

EDITORIAL BETANROS

EL AYUNO ESCOGIDO POR DIOS

Una guía práctica y espiritual para el ayuno



Arthur Wallis

**EL AYUNO
ESCOGIDO POR DIOS**

Por ARTHUR WALLIS

¿No es más bien el ayuno que yo escogí?

ISAÍAS 58:6

© 1974 EDITORIAL CARIBE
P.O. Box 141000
Nashville, TN 37214-1000

Publicado originalmente en inglés con el título de
GOD'S CHOSEN FAST
Copyright © 1968 por Arthur Wallis
Publicado por Victory Press
Eastbourne, Sussex, England

Versión castellana: María Amalia Porro

ISBN 0-88113-006-0

Reservados todos los derechos.
Prohibida la reproducción total o parcial, ya sea
mimeografiada o por otros medios, sin la previa
autorización escrita de la Editorial Betania.

A menos que se indique lo contrario, todas las citas
bíblicas fueron tomadas de la Versión Reina-Valera,
revisión de 1960, © 1960 Sociedades Bíblicas Unidas.

Printed in U.S.A.

E-mail: caribe@editorialcaribe.com

10ª Impresión

Indice

Prefacio	7
1. ¿Por qué ayunar?	11
2. El ayuno natural	16
3. El ayuno total	19
4. El ayuno parcial	23
5. Cuándo — no si lo hicieréis	28
6. Ahora es el tiempo	31
7. Ayunos regulares y ayunos públicos ...	36
8. El ayuno para Dios	43
9. Por nuestra santidad	49
10. Para ser oídos en lo alto	55
11. Para cambiar el parecer divino	61
12. Para liberación de los cautivos	66
13. Ayunaron para liberación	73
14. Para recibir revelación	79
15. Las ollas de carne egipcia	85
16. El golpear el cuerpo	91
17. ¿Qué es el ascetismo?	98
18. El ayuno y el cuerpo	105
19. Para salud y sanidad	111
20. Cómo empezar el ayuno	117
21. Cómo romper el ayuno	122
22. Diario de un ayuno	130
23. En los postreros días	143

A P E N D I C E S

I. Referencias dudosas sobre el ayuno ...	151
II. Preguntas prácticas contestadas	156
III. Buena alimentación	162
Indice bíblico	165

Las citas bíblicas corresponden a la Versión Reina Valera, Revisión 1960, a menos que se indique lo contrario. Lo tratado entre corchetes, es del autor.

En varias de las librerías evangélicas de una gran ciudad pregunté si tenían en existencia alguna publicación que tratara sobre el ayuno, pero no pudieron indicarme ni un solo título. Días después, en esa misma ciudad, entré a un establecimiento dedicado a la venta de Productos Diéticos y compré un libro que trataba sobre el ayuno y la salud corporal. De inmediato llegué a la conclusión de que se había escrito mucho más sobre el aspecto físico del ayuno, por reformadores en la materia, que todo lo que sobre el mismo hubiera sido tratado por autores cristianos. *Tiempo después tuve la satisfacción de conseguir el libro de Gordon Cove, Revival now Through Prayer and Fasting, y un ejemplar del de David Smith, Some Light on Fasting.* Los referidos libros contienen valiosas enseñanzas y acertados consejos sobre el tema. Esas y dos o tres publicaciones estadounidenses parecía que era todo lo que se había escrito al respecto.

Ya que por años he podido comprobar no solamente el gran valor sino también la bendición que trae aparejado el ayuno, me sentí hondamente preocupado de que tantos creyentes fervorosos

Las citas bíblicas corresponden a la Versión Reina Valera, Revisión 1960, a menos que se indique lo contrario. Lo tratado entre corchetes, es del autor.

En varias de las librerías evangélicas de una gran ciudad pregunté si tenían en existencia alguna publicación que tratara sobre el ayuno, pero no pudieron indicarme ni un solo título. Días después, en esa misma ciudad, entré a un establecimiento dedicado a la venta de Productos Diéticos y compré un libro que trataba sobre el ayuno y la salud corporal. De inmediato llegué a la conclusión de que se había escrito mucho más sobre el aspecto físico del ayuno, por reformadores en la materia, que todo lo que sobre el mismo hubiera sido tratado por autores cristianos. Tiempo después tuve la satisfacción de conseguir el libro de Gordon Cove, *Revival now Through Prayer and Fasting*, y un ejemplar del de David Smith, *Some Light on Fasting*. Los referidos libros contienen valiosas enseñanzas y acertados consejos sobre el tema. Esas y dos o tres publicaciones estadounidenses parecía que era todo lo que se había escrito al respecto.

