

“El Discípulo y el Ayuno” Mateo 6:16-18

- 1. Lo que la Biblia nos enseña del ayuno**
- 2. Lo que Jesús enseñó del ayuno**

1. Lo que la Biblia nos enseña del ayuno

“Cuando ayunéis” ~ ayunar era algo que ellos conocían, ellos lo ponían en practica. Vemos que dice **“cuando ayunéis”**, otras versiones dicen **“Y cuando ayunéis.”** Es lógico entender que es lo que ellos hacían, practicaban ayunar.

De acuerdo a la Ley de Moisés, el ayuno solamente se especificó ser observado anualmente en el día de la expiación.

Levítico 16:29-34 Y esto tendréis por estatuto perpetuo: En el mes séptimo, a los diez días del mes, afligiréis vuestras almas...

Salmos 35:13 Pero yo, cuando ellos enfermaron, me vestí de cilicio; Afligí con ayuno mi alma, Y mi oración se volvía a mi seno.

Y luego con el tiempo la tradición y la religión inventó muchos ayunos.

Lucas 18:12 ayuno dos veces a la semana, doy diezmos de todo lo que gano.

Ayuno ~ Es, abstener de comer, por un cierto tiempo que se ha determinado de antemano de hacerlo. El ayuno se usa durante los momentos de crisis en los cuales el ayuno es una expresión apropiada de humildad, de arrepentimiento y de devoción.

Lucas 18:9-14 (Biblia en Lenguaje Sencillo)

... ¹² Yo ayuno dos veces por semana y te doy la décima parte de todo lo que gano”.

El ayuno se abusaba por los líderes religiosos del día. Ellos lo exageraban enormemente. Jesús no le puso mucha importancia al ayuno tal como ellos lo practicaban en ese tiempo.

Mateo 6:16-18 (Biblia en Lenguaje Sencillo)

Jesús tanto como Moisés y Elías practicaron el ayuno.

Moisés ~ **Éxodo 34:28**

Elías ~ **1 Reyes 19:8**

Jesús ~ **Mateo 4:1-2**

Vemos de estos tres ejemplos que el ayuno se usa durante momentos de gran tensión, de crisis.

La primera vez que el ayuno se usa con oración fue durante la guerra civil contra la tribu de Benjamín.

Jueces 20:26-27 Entonces subieron todos los hijos de Israel, y todo el pueblo, y vinieron a la casa de Dios; y lloraron, y se sentaron allí en presencia

de Jehová, y ayunaron aquel día hasta la noche; y ofrecieron holocaustos y ofrendas de paz delante de Jehová.

²⁷ Y los hijos de Israel preguntaron a Jehová (pues el arca del pacto de Dios estaba allí en aquellos días,

En este segundo ejemplo vemos que el ayuno fue el resultado de una actitud de contrición, arrepentimiento y confesión.

1 Samuel 7:6 Y se reunieron en Mizpa, y sacaron agua, y la derramaron delante de Jehová, y ayunaron aquel día...

El ayuno también es usado como una expresión de gran duelo. Miren como lo usó David cuando murió Saúl y sus hijos.

2 Samuel 1:12 Y lloraron y lamentaron y ayunaron hasta la noche, por Saúl y por Jonatán su hijo, por el pueblo de Jehová y por la casa de Israel, porque habían caído a filo de espada.

Ester pidió que la acompañaran en ayunar por ella antes de una decisión o acción peligrosa o difícil.

Ester 4:16 Ve y reúne a todos los judíos que se hallan en Susa, y ayunad por mí, y no comáis ni bebáis en tres días, noche y día; yo también con mis doncellas ayunaré igualmente, y entonces entraré a ver al rey, aunque no sea conforme a la ley; y si perezco, que perezca.

Ahora necesitamos entender que hay peligros en ayunar.

1. Uno puede caer en la rutina de hacerlo. Entonces se hace ritualismo. Uno tiene que ayunar con un espíritu humillado, buscando justicia.

Isaías 58:2-3 (NVI)

... ³ y hasta me reclaman: "¿Para qué ayunamos, si no lo tomas en cuenta? ¿Para qué nos afligimos, si tú no lo notas?" Pero el día en que ustedes ayunan, hacen negocios y explotan a sus obreros.

2. El peligro que el ayuno se puede hacer una competencia.

Isaías 58:4 (NVI)

Ustedes sólo ayunan para pelear y reñir, y darse puñetazos a mansalva. Si quieren que el cielo atienda sus ruegos, ayunen, pero no como ahora lo hacen!

3. Otro peligro es que el ayuno se puede hacer un exhibicionismo, demostrarles a las personas qué tan espiritual eres, o podemos decir súper-espiritual. Anunciando al mundo que esto es lo que voy hacer.

