***LA CLAVE DE PASCUA***

**Serie de Adoración de Cuaresma – Semana 1**

***Palabra clave:* Ayuno**

**26 de febrero, 2023**

|  |
| --- |
| **BOCETO DEL SERVICIO DE ADORACIÓN**Cada boceto del servicio de adoración tiene todos los elementos necesarios para un servicio de adoración. El orden de cada servicio es solo una *sugerencia*. Sin duda se necesitarán hacer cambios para acomodar el flujo y el estilo de adoración de su cuerpo. Los bocetos son flexibles y se pueden «cortar y pegar» según sea necesario. Si tiene la bendición de contar con recursos musicales instrumentales o vocales, puede ser que aquí encuentre más material estructurado del necesario. Los bocetos de los sermones se incluyen como *muestra* y no para ser predicados palabra por palabra.  |

**[*Proyecte en la pantalla* “Semana 1.CódigoQR”***(en el archivo de gráficos)* ***o las palabras a continuación a medida que las personas entran*]**

|  |
| --- |
| ***Palabra clave:* Ayuno*****El propósito del ayuno no es ganar el amor de Dios, sino rendirse más profundamente a él.*** |

**Introducción del tema de la serie de Cuaresma:**

Cristo enseñó en su sermón más largo registrado, el Sermón del Monte, que aquellos que lloran son dichosos. El luto significa que reconoces la realidad más importante de la existencia humana, el pecado. Pero el luto hace algo maravilloso en ti: Las tristes realidades que te hacen llorar, también te hacen clamar por ayuda, rescate, perdón y liberación por un Redentor. Entonces, es correcto y conveniente tomar una temporada del año para reevaluar, recalibrar y aclarar los valores de nuestro corazón una vez más. La Cuaresma es una de esas temporadas.

Durante nuestros cuarenta días juntos, que tu luto aumente para que tu gozo sea más profundo. Que puedas gemir más para que ores más. Que tu tristeza encienda tu celebración. Y que todo esto resulte en bendiciones tan grandes y obvias como para pasarlas por alto.

(*Journey to the Cross* [Viaje a la cruz], pp. 7-10)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CA#161/CDS#48 – Mil voces para celebrar** | CA-161CDS-48 | CAD15-P11 |
|  **Canciones adicionales** |
| **CA#121 – ¡Jubilosos te adoramos!** | CA-121 | CAD11-P11 |
| **CA#217/CDS#169 – En este santuario** | CA-217CDS-169 | CAD20-P17 |

**Invocación**

|  |
| --- |
| **Drama – Me rindo** |

**Llamamiento a la adoración:**

Nuestro tema para la Cuaresma de este año es *La clave de Pascua*. Cada domingo contará con una «palabra clave» para ayudar a liberar las bendiciones del viaje de Cristo a la cruz. Hoy nuestra palabra clave es AYUNO. ¿Por qué alguien desearía ayunar alguna vez? ¿Qué se gana con renunciar a las cosas? ¿Cuál es el propósito de no comer por un período de tiempo? ¿El ayuno te acerca a Dios? ¿Es el ayuno una forma de vencer el pecado? ¿Dios requiere que ayunemos?

Dado que la Cuaresma es una temporada de ayuno, vale la pena darle un examen práctico y bíblico. El ayuno es la invitación de Dios a todos sus hijos a reenfocarse, recargarse, volver a comprometerse y arrepentirse. Mateo 6:16-18 dice:

(*Journey to the Cross*, pp. 137, 139)

**[*Ponga la Escritura a continuación en la pantalla*]**

**16**»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. **17**Pero tú, cuando ayunes, perfúmate la cabeza y lávate la cara **18**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 (Mateo 6:16-18, NVI).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CA#298/CDS#104 – Con cánticos Señor** | CA-298CDS-104 | CAD28-P18 |

|  |
| --- |
| **Momento** **de los niños – Ayuno**  |

***Jesús es tentado en el desierto***

**Lectura de la Escritura: Mateo 4:1-11**

[*La Escritura puede ser leída por una persona o dividida en una lectura antifonal*]

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CA#286/CS289 – Soy consagrado a Cristo** | CA-286TB-213 – Aurelia  | CAD27-P16HTD3-P3 (3 est.) |
|  **Canciones adicionales** |
| **CA#89/CS#297/CDS#43 – Solo Tú** | CA-89TB-725 – igualCDS-43 | CAD7-P19No hay DC del HT |
| **CA#47/CDS#74 – Como el ciervo** | CA-47CDS-74 | CAD3-P17 |
| **CS#269 – ¡Oh! Señor, si he vacilado** | TB-325 | HTD7-P6 (3 est.) |

**Líder:** 3¿Quién puede subir al monte del Señor?
  ¿Quién puede estar en su lugar santo?
**4**Solo el de manos limpias y corazón puro,
    el que no adora ídolos vanos
    ni jura por dioses falsos.

