

A Y U N O

2 0 2 0

ESTABLECE

TU VISIÓN PARA

E L A Ñ O

E N E R O

2 - 21 | 2020

AMADOS AMIGOS,

Estamos muy contentos de que hayas decidido participar en un tiempo extendido de oración y devoción personal. Realmente no hay mejor manera de restablecer nuestra brújula espiritual y traer refrigerio en cada área de nuestras vidas que a través de la oración y el ayuno.

Este ayuno fue intencionalmente diseñado para ser flexible y para que puedas participar en cualquier nivel. Ya sea que tengas experiencia orando y ayudando, o esta es tu primera vez, tu puedes comenzar en donde te encuentres y experimentar lo que Dios tiene preparado para ti de manera poderosa.

Esta guía provee herramientas practicas que te ayudarán a navegar tu viaje personal por 20 días. Cuando leas esta información, por favor considera como se aplica a ti y a tus circunstancias y convicciones personales.

Pedimos a Dios que te ayude a establecer tu visión para el año nuevo sobre las cosas que son importantes ahora que te comprometiste a buscarlo a Él durante los próximos veinte días. ¡Que Dios continúe bendiciendo y ensanchándote al buscarlo a Él primeramente!

Mateo 9:15b (RV95) Pero vendrán días cuando el esposo les será quitado, y entonces ayunarán.

Pastor Dale O'Shields

TABLA DE CONTENIDO

Oración	4
Ayuno	5
1. Comienza donde estas	5
2. Encuentra tu zona de ayuno	5
3. Elije tu tipo de ayuno	7
Diferentes tipos de ayunos	7
1. Comida o actividad especifica a ayunar	8
2. Ayuno de Daniel	8
3. Ayuno de jugos	9
4. Ayuno de agua	9
5. Ayuno completo	10
6. Ayunando mientras estás lactando o embarazada	10
7. Ayunando y desordenes alimenticios	10
4. Comienza y completa el ayuno bien	11
5. Crea tu menú personal de ayuno	11
6. Consejos finales para el ayuno	12
Ejemplos de menú para el ayuno	12
Devocionales personales	13
Lee consistentemente	14
Ora mientras lees	14
Lee con expectativa	14
Método de preguntas	14
Los próximos veinte días	16

ORACIÓN

Mientras te preparas para los próximos veinte días, puede ser tentador comenzar con una lista de oraciones que te gustaría ver contestadas, pero realmente queremos animarte a que mantengas esto simple. Piensa acerca de las dos o tres cosas que están oprimiendo tu corazón y enfócate en ellas con Dios. Escríbelas en el espacio provisto abajo y mantente abierto a escuchar lo que Dios quiere mostrarte en esas áreas. Los avances, milagros y respuestas a tus oraciones serán subproductos de acercarte a Jesús.

Quando ores, has tu meta primordial de conocer y experimentar más a Jesús. Has oraciones de total entrega, y trata de glorificar a Dios con tu vida. Concéntrate primero en Él, en Su bondad y Su grandeza, y veras todo lo demás a través de ese filtro.

Y lo más simple, aparta tiempo para orar diariamente. ¡No compliques esto! Sólo habla con Dios. Ten ese lugar y tiempo en el cual puedas buscarlo todos los días. Si no piensas en orar, no lo hará. Si tu encuentras que el desconectarte de las ocupaciones diarias es un desafío, escucha música de adoración. Es una gran manera de preparar tu corazón para la oración.

Durante este ayuno, estoy orando y creyendo a Dios por:

AYUNO

Nota importante: El ayuno requiere precauciones razonables. Si tiene algún problema de salud, por favor consulte con su médico antes de comenzar su ayuno, especialmente si está tomando algún medicamento, tiene una condición crónica o está amamantando a un bebé.

A medida que se prepara para ayunar, es importante elegir un plan de ayuno que funcione para usted. Si bien ésta sección proporciona información general sobre los diferentes tipos de ayunos, así como algunas sugerencias sobre cómo crear su propio plan de ayuno, es importante mencionar que no hay nada más inherentemente espiritual acerca de un tipo de ayuno en comparación con otro. Estas son simplemente directrices y sugerencias sobre diferentes cosas que puede hacer.

