

CHURCH OF THE REDEEMER

**20**

# AYUNO

**21**

**21 DÍAS**

GUIA DEVOCIONAL

## Queridos Amigos,

Estamos contentos de que participes en este tiempo de oración, ayuno y devocional personal. Después de un año sin precedentes y con tantas dificultades, tenemos la oportunidad de reiniciar nuestro compás espiritual y permitirle a Dios que refresque cada área de nuestra vida.

Este ayuno está diseñado para ser flexible, para que puedas participar en cualquier nivel. Bien sea que tengas alguna experiencia en ayunar por varios días, semanas, o si ésta es tu primera vez, tu puedes comenzar donde te encuentras y experimentar lo que Dios tiene guardado para ti de una manera poderosa.

Esta guía provee herramientas prácticas para ayudarte a navegar este viaje personal. Mientras lees la información, por favor toma en consideración en como se aplica en ti, en tus circunstancias y convicciones.

Oramos para que experimentes la presencia y el poder de Dios de una manera extraordinaria mientras te comprometes a este tiempo con Él. Que el Señor continúe bendiciéndote, ensanchándote a ¡medida en que los busques a Él primero!

***Mateo 9:15b (RV1960) Pero vendrán días cuando el esposo les será quitado, y entonces ayunaran.***

# Tabla de Contenido

<b>Oración</b>	<b>1</b>
<b>Ayunando</b>	<b>2</b>
<b>Comienza donde tu estás</b>	<b>3</b>
<b>Escoge tu tipo de Ayuno</b>	<b>4</b>
<b>Comienza y termina el ayuno bien</b>	<b>5</b>
<b>Consejos finales para el ayuno</b>	<b>6</b>
<b>Devocional personal</b>	<b>7</b>
<b>Metodología</b>	<b>7</b>
<b>Los siguientes 21 días</b>	<b>8</b>



# Ayunando

## Ayunando

Nota importante: Ayunar requiere precauciones razonables. Si tienes alguna condición de salud, por favor consulta con tu médico antes de comenzar tu ayuno, especialmente si estás tomando algún medicamento, si tienes alguna condición crónica, embarazo o eres madre amamantando.

Al prepararte para el ayuno, es importante escoger un plan para ayunar que funcione para ti. Toma en cuenta que no hay nada espiritualmente establecido hacia un tipo de ayuno. Estas son solamente pautas sencillas y sugerencias sobre diferentes cosas que puedes hacer.

No permitas que lo que comas o dejes de comer sean el enfoque de tu ayuno. Mantén la importancia en lo importante, que es acercarse a Dios. Recuerda que este es un tiempo para desconectarse de los patrones y hábitos regulares para conectarnos mas cerca a Dios.

Aquí te damos algunos consejos sobre esto:

## Comienza Donde te Encuentras

Todos estamos en un lugar diferente en cuanto a nuestro caminar con Dios. De la misma manera nuestros trabajos, agendas diarias y condiciones de salud son todas diferentes y demandan de nuestra energía en niveles diferentes. Sea que hayas ayunado anteriormente o sea ésta tu primera vez, comienza donde te encuentras. Tu ayuno personal debe presentar un nivel de dificultad, pero es muy importante conocer tu propio cuerpo, saber tus opciones, y lo mas importante buscar a Dios en oración y seguir lo que el Espíritu Santo te guíe a hacer. Recuerda que el objetivo del ayuno no es solamente privarse de alimentos. **El objetivo es acercarse mas a Dios.**

# Escoge Tu Tipo de Ayuno

Mientras te preparas para el ayuno, es importante escoger con tiempo de anticipación que tipo de ayuno vas a hacer, o que combinación vas a procurar. Esto no solamente te ayudará a hacer los preparativos necesarios para implementar tu plan, pero mientras te comprometes a un ayuno específico con tiempo anticipado sabiendo lo que harás, te ayuda a ponerte en posición para culminar de manera fuerte y fortalecida.

En las siguientes páginas hemos hecho una lista con opciones y variedades de ayunos que puedes escoger. Por favor toma en consideración que cada opción podría aplicarse o No, a tus convicciones y circunstancias personales.

La Biblia describe varios tipos y duraciones de ayunos. Puedes ayunar un tipo de alimento o todo tipo de alimento, o combinaciones de alimento. En este tipo de ayuno tu omites un elemento o elementos específicos de alimentos de tu plan dietético.

Por ejemplo, puedes escoger eliminar todas las carnes rojas, comida procesada, comida rápida o dulces. Muchas personas pueden incorporar este tipo de ayuno de una manera relativamente fácil. También puede probar ser una gran solución para personas con necesidades dietéticas específicas o condiciones médicas que puedan causar ciertas limitaciones.

El ayuno de alimentos puede también enfocarse en consumir un tipo de alimento o bebidas específicas. Un ejemplo es el ayuno con bebidas y agua. Estos se enfocan en consumir vegetales, jugos de frutas o agua en vez de alimentos sólidos. Muchas personas también incluyen el suero de proteínas en su plan de bebidas. Este es uno de los planes más populares y efectivos de ayunar. Aún si no escoges hacer tu ayuno completamente con solo líquidos, sustituir una o dos comidas por líquidos es una gran alternativa.

Adicionalmente al ayuno con alimentos, muchas personas escogen el ayuno con alimentos para intensificar su enfoque en Dios. El ayuno con alimentos puede ser bueno para aquellas personas que están en dietas estrictas debido a condiciones médicas y no son capaces de privarse de ningún tipo de alimento o de líquido. El ayuno con alimentos puede incluir privarse de lujos o artículos placenteros-cosas que nos distraen o quitan tiempo para acercarnos a Dios. Un ejemplo de ayuno con alimentos es un ayuno de medios de entretenimiento, incluyendo televisión, medios sociales y los gustos.

La decisión sobre que tipo de ayuno escoges es tuya. Podrías escoger ayunar un día de la semana, una comida al día, o de cualquier forma que te sientas guiado. Esta es una decisión personal y debe ser tomada en oración considerando y aplicándola a tus circunstancias. Simplemente pídele al Señor por guianza, y si alguna condición de salud es problema (por instancias, si esta embarazada o es una madre amamantando) consulta con tu médico.

## Comienza y Termina el Ayuno

Dependiendo de que tipo de ayuno escojas, es muy importante preparar tu cuerpo con tiempo en anticipación antes de comenzar el ayuno. Toma una semana o un tiempo para transicionar a tu ayuno, de otra manera puedes enfermarte. Por ejemplo: Si te gustaría ir solo por frutas y vegetales o jugos, comienza a eliminar carnes, granos blancos y azúcar refinada de tu dieta la semana anterior. También puedes comenzar por eliminar un poco los productos lácteos y algo de tu consumo de cafeína.

Este mismo principio aplica cuando terminas el ayuno. Cuando tu ayuno haya terminado, comienza a agregar alimentos a tu dieta de manera gradual. ¡Por favor no termines el ayuno con una grasienta hamburguesa con queso! Porque tu cuerpo esta tan limpio y desintoxicado, que seguramente podrá enfermarse si haces esto.

Existen una variedad de suplementos que puedes tomar y te ayudarán en el soporte del proceso de desintoxicación durante tu ayuno. Tu tienda de alimentos saludables puede darte algunas recomendaciones.

# Consejos Finales para el Ayuno

Aquí hay algunas ideas que pueden ayudarle a hacer que tu experiencia con el ayuno sea mas placentera:

- **Cuando selecciones tu tipo de ayuno, haz un calendario de ayuno que se acople a su plan.** Determine como va a lucir cada día o cada semana.
- **Mantenga su refrigerador y su despensa equipada con los productos que necesitas.** El no estar preparado para ayunar te dispone a ceder ante las tentaciones. Escoge bien cuando selecciones productos, mantente apegado a alimentos crucíferos lo mas que puedas y limita los ingredientes artificiales.
- **Haz una prioridad el permanecer conectado a la iglesia durante tu ayuno.** Interactuando con otros creyentes te mantendrá animado a seguir cuando el ayuno se torne difícil.
- **Si fallas, no te desanimas.** Solo regresa la pista y sigue. Las misericordias de Dios "son nuevas cada mañana" (Lamentaciones 3:22-23). Él quiere que termines, y te dará la gracia y la fortaleza para hacerlo.