**5**Quien es así recibe bendiciones del Señor;
     Dios su Salvador le hará justicia.
**6**Tal es la generación de los que a ti acuden,
    de los que buscan tu rostro, oh Dios de Jacob.

**10**¿Quién es este Rey de la gloria?
     Es el Señor Todopoderoso;
     ¡él es el Rey de la gloria!

(Salmo 24:3-6, 10, NVI)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CA#219 – Rey de reyes, Majestad** | CA-219  | CAD20-P19 |
|  **Canción adicional** |
| **CA#160/CDS#125 – Me rindo a Ti** | CA-160CDS-125 | CAD14-P20 |

**Oración**

|  |
| --- |
| ***Palabra clave:* Multiplicar****«Vayan y hagan discípulos de todas las naciones» - Mateo 28:19** |
| **DESCRIPCIÓN:** Durante la temporada de Cuaresma tendremos la oportunidad de tomarnos seis semanas para ayunar y orar intencionalmente por la salvación de los demás. El objetivo y el enfoque de «Multiplicar» es compartir nuestra fe y desarrollar una actitud de *urgencia por la salvación* de aquellos que no tienen una relación con Jesucristo; e invitar a los congregantes a ayunar/orar por la salvación de los demás. ¡Sería maravilloso celebrar a las personas que han aceptado a Jesús como su Salvador el Domingo de Resurrección! |
| **MATERIALES NECESARIOS**: una caja de oración en la mesa de santidad (un estuche transparente funciona mejor); cruz que cabe dentro de la caja; tarjetas de oración impresas en cartulina (en tres colores diferentes; *ver ejemplos en el archivo de gráficos*); bolígrafos. |
| **ORACIÓN VISUAL/INTERACTIVA**: Durante la parte de oración pastoral cada domingo, el líder de la reunión invitará a las personas a participar de 3 maneras diferentes. Escribiendo el nombre de: 1) **alguien por quien están orando por salvación** (tarjeta blanca);2) **alguien a quien le han testificado la semana pasada** (tarjeta verde);3) **alguien que ha aceptado a Jesús como su Salvador** (tarjeta roja); y colocar esa tarjeta en la caja de oración en la mesa de santidad.. |
| * Explique la evangelización «visual».
* «Multiplicar» – llenar tarjetas/colocarlas en la caja en la mesa de santidad.
* Tiempo de oración mientras la gente pone las tarjetas en la caja.
* Oración pastoral.
 |

**Anuncios y ofrenda**

**Testimonio de fe – [Elija a alguien de la congregación que pueda testificar sobre este tema]**

**Sermón – *Palabra clave:* Ayuno**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CA#7 – Espíritu desciende****CS#328 – Santo Espíritu, ven sobre mí** | CA-7TB-467 – igual  | CAD1A-P17No hay DC del HT |
|  **Canciones adicionales** |
| **CS#53/CDS#63 – La cruz excelsa al contemplar**  | TB-875 CA-94 – (use la est. 2 como el coro)CDS-63 | No hay DC del HTCAD8-P14 |
| **CA#286/CS289 – Soy consagrado a Cristo** | CA-286TB-213 – Aurelia  | CAD27-P16HTD3-P3 (3 est.) |
| **CA#77/CDS#136 – Cámbiame Señor** | CA-77CDS-136 | CAD6-P17 |
| **CA#24 – Sabes que te amo** | CA-24 | CAD2A-P20 |
| **CS#269 – ¡Oh!, Señor, si he vacilado** | TB-325 | HTD7-P6 (3 est.) |
| **CA#89/CS#297/CDS#43 – Solo Tú** | CA-89TB-725 – igualCDS-43 | CAD7-P19No hay DC del HT |
| **CA#219 – Rey de reyes, Majestad** | CA-219  | CAD20-P19 |
| **CA#102/CS#225/CDS#115 – Hazme puro aquí** | CA-102TB-932 – igual CDS-115 | CAD9-P12HTD9-P19 (3 est.) |
| **CA#87 – Pasión** | CA-87 | CAD7-P17 |
| **CA#136 – Nos rendimos** | CA-136 | CAD12-P16 |
| **CA#159/CDS#72 – Espíritu del Trino Dios** | CA-159CDS-72 | CAD14-P19 |
| **CA#160/CDS#125 – Me rindo a Ti** | CA-160CDS-125 | CAD14-P20 |
| **CA#173 – En este momento de quietud** | CA-173 | CAD16-P13 |
| **CA#205 – Aún más cerca** | CA-205 | CAD19-P15 |
| **CA#214 – Santo Espíritu** | CA-214 | CAD20-P14 |
| **CA#236 – Señor, te necesito** | CA-236 | CAD22-P16 |
| **CA#245 – Ya lo sabes Tú** | CA-245 | CAD23-P15 |