No deje que lo que come o no come se convierta en el enfoque de su ayuno. Mantenga lo principal lo principal, que es acercarse a Dios. Recuerde, este es un tiempo para desconectar lo suficientemente de sus hábitos y patrones regulares con el fin de conectarse más con Dios. Éstos son algunos consejos a tener en cuenta antes de empezar:





1. COMIENZA DONDE ESTAS

Todos estamos en diferentes lugares en nuestro caminar con Dios. Igualmente nuestros trabajos, horarios y condiciones de salud son diferentes y colocan varios niveles de demandas a nuestra energía. Así que lo más importante, si ha ayunado antes o ésta es su primera vez, empiece donde está. Su ayuno personal debe presentar un nivel de desafío, pero es muy importante conocer su propio cuerpo, conocer sus opciones y, lo más importante, buscar a Dios en la oración y seguir lo que el Espíritu Santo le lleve a hacer.

Recuerde, la meta del ayuno no es simplemente dejar de comer. El objetivo es acercarse a Dios.

2. ENCUENTRA TU ZONA DE AYUNO



Cuando la mayoría de la gente comienza a ayunar, normalmente hay algún nivel de malestar. Sin embargo, es posible acostumbrarse a la rutina de ayuno con bastante rapidez. En pocas palabras, usted debe aprender a ayunar de una manera que funcione para usted.



Si bien el verdadero ayuno implica la abstinencia de alimentos o al menos ciertos tipos de alimentos, por lo general, diferentes combinaciones de ayuno funcionan mejor para diferentes personas. El objetivo de tener un ayuno exitoso es encontrar su zona de ayuno y eso es diferente para todos y puede cambiar dependiendo de la temporada en la que usted se encuentre.

La mejor manera de describir su Zona de Ayuno es en el lugar donde usted se siente ligero y espiritualmente en sintonía. En donde su mente se enfoca fácilmente en Dios y las cosas espirituales. Donde tiene una energía espiritual creciente; donde puede sentir que el ayuno está funcionando. Al igual que los corredores saben cuál es su ritmo cardíaco, el objetivo es ver los beneficios de su entrenamiento físico, la Zona de Ayuno es similar en un sentido espiritual.

Encontrar su Zona de Ayuno le ayuda a elegir el tipo y la longitud de ayuno. Digamos que usted elija el ayuno de Daniel (sólo frutas y verduras). ¿Deberías comer frijoles? Si usted come frijoles y puede permanecer en su Zona de Ayuno entonces siga adelante. Pero para algunas personas el comer frijoles los sacaría de la Zona de Ayuno. ¿Debería comer mantequilla de maní? Probablemente no. La mantequilla de maní es una indulgencia, y no mucha gente puede permanecer en una Zona de Ayuno mientras que goza de indulgencias.




¿Debe cortar completamente la cafeína? Depende. Lo más impresionante es que cuando ayuna, su cuerpo anhela automáticamente menos cafeína. Si puede quedarse en su Zona de Ayuno con un poco de cafeína, genial. Si usted va en un ayuno más largo y quiere cortarlo de su dieta por completo, eso es genial también. Pero que su objetivo sea el de estar completamente libre de cafeína alrededor de dos tercios en su ayuno.




Si toma café con regularidad, uno de los peores errores que puede cometer es ayunar de uno a tres días y cortar la cafeína de forma abrupta y completa. Por favor, no lo haga porque eso podría hacer que este de mal humor en vez de disfrutar de la presencia de Dios.





Mezclar las cosas un poco durante un ayuno de siete días puede ayudar. Por ejemplo, hacer un ayuno de frutas y verduras durante varios días. Luego hacer un ayuno de líquidos por un rato. Tal vez incluso mezclar unos pocos días de solo agua sólo si usted piensa que está listo para eso. Luego vuelve a frutas y verduras.

