vanidad y nuestras platicas dan gloria a Dios no a nosotros.

**Conclusión:** *La vida de un cristiano debe ser una vida de oración y ayuno es parte del alimento de nuestra alma; es en la oración donde somos consolados, donde recibimos la respuesta de Dios, cuantas veces quizás nos hemos sentido atribulados, derrotados y desanimados pero cuando entramos en la presencia de Dios en oración y ayuno aunque todavía no veamos la respuesta viene paz a nuestro corazón. La primera oración que Dios escucha de nosotros es cuando recibimos a Jesús como Señor y Salvador y es entonces cuando comenzamos a disfrutar del beneficio de hablar con Dios.*

#### ORACIÓN DEL PECADOR

*Señor Jesús reconozco que he pecado y que tú moriste por mí, hoy me arrepiento y te pido perdón. Te entrego mi vida y mi corazón para que seas mi Señor y mi Salvador, amén.*

#### Aplicación práctica:

---

## Águilas

Centro Familiar Cristiano

Enseñanza CDP

Semana 12 al 17 Enero

- **Motive** a los miembros y visitantes de su CDP a hacer el hábito de orar diariamente y ayunar. Ayúdelos a que elijan un tiempo durante el día en el que puedan orar a Dios.

### ***Anuncios de la semana:***

---

- **Tres días de poder: Enero 23-25**
- **Foro informativo de inmigración en Águilas CFC:** domingo 18 de enero en el lobby en los 3 servicios.
- **Movie Night:** Mom's Nighth Out Viernes 16 enero 7 p.m.
- **Mujer extraordinaria:** Viernes 30 y Sábado 31 Enero