Que el Señor te bendiga y te guarde mientras navegas en esta aventura ayunando!

# Devocional Personal

Leer la biblia se trata de conectarse a Dios en una manera mas poderosa. No se trata de un deber sino de una relación. Nos involucramos con Dios a medida que leemos Su palabra y experimentamos Su presencia. ¡Su palabra es viva y activa! Nos acercamos al Señor y nos posicionamos para escuchar de Él a través las Escrituras.

Escoge el tiempo y el lugar donde vas a leer tu Biblia cada día, y ven preparado para escuchar lo que Dios quiere decirte. Para sacar el máximo provecho de tu tiempo devocional, aquí te damos tres simples consejos:

## 1. Lee Constantemente

Es mejor leer un poco cada día, que tratar de pasar dos horas leyendo la Biblia y haciendo un devocional de una sola vez. Digiere lo que lees mientras absorbes justo lo suficiente. Si fallas por algunos días, incorpórate en la lectura siguiente, pero mantente en ello y no te rindas. Si necesitas un devocional diario de la Biblia, puede descargar uno de nuestra página web ([Church-redeemer.org/fast](http://Church-redeemer.org/fast)).

## 2. Lee en Oración

Habla con Dios a medida que lees. No te apresures en terminar. Si lees algo que no entiendes, has pausa por un momento y pídele a Dios sobre eso. Leer en oración es hacer un espacio y tiempo para hablar con Dios y darle el tiempo y el espacio para que te hable. Tomar un tiempo para meditar en la palabra de Dios es tan importante como leerla.

## 3. Leer con Expectativas

You are about to partake of the bread of life, so foster an attitude of expectancy. Believe that God is going to speak to you through His Word. With meditation on the ideas and thoughts recorded in your journal, be prepared to do something with what He shows you. A great, simple way to journal your devotionals is to use the SOAP method.

## 4. Metodología

Escritura  
Observación  
Aplicación  
Oración

**Escritura.** Lee en oración. Toma nota de la escritura (s) que capta tu atención y márcala en tu Biblia. Cuando hayas terminado, vuelve a leer los versos que marcaste y busca por el que particularmente habla a tu vida. Escríbelo en tu diario.

**Observación.** Enfocándote en la escritura, sintoniza y escucha lo que Dios te está diciendo a través de Su palabra. ¿Que es lo que sobresale específicamente en esta escritura? ¿Que es lo que Dios te revela y te enseña? Pídele al Espíritu Santo que sea tu guía y te muestre lo que Dios esta diciendo.

**Aplicación.** Piensa en como se aplican estos versos a tu vida en estos momentos. Tal vez te provean instrucciones, ánimos, revelación de una nueva promesa o corrección. Utiliza tu diario para escribir tus pensamientos.

**Oración.** Habla con Dios acerca de lo que has leído. Esto puede ser tan sencillo como agradecerle por haberte revelado una verdad de la escritura, o tal vez pedirle a Él por una visión mas grande o sabiduría para saber como aplicarlo a tu vida. Recuerda, la oración se trata de una relación. Es una conversación de dos, así que siempre asegúrate de escuchar lo que Dios quiere decir.

Si deseas profundizar en tu estudio, aquí te damos unos consejos adicionales:

- Lee nuevamente el pasaje diario de la Biblia en una versión o traducción diferente.
- Utiliza recursos y comentarios en línea, que encuentres y estén disponibles ([crosswalk.com](http://crosswalk.com))
- Utiliza referencias cruzadas en tu lectura diaria, utilizando las notas al pie de página en tu estudio Bíblico. ([biblegateway.com](http://biblegateway.com))
- Investiga palabras en su idioma original usando la concordancia exhaustiva de la biblia Strong.

Oramos para que tu pasión por Dios y Su palabra se aviven en tí y desarrollen un gran apetito por Su presencia a medida que lo buscas.

***Romanos 12:11 (NVI) Nunca dejen de ser diligentes, antes bien sirvan al Señor, con el fervor que da el Espíritu.***

## Los Sigüientes 21 Días y Mas Allá

¡Estamos muy emocionados por lo que Dios va a hacer en tu vida durante este ayuno! Te animamos a que seas intencional en estos sigüientes veinte y un días creyendo que experimentarás a Dios de una manera mas refrescante.

Los principios que pondrás en práctica en este tiempo de ayuno son fáciles de sostener por largo tiempo. La oración, ayuno y devocional personal pueden ser incorporados en tu vida diaria. Simplemente haz las prácticas que has aprendido una prioridad cada día.

El ayuno es un estilo de vida que puedes practicar continuamente. Te animamos a establecer una frecuencia y consistencia con el ayuno. Identifica que funciona para ti, haz un compromiso y hazlo parte de tu vida.

**Lo mas importante, haz un compromiso de vivir una vida llena de pasión por Dios.** Mantén el fuego ardiendo por Él en tu corazón y ¡haz todo lo necesario para alimentar tu apetito espiritual por el Señor!

# Día 1: Planes Futuros

**Santiago 4:13-16 (NVI)** Ahora escuchen esto, ustedes que dicen: «Hoy o mañana iremos a tal o cual ciudad, pasaremos allí un año, haremos negocios y ganaremos dinero. ¡Y eso que ni siquiera saben qué sucederá mañana! ¿Qué es su vida? Ustedes son como la niebla, que aparece por un momento y luego se desvanece. Más bien, debieran decir: Si el Señor quiere, viviremos y haremos esto o aquello. Pero ahora se jactan en sus fanfarronerías. Toda esta jactancia es mala.

Muchas personas dedican una gran parte de su tiempo y energía planificando para el futuro. Un pastor una vez dijo, “Nosotros estamos todos fascinados con el futuro, porque allá es donde viviremos por el resto de nuestras vidas.”

Considerar el futuro puede ser saludable y bueno. Pero, si no se hace de la manera correcta, puede también producir algunos efectos negativos espirituales en nuestra vida.

El pasaje de hoy aborda el tema de la planificación. Aquí el escritor no condena el negociar o planificar, simplemente nos advierte sobre la manera en como hacemos estas cosas. Nos recuerda que el peligro espiritual reposa en como planeamos nuestro futuro—bien sea que lo hagamos con o sin tomar en cuenta a Dios. Los creyentes en este pasaje cometieron el error de actuar de manera jactanciosa y presumida sobre sus planes futuros. El Apóstol Santiago les emitió una corrección pastoral.

Planificar es parte importante de una vida responsable y productiva. La escritura subraya el valor de planificar. Sin embargo, el presumir y el jactarse nunca deberían ser parte de el acercamiento que tengamos sobre la planificación.

Cuando hacemos un modelo de nuestro futuro sin tomar en consideración la soberanía de Dios la naturaleza del tiempo y la brevedad de nuestra existencia, siempre nos meteremos en problemas.

Un ingrediente espiritual necesario para una sabia y correcta planificación es la dependencia de Dios. Nuestros planes deberían de surgir en oración de un corazón confiado y rendido completamente a Él. Deberíamos de estar completamente comprometidos con los planes de Dios muy por encima de nuestros propios planes.

Esto significa que debemos aprender acerca de la perspectiva que tiene Dios sobre la vida y Sus prioridades. Antes de establecer una dirección para nuestro futuro, necesitamos saber en como piensa Dios—y lo que realmente es importante para Él. También necesitamos ser lo suficientemente flexibles para ajustar nuestro plan a medida que obtenemos mayor conocimiento de los planes de Dios. Nunca debemos invertir demasiado en lo que queremos o deseamos, hasta el punto de que no queramos desviarnos de nuestro plan para hacer la voluntad de Dios.