No hay un enfoque que funcione igual para todos. ¡Siga al Espíritu Santo, mezcle, encuentre lo que funciona para usted y permanezca en su Zona de Ayuno!



Algunas personas no pueden permanecer en una Zona de Ayuno comiendo cualquier tipo de comida sólida, por lo que prefieren todo líquidos. Con las bebidas de proteínas y las máquinas de jugo de hoy en día, es tan fácil obtener una dosis






saludable de todas sus necesidades nutricionales, incluso mientras toma sólo líquidos. Ciertas personas no pueden hacer otra cosa que beber agua. Si comen una ensalada o beben un vaso de jugo, salen de su Zona. ¡O si se permiten comer melón, acabarán comiendo veinte melones al día!


3. ELIJE TU TIPO DE AYUNO

Mientras se prepara para su ayuno, es importante elegir con anticipación qué tipo de ayuno, o qué combinación va a seguir. Esto no sólo le ayudará a hacer los preparativos necesarios para implementar su plan, sino que a medida que se compromete antes de tiempo y sabe cómo va a hacerlo, se posicionará para terminar fuerte.

En las siguientes páginas hemos enumerado algunas opciones y variaciones de ayunos que puede elegir. A medida que lea la información, considere cómo puede o no aplicarse a sus circunstancias personales y convicciones.



Usted puede elegir ayunar todos los siete días. O puede elegir ayunar varios días de los siete días, como tres o cuatro días a la semana durante el período de siete días. Tal vez lo haga, o haga tres a siete días consecutivos al final. Esta es su decisión personal y debe considerarse en oración, ya que se aplica a sus circunstancias.







DIFERENTES TIPOS DE AYUNOS

En la Biblia encontramos varios tipos de ayunos y longitudes de ayunos. Usted puede ayunar un tipo de alimento o todos los alimentos, o alguna combinación de alimentos. Por ejemplo, Daniel siguió un ayuno parcial durante 21 días que trajo grandes avances espirituales en su vida:

Daniel 10:2-3 (NVI) En aquella ocasión yo, Daniel, pasé tres semanas como si estuviera de luto. En todo ese tiempo no comí nada especial, ni probé carne ni vino, ni usé ningún perfume.

Además de ayunar alimentos, muchas personas eligen ayunos que no incluyen alimentos para intensificar su enfoque en Dios. Los ayunos no alimentarios también pueden ser buenos para aquellos que están en dietas muy estrictas debido a condiciones médicas y no pueden ayunar cualquier tipo de alimento o líquido.



Los ayunos no alimentarios pueden incluir abstenerse de artículos de lujo o de placer, cosas que nos toman nuestro tiempo o nos distraen del tiempo con Dios.

Ayuno de redes sociales es un tipo específico de ayuno que no incluye alimentos pero que implica la abstención de cualquier tipo de medios de comunicación, incluyendo radio, periódicos, Internet, videojuegos y medios relacionados, excepto para aquellos que se requieren para llevar a cabo sus tareas relacionadas con el trabajo.

La decisión sobre qué tipo de ayuno se elige es suyo. Usted puede elegir ayunar un día a la semana, una comida o de cualquier manera que se sienta dirigido. Simplemente pídale orientación al Señor, y si los problemas de salud son una preocupación, consulte a su médico.

1. COMIDA O ACTIVIDAD ESPECIFICA A AYUNAR

En este tipo de ayuno usted omite un artículo(s) específico(s) de sus planes de comidas. Por ejemplo, puede elegir eliminar toda la carne roja procesada, comida rápida, o dulces. La mayoría de las personas pueden incorporar este tipo de ayuno con relativa facilidad. También puede demostrar ser una gran solución para las personas con necesidades dietéticas específicas o condiciones médicas que pueden causar ciertas limitaciones.





Mientras que el ayuno normalmente se refiere a abstenerse de los alimentos específicos, también puede encontrar muy beneficioso ayunar una actividad regular o hábito. Esto podría incluir cosas como televisión, medios sociales y similares.