Ya que por años he podido comprobar no solamente el gran valor sino también la bendición que trae aparejado el ayuno, me sentí hondamente preocupado de que tantos creyentes fervorosos

aparentemente nunca le habían prestado atención al tema. Esta inquietud se hizo una compulsión en mí para compartir con los que ansían lo mejor de Dios, lo que la Biblia dice sobre este ejercicio espiritual.

Mi meta ha sido la de proporcionar un manual que trate no solamente de los pasajes principales que hay en la Escritura sobre el ayuno, incluyendo además un índice bíblico, sino tratar de la manera más amplia posible los puntos prácticos involucrados en el ayuno.

En la sección del libro que trata el aspecto físico y el práctico, he dedicado más espacio al ayuno prolongado, por considerar que es en esa clase donde es tan necesaria una clara comprensión del aspecto físico del mismo. Esto no debe guiar al lector a suponer que todos son llamados a hacer ayunos prolongados o que el ayuno de corta duración es, comparativamente hablando, de menos estima a los ojos de Dios. Todo lo contrario. Empero, será de ayuda para los que practican sólo los ayunos más breves, comprender cómo se comporta el organismo durante un ayuno prolongado.

Es indudable que el tratamiento de este aspecto físico entra en el campo del médico más bien que en el del estudiante de la Biblia, y es por ello que quiero dejar expresa constancia de mi gratitud a los escritos de los doctores Otto Buchinger, de Alemania, y a Herbert Shelton, de los Estados Unidos, ambos expertos en el campo del ayuno terapéutico, tanto como a aquellos amigos, profesionales médicos, que tan gentilmente se prestaron a leer el manuscrito y a revisar cuidadosamente lo escrito sobre este aspecto del te-

ma. Estoy sumamente reconocido a ellos y a tantos otros que me han ofrecido valiosas sugerencias. Asimismo debo expresar mi gratitud al ex profesor James Orr, por su artículo sobre el asceticismo, publicado en el *Protestant Dictionary*, y al autor del artículo sobre el ayuno que aparece en *Hasting's Encyclopaedia of Religion and Ethics*.

El haber sacado a la luz nuevamente una verdad que por tanto tiempo ha sido pasada por alto, hace que con frecuencia la misma sea recalcada en demasía. En relación con este tema me he sentido consciente de ello, y por lo mismo procuraré darle el justo peso que le proporciona la Escritura. La verdad es como un retrato, si se le exagera un rasgo, deja de ser un retrato para convertirse en una caricatura. Aquellos que le dan al ayuno una importancia desproporcionada respecto del lugar que tiene en la Escritura no hacen más que presentar una caricatura que sólo sirve para que las personas serias y bien intencionadas dejen de lado este medio divinamente señalado, como si fuera algo para maniáticos o chiflados.

El ayuno es importante. Quizá más que lo que la mayoría de nosotros creímos en un tiempo, y confío que este libro lo demostrará. No obstante, no se trata de una doctrina bíblica fundamental, una piedra basal de la fe o de una panacea para cada mal espiritual. Sin embargo, cuando se lo ejercita con un corazón puro y animado por motivos sanos, el ayuno puede proporcionarnos una llave para abrir puertas en aquellos lugares donde otras llaves han fracasado; es una ventana que abre nuevos horizontes en el mundo invis-

ble; un arma espiritual provista por Dios y poderosa "para derribar fortalezas". Quiera Dios usar este libro para despertar a muchos de su pueblo a reconocer las posibilidades espirituales que se hallan latentes en el ayuno que Dios ha escogido.

1

¿POR QUE AYUNAR?