Una buena planificación es nuestro mejor esfuerzo para mirar y prepararnos hacia el mañana. Debemos siempre hacer esto en oración, con la sensibilidad y la buena voluntad de intercambiar nuestra agenda por la de Dios. ¡Esto es una planificación positiva!

**1. La Biblia nos advierte sobre dos tipos de planificadores—el que No planifica y el planificador presumido. ¿Cómo puedes evitar caer en una de estas categorías?**

**2. ¿Qué puedes hacer para comenzar a planificar de una manera sabia pero flexible sobre tu futuro?**

# Día 2: Administrando el Tiempo

**Salmos 90:12 (NTV)** Enséñanos a entender la brevedad de la vida, para que crezcamos en sabiduría.

**Efesios 5:15-17 (NTV)** Así que tengan cuidado de cómo viven. No vivan como necios sino como sabios. Saquen el mayor provecho de cada oportunidad en estos días malos. No actúen sin pensar, más bien procuren entender lo que el Señor quiere que hagan.

En nuestra sociedad día a día y 24/7 sabemos lo que significa batallar con el reloj. El tiempo es parte importante en nuestro mundo. Nuestro vocabulario está lleno de palabras que hacen referencias al tiempo. Ciertas actividades pueden ser descritas como consumidoras de tiempo o pérdida de tiempo. Usamos gráficas de tiempo, tablas de tiempo, líneas de tiempo, piezas de tiempo y hojas de tiempo. La industria para administrar el tiempo está continuamente produciendo tecnologías y recursos para asistirnos en el balance de nuestro horario personal y horario de trabajo.

Una cosa es segura: el tiempo avanza implacablemente. Y por esta razón, ocasionalmente debemos hacer un alto y evaluar como estamos manejando este precioso recurso. En la Escritura, el término para el tiempo incluye dos grandes conceptos. Uno es: el paso de los momentos de la vida medidos por un reloj o un calendario. El otro es: las oportunidades que estos momentos proveen.

En Salmos 90:12 encontramos una oración que Moisés hizo a Dios. El le pidió a Dios que lo ayudara a usar su tiempo sabiamente. ¡Que oración tan maravillosa! El Apóstol Pablo escogió este tema en Efesios 5 y nos animó a que cuidadosamente y en oración consideremos como usamos nuestro tiempo. El nos enseñó a tomar decisiones sabias con las oportunidades que Dios nos da cada día.

Hay una historia acerca de la Reina Elizabeth I de Inglaterra, una de las mujeres más ricas y poderosas en su tiempo. Quedó registrado una declaración de ella en su lecho de muerte, "Todas mis posesiones por un momento de vida." Al final de su vida, la Reina Elizabeth se dio cuenta de que todas las posesiones en el mundo no significan nada si estamos agotados o perdemos nuestro tiempo.

El tiempo se puede perder o se puede invertir. Cuando se pierde el tiempo, este se ha ido y no se recupera. Cuando es apropiadamente invertido, nos dará o rendirá grandes dividendos.

**1. ¿Estás perdiendo el tiempo o lo estás invirtiendo?**

**2. ¿En que estás "gastando" tu tiempo en vez de "Invertirlo"?**

# Día 3: Avanza Hacia la Meta

**2 Timoteo 2:15 (NTV)** Esfuérzate para poder presentarte delante de Dios y recibir su aprobación. Sé un buen obrero, alguien que no tiene de qué avergonzarse y que explica correctamente la palabra de verdad.

Las metas son algo bueno. Ellas nos proveen dirección, nos retan en nuestro progreso y nos motivan a avanzar al donde debemos estar.

Para tener un verdadero significado en la vida necesitamos definir claramente objetivos bíblicos. Estos necesitan ser prácticos y exigentes, pero también alcanzables. Deben también ser medibles. Debemos establecer indicadores espirituales juntamente y a lo largo de nuestra vida, poder medir si estamos avanzando y dando pasos positivos hacia nuestros objetivos. Estos objetivos o metas no deberían ser complicados o confusos, mas bien sencillos y directos.

## Comencemos con lo básico:

1. Estudio bíblico personal. Aparta un tiempo cada día para leer tu Biblia y mantente en eso.
2. Tiempo de oración personal. ¿Cómo puedes ser más constante y persistente en oración cada día? ¿Qué metas puedes establecer para hacer que esto suceda?
3. Creciendo en el carácter de Cristo. ¿Qué pasos práctico puedes tomar para ser más como Jesús en tus actitudes y acciones?
4. Desarrollo Social. ¿Qué habilidades relacionales necesitas mejorar y cómo planeas hacerlo?
5. Administración del tiempo. ¿Cómo puedes ser más productivo y fructífero con el tiempo que Dios te ha dado?
6. Contribución a tu iglesia local. ¿Qué nuevos pasos necesitas dar para estar más conectado, y para ser más útil y fructífero en la congregación donde Dios te ha plantado?

¿Qué tipo de metas tienes en tu vida? ¿Qué objetivos y prioridades son realmente importante para ti?

- 1. Toma un momento para registrar o escribir tus respuestas de las preguntas anteriores. Elabora un plan para comenzar activamente a perseguir estas metas.**
- 2. También comparte tus planes con alguien que amorosamente te motive y te rete a mantenerte avanzando hacia ellos.**

# Día 4: Motivos de Alegría

**Romanos 5:1-5 (NVI)** En consecuencia, ya que hemos sido justificados mediante la fe, tenemos paz con Dios por medio de nuestro Señor Jesucristo. También por medio de él, y mediante la fe, tenemos acceso a esta gracia en la cual nos mantenemos firmes. Así que nos regocijamos en la esperanza de alcanzar la gloria de Dios. Y no solo en esto, sino también en nuestros sufrimientos, porque sabemos que el sufrimiento produce perseverancia; la perseverancia, entereza de carácter; la entereza de carácter, esperanza. Y esta esperanza no nos defrauda, porque Dios ha derramado su amor en nuestro corazón por el Espíritu Santo que nos ha dado.

Al contrario de algunos conceptos equivocados muy populares, la vida Cristiana no es difícil de soportar. De hecho, los creyentes con doble-cara irrespetan el servicio a nuestro Gran Salvador y representan de mala manera Su salvación.

En vez de ésto, la actitud y atmosfera de nuestra vida debería ser de alegría. Tenemos muchas razones para alegrarnos y no quejarnos ni preocuparnos. Romanos 5 es uno de los muchos lugares en la Escritura donde encontramos bases significativas para estar contentos y gozosos.

Nos alegramos porque “hemos sido justificados mediante la fe” y porque “tenemos paz con Dios por medio de nuestro Señor Jesucristo” (verso 1). Que alegría llena nuestros corazones el saber que estamos justificados ante Dios—que El nos ama y nos acepta completamente a través de Jesús. También nos “regocijamos en la esperanza de alcanzar la gloria de Dios” (verso 2). Esto nos indica la realidad eterna de que estaremos con el Señor por siempre disfrutando Su Gracia y Su presencia.

Mientras tanto, nos enfrentamos a diferentes tipos de sufrimiento, pero aún esto no puede frustrar el experimentar y expresar la alegría en nuestras vidas. “Y no solo en esto, sino también en nuestros sufrimientos, porque sabemos que el sufrimiento produce perseverancia; la perseverancia” (Romanos 5:3).

¡No permitas que nada te robe la alegría que te pertenece en Cristo! Toma la decisión de gozarte en Él—y dile al mundo que tienes un motivo muy grande por el cual llevas una sonrisa en tu rostro.

**1. ¿Por qué piensas que las personas tienen el concepto equivocado de que la vida Cristiana es aburrida y sin gozo?**

**2. ¿Por qué como creyentes en Jesús nos podemos regocijar aún en medio de pruebas?**

**3. ¿Qué te ayuda a mantener la alegría especialmente cuando atraviesas por momentos de dificultades en tu vida?**

# Día 5: Embajadores en Asignación

**2 Corintios 5:20 (NVI)** Así que somos embajadores de Cristo, como si Dios los exhortara a ustedes por medio de nosotros: «En nombre de Cristo les rogamos que se reconcilien con Dios.

