

Guía de Ayuno y Oración Para El 2022

Énfasis En Toda La Iglesia - Enero 9 - 16

Si se humilla Mi pueblo sobre el cual es invocado Mi nombre, y oran, buscan Mi rostro y se vuelven de sus malos caminos, entonces Yo oiré desde los cielos, perdonaré su pecado y sanaré su tierra. (2 Crónicas 7:14)

A principios de este año, los pastores, el personal y los líderes de la Iglesia Celebration le invitan a unirse a nosotros en este viaje espiritual. Todos juntos, mientras oramos y ayunamos, buscaremos al Señor, confesaremos y nos arrepentiremos de nuestro pecado; rogaremos por Sus bendiciones y experimentaremos todo lo que Él tiene para nosotros en 2022.

¿Qué Es El Ayuno?

El ayuno, cuando se combina con la oración, es una poderosa disciplina espiritual a través de la cual el Espíritu Santo puede transformar nuestras vidas y las vidas de los demás. La mayoría de las veces, el ayuno es cuando alguien se abstiene de comer o de cierto tipo de comida durante un período de tiempo. Sin embargo, algunos deciden abstenerse de otros artículos que no sean alimentos, como las redes sociales o el entretenimiento electrónico.

¿Por Qué Debemos Ayunar?

El ayuno no tiene sentido para la mente natural. La gente puede preguntar: “¿Por qué deberíamos privarnos de algo que nuestro cuerpo necesita para sobrevivir y que disfrutamos tanto?”

El fallecido Bill Bright de CRU.org, ofreció las siguientes razones por las que deberíamos ayunar:

- El ayuno es bíblico. Vemos ejemplos de ayuno bíblico en las vidas de Moisés, David, Daniel y Jesús.
- La oración y el ayuno pueden restaurar o fortalecer su intimidad con Dios. Muchos cristianos de toda la vida descubren que el ayuno les ayuda a redescubrir su “primer amor” por Dios nuevamente.
- El ayuno es una manera de humillarse ante los ojos de Dios (Salmo 35:13, Esdras 8:21). El rey David dijo: “*Humillé mi alma con el ayuno*” (Salmo 69:10). Es posible que te encuentres confiando más en Dios para que te fortalezca cuando ayunas.
- La oración y el ayuno pueden ayudarnos a escuchar a Dios con mayor claridad.
- El ayuno permite al Espíritu Santo revelar su verdadera condición espiritual. Cuando vea su propio quebrantamiento con más claridad, podrá avanzar hacia el arrepentimiento.
- Cuando experimentas un avivamiento en tu propia vida a través del ayuno, la gracia y el amor de Dios pueden brillar a través de ti en las vidas de los demás.

Cómo Participar en el Énfasis De Ayuno Y Oración:

- Ore y pídale a Dios que examine su corazón y lo guíe en su tiempo de oración y ayuno.

- Confiese cualquier pecado que te venga a la mente y pídele al Señor que te ayude a saber qué debes pedirle durante tu tiempo de oración y ayuno.
- Haga una lista de peticiones de oración para la ciudad o comunidad, para otros, para la iglesia y para usted. Esta lista puede crecer y ciertamente crecerá durante su tiempo de oración y ayuno.
- Decida qué tipo de ayuno se comprometerá a cumplir.
 - **Ayunos completos:** abstenerse de todos los alimentos durante un período de tiempo.
 - **Ayunos Parciales:** Abstenerse de todos o ciertos alimentos en un horario variado. Aquí hay unos ejemplos:
 - Optar por abstenerse de 2 comidas al día.
 - Elegir abstenerse de ciertos alimentos (es decir, carnes, dulces, trigo ...)
 - Elegir no comer alimentos sólidos.
 - **Ayunos Alternativos:** abstenerse de actividades, pasatiempos o placeres durante un período de tiempo. Aquí hay unos ejemplos:
 - Elegir abstenerse de las redes sociales, los videojuegos o la televisión.
 - Elegir abstenerse de entretenimiento, deportes o recreación.
 - Elegir abstenerse de malos pensamientos, chismes y palabras críticas.
 - **Aviso de Salud:** Si tiene problemas de salud con respecto a ciertos tipos de ayuno, siga los consejos de su médico y participe en un ayuno alternativo.
- Haga citas oficiales con usted mismo para momentos específicos de oración diaria durante su tiempo de oración y ayuno. Haga todo lo posible por ser constante en sus momentos de oración. Durante estos momentos de oración, asegúrese de hacer lo siguiente:
 - Dedique tiempo a adorar y adorar al Señor por quien es.
 - Reconozca su dependencia del Señor y confiese sus pecados a Él.
 - Agradézcale por todo lo que ha hecho y por todo lo que va a hacer.
 - Revise su lista de peticiones de oración para usted, para otros y para su iglesia. Ore a través de cada artículo. Agregue más a la lista si Dios los trae a la mente.
 - Pase tiempo escuchando la Biblia a través de la lectura de las Escrituras, cantando canciones de adoración o en silencio.

Nuestros pastores y personal esperan que se una a nosotros para nuestro énfasis en la oración y el ayuno. Oramos para que mientras se concentra en su relación con el Señor, Él lo bendiga inmensamente.