



# **EL AYUNO BÍBLICO Y SUS PROPÓSITOS**



## Mateo 4:1-4

[1] Entonces Jesús fue llevado por el Espíritu al desierto, para ser tentado del diablo.[2] Y cuando hubo ayunado cuarenta días y cuarenta noches, después tuvo hambre.[3] Y llegándose a él el tentador, dijo: Si tú eres Hijo de Dios, di que estas piedras se hagan pan.[4] Mas él respondiendo, dijo: Escrito está: No sólo de pan vivirá el hombre, mas de toda palabra que sale de la boca de Dios.



## **Mateo 17:19-21**

**[19] Entonces, vinieron los discípulos a Jesús aparte, dijeron: ¿Por qué nosotros no le pudimos echar fuera?[20] Y Jesús les dijo: Por vuestra incredulidad; porque de cierto os digo, que si tuviereis fe como un grano de mostaza, diréis a este monte: Pásate de aquí allá: y se pasará: y nada os será imposible.[21] Mas este género no sale sino por oración y ayuno.**



## **CC 39.2**

**"No podemos tener una fe débil ahora; no podemos estar seguros con una actitud descuidada, indolente y perezosa. Hay que utilizar hasta el último ápice de habilidad, y hay que pensar en forma aguda, serena y profunda. La sabiduría de ningún instrumento humano es suficiente para trazar planes y proyectos en este tiempo. Expongan cada plan delante de Dios con ayuno, humillando el alma delante del Señor Jesús, y encomienden sus caminos al Señor. La promesa segura es que él dirigirá vuestras sendas. El posee recursos infinitos. El Santo de Israel, quien llama por su nombre a las huestes del cielo y mantiene las estrellas en su lugar, los cuida individualmente..."**



## **3JT 305.2**

**Introducir la verdad en ciertos lugares, y luego carecer de valor, energía y tacto para llevar el asunto adelante, es un gran error; porque se abandona la obra sin hacer el esfuerzo cabal y perseverante que es positivamente esencial en tales lugares. Si las cosas van mal y se levanta oposición, se produce una cobarde retirada, en vez de huir a Dios con ayuno y oración y lloro, y aferrarse por la fe a la Fuente de luz, poder y fuerza hasta que se disipen las nubes y las tinieblas. La fe se fortalece al entrar en conflicto con las dudas y las influencias opositoras. La experiencia adquirida en estas pruebas es de más valor que las joyas más costosas.\***



# **CES 37.4**

**Sólo después de haberse alejado al macho cabrío de esta manera, se consideraba el pueblo libre de la carga de sus pecados. Todo hombre debía contristar su alma mientras se verificaba la obra de expiación. Todos los negocios se suspendían, y toda la congregación de Israel pasaba el día en solemne humillación delante de Dios, en oración, ayuno y profundo análisis del corazón.**



# **CMM 112.2**

**La intemperancia en el comer es a menudo causa de enfermedad, y lo que más necesita la naturaleza es ser aliviada de la carga inoportuna que se le impuso. En muchos casos de enfermedad, el mejor remedio para el paciente es un corto ayuno, que omita una o dos comidas, para que descansen los órganos rendidos por el trabajo de la digestión. Muchas veces el seguir durante algunos días una dieta de frutas ha proporcionado gran alivio a personas que trabajaban intelectualmente; y un corto período de completa abstinencia, seguido de un régimen alimenticio sencillo y moderado, ha restablecido al enfermo por el solo esfuerzo de la naturaleza. Un régimen de abstinencia por uno o dos meses convencerá a muchos pacientes de que la sobriedad favorece la salud.**



## **CNS 37.1 - CNS 37.5**

**Después de su bautismo, Jesús fué llevado del Espíritu al desierto para ser tentado del diablo.**

**Al ir al desierto, Cristo fué guiado por el Espíritu de Dios. No fué en busca de la tentación, sino del retiro que necesitaba para meditar acerca de su misión y de su obra.**

**Por medio de la oración y del ayuno quería fortalecerse en previsión de la senda de aflicción y tormento que le tocaba recorrer. Mas Satanás sabía adónde había ido el Salvador; y allí fué él también para tentarle.**

**Al alejarse Cristo de la ribera del Jordán, su rostro estaba iluminado por la gloria de Dios, pero después de haberse internado en el desierto, aquella gloria se desvaneció.**