2. Lo que Jesús enseñó del ayuno

v. 16

Mateo 6:16 (NVI)

Así que tenemos que notar lo que dice este versículo; **"Cuando ayunen."**

Hechos 13:1-3 (Biblia en Lenguaje Sencillo)

Mateo 6:16

no seáis austeros ~ No fingir la tristeza.

Soberbia, arrogancia, orgullo, altivez, jactancia son los sinónimos que describen su falsa humildad, es fingida.

ellos demudan sus rostros para mostrar a los hombres que ayunan ~

En hacer esto ellos verdaderamente demostraban su hipocresía. Increíble que la palabra hipocresía quiere decir "uno que habla de atrás de una máscara" "un actor". Y es lo que estaban haciendo.

*** No pongas una cara triste, como lo hacen los hipócritas, y anunciarla.

de cierto os digo que ya tienen su recompensa.

Aquí vemos el peligro de participar en los hechos religiosos, para ser visto por los hombres, para impresionarlos y recibir su alabanza. Ahí está tu recompensa.

v. 17

"Cuando ayunes" una vez más vemos que ellos practicaban el ayuno y que seguían ayunando.

Estas tres áreas (el orar, el dar limosna y el ayunar) era algo común que se practicaba y lo iban a seguir practicando. Pero hay que hacerlo en una manera correcta.

Pero tú, cuando ayunes ~ tu apariencia debe de ser normal.

*** Los religiosos ayunaban para demostrar que eran espirituales, hacían un show, para que los hombres los vieran.

vv. 17-18

*** Ahora, ayunar o no ayunar es tu decisión. No tiene nada de malo ayunar, siempre y cuando uno lo haga de la manera correcta y con el motivo correcto.

* Recuerda que el ayuno Bíblico no es para perder peso, sino para ganarte una relación más profunda con Dios.

Lucas 21:34 (NVI)

El ayunar no debe de practicarse para impresionar a los hombres ~ **sino a tu Padre que está en secreto; y tu Padre que ve en lo secreto te recompensará en público.**

*** El verdadero ayuno debe de hacerse en secreto. Es algo entre el discípulo, el creyente y Dios.

Y una vez más; el ayuno tampoco debe ser considerado como un "método de dieta".

Mateo 9:14-15

*** Vemos que el ayuno debe de ser una expresión natural de los sentimientos del alma.

Ayunar tiene beneficios, y ha beneficiado a muchos. Pero no tiene valor cuando se hace como una ceremonia religiosa.

*** Solo hay dos recompensas en el ayuno. Una es ser alabado por los hombres. O dos, ser bendecidos por Dios.

Bueno, ahora para aclarar una vez más; aunque en la Escritura el ayuno es la abstención de alimentos, existen otras maneras que algunos dicen que es ayunar.

Así que NO es ayuno; pero cualquier cosa que puedas hacer y ceder temporalmente con el fin de concentrarte más en Dios es bueno hacerlo.

Daniel 1:8 Y Daniel propuso en su corazón no contaminarse con la porción de la comida del rey, ni con el vino que él bebía; pidió, por tanto, al jefe de los eunucos que no se le obligase a contaminarse.

Daniel escogió no contaminarse, no dice que ayunó, pero no contaminarse. Y lo digo porque muchos lo consideran ayuno. Aunque él y sus compañeros comían frutas y vegetales y tomaban agua.

Daniel 1:12 Te ruego que hagas la prueba con tus siervos por diez días, y nos den legumbres a comer, y agua a beber.

Daniel escogió No contaminarse: Daniel y sus amigos consideraban la comida del rey como contaminación, al menos por tres razones.

- Primero, sin lugar a dudas, no era kosher.
- Segundo, probablemente era sacrificada a los ídolos.
- Tercero, el comer de la comida del rey implicaba compañerismo con el sistema cultural de Babilonia.

- Pero Daniel se opuso a la comida de la mesa del rey porque al comerla era una desobediencia directa de la palabra de Dios.

Ni con el vino que él bebía: Dios no prohibía el beber **vino**. Pero, sin embargo, en las culturas paganas, la mayoría del vino y la carne era dedicada a los dioses, así que Daniel y sus amigos lo rehusaron.

Y el punto es; rehusaron no contaminarse. No sacar una dieta nueva, o ayunar.

Aplicación:

- 1.** Es bueno ayunar; siempre y cuando puedas. Si tu salud no te lo permite, no lo hagas, o modifícalo.
- 2.** El ayuno es una expresión apropiada de humildad, de arrepentimiento y de devoción.
- 3.** Cristo Jesús nos ha hecho libres de las prácticas religiosas.

¿Cuándo debemos de ayunar?

- a. Cuando sentimos una atracción especial; el impulso de estar a solas con Dios.
- b. Cuando tenemos necesidades especiales.
- c. En esos momentos que tenemos que humillarnos ante Dios.
- d. Cuando necesitamos un poder muy especial.