UN AÑO DE CAMBIOS

GUÍA DE DISCUSIÓN PARA GRUPOS

DÍAS 132 AL 136

28

CAMBIOS PROFUNDOS

www.cambiosprofundos.com

CONEXIÓN CON DIOS

Tomen un momento para pensar en esta pregunta:

- ¿He identificado algo en mí que tenga el poder de disminuir mi deseo por Dios?

Después de reflexionar de manera personal, compartan algunas de sus respuestas y oren para iniciar la reunión.

CONEXIÓN CON LA VERDAD DE DIOS

Las disciplinas espirituales:
El ayuno

Si existe una disciplina espiritual que es capaz de desafiarnos y revelar algunos aspectos de nuestra condición espiritual, es el ayuno.

El ayuno es una práctica que se encuentra a lo largo de las Escrituras. Sin embargo, a pesar de la abundante información bíblica, existen bastantes malentendidos al respecto. Estos son algunos de ellos:

- El ayuno es el distintivo de una persona espiritual.
- Practicar el ayuno aumenta la probabilidad de que nuestras peticiones de oración sean respondidas favorablemente.
- Es posible ayunar mientras nos dedicamos a actividades laborales o de estudio, aunque eso implique que nuestra mente y corazón no estén enfocados en Dios ni en nuestra relación con Él durante ese tiempo.

Como cristianos, somos llamados a practicar el ayuno. De hecho, Jesús dio por sentado que esa práctica debía seguir siendo observada por sus

seguidores. Él dijo en su enseñanza en la montaña (capítulos del 5 al 7 del Evangelio según Mateo) "Cuando ayunen…" (Mateo 6:16 NVI). Esto indica que el ayuno sigue siendo parte de las prácticas que nos ayudan a preparar nuestros corazones para que Dios ejecute su obra de transformación en nosotros. Por esta razón, necesitamos entender mejor cuál es el propósito del ayuno. A continuación, se muestran algunas ideas que describen qué es el ayuno y cuál es su finalidad:

"*En el sentido más bíblico y clásico del término, (el ayuno) es la decisión voluntaria de abstenerse de ingerir alimentos con el objetivo de buscar a Dios más intensamente*"[1].

"*El ayuno es la decisión voluntaria de abstenerme de un deleite menor, para entregarme a un deleite mayor*"[2].

Con todo esto en mente, podemos entender que el ayuno es, en última instancia, una confrontación de amores.

Parece extremo, pero cualquier forma de ayuno, cuando es practicado con una motivación correcta, es un desafío hacia aquellas cosas en las que nuestro corazón encuentra placer. Además, también es un medio para ordenar nuestras pasiones y deseos; para rendir nuestro corazón a una pasión mayor: el deseo por Dios.

- ❓ Según Santiago, ¿qué es lo que sucede en el interior de una persona? (Ver Santiago 4:1-5)

Como un eco de estas palabras, Dallas Willard escribió: "*El rasgo característico de una voluntad apartada de Dios es la duplicidad. Tal voluntad quiere muchas cosas que no pueden reconciliarse*

1 Un Año de Cambios, día 134.

2 Ibíd., día 132.

la una con la otra"[3].

"*¿Qué hace el ayuno? Le declara la guerra a la duplicidad. Cuando ayunamos le decimos a Dios: «Quiero desencadenarme de lo que me distrae y rendir toda mi atención a tu persona» ¿Qué hago cada vez que ayuno? Me privo de algo bueno para elegir algo mejor. Ya sea que uno ayune series, redes sociales o comida, la persona que ayuna se abstiene de un don de Dios para enfocarse en Dios mismo*"[4].

- ¿Hay algo que debas "ayunar" en tu vida con el fin de conectarte mejor con el Señor y disfrutar más de tu relación con Él?

El ayuno es también una expresión de necesidad; es una manera de expresar nuestra necesidad de Dios. Por un lado, "*ayunamos por nuestra falta de apetito*"[5]. Porque somos conscientes de que algo diferente a Dios ha cautivado nuestra atención y nuestro afecto. Y, si no hacemos algo, seremos consumidos por esos otros amores. También ayunamos, dejando de comer, "*porque tenemos hambre*"[6]. Y esto es así, debido a que nuestro deseo por el Señor se ha hecho mayor que el deseo por otras cosas, incluso por cosas buenas.

En cualquier caso, practicar el ayuno es una oportunidad para:

- Buscar un mayor deleite en la persona de Jesús.
- Interceder por una situación que nos preocupa o nos carga.

3 Dallas Willard. Renueva tu corazón: Sé como Cristo.

4 Un año de cambios, día 133,

5 Ibíd., día 132.

6 Ibíd., día 135.

- Buscar la guía de Dios antes de tomar una decisión importante.
- Pedir ayuda extra para superar una lucha con algún ídolo o pecado.
- Pasar un tiempo especial de alabanza.

CONEXIÓN CON LA MISIÓN DE DIOS

¿De qué podrías abstenerte con el propósito de acercarte a otros, a fin de que tú seas un punto de acceso al evangelio en sus vidas?

- ¿De algún tiempo de descanso para dedicar ese tiempo a alguien más?
- ¿De algo de dinero para compartirlo con alguien en necesidad?
- ¿De tu comodidad, poniéndote en una situación que ayude a alguien a mejorar la suya?