**Los pecados del mundo pesaban sobre él, y su rostro revelaba una tristeza y angustia cual nunca las sintiera hombre alguno. Estaba sufriendo por los pecadores.**



# **CPI 409.2**

**El principal motivo que tuvo Cristo para soportar aquel largo ayuno en el desierto, fue enseñarnos la necesidad de la abnegación y la temperancia. Esta obra debe comenzar en nuestra mesa, y debe llevarse estrictamente a cabo en todas las circunstancias de la vida. El Redentor del mundo vino del cielo para ayudar al hombre en su debilidad, para que, con el poder que Jesús vino a traerle, lograra fortalecerse para vencer el apetito y la pasión, y pudiese ser vencedor en todo.**



# **¿QUIENES PRACTICARON EL AYUNO?**



# Joel 1:14

**[14] Pregonad ayuno, llamad a congregación; congregad los ancianos y todos los moradores de la tierra en la casa del SEÑOR vuestro Dios, y clamad al SEÑOR.**



## 2 Crónicas 20:3-6, 12-13

**[3] Entonces él tuvo temor; y puso Josaphat su rostro para consultar al SEÑOR, e hizo pregonar ayuno a todo Judá.[4] Y juntáronse los de Judá para pedir socorro al SEÑOR: y también de todas las ciudades de Judá vinieron a pedir al SEÑOR.[5] Púsose entonces Josaphat en pie en la congregación de Judá y de Jerusalem, en la casa del SEÑOR, delante del atrio nuevo;[6] Y dijo: el SEÑOR Dios de nuestros padres, ¿no eres tú Dios en los cielos, y te enseñas en todos los reinos de las Gentes? ¿no está en tu mano tal fuerza y potencia, que no hay quien te resista?[12] ¡Oh Dios nuestro! ¿no los juzgarás tú? porque en nosotros no hay fuerza contra tan grande multitud que viene contra nosotros: no sabemos lo que hemos de hacer, mas a ti volvemos nuestros ojos.[13] Y todo Judá estaba en pie delante del SEÑOR, con sus niños, y sus mujeres, y sus hijos.**



## **Esdras 8:21-22**

**[21] Y publiqué ayuno allí junto al río de Ahava, para afligirnos delante de nuestro Dios, para solicitar de él camino derecho para nosotros, y para nuestros niños, y para toda nuestra hacienda.[22] Porque tuve vergüenza de pedir al rey tropa y gente de a caballo que nos defendiesen 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 fortaleza y su furor sobre todos los que le dejan.**



## **Ester 4:1, 3**

**[1] Luego que supo Mardocheô todo lo que se había hecho, rasgó sus vestidos, y vistióse de saco y de ceniza, y fuése por medio de la ciudad clamando con grande y amargo clamor.[3] Y en cada provincia y lugar donde el mandamiento del rey y su decreto llegaba, tenían los Judíos grande luto, y ayuno, y lloro, y lamentación: saco y ceniza era la cama de muchos.**



## **Salmos 35:11-13**

**[11] Levantáronse testigos falsos;  
demandáronme lo que no sabía;[12]  
Volviéronme mal por bien, para abatir a mi  
alma.[13] Mas yo, cuando ellos enfermaron,  
me vestí de saco; afligí con ayuno mi alma, y  
mi oración se revolvía en mi seno.**



## **Jeremías 36:8-9**

**[8] Y Baruch hijo de Nerías hizo conforme a todas las cosas que le mandó Jeremías profeta, leyendo en el libro las palabras del SEÑOR en la casa del SEÑOR.[9] Y aconteció en el año quinto de Joacim hijo de Josías, rey de Judá, en el mes noveno, que promulgaron ayuno en la presencia del SEÑOR, a todo el pueblo de Jerusalem, y a todo el pueblo que venía de las ciudades de Judá a Jerusalem.**



# Daniel 9:3-6

**[3] Y volví mi rostro al Señor Dios, buscándole en oración y ruego, en ayuno, y cilicio, y ceniza.[4] Y oré al SEÑOR mi Dios, y confesé, y dije: Oh Señor, Dios grande, digno de ser temido, que guardas el pacto y la misericordia con los que te aman y guardan tus mandamientos;[5] Hemos pecado, hemos hecho iniquidad, hemos obrado impíamente, y hemos sido rebeldes, y nos hemos apartado de tus mandamientos y de tus juicios.[6] No hemos obedecido a tus siervos los profetas, que en tu nombre hablaron a nuestros reyes, y a nuestros príncipes, a nuestros padres, y a todo el pueblo de la tierra.**