**Bendición:**

El Dios que da la paz levantó de entre los muertos al gran Pastor de las ovejas, a nuestro Señor Jesús, por la sangre del pacto eterno. Que él los capacite en todo lo bueno para hacer su voluntad. Y que, por medio de Jesucristo, Dios cumpla en nosotros lo que le agrada. A él sea la gloria por los siglos de los siglos. Amén.

([Hebreos 13:20-21](http://www.christianity.com/bible/search/?ver=niv&q=hebrews+13%3a20-21), NVI)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CA#309 – Ve en paz y en amor** | CA-309 | CAD29-P19 |
|  **Canciones adicionales** |
| **CA#149/CDS#41 – Tan solo en Cristo** | CA-149CDS-41 | CAD13-P19 |
| **CA#161/CDS#48 – Mil voces para celebrar** | CA-161CDS-48 | CAD15-P11 |
| **CA#128 – ¡Mi tributo!** | CA-128 | CAD11-P18 |
| **CA#198 – En tu nombre** | CA-198 | CAD18-P18 |
| **CA#241/CS#71/CDS#30 – A Cristo coronad** | CA-241TB-162 – Diademata CDS-30 | CAD23-P11HTD1-T8 (4 est.) |
| **CA#283 – Si tu presencia** | CA-283 | CAD27-P13 |

|  |
| --- |
| **Cuaresma 2023 – Semana 1** |
| **DRAMA****Me rindo****por Martyn Scott Thomas**© Copyright 2022 por Martyn Scott Thomas. Todos los derechos reservados. Usado con permiso. |
| **Tema:** | Ayuno. |
| **Escritura:** | Mateo 6:16-18 |
| **Sinopsis:** | Tres personas contemplan ayunar durante la Cuaresma. |
| **Personajes:** | Lector 1Lector 2Lector 3 |
| **Utilería/Vestuario:** | Ninguno. |
| **Escenario:** | Vacío. |
| **Duración:** | 3 minutos. |

[*Los lectores están parados alrededor del frente del escenario*].

**Lector 1:** Creo que dejaré el café durante la Cuaresma.

**Lector 2:** Creo que dejaré de fumar durante la Cuaresma.

**Lector 3:** No estoy seguro de qué dejar durante la Cuaresma. Si prometí comer menos comida chatarra como resolución de Año Nuevo, ¿eso aplica también para la Cuaresma?

**Lector 1:** Realmente tomo mucho café, así que esto podría ser difícil.

**Lector 2:** No fumo, así que imagino que esto será muy fácil. Tal vez debería dejar de tomar también.

**Lector 3:** Tal vez no, ya que solo duré tres días antes de darme un atracón de galletas y Jarritos.

**Lector 1:** Tal vez debería ser tomar menos café. Tú sabes, como reducir a cinco tazas al día.

**Lector 2:** Como yo tampoco tomo, debería estar bien. Me pregunto a qué más puedo renunciar.

**Lector 3:** Podría reducirlo a solo chocolate.

**Lector 1:** O simplemente podría comprar una de esas tazas súper grandes. Entonces podría reducir a una taza al día.

**Lector 2:** Lo sé, apostar. En lugar de simplemente pasar por la máquina de lotería en la tienda de comestibles, ni siquiera miraré los totales de los premios mayores.