La oración y el ayuno no se limitan a conectarse con Dios, sino también a desconectarse del mundo. Trate de desconectar algunas de las distracciones regulares de su día, tanto como sea posible. Reemplace ese tiempo con cosas que le nutrirán espiritualmente.

2. AYUNO DE DANIEL

El ayuno de Daniel es un gran modelo a seguir y uno que es extremadamente eficaz para el enfoque espiritual, la disciplina corporal y la purificación del cuerpo y el alma. Es probablemente uno de los ayunos más comúnmente referidos; Sin embargo, dentro del ayuno de Daniel hay espacio para la interpretación amplia.

En el libro de Daniel encontramos dos momentos diferentes en los que el profeta Daniel ayunó. Daniel 1:12 declara que solo comió vegetales y agua, y en Daniel



10: 3, mientras que el pasaje no da una lista específica de alimentos que Daniel comió, indica que no comió alimentos ricos (o escogidos), tampoco carne o vino. Basados en estos dos versículos, podemos ver que cualquiera de estos, o combinaciones de los dos, constituyen al ayuno de Daniel.

Una vez más, es importante mencionar que no hay nada inherentemente espiritual acerca de un tipo de ayuno en oposición a otro. El fundamento del ayuno de Daniel es vegetales. Algunos vegetales amiláceos y lácteos podrían ser incluidos, pero eso depende de la persona. Su meta debe ser buscar a Dios en oración acerca de esto y seguir lo que el Espíritu Santo le lleve a hacer. Simplemente recuerde: busque su Zona de Ayuno persona.

3. AYUNO DE JUGOS

A juice fast is simply consuming vegetable and fruit juices and water instead of solid food. Many people include whey protein in their liquid plan as well. This is one of the most popular and effective fasts. Even if you choose not to make your entire fast liquids-only, substituting one or two meals for liquids is a great alternative.






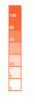
4. AYUNO DE AGUA



Un ayuno de sólo agua es el ayuno normal mencionado en la Biblia. Así es como Jesús y la iglesia del Nuevo Testamento ayunaron. Un ayuno de agua es justamente eso: no comer de ningún alimento que contenga líquidos excepto agua. Los ayunos periódicos de agua pueden ser muy beneficiosos, pero se deben tomar precauciones extremas. Para algunas personas es difícil realizar con eficacia en sus trabajos y tener energía para sus familias mientras que beben solamente agua.

Recomendamos consultar a su médico en primer lugar, y ayunar solo agua por un día o dos a menos que su trabajo le permite desconectarse realmente para que pueda dar sumejor energía para el ayuno. Recuerde, cuando Jesús fue en su ayuno de cuarenta días, él se retiró al desierto.

Habiendo dicho todo eso, hay algunas personas que pueden ayunar agua y trabajar, y funcionan bien sin mucha fatiga y son capaces de funcionar bien. Usted es bendecido si usted es una de estas personas.



5. AYUNO COMPLETO

Un ayuno total es donde nada—ni líquidos, alimentos sólidos, ni siquiera agua—se consume por un período muy corto de tiempo. Hay ejemplos de este tipo de ayuno en la Biblia. Era un tipo de ayuno asociado con el luto, o profundo dolor, como cuando David se dedicó a un ayuno total durante una semana, esperando que Dios salvara al niño que tenía con Betsabe (2 Samuel 12).

Bajo el Nuevo Pacto, no ayunamos para llorar ni para pedir perdón. Dios ya nos ha perdonado, y se nos manda a celebrar a Jesús porque Él está vivo. Además, la abstinencia completa de comida y agua puede ser muy peligrosa para nuestra salud. Intentar ir sin agua durante un período de tiempo puede ser extremadamente perjudicial para el cuerpo. No recomendamos el ayuno total.