## **Jonás 3:4-5**

**[4] Y comenzó Jonás a entrar por la ciudad, camino de un día, y pregonaba diciendo: De aquí a cuarenta días Nínive será destruida.[5] Y los hombres de Nínive creyeron a Dios, y pregonaron ayuno, y vistiéronse de sacos desde el mayor de ellos hasta el menor de ellos.**



# Hechos 10:30-31

**[30] Entonces Cornelio dijo: Cuatro días ha que a esta hora yo estaba ayunando; y a la hora de nona estando orando en mi casa, he aquí, un varón se puso de pie delante de mí en vestido resplandeciente,[31] Y dijo: Cornelio, tu oración es oída, y tus limosnas han venido en memoria a la presencia de Dios.**



# Hechos 13:1-3

[1] Había entonces en la iglesia, que estaba en Antioquía, ciertos profetas y maestros, como Barnabás, y Simón el que se llamaba Niger, y Lucio Cireneo, y Manaén, que había sido criado con Herodes el tetrarca, y Saulo.[2] Ministrando pues éstos al Señor, y ayunando, dijo el Espíritu Santo: apartadme a Barnabás y a Saulo para la obra para la cual los he llamado.[3] Y cuando hubieron ayunado y orado, pusieron las manos sobre ellos y dejáronlos ir.



# **CUANDO EL AYUNO ES UN FRACASO**



## **Lucas 18:12**

**[12] Ayuno dos veces a la semana: doy diezmos de todo lo que poséo.**



# Isaías 58:1-5

**1 Clama a voz en cuello, no te detengas; alza tu voz como trompeta, y anuncia a mi pueblo su rebelión y a la casa de Jacob su pecado. [2] Que me buscan cada día, y quieren saber mis caminos, como gente que hubiese obrado justicia, y que no hubiese dejado el derecho de su Dios: pregúntame derechos de Justicia, y quieren acercarse a Dios. [3] ¿Por qué, dicen, ayunamos, y no hiciste caso; humillamos nuestras almas, y no te diste por entendido? He aquí que en el día de vuestro ayuno halláis lo que queréis, y todos demandáis vuestras haciendas. [4] He aquí que para contiendas y debates ayunáis, y para herir con el puño inicualemente; no ayunéis como hoy, para que vuestra voz sea oída en lo alto. [5] ¿Es tal el ayuno que yo escogí, que de día aflija el hombre su alma, que encorve su cabeza como junco, y haga cama de saco y ceniza? ¿Llamaréis esto ayuno, y día agradable al Señor?**



## **An Appeal to Mothers, 24-28 CN 424.2 - CN 425.3**

**Un suicida profesaba ser un consagrado seguidor de Cristo. Su salud estaba muy débil. Nuestra simpatía se despertó en favor de él...Su caso me fue mostrado en visión. Vi que estaba engañado en cuanto a sí mismo, que no disfrutaba del favor de Dios. Había practicado la masturbación hasta el punto de ser un mero despojo humano. Me fue mostrado que este vicio es una abominación a la vista de Dios...Había practicado esos hábitos por tanto tiempo, que parecía haber perdido el dominio propio. Era naturalmente inteligente, poseía habilidades más que comunes.**



**Pero ¡cómo habían sido puestas bajo el dominio de Satanás y consumidas ante su altar todas sus facultades corporales y mentales! Este hombre había llegado al punto de que parecía estar abandonado por Dios. Se iba a los bosques y pasaba días y noches en ayuno y oración para poder vencer ese gran pecado, y luego volvía a sus viejas prácticas. Dios no escuchaba sus oraciones. Pedía a Dios que hiciera para él lo que había estado en su poder hacer por sí mismo. Había hecho promesas a Dios vez tras vez, y frecuentemente había quebrantado sus votos y se había entregado a sus propias concupiscencias corruptas, hasta el punto de que Dios lo había dejado para que realizara su propia ruina. Ya ha muerto. Fue un suicida. La pureza del cielo nunca se malogrará con su compañía.**