**Lector 3:** Escogeré renunciar a esas barras de chocolate. Me gusta un poco de pastel de chocolate de vez en cuando.

**Lector 1:** Una taza es la decisión. A menos que ofrezcan otras gratis en 7-Eleven.

**Lector 2:** En realidadno sé por qué estoy renunciando a algo. Ya soy muy buena persona.

**Lector 3:** ¿Cuentan los Skittles? No son de chocolate.

**Lector 1:** ¿A quién engaño? No puedo pasar más de unas pocas horas sin mi dosis de cafeína.

**Lector 2:** De todas formas, ¿a quién se le ocurrió que debemos renunciar a las cosas?

**Lector 3:** ¿Cuánto dura la Cuaresma? ¿40 días? ¿Quién pensó que sería una buena idea?

**Lector 1:** Si lo llaman ayuno, ¿por qué parece que dura para siempre?

**Lector 2:** Si solo voy a comenzar de nuevo después de que termine la Cuaresma, ¿cuál es el punto de abstenerme?

**Lector 3:** Tal vez pueda renunciar a comer carne. Pero eso es solo los viernes, ¿verdad?

**Lector 1:** No importa.

**Lector 2:** Ni siquiera voy a intentarlo.

**Lector 3:** ¿Cuál es el punto?

[*Se cierra el telón*]

***LA CLAVE DE PASCUA***

**Momento de los niños – Semana 1**

***Palabra clave:* Ayuno**

**26 de febrero, 2023**

**por Katie Laidlaw**

**Sinopsis:** La serie *Palabra clave* se centra en 7 temas desde la perspectiva de los científicos que trabajan en el «Laboratorio Clave», con el fin de encontrar los ingredientes secretos para vivir el poder de la resurrección.

**Vestuario:** Bata de laboratorio, gafas/anteojos, guantes, bigote.

**Montaje/puesta en escena:** mesa pequeña o carro rodante con accesorios.

**Accesorios:** 3 jarras/jarrones grandes de agua (2 llenos de agua, 1 vacío), 1 taza pequeña de brillantina.

|  |
| --- |
| **Semana 1 – Ayuno** |

[***Invite a los niños a pasar al frente para la lección, ya sea de pie o sentados***. (Se recomienda que los niños se paren, ya que esto ayuda a mantenerlos atentos, comprometidos e involucrados en la lección, especialmente con la dinámica de la congregación «observándolos». En este entorno más público/formal, sentarse brinda una actitud más relajada/informal, que permite a los niños desconectarse y simplemente no estar presentes en el momento)].

**Guion:**

¡Bienvenidos al Laboratorio Clave! Soy una de las científicas aquí, y estoy muy contenta de tener algunos visitantes. Ay, tenemos mucho trabajo que hacer. Durante las próximas semanas, se nos ha dado el trabajo de probar algunas teorías; formar una hipótesis, si me lo permiten. Hay varios temas que exploraremos para descubrir cómo podemos vivir mejor nuestra vida para Jesús.

Nuestro primer tema que requiere algo de investigación y pruebas es algo llamado ayuno.

Me adelanté y reuní algunas investigaciones. El ayuno es una práctica común en toda la Biblia. En la Biblia, ayunar es estar dispuesto y preparado para no comer ni beber para concentrarse en orar, estudiar la Palabra de Dios o escuchar la voz de Dios.

Justo antes de comenzar su ministerio en la tierra, Jesús fue al desierto, donde experimentó la tentación del diablo. ¡Jesús había estado ayunando durante 40 DÍAS!

¿Alguno de ustedes alguna vez ha tenido tanta hambre que se ha puesto de mal humor? [*Permita que los niños respondan*]

¿Alguna vez han sido tan estrictos con lo que comen que comenzaron una discusión con uno de sus papás? [*Permita que los niños respondan*]

¡A veces dejamos que algo tan pequeño como lo que comemos tome el control de todo nuestro día! Los adultos necesitan tomar su café, algunas personas odian las verduras, algunas personas se ponen de mal humor y son insoportables cuando tienen hambre... algo tan pequeño como lo que queremos, o lo que no queremos comer, puede acaparar toda nuestra atención.

El ayuno está destinado a ayudarnos a concentrarnos en Dios. Esta es la razón por la cual las personas eligen ayunar de otras cosas en la vida que les pueden causar distracción.

¿Cuáles son algunas cosas que pueden ser una distracción de pasar tiempo con Dios? [*Permita que los niños respondan*]

Cuando Jesús estaba siendo tentado por el diablo, necesitaba estar concentrado en Dios, ¡por eso decidió ayunar!

Déjenme mostrarles algo.