Como miembros del reino de Dios, reconocemos y adoramos al Señor como nuestro Rey. Él esta claramente en control y no nosotros. Él es soberano y nosotros dependemos de Su Gracia.

Sin embargo, asombrosamente, el Rey nos llama a un alto privilegio y responsabilidad de ser sus representantes ante otros. “Embajadores de Cristo” están comisionados a hablarle a las personas acerca del amor del Rey y el ofrecimiento a la reconciliación con Él. Él quiere que todos pertenezcan a su Reino y vivan bajo Su gobierno, y el construyó el puente para que todos puedan cruzarlo. Donde quiera que vamos y todo lo que hacemos, es para transmitir este mensaje.

El Apóstol Pablo nos dice que “el amor de Cristo nos obliga” a esta misión (2 Corintios 5:14 NVI). Por Su gran amor hacia nosotros, debemos hacer todo lo posible por convencer a otros lo mas que podamos de Su Gran Amor por ellos.

¿El Amor de Cristo ha tocado tu vida? ¿Te ha reconciliado Él con el Padre? ¡Entonces tu tienes un mensaje y una misión!

No hay mayor propósito para nuestra vida que el compartir las Buenas Nuevas con otros, que el Dios del universo, quiere tener una relación personal con ellos. Y nada complace mas el corazón del Padre.

**1. ¿Qué crees que significa que nosotros fuimos “reconciliados” con Dios a través de Cristo?**

**2. ¿Qué significa ser “Embajadores de Cristo”? ¿Qué mensaje y misión tienen estos embajadores?**

**3. ¿Cuáles son algunas maneras prácticas en las que puedes comenzar a cumplir tu papel como buen embajador de Jesucristo?**

# Día 6: Permanecer Firme en la Lucha

**Efesios 6:10-12 (NVI)** Por último, fortalézcanse con el gran poder del Señor. Pónganse toda la armadura de Dios para que puedan hacer frente a las artimañas del diablo. Porque nuestra lucha no es contra seres humanos, sino contra poderes, contra autoridades, contra potestades que dominan este mundo de tinieblas, contra fuerzas espirituales malignas en las regiones celestiales.

¡Esto es guerra!, mientras lees Efesios 6:10-18, ¿puedes escuchar al Apóstol Pablo dar este clamor de batalla? Él sabía que los cristianos necesitaban entender y reaccionar ante la realidad de la guerra espiritual que ruge y se levanta en contra de los seguidores de Cristo.

La Guerra es siempre una lucha de vida y muerte. Es un asunto serio. En la guerra espiritual, se pone en riesgo nada menos que el destino eterno.

Tal ves, mientras queremos evitar el conflicto y los daños que la guerra representa, nosotros realmente no tenemos opción en esta guerra. Ya estamos posicionados en la línea de fuego. Cuando venimos a formar parte de la familia de Dios, también nos enlistamos en Su ejército—y nos convertimos en el blanco primordial de nuestro adversario.

La pregunta no se trata de involucrarnos o no en la batalla sino, en como vamos a ganarla. Pablo nos da la respuesta, en resumen, debemos “ser fuertes” y “permanecer firmes.” Nuestra fortaleza, sin embargo, no está en nosotros sino en Dios. De igual manera, no tomamos nuestra posición con armamento del mundo si no con la armadura de Dios.

Somos fuertes en el Señor cuando nos rendimos a Él y dependemos de Su poder. Luego podemos tomar cada pieza de la armadura que Él nos provee. Disciplina espiritual como la oración, memorizar y hablar la palabra de Dios, proclamar el evangelio y ejercitar nuestra fe en Cristo, vencer al enemigo y tomar posesión de territorio para el reino de Dios. El amor de Cristo a través de nosotros supera el rencor. Su compasión conquista el miedo y la desconfianza.

¡La gran noticia es que Jesús ya ha ganado la victoria a través de la cruz! (leer Colosenses 2:13-15) Ahora Él nos llama a involucrarnos en la batalla, y así mas y mas personas puedan experimentar Su victoria en sus vidas.

- 1. ¿Qué es una “batalla espiritual”? ¿Cómo describirías esto en tus propias palabras basado en Efesios 6:10-18?**
- 2. ¿Cuál es el papel de Jesús en esta batalla espiritual?**
- 3. ¿Cuál es nuestro papel en la batalla espiritual como seguidores de Jesús? ¿Qué podemos hacer para ser mas efectivos como guerreros en Su ejército?**

# Día 7: Satisfacción Garantizada

**Isaías 55:1-2 (NVI)** ¡Vengan a las aguas todos los que tengan sed! ¡Vengan a comprar y a comer los que no tengan dinero! Vengan, compren vino y leche sin pago alguno. ¿Por qué gastan dinero en lo que no es pan, y su salario en lo que no satisface? Escúchenme bien, y comerán lo que es bueno, y se deleitarán con manjares deliciosos.

¿Que te satisface realmente? Gran parte de nuestra vida se pierde persiguiendo lo que pensamos que nos satisface, solo para después darnos cuenta de que todas estas cosas se quedan cortas.

Esto llevó a Dios, a preguntarle al profeta Isaías, "¿Por qué gastan dinero en lo que no es pan, y su salario en lo que no satisface? (Isaías 55: 2a) ¡Buena pregunta! La respuesta es que muchas veces somos engañados por el mundo que nos rodea y por nuestra naturaleza egoísta y pecaminosa, haciéndonos creer que alguna cosa diferente de Dios mismo podrá satisfacer nuestra alma.

Isaías lo sabía muy bien. "Escúchenme bien, y comerán lo que es bueno, y se deleitarán con manjares deliciosos." (Isaías 55:2b). Somos invitados a "ver y probar que el Señor es bueno" (Salmos 34:8), y que una relación con Él es lo mas valioso que podemos tener.

No hay sustituto para una creciente relación personal con Dios. Todo lo demás en nuestra vida Cristiana fluye a partir de este fundamento. Y esto no es algo misterioso ni místico. Y esto esta disponible para cada uno de nosotros, para vivirlo y disfrutarlo todos los días mientras sigamos creyendo, confiando y obedeciendo al Señor basados en Su Palabra. Él nos promete que este es una manera profundamente satisfactoria de vivir. (leer Juan 10:10).

¿Por qué buscar satisfacción en cualquier otro lugar con una garantía como ésta?

**1. ¿Por qué piensas que a veces buscamos satisfacción en cosas y en personas en ves de Dios?**

**2. ¿Qué cosas has procurado en tu vida que pensabas que traerían satisfacción, pero te dejo un vacío?  
¿Qué aprendiste de esta experiencia?**

**3. ¿En que manera Dios satisface tus mas profundos anhelos? ¿Cómo te ha hecho Dios sentir satisfecho?**

# Día 8: De Herido a Un Ayudador

**2 Corintios 1:3-4 (NVI)** Alabado sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre misericordioso y Dios de toda consolación, quien nos consuela en todas nuestras tribulaciones para que, con el mismo consuelo que de Dios hemos recibido, también nosotros podamos consolar a todos los que sufren.

La Biblia se refiere muy seguido a Dios como nuestro "Redentor" (ver Job 19:25; Isaías 44:6, 1 Corintios 1:30). ¿Qué significa que Él redime nuestras vidas? Un aspecto clave de la redención es que Dios toma todo lo que es doloroso, peligroso y con intenciones malignas y lo transforma en cosas buenas.

José capturó esto elocuentemente cuando dijo a sus hermanos: "Es verdad que ustedes pensaron hacerme mal, pero Dios transformó ese mal en bien para lograr lo que hoy estamos viendo: salvar la vida de mucha gente." (Génesis 50:20)

Todos experimentamos sufrimiento, al menos de vez en cuando. Algunos niveles de dolor y de angustia son inevitables en este mundo lleno de personas pecadoras (¡como nosotros!).