Por espacio de casi un siglo y medio el ayuno ha estado fuera de "moda", al menos en las Iglesias de Occidente. La misma idea de que en realidad hoy día alguien ayune parece extraña a la mayoría de los cristianos de este siglo XX. Lo asocian con el cristianismo de la época medieval o quizá con prácticas relacionadas con el sector conservador de la Iglesia Anglicana. Es indudable que muchos tienen presente que dirigentes políticos, Mahatma Gandhi entre ellos, se han valido del ayuno como un arma de resistencia pasiva. Como ejercicio espiritual pensarían que está limitado a los creyentes que tal vez sean un poco extremos o fanáticos en su manera de ser.

Hay otros cuyo recelo se fundamenta en el aspecto práctico. Para los tales el ayuno y el estar hambrientos son términos sinónimos y temen que debe ser perjudicial por cuanto "nadie aborreció jamás a su propia carne, sino que la sustenta y la cuida". Efesios 5:29. En forma casi instintiva se oponen al ayuno.

—Tenga cuidado— dicen —puede perjudicar seriamente su salud. Con una vida tan agitada como la suya no puede debilitarse.

¿Por qué semejante actitud frente a una práctica que resulta tan obviamente espiritual? Una razón es que el ayuno era una de las características dominantes del ascetismo que apareció en la era post-apostólica y que se hizo extremo, en cuanto a forma como extendido en influencia durante la época medieval. Luego el péndulo osciló hacia el otro extremo cuando se puso en contra de todo lo que tuviera visos de ascetismo. En la actualidad la Iglesia sufre las consecuencias de esa reacción. Todavía no hemos recobrado el equilibrio espiritual del cristianismo del Nuevo Testamento.

Hace un tiempo tuve oportunidad de escuchar a un excelente expositor bíblico en una conferencia en la que llamaba a la reflexión sobre la contestación que diera el Señor cuando le preguntaron respecto del ayuno, a lo que había respondido: "¿Acaso pueden los que están de bodas ayunar mientras está con ellos el esposo?" Esas palabras del orador fueron de ayuda, no cabe duda, pero ni una sola vez se refirió al ayuno ni explicó si el mismo tenía algún lugar en la economía de la vida cristiana hoy día.

Cuando nuestra mente está condicionada por el prejuicio o paralizada por los puntos de vista tradicionales, podemos estar confrontados con una verdad bíblica vez tras vez sin que la misma siquiera nos roce. Nuestra inhibición espiritual en lo que concierne a esta verdad nos deja ver pero no percibir. La verdad permanece latente. La asimilamos mentalmente pero no la aplicamos espiritualmente. Esto es particularmente cierto con el ayuno.

Sin embargo, cuando tal verdad es encendida

primero por el Espíritu Santo, de inmediato surge un conflicto en la mente de la mayoría de las personas. La realidad es que de pronto la Biblia se ha vuelto "viva y poderosa", y surge una acometida contra nuestras actitudes y prejuicios tradicionales.

El resultado de este asalto revela si es que estamos abiertos para recibir y obedecer esta nueva luz de Dios o no, y de este modo crecer en el conocimiento de la verdad. El propósito de este libro es el de confrontarnos con el hecho de si estamos preparados para someter nuestra actitud presente respecto del ayuno (o nuestra falta de ayuno) a la prueba ácida de la Palabra de Dios, y luego a "no pensar más de lo que está escrito". 1 Corintios 4:6.

En uno u otro lugar en este libro se tratan la mayoría de las referencias bíblicas sobre el ayuno. Es probable que el lector se sorprenda, como realmente le sucedió al autor, al comprobar que la Escritura tiene tanto para enseñarnos por medio de preceptos y ejemplos respecto del valor de esta práctica. En sus páginas se encierran también advertencias, ya que el ayuno tiene sus peligros, los que he tratado de señalar.

Entre los grandes santos de Dios que ayunaron, y de quienes leemos en las páginas sagradas están Moisés, el legislador; David, el rey; Elías, el profeta; y Daniel, el vidente. En el Nuevo Testamento tenemos el ejemplo de nuestro Señor y de sus apóstoles. Es evidente también que el ayuno tenía su lugar en la vida de la Iglesia Primitiva. Esta práctica bíblica no estaba limitada sólo a los hombres. En el Antiguo Testamento hallamos el nombre de una mujer llamada Ana,

y en las páginas del Nuevo encontramos a otra mujer también llamada Ana, que entran en la categoría de aquellos intercesores que ayunaron tanto como oraron.