[*Muestre el agua en el recipiente*] Este recipiente de agua somos nosotros. Estamos llenos de distracciones, compromisos, pensamientos y emociones. Cuando nos comprometemos a un tiempo de ayuno, hacemos un sacrificio para eliminar o reequilibrar esas distracciones, compromisos, pensamientos y emociones. [*Vierta agua en un recipiente vacío*].

Luego, mediante la eliminación de todas esas cosas, Jesús nos puede llenar [*vierta agua fresca en el primer recipiente*] con cosas, pensamientos y emociones completamente nuevos, todo mientras nos acercamos más a Él, porque hacemos tiempo para Él en nuestra vida. ¿Y saben qué? Jesús hace hermoso nuestro tiempo de sacrificio [*agregue brillantina*].

La Biblia dice: **«Quédense quietos, reconozcan que yo soy Dios**»(Salmo 46:10, NVI).

El ayuno es una herramienta, al igual que algunas de las herramientas que uso en el Laboratorio Clave. El ayuno es una herramienta destinada a ayudarnos a reenfocarnos en Jesús y ser mejores amigos de Él. Creo que hemos hecho una gran investigación en el laboratorio hoy. ¡Hora de irse!

[*Ore*]

**Puntos principales:**

* En la Biblia, ayunar es estar dispuesto y preparado para no comer ni beber para concentrarse en orar, leer la Biblia o escuchar la voz de Dios.
* Cuando nos comprometemos a un tiempo de ayuno, hacemos un sacrificio para eliminar o reequilibrar esas distracciones, compromisos, pensamientos y emociones.
* El ayuno es una herramienta destinada a ayudarnos a volver a concentrarnos en Jesús y a ser mejores amigos de Él.

**Preguntas:**

* ¿Alguno de ustedes alguna vez ha tenido mucha hambre que se ha puesto de mal humor?
* ¿Alguna vez han sido muy exigentes con lo que comen que discuten con uno de sus padres?
* ¿Cuáles son algunas cosas que pueden ser una distracción para pasar tiempo con Dios?

***la clave de pascua***

**Sermón de Cuaresma – Semana 1**

***Palabra clave:* Ayuno**

**26 de febrero, 2023**

**por Mayor Peter Mount**

**TÍTULO: *Palabra clave:* Ayuno**

**TEMA: La tentación de Jesús**

**ESCRITURA: Mateo 4:1-11**

**INTRODUCCIÓN:**

Al comenzar nuestra serie sobre las palabras clave que inician la temporada de Cuaresma para nosotros, nuestra primera palabra es AYUNO. (Siempre me impresionan las personas que ayunan, pero nunca lo suficiente como para hacerlo yo mismo. Esta mañana, debo confesar que aunque sabía sobre el ayuno y que era una disciplina espiritual que podía acercarme a Dios, ¡no sentía que el ayuno era para mí! ¡El ayuno era para personas más religiosas!)

Hoy quiero desafiarnos a que, de hecho, todos podemos practicar la disciplina del ayuno.

Comencemos con algunos elementos fundamentales. (Este no va a ser un sermón sobre perder peso, así que si esa es su motivación para ayunar, ¡simplemente póngase a dieta!) Este no va a ser un sermón que lo anime a ayunar porque está de moda. Creo que a medida que miramos la historia de Jesús en las Escrituras de hoy, hay algunos desafíos realmente importantes para nosotros.

Vayamos al capítulo 4 de Mateo.

**PUNTO(S):**

1. ¿Qué es el ayuno?
2. El ayuno es el deseo de dejar ir un apetito para buscar a Dios en asuntos de profunda preocupación por los demás, por uno mismo y por el mundo.
3. El ayuno se trata de ser *intencional*; intencional en nuestra relación con Cristo y en crecer en nuestro amor por los demás.
4. Las relaciones con otras personas se construyen pasando tiempo de calidad con los demás. Por desgracia, en nuestra vida cristiana no siempre sentimos lo mismo acerca de nuestra relación con Cristo. Para que esto crezca en nuestra vida espiritual y en nuestras relaciones, debemos pasar tiempo intencional con Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo.
5. ¿Cómo se puede hacer esto?
6. A través de la oración (conversación con Dios).
7. El estudio de su Palabra.
8. Conexión con Su creación, tanto en la naturaleza como a través de las interacciones humanas (compañerismo/pasar el rato).

