

TERCERA SEMANA: BENEFICIOS DE LA ORACIÓN Y EL AYUNO

INTRODUCCIÓN:

La oración juega un papel muy importante en la vida del creyente. Mas cuando es acompañado por el ayuno bíblico, se convierte en una disciplina espiritual que va más allá de la simple rogativa. Al unir estas dos disciplinas, implica humildad, búsqueda de justicia, arrepentimiento, oración ferviente y una profunda conexión con Dios. Su propósito es fortalecer la relación con Dios, buscar su guía e interceder por otros.

Lecturas Bíblicas para la semana:

1. Efesios 6:12

“Pues no luchamos contra enemigos de carne y hueso, sino contra gobernadores malignos y autoridades del mundo invisible, contra fuerzas poderosas de este mundo tenebroso y contra espíritus malignos de los lugares celestiales.” (Efesios 6:12)

2. Santiago 4:8

“Acercaos a Dios, y él se acercará a vosotros. Pecadores, limpiad las manos; y vosotros los de doble ánimo, purificad vuestros corazones.” (Santiago 4:8)

3. Mateo 17:21

“Pero este género no sale sino con oración y ayuno.” (Mateo 17:21)

4. Esdras 8:21-23

“ Y publiqué ayuno allí junto al río Ahava, para afligirnos delante de nuestro Dios, para solicitar de él camino derecho para nosotros, y para nuestros niños, y para todos nuestros bienes. 22 Porque tuve vergüenza de pedir al rey tropa y gente de a caballo que nos defendieron del enemigo en el camino; porque habíamos hablado al rey, diciendo: La mano de nuestro Dios es para bien sobre todos los que le buscan; mas su poder y su furor contra todos los que le abandonan. 23 Ayunamos, pues, y pedimos a nuestro Dios sobre esto, y él nos fue propicio. “ (Esdras 8:21-23)

Preguntas para reflexionar:

¿Cómo está mi relación con Dios?

¿Cómo está mi relación con mi prójimo?

¿Cómo está mi relación con mi familia?

¿Qué cambios harías en mi vida para mejorarla?

Estudio Bíblico:

Como cristianos, debe ser una prioridad cultivar nuestra relación con Dios, con el prójimo y hasta con la familia. Una de las mejores maneras para crecer en nuestro andar con Jesús es la oración acompañada del ayuno, es poder entregar todo lo que nos impida acercarnos más a Él.

Cuando oramos, hablamos con Dios sobre lo que sucede en nuestras vidas, nuestros anhelos, nuestras luchas y nuestros temores.

La oración abre la puerta para que recibamos sus palabras, su consuelo y las bendiciones que él desea darnos.

La oración también fortalece nuestra fe. Al orar, sentimos la presencia y el poder del Espíritu Santo y su presencia nos llena de gozo y de valentía para obedecer al Padre en todo momento, viviendo siempre dentro de su voluntad. El poder del ayuno y la oración se manifiesta de muchas maneras en la vida espiritual de un creyente.

El ayuno y la oración son prácticas esenciales para fortalecer nuestra relación con Dios y crecer espiritualmente. Nos ayudan a purificarnos, humillarnos, discernir la voluntad de Dios, fortalecernos espiritualmente y experimentar su paz, consuelo y poder en nuestras vidas. Al hacer del ayuno y la oración una parte regular de nuestra vida, podemos experimentar una mayor conexión espiritual y un crecimiento profundo en nuestra fe.

Beneficios obtenidos de la oración y el ayuno:

- **Claridad de propósito:** El ayuno ayuda a despejar la mente, permitiendo una mayor concentración durante la oración.
- **Fortaleza espiritual:** La práctica regular del ayuno y la oración fortalece la fe y la resistencia espiritual.

- **Conexión profunda con lo divino:** Estas prácticas ayudan a profundizar la relación con Dios.
- **Renovación espiritual:** El ayuno y la oración pueden ser una forma de renovar y revitalizar la vida espiritual.
- **Comunión con Dios:** La oración nos permite entrar en la presencia de Dios y tener una relación íntima con Él. Nos ayuda a conocer su corazón y a experimentar su amor y cuidado en nuestras vidas.
- **Paz y consuelo:** Al orar, podemos llevar nuestras preocupaciones y cargas a Dios. Él nos promete paz y consuelo en medio de nuestras dificultades.
- **Respuesta a nuestras peticiones:** La Biblia nos enseña que Dios escucha nuestras oraciones y responde a ellas. Nos anima a perseverar en la oración y confiar en que Él hará lo que es mejor para nosotros.
- **Poder espiritual:** La oración nos conecta con el poder sobrenatural de Dios. Nos capacita para enfrentar los desafíos de la vida y nos permite experimentar su intervención divina en nuestras circunstancias.
- **Purificación:** El ayuno nos ayuda a limpiar nuestro cuerpo y nuestra mente, permitiéndonos acercarnos a Dios con un corazón puro.
- **Humildad:** Al abstenernos de alimentos, reconocemos nuestra dependencia de Dios y nos humillamos ante Él. Esto nos ayuda a cultivar una actitud de humildad en nuestra relación con Dios y con los demás.
- **Discernimiento espiritual:** Durante el ayuno, nuestras mentes y corazones se vuelven más sensibles a la voz de Dios. Nos ayuda a discernir su voluntad y a tomar decisiones sabias en nuestra vida diaria.

¿Buscarás mejorar tu relación con Dios y los demás? Presenta tu petición a Dios.