Pero Dios quiere transformar nuestro dolor en bendición para alguien más. Él desea redimir nuestro sufrimiento para ayudar a otros.

Dios está en los asuntos de sanación y nosotros podemos encontrar consuelo y fortaleza en Él cuando estamos sufriendo. Luego el desea que nosotros tomemos ese mismo consuelo que hemos recibido para repartirlo. En esencia Él nos dice: "Te he ayudado en esta experiencia, ahora anda y ayuda a otros que estén luchando". De esta manera extendemos Su compasión a más personas y ponemos un rostro humano a Su Divino Amor.

¿Te ha ayudado el Señor a través de pruebas dolorosas? ¿Te ha Él consolado y sanado de alguna manera? Grandioso—ahora tu estás únicamente equipado como mensajero de sanidad y consuelo para otros. Ahora el Señor te está llamando para alcanzar a aquellas personas sufridas con la esperanza que solamente nuestro Redentor compasivo puede ofrecer.

- 1. ¿Cómo respondes cuando alguien te hiere? ¿Qué puedes aprender de esto basado en Génesis 50:20?**
- 2. ¿De que maneras te ha sanado y te ha ayudado Dios?**
- 3. ¿Cómo crees que El pueda usar esta experiencia para ayudar a otros que están sufriendo?**

# Día 9: Silencio

**Salmos 4:4-5 (NVI)** ...en la quietud del descanso nocturno examínense el corazón. Ofrezcan sacrificios de justicia y confíen en el señor.

El silencio es algo extraño. Hemos venido aceptando la conspiración del ruido a nuestro alrededor como normal, haciendo que la falta de ruido nos ponga un poco nerviosos. En un mundo donde estamos constantemente hablando por teléfono celular, haciendo multitareas y enviando mensajes de texto, no estamos acostumbrados al silencio. Se siente extraño, improductivo—como si tuviésemos que estar “haciendo algo” a cambio del silencio.

Pero el silencio puede ser un oasis para aquellos viajeros “cargados de tanto hablar”. El Señor nos invita a estar en silencio para que podamos examinar nuestro corazón, y percibir Su corazón también. “Quédense quietos, reconozcan que yo soy Dios” (Salmos 46:10) es un llamado a una relación mas profunda que no puede encontrarse en el ajetreo.

El ayuno añade fortaleza a la disciplina del silencio, haciendo callar peticiones indignantes de nuestros apetitos carnales. Podemos sobrevivir con menos de tres comidas al día, y no solo eso, si no que podemos prosperar y dirigir nuestras energías mas rendidoras hacia Dios mientras privamos nuestro estómago temporalmente.

El silencio juntamente con el ayuno ayuda a enmudecer nuestras voces internas y externas, dejando espacio para que la voz de Dios hable a nuestros corazones.

- 1. ¿Qué tan difícil es para ti permanecer en silencio ante Dios? ¿Por qué piensas que esto es un reto?**
- 2. ¿Cómo puede el silencio ayudarte a sintonizar tu corazón para escuchar la voz de Dios y recibir Su gracia?**

# Día 10: El llamado a lo Inconveniente

**Lucas 9:23-24 (NVI)** Dirigiéndose a todos, declaró: —Si alguien quiere ser mi discípulo, que se niegue a sí mismo, lleve su cruz cada día y me siga. Porque el que quiera salvar su vida la perderá; pero el que pierda su vida por mi causa la salvará.

La vida puede ser desastrosa. Las cosas no siempre suceden como las hemos planificado o esperamos. Incluso Jesús nos anticipó: “en este mundo tendrán aflicción,” (Juan 16:33).

En tiempos como estos, es bueno recordar que Jesús fue la persona más inconveniente en la tierra. Él les dijo a Sus discípulos que este sería el caso: “El Hijo del hombre tiene que sufrir muchas cosas y ser rechazado por los ancianos, los jefes de los sacerdotes y los maestros de la ley. Es necesario que lo maten y que resucite al tercer día.” (Lucas 9:22). Pero Su inconveniencia fue también el medio para nuestra comodidad eterna y nuestra salvación. —“Fue golpeado para que nosotros estuviéramos en paz; fue azotado para que pudiéramos ser sanados.” (Isaías 53:5 NTV)

De la misma manera, Dios nos llama a la inconveniencia, negándonos a nosotros mismos para el beneficio de que otros sean bendecidos por Él. “Si estamos angustiados”, Pablo les dijo a los creyentes en Corintios, “¡es para el consuelo y la salvación de ustedes!” (2 Corintios 1:6).

Y este llamado a la inconveniencia no es solamente para ocasiones especiales, como viajes misioneros o eventos de alcances evangelísticos. Es un requerimiento para vivir todos los días con “mentalidad de misión”. Esto significa renunciar diariamente nuestro derecho a lo que nos conviene con el propósito de involucrarnos en el servicio para Dios y para las personas que Él pone en nuestro camino. Cuando escogemos vivir de esta manera, Jesús promete que experimentaremos algo más grande que la conveniencia—la “vida abundante” (Juan 10:10), que solo viene para aquellos que siguen a Cristo hasta la cruz.

**1. ¿Qué crees que Jesús quiso decir cuando le dijo a sus discípulos: “tomen su cruz día a día”?**

**2. ¿Cómo se reflejaría esto en tu vida?**

**3. ¿En que sentido una vida “inconveniente” puede ser al mismo tiempo una vida “abundante” cuando estás siguiendo a Jesús?**

# Día 11: Abundantes Promesas

**Jeremías 29:11 (NVI)** Porque yo sé muy bien los planes que tengo para ustedes —afirma el Señor—, planes de bienestar y no de calamidad, a fin de darles un futuro y una esperanza.

¿Qué te anima en la mañana y pone combustible en tu tanque para el día? ¿Qué te hace seguir adelante cuando las cosas se ponen difíciles? ¿Cómo mantienes gozo y paz? A través de Su Palabra Dios nos ha dado abundantes promesas para vivir.

¡Las promesas son poderosas! En Jeremías 29:11 el Señor nos dice, "Yo sé los planes que tengo para ustedes... a fin de darles un futuro y una esperanza." Cuando creemos y sabemos que Él tiene un propósito y nos ha prometido un buen futuro, tenemos esperanza para vivir cada día.

Adicional a esta Escritura, tenemos cientos más de promesas de nuestro Dios. A continuación, hay unas cuantas muy poderosas: Jeremías 33:3; Proverbios 3:5-6; Juan 1:8-9; 2 Pedro 1:3-4.

El Señor usa estas para sostenernos a través de problemas, para liberarnos de la depresión, para edificar nuestra fe cuando dudamos, para equiparnos para el ministerio, para santificarnos y guiarnos a la victoria en cada y todas las circunstancias. (2 Corintios 2:14).

Por supuesto, estas promesas no nos benefician si no las sabemos y las creemos. Toma la decisión de comprometerte a buscar las promesas de Dios cuando leas Su Palabra. Memoriza y medita en promesas específicas que puedas aplicar a tu vida y en ministración a otros. Cree que Dios cumplirá Su Palabra y observa como Él cumple Su buen propósito en ti.

- 1. ¿Cómo el creer las promesas de Dios hace la diferencia en tu vida?**
- 2. ¿Qué promesas de las Escrituras tienen un significado muy especial para ti? ¿Por qué?**
- 3. Escoge dos de las promesas dadas en este devocional y esfuérzate en memorizarlas esta semana.**

# Día 12: Avances

**Santiago 4:7-8 (NTV)** Así que humíllense delante de Dios. Resistan al diablo, y él huirá de ustedes. Acérquense a Dios, y Dios se acercará a ustedes.

¿Tienes malos hábitos que te gustaría romper? La lucha para vencer malos hábitos puede ser fuerte y extremadamente frustrante. Patrones pecaminosos son a menudo muy persistentes y difíciles de cambiar.