**PREGUNTAS:**

1. ¿Están demasiado ocupados para pasar tiempo con Dios?
2. Cuando miran su calendario, ¿dónde encaja Jesús?

**PUNTO(S)**

1. El ayuno es negarse a sí mismo (abnegación) de las necesidades normales para acercarse intencionalmente a Dios.
2. ¿Escucharon esa palabra otra vez? ¡*Intencionalmente*!
3. Sacar a la superficie las aficiones y los deseos abre un lugar para la oración. La conciencia física del vacío es un gran recordatorio para volverse a Jesús, que es el único que nos puede satisfacer.
4. Quiero desafiarnos a que dejemos de hacer algo, no para que podamos agregar algo más, sino para concentrarnos en Dios de una manera más intencional. No quiero que dejemos de ver la televisión solo para pasar más tiempo haciendo X, Y y Z (ajetreo).
5. Ayunar es eliminar una necesidad o actividad común para pasar intencionalmente ese tiempo con Dios.

**LEA LA ESCRITURA: Mateo 4:1-11**

**CONTEXTO:**

Este pasaje viene después de que leemos sobre Juan el Bautista preparando el camino para Jesús en Mateo 3. Juan bautiza a Jesús, y en 3:16-17, vemos al Espíritu de Dios que desciende como paloma sobre Jesús. Entonces una voz del cielo dice: *«Este es mi Hijo amado; estoy muy complacido con él».*

Eso es lo que está previo a Mateo 4. Dios ha enviado a su Hijo al mundo para que sea 100% Dios y 100% hombre, y le da a Jesús el mayor elogio: «estoy muy complacido con él [Jesús]», para que todo el mundo lo oiga. Luego, la tercera persona de la trinidad, el Espíritu Santo, lo lleva al desierto para ser probado y preparado (Mateo 4:1), para intencionalmente pasar tiempo con el Padre para prepararse para lo que vendrá en su ministerio: tentación, traición, milagros, confianza, desprecio, palizas, muerte y resurrección.

Después de esos 40 días y 40 noches de ayuno en el desierto, mi parte favorita de todo este pasaje se encuentra en el versículo 2: «[Jesús] *tuvo hambre*». ¡No es posible! ¿Quién no estaría físicamente hambriento después de 40 días sin comer?

También me imagino que Jesús está cansado, porque no ha comido y porque dormir en el desierto no es lo más reconfortante. Hambriento y privado de sueño, el diablo viene a tentar a Jesús (v. 3). ¿Con qué frecuencia, cuando estamos en nuestro punto más débil, la tentación viene a nuestra propia vida?

**PUNTO(S)**

El diablo sabe qué botones apretar y qué tentaciones lanzar en nuestro camino:

1. Versículos 3-4: el botón/la tentación es el hambre y la comida: la respuesta de Jesús es bíblica.
2. Versículos 5-6 – El botón/la tentación es la seguridad y la protección—La respuesta de Jesús es bíblica.
3. Versículos 7-8 – El botón/la tentación es el poder—La respuesta de Jesús es bíblica.
4. Después de tres de estas interacciones con el tentador, Jesús nos muestra los resultados del ayuno intencional (construir esa relación con Dios) y vivir la vida para su Padre.
5. Versículo 10 – *«¡Vete, Satanás! —le dijo Jesús—. Porque escrito está: “Adora al Señor tu Dios y sírvele solamente a él”»*. ¡Otra respuesta épicamente bíblica!
6. Debido a que Jesús conocía al Padre (sus palabras) y al Espíritu (en cuyo poder vivió en y a través de Él), pudo librar la batalla contra el pecado.