Algunos de los grandes hombres en la historia de la Iglesia también acostumbraban a ayunar y dieron testimonio de su valor. Entre ellos se puede mencionar a grandes reformadores como Lutero, Calvino y Knox. Esta práctica no estaba limitada a ninguna escuela teológica en particular. Encontramos al calvinista Jonatán Edwards colaborando con el arminiano Wesley y a David Brainard confraternizando con Carlos Finney.

Esos nombres representan a grandes eruditos y predicadores, ministros y misioneros, predicadores que llamaban a un avivamiento y a evangelistas. En la lista de los que ayunaron podemos encontrar el nombre del pastor Hsi, de China y el del pastor alemán Blumhardt, hombres a los que Dios usó hace un siglo en sus respectivos campos de labor para la liberación de gente oprimida por Satanás. El tiempo no alcanzaría para referirnos al creciente número que Dios está levantando y usando hoy día en este mismo ministerio a través del ayuno y la oración.

Las obras de los grandes casi no pueden pasar desapercibidas. Sus cuerpos aún no se han enfriado en sus tumbas cuando los historiadores ya están hurgando en busca de sus apuntes personales y sus diarios privados. Solamente cuando en aquel día se abran los registros celestiales quedará al descubierto el gran número de santos anónimos, que no han legado ningún diario personal y de los que no se ha ocupado ningún historiador; sino que fueron hombres que oraron

con ayuno al Dios que ve en secreto. Con seguridad que ellos también brillarán en el firmamento de aquellos ilustres santos "como las estrellas a perpetua eternidad".

En la época del Nuevo Testamento el ayuno era un canal de poder. A medida que la espiritualidad menguaba y la mundanalidad florecía en las iglesias el poder y los dones del Espíritu fueron desapareciendo.

Con la pérdida del poder interior, los hombres tuvieron que aferrarse tan sólo a lo que les quedaba: la forma externa. Se dio más y más énfasis a actos externos tales como el ayuno, aunque carente del espíritu interior que solamente podría darle valor. El asceticismo llegó a ser una señal de piedad y espiritualidad. Las palabras de Pablo sobre la "aparición de piedad, pero negarán la eficacia de ella", 2 Timoteo 3:5, se cumplían.

Pero, loado sea Dios que está amaneciendo un nuevo día y una renovada sed por el Espíritu está empezando a sacudir a la adormecida Iglesia. Es un día de renovación espiritual. Por doquier se pueden apreciar la búsqueda y la inquietud, las cargas y los anhelos. El clamor de la Iglesia está ascendiendo al cielo. El Espíritu de Dios se mueve. ¿Qué es esto sino los primeros dolores del parto de la nueva era que pronto verá la luz?

Dios está resuelto a conseguir una Iglesia sin mancha y sin arruga, una esposa ataviada para su amado Hijo. Personalmente, tengo la convicción de que en los dolores de parto que llevarán al alumbramiento, descubriremos uno de los secretos de la Iglesia Primitiva y que se había perdido: el poder que es liberado a través de la práctica verdaderamente bíblica de ayunar para Dios.

EL AYUNO NATURAL

Y después de haber ayunado cuarenta días y cuarenta noches, tuvo hambre.

Mateo 4:2

Hay personas a las que, cuando no les agrada el exacto sentido literal de algo que se encuentra en la Biblia, se sienten tentadas a espiritualizarlo, restándole así su fuerza. Luego que la verdad se convierte en algo nebuloso, deja de tener aplicación práctica. Su filo ha sido embotado y ya no puede cortar. En general esto es lo que la iglesia profesante y en particular, los evangélicos, se han inclinado a hacer con la enseñanza bíblica relativa al ayuno.

—Ayunar— dicen los tales —no es simple ni necesariamente abstenerse de comer sino de cualquier otra cosa que impida nuestra comunión con Dios—. O bien señalan: —Ayunar significa pasarse sin algo, practicar la negación del yo—. Basta ampliar el significado lo suficiente para hacer que desaparezca su filo.