Dios quiere librarnos de los hábitos negativos, destructivos. La Biblia provee instrucciones que nos colocan en el camino hacia la libertad. El pasaje de hoy define algunos pasos prácticos que son útiles para comenzar este proceso.

La libertad comienza con humildad. Humildad es el acto de colocarse uno mismo bajo la autoridad de otro, demostrando sumisión y obediencia. Lo opuesto de humildad es orgullo. Liberarse de patrones destructivos comienza con la sumisión a Dios. El colocarse uno mismo bajo Su autoridad nosotros debemos soltar las riendas de nuestra vida. nosotros debemos buscar el seguir en lugar de tratar de guiar. Para encontrar libertad, nosotros necesitamos ser guiados hacia la libertad, y eso involucra humildad. Solamente Jesús puede guiarnos hacia la libertad.

Debemos resistir al diablo. El acto de resistencia espiritual debe ser fuerte y determinante. En oración, debemos luchar contra las influencias de las tinieblas que nos mantienen atados a malos hábitos. Debemos activa y agresivamente renunciar y resistir cada semilla contaminada que el diablo trata de sembrar en nuestra vida, en el nombre de Cristo Jesús. Nosotros debemos tomar posición en oración en contra de las fuerzas del diablo que nos han esclavizado en patrones destructivos en nuestra vida. ¡Al involucrarnos en batalla espiritual, la Biblia nos promete la victoria!

Pero esta resistencia no es suficiente. Debe ser acompañada de un compromiso de acercarse intencionalmente a Dios. Cuando empujamos las influencias negativas a través de la oración, debemos abrazar la presencia y poder de Dios para vivir correctamente.

Poner estos pasos en práctica nos permite reconocer y rehusar la carnada de la tentación. Nos da poder para deshacernos de los malos hábitos y comenzar a formar buenos hábitos. Pruébalo. ¡Funciona de verdad!

**1. ¿Qué malos hábitos necesitas romper?**

**2. ¿Qué principios del estudio de hoy necesitas poner en practica para vencerlos?**

# Día 13: Control Propio

**Gálatas 5:22-23 (NTV)** En cambio, la clase de fruto que el Espíritu Santo produce en nuestra vida es: ... control propio.

Control propio es una parte importante de la madures espiritual y emocional. Las personas con control propio avanzan más en la vida que aquellos que no lo tienen. Ellos tienen mejores relaciones y son al fin más felices. Ellos toman decisiones más sanas y saludables acerca de lo que van y no van a hacer.

Una de las razones por las que el control propio no es tan popular, y algunas veces tan escaso, es porque implica invocar algo negativo – poner algunas restricciones en los impulsos personales, deseos, preferencias, inclinaciones o hábitos. Requiere que nos exijamos con fuerza ciertas acciones que usualmente son lo opuesto a lo que en realidad queremos decir, pensar o hacer.

Ya sea el que nos rehusemos a “decir lo que pensamos” a alguien acerca de algo, rehusarnos a reaccionar con ira con alguien que nos hirió o por alguna inconveniencia que experimentamos, el decidir decir que no a algo que nos esta tentando, decidir el seleccionar lo que comemos, decidir el comprometernos a un programa efectivo de ejercicios, o decidir el levantarse temprano regularmente para orar y estudiar la Palabra de Dios, todas estas decisiones requieren el reforzar parámetros y regulaciones en nosotros mismos. Esto involucra control propio.

Si bien es cierto que todos comprendemos la importancia de obedecer leyes externas y las consecuencias que pueden acompañar el desobedecerlas, cuando se trata de nosotros mismos – nuestras decisiones personales – preferiríamos no tener leyes, límites, reforzar restricciones sobre nosotros mismos. Queremos “ser libres” para hablar, pensar y actuar exactamente como queremos, en cualquier momento que queramos.

Lo que fallamos en reconocer es, que una vida sin restricciones, sin disciplina – una vida con falta de control propio – nos lleva a lo opuesto de la libertad. Produce ataduras. Falta de control propio engañosamente presenta una promesa de libertad pero que finalmente nos desilusiona. Sin control propio cedemos el control de nuestra vida a fuerzas muy destructivas.

La Biblia nos enseña que esta cualidad tan importante llamada control propio es algo que requiere poder sobrenatural para desarrollarse y mantenerlo. Para que sea una parte consistente en nuestra vida debemos aprender a vivir en el poder y control del Espíritu Santo diariamente.

Cuando el Espíritu Santo está a cargo de nosotros, Él nos capacita para ponernos una disciplina santa y saludable. Él nos ayuda a aceptar y dar la bienvenida a límites que nos benefician – espiritual, mental, relacional, emocional, física y financieramente.

No hay duda de que el aplicar control propio es difícil. Cuando decidimos seguir la guianza del Espíritu Santo en lugar de la propia, nos aseguramos de que tendremos oposición de nuestra naturaleza pecaminosa. La Escritura claramente nos recuerda de que nuestra carne está constantemente luchando con el Espíritu de Dios dentro de nosotros. La victoria sobre nuestra naturaleza pecaminosa requiere una búsqueda persistente. Debemos poseer un nivel de fe que persevere hasta que se gane la batalla. ¡Es una batalla digna de ser ganada!

**1. ¿Cuáles son las luchas más fuertes que tienes con el control propio?**

**2. ¿Qué has aprendido del estudio de hoy que te ayudará a ganar esta batalla con estas luchas?**

# Día 14: Lo Que Realmente Necesitamos

**Mateo 4:1-4-11 (NTV)** Luego el Espíritu llevó a Jesús al desierto para que allí lo tentara el diablo. Durante cuarenta días y cuarenta noches ayunó y después tuvo mucha hambre. En ese tiempo, el diablo se le acercó y le dijo: —Si eres el Hijo de Dios, di a estas piedras que se conviertan en pan. Jesús le dijo: —¡No! Las Escrituras dicen: “La gente no vive solo de pan, sino de cada palabra que sale de la boca de Dios.” Entonces el diablo se fue, y llegaron ángeles a cuidar a Jesús.

¿Qué necesidades tienes en tu vida? Todos nosotros tenemos necesidades legítimas. Una necesidad es algo que es requerido, necesario y esencial para la vida y la salud. Es algo que con lo que no podemos prescindir.

En el pasaje de hoy encontramos a Jesús en un momento de necesidad durante Su ministerio terrenal. Después de ayunar por cuarenta días en el desierto caluroso de Judea, Jesús experimentó lo que cualquier persona experimentalmente – hambre intensa. Aunque Él era el Hijo de Dios, Él era Dios en la carne. Su cuerpo físico tenía que alimentarse para sobrevivir. Su humanidad estaba llegando a sus límites. Sus necesidades físicas estaban gritando por atención.

En este momento de crisis, el diablo se apareció con una sugerencia. Él le ofreció a Jesús una solución para Sus necesidades. Él le mostró a Jesús una manera para satisfacer Su hambre física. Todo lo que Jesús tenía que hacer era usar Su poder para que milagrosamente cambiara las piedras del desierto en pan. Todo lo que Jesús tenía que hacer era saciar Sus antojos y dolor físico era seguir el consejo del diablo.

La respuesta de Jesús fue categóricamente que “¡NO!” Aunque no había pecado en que Jesús convirtiera las piedras en pan, había pecado en escuchar y seguir la sugerencia del diablo. Jesús no permitiría que Satanás dictara como iba a satisfacer Sus necesidades. Jesús se rehusó a suplir Sus necesidades de manera ilegítima. Jesús estaba determinado a vivir Su vida de acuerdo con la Palabra de Dios, no por los consejos del diablo. Jesús se rehusó a formar Su futuro destino y propósito por satisfacer una necesidad urgente a la manera de Satanás.