**PUNTO(S): ¿Cómo y por qué debemos ayunar?**

1. Primero, no hay magia en el ayuno. Renunciar a la comida no los hará instantáneamente más piadosos. El ayuno les permite entregarse a otras disciplinas espirituales que darán una cosecha de buenos frutos en su vida.
2. Segundo, no ayunan para ganar el favor de Dios, sino para ayudar a llevar su vida a una entrega aún mayor a Él y una mayor apreciación de su favor. El ayuno es una guerra espiritual. Es una manera que Dios ha provisto para que luchen por su propio corazón.
3. Entonces, ¿cómo hay que ayunar?
4. **Entréguense a la oración**. Uno de los principales propósitos del ayuno es poder dedicarse más plenamente a la oración. Las rutinas normales de selección, preparación y consumo de alimentos son reemplazadas por nuevas rutinas de oración. Es esta comunión más centrada en Dios que produce algunos de los mejores frutos del ayuno.
5. **No hagan un espectáculo de ello**. Ayunen en privado. No lo anuncien. No lo divulguen después. El orgullo en el ayuno le roba al ayuno su beneficio espiritual. Busquen a Dios; no busquen la aprobación de otros por buscar a Dios de esta manera.
6. **Báñense en la Palabra de Dios**. El ayuno puede darles tiempo para meditar en la Palabra de Dios. En nuestra vida ocupada, la mayoría de nosotros dedicamos muy poco tiempo a la meditación bíblica real. La meditación bíblica no es como la meditación oriental. En la meditación oriental uno vacía su mente; en la meditación cristiana llenan su mente con la Palabra de Dios, masticándola una y otra vez hasta que están digiriendo bocados espirituales que nunca antes habían digerido.
7. **Asegúrense de estar listos**. No hay beneficios espirituales en dañar su cuerpo o poner en riesgo su salud. Asegúrense de estar preparados física, financiera y situacionalmente para cualquier ayuno, durante cualquier período, que estén a punto de emprender.
8. **Guarden silencio ante el Señor**. Dado que el ayuno se trata de dejar de participar en algo en particular, su ayuno no debe llenarse con otra actividad. El ayuno es un tiempo para esperar en el Señor. Y mientras esperan, recuerden que para el cristiano, esperar no se trata de lo que *obtienen* al final de la espera, sino más importante, de lo que se *convierten* mientras esperan.
9. **Confiesen lo que ha sido revelado**. Mientras buscan a Dios en oración, mientras meditan en su Palabra y mientras están quietos ante Él, el Señor se revelará a su corazón. El ayuno es una forma de combatir la ceguera espiritual que nos afecta a todos. Así que prepárense para confesar nuevas áreas de pecado, debilidad y fracaso que Dios les ha revelado mientras ayunan.
10. **Hagan nuevos compromisos**. Si la confesión es apartarse del camino antiguo, entonces el compromiso es volver su corazón y su vida al camino nuevo y mejor de Dios. Al final de su ayuno, piensen en dónde Dios los está llamando a nuevos compromisos de fe y discipulado donde viven y trabajan todos los días.
11. **Sean agradecidos**. Den gracias a Dios por cómo el ayuno es una indicación de su amor acogedor, paciente y perseverante, atrayéndolos continuamente a una comunión aún más cercana y satisfactoria con Él.[[1]](#endnote-1)

(*Journey to the Cross* [Viaje a la cruz], pp. 139-141)

**DESAFÍO:**

1. Entonces, ¿conocen a Jesús?
2. ¿Cómo están conociendo más acerca de Dios?
3. ¿Quieren conocer y experimentar más al Espíritu Santo?
4. ¿Cómo sería el ayuno para ustedes en la próxima semana? ¿Durante esta temporada de Cuaresma?
5. Ese mismo Espíritu Santo está con nosotros hoy. ¿Quieren ese poder para vencer el pecado?
6. Ayunen, oren y pasen tiempo con Él no solo hoy, ¡sino a partir de ahora!

**Escrituras adicionales:**

**Salmo 35:13**

 «pues cuando ellos enfermaban  yo me vestía de luto,  me afligía y ayunaba».

**Esdras 8:23**

**«**Así que ayunamos y oramos a nuestro Dios pidiéndole su protección, y él nos escuchó».

**Nehemías 1:3-4**

“Ellos me respondieron: «Los que se libraron del destierro y se quedaron en la provincia están enfrentando una gran calamidad y humillación. La muralla de Jerusalén sigue derribada, con sus puertas consumidas por el fuego». Al escuchar esto, me senté a llorar; hice duelo por algunos días, ayuné y oré al Dios del cielo”.

**Lucas 2:36-37**

«Había también una profetisa, Ana, hija de Penuel, de la tribu de Aser. Era muy anciana; casada de joven, había vivido con su esposo siete años, y luego permaneció viuda hasta la edad de ochenta y cuatro.[[a](https://www.biblegateway.com/passage/?search=lucas+2%3A36-37&version=NVI#fes-NVI-24975a)] Nunca salía del templo, sino que día y noche adoraba a Dios con ayunos y oraciones».

**Mateo 6:16-18**

»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».

1. Tripp, P. D. (2021). *Journey to the Cross: A 40-Day Lenten Devotional.* Crossway. [↑](#endnote-ref-1)