6. AYUNANDO MIENTRAS ESTÁS LACTANDO O EMBARAZADA





Un ayuno completo mientras está embarazada o lactando tampoco es recomendado. Si usted está en esta temporada increíble de la vida, pero le gustaría participar en el plan de siete días, aquí hay algunas grandes opciones para que usted considere—con la aprobación de su médico:

- El ayuno modificado de Daniel que incluye granos enteros, legumbres, proteína de suero de leche, calcio, Y suplementos de hierro.
- Ayunar dulces y postres.
- Ayunar carnes rojas.
- Ayunar ciertos entretenimientos (programas de televisión, películas, medios sociales, como (Facebook/Twitter, videojuegos, etc.).

Si está embarazada o lactando, su prioridad es la salud y el desarrollo del bebé que Dios le ha confiado. Por favor consulte a su médico.


7. AYUNANDO Y DESORDENES ALIMENTICIOS

Si usted ha luchado con un desorden alimenticio, esta situación es una batalla de la mente que usted puede ganar a través de Cristo (Filipenses 4:13). Recuerde, el ayuno es una herramienta utilizada para acercarse a Dios, y en realidad debe evitar que nos preocupemos por los alimentos. Si su método de ayuno le va a hacer obsesionarse con lo que come de cualquier manera, tendrá que cambiar su enfoque o su mentalidad.



Si renunciar a la comida es una piedra de tropiezo para usted, entonces considere ayunar la televisión, la lectura (con excepción de la Biblia, por supuesto), medios de comunicación social, o ir de compras. Hay muchas distracciones y maneras que usamos para mantener el control que podríamos eliminar de nuestra rutina diaria. Hacemos estas cosas para distraernos de los problemas reales que nos hieren. Si puede identificar esas otras cosas, tal vez puedas darlas en lugar de comida. Recuerde que está cubierto por la gracia de Dios. Dios le mostrará lo que debe hacer. Su "yugo es fácil" y su "carga es ligera" (Mateo 11:30). Su camino traerá descanso a su alma.

4. COMIENZA Y COMPLETA EL AYUNO BIEN




Dependiendo del tipo de ayuno que elija, es muy importante preparar su cuerpo antes de tiempo, antes de comenzar el ayuno. Tómese una semana o más para hacer la transición a su ayuno; De lo contrario, podría enfermarse. Por ejemplo, si usted quisiera hacer el ayuno de frutas y verduras o el de solo jugos, comience eliminando la carne, los granos blancos, y los azúcares refinados de su dieta la semana anterior. También empiece a reducir un poco en los productos lácteos y el consumo de cafeína.

El mismo principio se aplica al terminar el ayuno. Cuando termine su ayuno, añada los alimentos de nuevo muy gradualmente. Por favor, ¡no rompa su ayuno rápidamente con una hamburguesa grasosa! Debido a que su cuerpo está tan limpio y desintoxicado, lo más probable es que se enferme si lo hace.

También hay varios suplementos que puede tomar que le ayudarán a apoyar el proceso de desintoxicación durante su ayuno. Su tienda de alimentos saludables le puede dar recomendaciones.

5. CREA TU MENÚ PERSONAL DE AYUNO

En las siguientes páginas, compartiremos algunas opciones de menú simples para su uso. Su plan podría incluir una de estas ideas de menú o incluso una variación de todas ellas. También se podrían mezclar haciendo algo diferente los fines de semana o en ciertos días de la semana. Otra vez, ore sobre esto y encuentre lo que funciona para usted.



Para mantener su energía durante todo el día, es importante comer o beber cada dos y media a tres horas. Si usted va más que eso, usted puede experimentar un descenso de energía y ser tentado a sobre comer. Incluso, si usted está ayunando frutas y verduras, sobre comer nunca es una cosa inteligente de hacer.



Es muy importante beber mucha agua mientras ayuna. Beber alrededor de cien onzas de agua por día ayudará a apoyar el funcionamiento de su hígado. El hígado es el filtro del cuerpo, así que cuando usted no bebe suficiente agua, el hígado no funciona en su mejor capacidad.

