

## 21 Días de Oración y Llamado a Ayunar

### *Caminemos con Dios*

23 Marzo 2020

Estudiando la forma en la cual podríamos introducir la invitación de Oración y Ayuno, me vino a la mente la historia de un personaje que camino con Dios, un hombre sencillo y humilde, quien a pesar de la maldad que existía en la tierra, (Génesis 6 :5) le parecía bien agradar a Dios, era una persona recta, piadosa y de mucha Fe (Hebreos 11:6), que vivía en un mundo inundado de maldad, en un mundo impío y falto de temor a Dios. De acuerdo con los estudiosos de la palabra, si Enoc camino con Dios, era porque como lo dice la Palabra, a Dios le agrado lo que Enoc reflejaba. Enoc anduvo con Dios y agrado tanto a Dios, que a pesar de que no fue un personaje relevante en la historia de la biblia, fue, en su descendencia, que Dios delego al personaje con el cual iba a dar inicio al primer juicio que tuvo con su creación, Noé; nieto de Matusalén.

“Vivió Enoc 65 años y engendro a Matusalén. Y camino Dios con Enoc, después de que engendro a Matusalén trescientos años y engendro hijos e hijas” (Génesis 5: 21-22.)  
Se cree que Enoc, por haber caminado con Dios, conoció de la decisión de Dios de traer juicio a su pueblo, (Judas 1 14-16).  
Matusalén significa. “Cuando el muera, Sera enviado”

Por lo cual Enoc, pudo haberle hecho una petición de que extendiera su Misericordia tanto como viviera su hijo (Matusalén vivió 969 años) quien es visto por muchos creyentes como un gran ejemplo de la misericordia extendida de Dios, ya que se considera como el hombre que más ha vivido.

Dato curioso que me llamo mucha la atención es que después de que Dios se arrepintió y nos mandó el arco iris como Pacto de que no volvería a mandar más agua para destruir toda carne (Génesis 9: 12-15), no decía que no, nos volvería a dejar ver y sentir su furia, al contrario, son muchos los versículos que hablan de la furia de Dios.

Con lo cual sin conocer más a profundidad los pensamientos del Señor, ya que sus pensamientos son insondables, para ninguno de nosotros no es desconocido que la maldad y la deshumanización que estamos viviendo en estos tiempos, no le deben estar agradando a Dios, su dolor de ver tanta maldad, egoísmo, insensibilidad, avaricia etc, etc, etc, son similares o perores que las que se vivieron antes del diluvio, por lo cual, si esto que estamos pasando en estos momentos es algo permitido por el Señor, solamente los que conocemos de su misericordia y Amor, sabemos que siempre ha sido y será su deseo que no quede una persona en este mundo sin que se le haya predicado y compartido la palabra y que de esta forma sea salvo.

Y es a eso es lo que hemos sido llamados desde que fuimos escogidos con un mensaje de arrepentimiento, volvernos de nuestros malos caminos, recibiendo a Dios como Señor y Salvador y preparándonos para luego ir y preparar discípulos que preparen la venida del Señor. Si Dios ha permitido esto es porque al igual que con Enoc hasta Noé, El siga extendiendo su misericordia hasta que no haya uno que se quede sin oír su palabra y se arrepienta de sus malos caminos. Es ahora cuando nosotros sus siervos, los que conocemos su palabra estamos llamados a predicar arrepentimiento y perdón, obediencia y adoración, en Amor y humildad, por obediencia a su Precioso y Santo Nombre. Es hora de hacer lo que Dios nos está llamando a hacer “Si se humillare mi Pueblo sobre el cual mi nombre es invocado, oren y busquen mi rostro, y se vuelven de sus malos caminos, entonces yo oiré desde los cielos, perdonare su pecado y sanare su tierra.”

Dios no quiere que nadie perezca si no que todos procedan al arrepentimiento. Que le agrada a Dios. Oremos y Alabemos en Obediencia a lo que Dios le agrada. Sacado de una serie de 6 Audios del Podcast de Nancy DeMoss Wolgemuth titulado *Caminando con Dios, la Vida de Enoc*.

Como le dije esta mañana en nuestra charla Pastora, esto es algo que Dios puso en mi corazón, pero siéntase libre de hacer los ajustes necesarios o suprimir lo que crea no va, al final la idea que Dios ha puesto en nuestro corazón es que en este tiempo, guíemos a los que quieran y sientan el deseo de unirse a nuestro ayuno en busca de ver la Gloria del Señor revelada en su esplendor en estos momentos de necesidad, es por El y para El que lo hacemos.

Dios con nosotros  
El ministerio del Discipulado de Epworth  
Junior y Nubia Rocha

## EJEMPLOS PARA AYUDAR EN TU AYUNO

### **Tipos de Ayuno de Alimentos:**

- Ayunar de algún alimento o bebida que le cueste dejar de comer o beber; ejemplo, dejar de tomar café o sodas durante un día, una semana o los 21 días.
- Dejar de comer una comida especial o predilecta durante una semana o por 21 días.
- Ayunar durante un solo día de la semana.
- Comer durante 6 horas y ayunar durante las 18 siguientes. (6/18) los días que quiera sin excederse
- Comer durante una hora, y ayunar durante las 23 siguientes (1/23)
- Ayuno de Daniel
- Comer solo ensaladas durante el ayuno.
- Ayunar de frutas durante un periodo de tiempo.
- Ayunar de tomar líquidos sin echarle azúcar o cualquier clase de sabores artificiales.

### **Ayuno de hábitos o actividades no saludables**

- Ayunar para dejar malas costumbres, por ejemplo:
- No tener actitudes negativas con tu prójimo durante una semana, o 21 días.
- No hablar mal de nadie durante 21 días.
- Ayunar de no quejas durante 21 días.
- Ayunar de no enojarnos durante 21 días.
- Ayunar durante 21 días sin redes sociales.
- Ayunar de no ser negativo durante 21 días.
- Entre muchos más que cada uno sabe que le cueste dejar y que sabe que es una costumbre en uno.
- Ayunar para quitar el desánimo en nuestras vidas
- Constant use of a particular app on your phone

### **Adquirir nuevos hábitos como por ejemplo**

*Se recomienda que uno empezar a levantarse temprano  
y lo primero que hago sea Orarle al Sr. para crear ese hábito.*

- Levantarme todos los días a una misma hora.
- Leer la palabra todos los días.
- Escuchar alabanzas durante una hora en el día o cuando voy al trabajo en el carro y en la devuelta.
- Hacer ejercicio (Trotar, caminar, ir al Gimnasio, etc.)
- Visitar o conectarme a alguien necesitado.
- Visitar o conectarme a alguien enfermo.
- Regalar algo a alguien que lo necesite.