Hay muchas lecciones en este pasaje para nosotros. Todos tenemos necesidades legítimas – cosas que anhelamos para la vida que son importantes y necesarias. Podemos estar seguros de que el diablo siempre tendrá sugerencias, consejos y opiniones para que nosotros obtengamos lo que necesitamos. En los momentos prolongados de espera para que se suplan nuestras necesidades, Satanás viene y nos ofrece la opción de hacer cosas a su manera en lugar de las de Dios. Él nos tienta para que sus palabras nos guíen en lugar de que sea la Palabra de Dios.

Cuántas personas a través de los siglos han perdido su destino y cumplir una porción del propósito de Dios porque escucharon el consejo del diablo en lugar de vivir de acuerdo con la Palabra de Dios. Cuando el tentador fue a ofrecerle a ellos un plan para suplir sus necesidades la respuesta fue la de entretener sus ideas en lugar de desecharlas rotundamente. Los resultados fueron desastrosos.

Hay una advertencia en esta historia para todos nosotros. Debemos recordar de que el diablo nos asecha buscando una oportunidad para seducirnos a seguir sus sugerencias en lugar de buscar, confiar y obedecer la Palabra de Dios. Satanás se aparece en el momento más vulnerable y nos engaña con una salida – una opción para satisfacer nuestra hambre espiritual y emocional. Si no tenemos cuidado y discernimos vamos a caer en su trampa.

El resultado final de vivir de acuerdo con los caminos del diablo siempre produce más dolor. Siempre resulta en perder la dimensión del destino ordenado por Dios.

¿Qué necesitamos en realidad? Necesitamos confiar de que Dios suplirá todas nuestras necesidades. La historia de la tentación de Jesús termina con ángeles cuidándole. Dios no lo desamparó. ¡Dios no te desampará a ti!

**1. ¿Cuáles son las necesidades más urgentes en tu vida ahora mismo?**

**2. ¿Qué sugerencias te está haciendo el diablo para satisfacer esas necesidades? ¿Cuál será tu respuesta?**

# Día 15: Comunidad

**Hechos 13:2-3 (NVI)** ) Mientras ayunaban y participaban en el culto al Señor, el Espíritu Santo dijo: "Apártenme ahora a Bernabé y a Saulo para el trabajo al que los he llamado!". Así que después de ayunar, orar e imponerles las manos, los despidieron.

Dios obra no solamente a través del ayuno de individuos Cristianos, sino también cuando ayunamos como una comunidad de creyentes. En Hechos 13 Dios hablo cuando la iglesia en Antioquia oró y ayunó. Como resultado, Saulo (quien llego a ser el Apóstol Pablo) y Barnabas fueron enviados en un viaje misionero que impactó significativamente su mundo con las Buenas Nuevas de Cristo Jesús.

El ayunar juntos como pueblo de Dios es una práctica frecuente en la Biblia. Por ejemplo, en Nehemías 9:1 todo Israel se juntó para ayunar y honrar a Dios. El Rey de Judá llamó a toda la nación para ayunar en 2 Crónicas 20:1-4 en un momento crítico de su historia. Enfrentando un viaje peligroso de regreso a Jerusalén, Esdras pidió a los exiliados a que ayunaran y oraran por su seguridad (Esdras 8:21-23). De igual manera Ester, instruyó a todos los Judíos a que ayunaran cuando estaban bajo una amenaza de extinción, y Dios los liberó milagrosamente.

Al estar ayudando hoy, ora por tu iglesia y comunidad. Piensa en lo que quiere decir el ser parte de una comunidad de creyentes y busca la voluntad de Dios para la vida de otros a tu alrededor, no solo por tu vida. Ora por amigos, familia y vecinos. Ora para que Dios levante siervos y líderes en Su iglesia. Tu nunca sabes como el Señor romperá y avanzará la obra de Su reino cuando lo buscamos juntos.

- 1. ¿Cuál es el valor de ayunar y orar juntos como una comunidad de creyentes?**
- 2. ¿Cómo usa a Dios la iglesia - Su pueblo - para ayudarte a crecer en Cristo?**

# Día 16: Quebrantamiento

**Salmos 51:17 (NVI)** El sacrificio que te agrada es un espíritu quebrantado; tú, oh Dios, no desprecias al corazón quebrantado y arrepentido.

A menudo pensamos en artículos rotos, inusables y sin valor, y a veces queremos tratar así a las personas. Pero Dios tiene una perspectiva diferente. Él nos recibe en nuestro quebrantamiento y acepta nuestro corazón quebrantado como un sacrificio agradable.

El ayunar no solo nos ayuda a liberarnos de ataduras en nuestros apetitos carnales; también nos lleva a puntos de quebrantamiento y humildad en nuestro corazón. Al ayudar, el Espíritu Santo puede liberarnos de orgullo e independencia y mostrarnos nuestra pecaminosidad a la luz de la santidad de Dios. Esto nos lleva a un espíritu quebrantado que puede ser moldeado y atento al Señor.

La Escritura nos dice que Dios está "cerca de los quebrantados de corazón, y salva a los de espíritu abatido." (Salmos 34:18). Él nos levanta, sana nuestras heridas y nos pone en el camino de la restauración cuando le permitimos que obre en nosotros. A través del ayuno y la oración podemos ver quebrantamiento cambiar a bendiciones cuando nos ofrecemos completamente a Dios.

**1. ¿De que maneras crees que Dios quiere usar el quebrantamiento en tu vida?**

**2. ¿Cómo puedes prepararte para ayudar a personas quebrantadas que Dios quiere sanar?**

# Día 17: Secreto

**Mateo 6:16-18 (NVI)** Cuando ayunen, no pongan cara triste como hacen los hipócritas, que demudan sus rostros para mostrar que están ayunando. Les aseguro que estos ya han obtenido toda su recompensa. Pero tú, cuando ayunes, perfúmate la cabeza y lávate la cara para que no sea evidente ante los demás que estás ayunando, sino solo ante tu Padre, que está en lo secreto; y tu Padre, que ve lo que se hace en secreto, te recompensará.

En algún lugar adentro de nosotros hay un deseo de Fariseo que quiere ser reconocido y aplaudido por nuestras buenas obras. Queremos que las personas piensen lo mejor de nosotros, por lo que todos tendemos a meternos en lo que un autor llama "administración para impresionar." De manera sutil y no tan sutil llamamos la atención a lo que estamos haciendo para asegurarnos de que los demás se vayan con una impresión más elevada de nosotros y lo bueno que somos.

El antídoto para esto es el practicar lo secreto. Jesús nos mandó a que evitáramos el que fuera obvio cuando estamos dando, orando y ayunando. En lugar de eso, el involucrarnos en estas disciplinas delante de Dios con un desinterés desenfrenado para no impresionar a los demás sino únicamente agradar a nuestro Padre. Motivémonos por un deseo de ser más como Jesús quien busco agradar únicamente a Su Padre y no a las personas que lo rodeaban.

Esto le da un golpe bajo a nuestro orgullo y forma humildad en nuestro corazón. Nos entrena a resistir el aplauso de las personas y buscar solamente la aprobación de Dios, sabiendo que Él nos recompensa en Su tiempo y a Su manera.

- 1. ¿Por qué tan importante el desear la aprobación del Señor en lugar de los aplausos de otros?**
- 2. ¿Cómo puede la disciplina del secreto ayudarnos a vencer el orgullo y cultivar la humildad?**

# Día 18: Fe

**Hebreos 11:1-6 (NVI)** Ahora bien, la fe es la garantía de lo que se espera, la certeza de lo que no se ve... sin fe es imposible agradar a Dios, ya que cualquiera que se acerca a Dios tiene que creer que él existe y que recompensa a quienes lo buscan.

Estos versículos dejan bien claro que la fe es el fundamento para tener una relación con Dios. Si nuestra meta es el conocer y agradecerle a Él, debemos creer lo que Él nos ha revelado acerca de Sí mismo.