Seleccione sus alimentos sabiamente. No enumeraremos los ingredientes específicos que "debería" o "no debería" incluir en su plan. La clave es preparar un plan antes del ayuno, y no ponerse legalista sobre esto y elegir los artículos del menú bien. Por ejemplo, si prefiere un aderezo en sus ensaladas, elija una opción sana y orgánica con ingredientes naturales y no ponga un galón en su plato. Si usted está bebiendo jugos de frutas, trate de ir tan natural como sea posible, y no beba las que son muy procesadas y cargadas de azúcar. Recuerde no dejar que los alimentos se conviertan en el enfoque de su ayuno, pero tome decisiones sabias.

6. CONSEJOS FINALES PARA EL AYUNO

Aquí están algunas otras ideas que puede ayudarle a hacer su experiencia de ayuno más agradable y provechosa:

- A medida que selecciona su tipo de ayuno, haga un calendario de ayuno que se ajuste a su plan. Determine como se verá cada día y semana.
- Mantenga su refrigerador y su despensa abastecidos con los artículos que necesita. No estar preparado será motivo para ser tentado más rápidamente. Elija bien al seleccionar productos, mantenga los alimentos naturales tanto como usted puede, y limite ingredientes artificiales.
- Haga que sea una prioridad asistir a la iglesia durante su ayuno de siete días. Estar cerca de otros creyentes le animarán a seguir adelante cuando el ayuno se hace difícil.
- Si falla, no se desanime. Simplemente regrese y siga adelante. La misericordia de Dios "son nuevas cada mañana" (Lamentaciones 3:23). Él quiere que usted termine, Él le dará la gracia y la fuerza para hacerlo.

¡Dios estará con usted a medida que inicien su aventura de ayuno!

EJEMPLO DE MENU 1: FRUTAS, VEGETALES, JUGOS, Y AGUA

Desayuno	▪ Batido de frutas con proteína de suero
Merienda A Media Mañana	▪ Frutas frescas o verduras frescas
Almuerzo	▪ Ensalada de vegetales crudos con aderezo

ligero, aderezo orgánico y sopa de caldo de verduras

Merienda a Media Tarde

- Frutas frescas o verduras frescas

Cena

- Ensalada fresca con aderezo ligero y orgánico y verduras al vapor o asadas

EJEMPLO DE MENU 2: SOLO LIQUIDOS

Desayuno

- Batido de frutas con proteína de suero

Merienda A Media Mañana

- Té de hierbas o sopa de verduras

Almuerzo

- Jugo de Verdura

Merienda a Media Tarde

- Jugo de frutas o batido de frutas con proteína de suero

Cena

- Jugo de verduras o sopa de caldo de verduras

SAMPLE MENU 3: MODIFIED DANIEL FAST

Desayuno

- 1-2 porciones de granos enteros con jugo de fruta fresca

Merienda A Media Mañana

- Fruta fresca o verduras frescas picadas

Almuerzo

- 1-2 porciones de granos enteros; Ensalada fresca con legumbres y aderezo ligero

Merienda a Media Tarde

- Jugo de frutas o batido de frutas con proteína de suero





Cena

- 1-2 granos enteros; Ensalada fresca con legumbres y ligera aderezo orgánico

DEVOCIONALES PERSONALES

Al igual que la oración y el ayuno, leer la Biblia tiene que ver con conectarse con Dios de una manera más poderosa. No se trata de un deber sino de una relación. Cuando comprometemos a Dios a través de la lectura de Su Palabra, nos comprometemos a la misma presencia de Dios. ¡Su Palabra es viva y activa! A medida que leemos nuestra Biblia, estamos acercándonos a Dios y posicionándonos para escuchar de Él de maneras particular.

Una vez más, como con la oración, elija el tiempo y el lugar donde va a leer su Biblia y devocional cada día, y prepárese para escuchar lo que Dios quiere decirle.




Aquí hay tres cosas rápidas que nos gustaría compartir con usted acerca de cómo aprovechar al máximo su tiempo devocional con Dios.


