**10 PROPÒSITOS DEL AYUNO**

 **Introducción.**

Ayunar es abstenerse de comer y beber durante un tiempo. Ayunar es estar sin haber desayunado. Es sinónimo de abstinencia.

En la Biblia encontramos la práctica del ayuno en diversas circunstancias, todas ellas para favorecer la vida espiritual del que la práctica. Por eso, el ayuno debe ser considerado un poder al alcance del siervo de Dios, en particular cuando va acompañado de la oración. A continuación algunos propósitos del ayuno, pues ayunar sin propósitos es simplemente pasar hambre.

I- Servirnos de fortaleza en los momentos de Crisis o de perdidas. Jesucristo dijo que no podemos hacer que los que están de boda ayunen mientras el esposo está con ellos. Pero vendrán días (Tiempos de crisis) cuando el esposo le será quitado, entonces ayunarán (Lucas 5:33-35). El ayuno pues, es presentado por el Señor como una herramienta para auxiliarnos cuando lo necesitamos.

II- Junto con la oración nos ayudará a aumentar la fe al grado que necesitamos para resolver problemas que son viejos y difíciles, que otros no han podido, y para los cuales no hay otro remedio (Mateo 17:14-21). Si has estado luchando con algún genero de problema que no tiene solución, y lo has intentado todo sin lograr nada, entonces prueba el ayuno y la oración.

III- El ayuno acompañado de un cambio en nuestra actitud y en nuestra manera de obrar, nos elevará a nuevos niveles espirituales y Liberará bendiciones retenidas (Isaías 58:1-9). El profeta critica la actitud del pueblo de ayunar para debatir y pelear. Esa clase de ayuno a Dios no le agrada. Sin embargo, si hacemos un cambio en nuestro corazón y lo disponemos para obedecer a Dios, entonces de las tinieblas resplandecerá nuestra luz y nuestra salvación se verá pronto.

IV- El ayuno nos dará el valor para tomar decisiones que son muy difíciles (Ester 4:14-16). Ester arriesgaba su vida al entrar a la presencia del rey Asuero sin ser llamada, pero la circunstancia lo demandaba y el ayuno le dio el valor para hacerlo y le abrió la puerta de la solución.

V- El ayuno nos ayudará a oír y ser obedientes a la voz de Dios (Hechos 13:1,2). Cuando usted necesite saber qué Dios quiere que usted haga con su vida y en su obra, es tiempo de ayunar. Pablo, Bernabé y otros hermanos que se congregaban en Antioquia, estaban participando del culto a Dios y ayunaban, cuando Dios les reveló sus planes.

VI- El ayuno nos hará sensibles y nos dará visión sobre los planes de Dios con su pueblo (Daniel 9:1-4). A Daniel le ayudó a entender las profecías de Jeremías tocante al destino de su pueblo (Jeremías 25:10-11).

VII- El ayuno, acompañado del arrepentimiento y la confesión del pecado, pone de manifiesto las cosas que nos controlan, y nos prepara para la liberación de esa esclavitud. El caso de Nehemías 9 y 10 es un excelente ejemplo de esto.

VIII- El ayuno nos trae aliento y valor de parte de Dios cuando estamos temerosos por cualquier situación. El rey Josafat de Judá estaba rodeado por varios ejércitos enemigos; Una multitud enorme. Se llenó de miedo y como no sabía qué hacer, decretó un ayuno para el pueblo. Dios le respondió que no temiera y que se sentaba a ver lo que Él haría. Lo que siguió fue una contundente liberación  (2Crónicas 20:1-15).. A TI TE PUEDE PASAR LO MISMO.

IX- El ayuno nos trae sabiduría de Dios para tomar decisiones que afectan nuestras vidas y las de nuestras familias . Esdras cuando tuvo que conducir un segundo grupo que regresó desde Babilonia a su tierra Israel, emprendía un viaje muy peligroso y llevaba consigo muchas posiciones. Así que propuso un ayuno con oración al grupo y Dios le contestó fortaleciéndole en su viaje. (Esdras 8:21-23).

X- El ayuno como pueblo es necesario cuando la nación está en peligro de un desastre o en duelo nacional. (Jonás 3; 2 Crónicas 20:3). Pero salvo casos como esos, nadie debe proclamar un ayuno para los demás, pues se trata más que todo de una herramienta de uso muy personal.

No hay ley en el Nuevo Testamento para proclamar un ayuno con una cierta frecuencia. Pero es claro que se puede sugerir en situaciones muy especiales, como las mencionadas, o cuando la iglesia se ve en la necesidad de elegir autoridades o emprender una obra de magnitudes grandes (Hechos 13:1-2). Recordemos que Cristo ayunó 40 días, justo antes de iniciar su ministerio terrenal: **Sigamos su ejemplo!.**

 En el Antiguó Testamento solo una vez al año en el día de la expiación nacional era obligatorio para toda la nación. (Levítico 16:29). Salvo ese día, los Israelitas ayunaban según la necesidad de cada uno.

**Conclusiones.**

1- Use el ayuno como una herramienta para acercarse a Dios y profundizar en su relación con Él.

2- Ayune cada vez que pueda, pero hágalo con propósito.

3- Recuerde que debe estar en tranquilidad y en oración para poder aprovechar ese tiempo. Si va a estar trabajando o haciendo otra cosa le será muy difícil aprovechar el ayuno y se limitará a pasar hambre..

4- Encontraremos consuelo, valor, fortaleza, convicción de pecado y muchos otros beneficios si lo hacemos con la actitud correcta.

5- Recuerde que si hace alarde de que ayuna, ya tiene su recompensa.

 “Cuando ayunen, no pongan cara de tristeza como los hipócritas que ponen caras afligidas para que la gente vea que están ayunando. Les digo la verdad: ellos ya han recibido su recompensa. Pero tú cuando ayunes, arréglate bien y lávate la cara para que así no se den cuenta de que estás ayunando. Así sólo lo verá tu Padre, que está en lo secreto, y tu Padre que ve todo lo que se hace en secreto, te dará tu recompensa”. **(Mateo 6:16-18)**