Una revelación importante que encontramos aquí y a través de las Escrituras es que Dios “recompensa a aquellos que le buscan de verdad.” Él nos invita a creer no solamente que Él existe, sino que Él está activamente llamándonos a una vida profunda, más íntima y con recompensas en Él. Aunque no podemos verlo a Él, la fe nos asegura de que vale la pena el esfuerzo que hagamos para buscar al Señor diligentemente a través de la oración y el ayuno.

Eso ha sido la experiencia que grandes hombres y mujeres de Dios a través de los siglos – fe, oración y ayuno trabajan juntos cuando nos acercamos a Dios. Andrés Murray, reconocido líder misionero y escritor, lo resume de esta manera:

La fe necesita una vida de oración en la cual se pueda crecer y mantenerse fuerte... la oración necesita del ayuno para que se desarrolle completa y perfectamente... la oración es una de las manos con la que nos agarramos del invisible; el ayuno, la otra con la que soltamos y rechazamos lo visible.

“Aunque no lo han visto a Él,” el Apóstol Pedro escribe, “Ustedes lo aman a pesar de no haberlo visto; y, aunque no lo ven ahora, creen en él y se alegran con un gozo indescriptible y glorioso.” (1 Pedro 1:8). Hay bendiciones inimaginables en una vida de fe que deja ir lo visible y abraza lo invisible y glorioso de Dios.

1. **¿Cómo puede el ayuno ayudarte a edificar tu fe en Jesús?**
2. **¿Qué te está pidiendo Dios que le creas durante este tiempo de ayuno?**

# Día 19: Tentación

**Mateo 26:41 (NVI)** Estén alerta y oren para que no caigan en tentación. El espíritu está dispuesto, pero el cuerpo es débil.

En este versículo, Jesús instruyó a Sus discípulos a permanecer alertas y en guardia por medio de la oración. Adicionalmente, aprendemos aquí y de nuestra propia experiencia con la tentación, de que, aunque cuando nuestro espíritu está dispuesto, nuestro cuerpo es débil. Nuestros deseos y debilidades físicas para resistirlas a menudo nos impiden las victorias espirituales sobre la tentación.

Aquí es donde el ayunar agrega una dimensión práctica a la oración en nuestra lucha contra la tentación. El acto físico de resistir los alimentos nos ayuda a conectarnos con el acto espiritual de resistir al pecado.

Al enfocarnos en el Señor en lugar de alimentar nuestro estómago, aprendemos que Él es nuestra fortaleza y la fuente de nuestra verdadera satisfacción. Experimentamos la realidad de que el alimentarnos en Su Palabra es mucho mejor que el servir a los apetitos carnales.

Pidámosle a Dios que nos ayude a conectar nuestro ayuno de alimentos (o lo que sea que estés ayunando) con el acto de resistir las tentaciones. Renunciar a esa hamburguesa podría ser lo que nos fortalezca espiritualmente para resistir y capacitarnos para levantarnos victoriosos en nuestra batalla con el pecado.

**1. ¿Qué tentaciones de pecado son las más fuertes en tu vida ahora mismo?**

**2. ¿Cómo puede el orar y ayunar ayudarte a vencer estas tentaciones?**

# Día 20: Pruebas

**Santiago 1:2-4 (NTV)** Amados hermanos, cuando tengan que enfrentar cualquier tipo de problemas, considérenlo como un tiempo para alegrarse mucho porque ustedes saben que, siempre que se pone a prueba la fe, la constancia tiene una oportunidad para desarrollarse. Así que dejen que crezca, pues una vez que su constancia se haya desarrollado plenamente, serán perfectos y completos, y no les faltará nada.

Nuestra respuesta inicial a las pruebas y problemas puede algunas veces ser el quejarse, frustrarnos o aun hasta cuestionar a Dios. Pero Santiago nos dice que debemos considerar estas oportunidades para alegrarse mucho. La madures espiritual viene cuando vamos más allá de simplemente aceptar nuestras pruebas.

Las pruebas también desarrollan nuestra resistencia y Santiago dice que debemos dejar que la resistencia crezca. En lugar de pedirle a Dios que quite prematuramente las pruebas, pidámosle que aumente nuestra perseverancia y fortaleza espiritual en medio de ellas.

Ciertas pruebas son tan severas que solamente vamos a permanecer acercándonos a Dios en oración y ayuno. Al hacer esto, Él nos capacitará para enfrentar el desafío y perseverar.

No importa lo intensa que sea la prueba, nada puede separarnos de nuestro Padre, y Su amor y poder nos sostendrán.

- 1. ¿Cómo desarrolla Dios madures espiritual en ti a través de las pruebas y tribulaciones?**
- 2. ¿Qué estas aprendiendo en esta época acerca de confiar en Dios a través de tus pruebas?**

# Día 21: Obra Maestra

**Efesios 2:10 (NLT)** Pues somos la obra maestra de Dios. Él nos creó de nuevo en Cristo Jesús, a fin de que hagamos las cosas buenas que preparó para nosotros tiempo atrás.

El diccionario define obra maestra como “una obra de arte sobresaliente, con destreza excepcional.” Cuando pensamos en obras maestras pensamos en grandes creadores, algunos de los artistas y músicos más talentosos que se han conocido como – Picasso, Van Gogh, Beethoven, Mozart, etc.

¡Cuando Dios piensa en obras maestras, la Biblia dice que Él piensa en ti! El Apóstol Pablo nos recuerda que, cuando Dios nos creó, especialmente cuando Él nos hizo nuevos por nuestra fe en Cristo Jesús, Él nos hizo Sus obras maestras.

¿Qué quiere decir el ser obras maestras de Dios? Implica muchas cosas. Quiere decir que:

- **Dios nos impartió lo mejor de Él.** Una obra maestra es un reflejo del mejor trabajo del artista. Una obra maestra es el resultado de lo mejor que el creador hizo para hacerla. Dios hizo esto con cada uno de nosotros.
- **Dios planeó nuestro propósito – Él tiene una razón para nuestro ser.** Una obra maestra es el resultado de una acción planeada y con propósito. Es el resultado de la visión del creador. Él o ella ve algo en el lienzo en blanco o la roca que otros no vieron. Ellos escuchan algo proveniente de un instrumento que otros no escucharon. Traen esta visión a la realidad. Eso es lo que Dios hizo con cada uno de nosotros
- **Dios quiere expresar Su naturaleza creadora a través de nosotros.** La obra de un artista es una expresión de su naturaleza creadora. Su trabajo es una expresión de lo que está dentro de ellos. Las obras maestras son una expresión externa de los pensamientos y emociones de un artista – su corazón y alma. Una obra maestra inspira y libera la creatividad de otros. Esto es lo que Dios hace en y a través de nosotros. Él expresa Su creatividad a través de nosotros y nos usa para inspirar a otros.
- **Dios quiere comunicar al mundo una parte de Él mismo a través de nosotros.** Una obra maestra es un mensaje. Dice una historia. Dice algo acerca del creador. Comunica su mensaje al mundo. Nos dice acerca de la naturaleza del artista. Dios nos creó a cada uno de nosotros para comunicar una parte única de Él mismo al mundo que necesita desesperadamente conocerlo a Él. A través de cada uno de nosotros, Dios quiere declarar Su mensaje de amor y vida.

El Apóstol Pablo declaró la razón principal por la que Dios nos hizo Sus obras maestras: “Él nos creó de nuevo en Cristo Jesús, a fin de que hagamos las cosas buenas que preparó para nosotros tiempo atrás.”

Dios nos creó para que pudiéramos y cumpliéramos efectivamente la obra que Él nos dio a cada uno de nosotros. Él nos a dado todos los recursos que necesitamos para hacer la obra que Él planeó para nosotros. ¡Él simplemente espera a que nosotros capturemos Su visión y nos ocupemos haciéndola!

**1. ¿Qué quiere decir el ser una obra maestra de Dios?**

**2. Haz una lista de las razones por las que Dios te creó. ¿Qué vas a hacer a diario para recordarte a ti mismo que Dios te diseñó con un propósito?**