1. LEE CONSISTENTEMENTE

Es mejor leer un poco todos los días que tratar de eliminar dos horas de lectura bíblica o devociones en una sola sesión. Es tan importante digerir la Palabra en trozos absorbibles. Puede descargar un devoción bíblico diario en nuestro sitio web (church-redeemer.org). No consuma más de lo que puede masticar, y ciertamente no compare su "rendimiento" con el de los demás. Si se pierde unos días, siga en la siguiente lectura, pero quedase con ella y no se rinda. La clave es mantenerlo simple y hacerlo sostenible.

2. ORA MIENTRAS LEES



Hable con Dios mientras lee. No se precipite. Si se encuentra con algo que no entiende, haga una pausa por un momento y pregúntele a Dios acerca de eso. Leer con oración es hacer espacio y tiempo para hablar con Dios y darle tiempo y espacio a Él para hablar con usted. Tomar tiempo para meditar en la Palabra de Dios es tan importante como leerlo.



3. LEE CON EXPECTATIVA

Está a punto de participar del pan de la vida, entonces mantenga una actitud de expectativa. Crea que Dios va a hablar con usted a través de su Palabra. Con la meditación sobre las ideas y pensamientos registrados en su diario, esté preparado para hacer algo con lo que Él le mostrara.

4. MÉTODO DE PREGUNTAS

Una manera simple y efectiva de poder transcribir sus devociones es preguntarse a sí mismo lo siguiente:

¿QUÉ? - ¿Qué dice este pasaje?

¿POR QUÉ? - ¿Por qué es importante para mí?

¿AHORA QUÉ? - ¿Cómo lo aplico en mi vida?



¿CÓMO?... - ¿Cual en la manera de aplicar esto?



Si desea profundizar en su estudio, aquí hay consejos adicionales:

- Relea el pasaje diario en una traducción o paráfrasis diferente de la Biblia.
- Utilice recursos en línea, como los disponibles en crosswalk.com.
- Utilice un comentario, como los de biblegateway.com.
- Haga una referencia de su lectura diaria, usando las notas de página en su Biblia de estudio.
- Investigue las palabras en su idioma original usando una concordancia (Strong's Concordance).

¡Nuestra oración por usted durante los próximos siete días es que su pasión por Dios y Su Palabra se encienda y que usted desarrolle un hambre por Su presencia más grande que nunca antes!



**"Nunca dejen de ser diligentes; antes bien, sirvan al Señor
con el fervor que da el Espíritu."
ROMANOS 12:11 NVI**



LOS PROXIMOS VEINTE DIAS

Queremos animarles a que sea intencional en los próximos siete días y los siete días posteriores, y así sucesivamente. Recuerde que mantener el fuego y el celo por Dios ardiendo en su corazón es lo que mantendrá su relación con Él fresca y nueva. Le permitirá seguir sirviéndole y obedeciéndole desde una posición de deseo, y experimentará la alegría de su salvación todos los días, independientemente de lo que la vida traiga a su camino.

Los principios que ha practicado en estos siete días son muy fáciles de sostener a largo plazo. La oración, el ayuno y la devoción personal son muy simples de incorporar en su vida cotidiana. Durante estos últimos siete días, usted han creado un espacio para que Dios llene. La mejor manera de continuar en estas mismas prácticas es mantener ese espacio abierto indefinidamente. ¡No permita que se cierre! Proteja ese tiempo y espacio con Dios y haga eso su prioridad cada día.

Al igual que leer su Biblia, orar y asistir a la iglesia, el ayuno es también un estilo de vida. Le animamos a establecer una frecuencia y consistencia de ayuno en su vida. Recuerde, esto no es una cosa legalista. Esto es una cosa de "llegar a experimentar a Dios". Para que podamos mantener nuestra pasión por Dios y el disfrute de él a un nivel alto. Le animamos a hacer lo mismo. Averigüe lo que funciona para usted, comprometerse con Él, y hágalo una parte de su vida.

Nunca se conforme con nada menos que una vida llena de pasión y celo espiritual por Dios. Mantenga el fuego para que Dios arda en su corazón y haga lo que sea necesario para alimentar su hambre espiritual por Dios.