Es cierto que además de la comida hay muchas cosas que pueden impedir nuestra comunión con

Dios. También es verdad que necesitamos practicar el renunciamiento a nosotros mismos. El hecho es, empero, que “ayunar” en primer lugar significa no comer.¹ Notamos que en los tiempos bíblicos tenían lugar tres formas principales de ayuno, pero que cada una involucraba una abstinencia literal. Si en ocasiones la palabra puede ampliarse para incluir otras maneras de auto-negación esto no altera su significado básico.

Por razones de conveniencia al primero y al más corriente lo llamaremos *el ayuno natural*. Lo que está involucrado en este tipo de ayuno puede notarse con toda claridad en la primera mención que el Nuevo Testamento hace del ayuno: Jesús ayunó... y después tuvo hambre. Esto significa que se abstuvo de toda clase de comida, ya fuera sólida o líquida, pero no de agua. A través de los detalles que tenemos resulta claro que el ayuno de nuestro Señor fue de esta clase.

La Escritura nos dice que “no comió nada”, Lucas 4:2, pero no se refiere a que no bebiera. Y continúa el relato bíblico: “tuvo hambre”, pero no menciona que tuviera sed. Aunque los dolores provocados por la sed son más intensos que los producidos por la necesidad de comer, Satanás no lo tentó para que bebiera sino para que comiera. Todo ello nos sugiere que su ayuno fue de abstinencia de comida, pero no de líquidos. Es más, nuestro organismo no podría sobrevivir cuarenta días sin ingerir líquidos a no ser que fuera sustentado en forma sobrenatural.

No hay nada que nos sugiera que el verdadero ayuno implique también el no dormir. Dios pue-

¹ En griego *nesteo*, de *ne*, un prefijo negativo y *estho*, comer.

de llamarnos a que no durmamos por un breve espacio de tiempo, tal como pasar una noche sin dormir. Pablo se refiere a "desvelos" como algo distinto de "ayunos", 2 Corintios 6:5; 11:27. Si el no dormir fuera esencial para el ayuno, no sería posible llevar a cabo un ayuno prolongado a no mediar una intervención sobrenatural. El cuerpo reclama dormir antes que beber, y de no hacerlo, tarde o temprano sucumbiría y así, aunque involuntariamente, terminaría el ayuno.

El ayuno natural, por lo tanto, involucra abstenerse de toda forma de comida pero no de agua y debe distinguirse de las otras dos clases de ayuno, el *total* y el *parcial*, los que consideraremos en los próximos capítulos.

EL AYUNO TOTAL

*Estuvo tres días sin ver, y no comió ni bebió.
Hechos 9:9*

En la Escritura contamos con unos pocos ejemplos de lo que hemos llamado *ayuno total*, es decir, del ayuno con abstención tanto de comida como de bebida. Por lo general este tipo de ayuno no duraba más de tres días, quizá porque de hacerlo por más tiempo podría resultar perjudicial para el organismo. Este puede pasar períodos más o menos largos sin recibir alimentos, y sacar ventaja de esto, pero en cambio no puede pasar mucho tiempo sin tomar agua.

Leemos que Esdras "no comió pan ni bebió agua, porque se entristeció a causa del pecado de los del cautiverio". Esdras 10:6. Estaba abrumado por el pesar y estupefacto frente a la vergonzosa componenda del pueblo, en la cual los sacerdotes, levitas y oficiales, marchaban a la cabeza. Esdras señaló: "rasgué mi vestido y mi manto, y arranqué pelo de mi cabeza y de mi barba, y me senté angustiado en extremo". Esdras 9:3. Tanta era la preocupación que lo agobiaba que no comió ni bebió.

La reina Ester le dio instrucciones a Mardoqueo, señalándole: "Ayunad por mí, y no comáis ni bebáis en tres días, noche y día: yo también con mis doncellas ayunaré igualmente." Ester 4:16. Una crisis grave en extremo amenazaba con exterminar a toda la raza judía. Ni la misma Ester, pese a que era la reina, podía esperar salvarse de la muerte. Fue entonces que ordenó este ayuno total a causa de la crítica situación por la que atravesaba su pueblo. Situaciones críticas hacen necesario que se tomen medidas de este calibre.

Saulo de Tarso arribó a Damasco aturrido y desesperado luego de su encuentro con el Cristo resucitado. Allí "estuvo tres días, sin ver, y no comió ni bebió". Hechos 9:9. La revolución espiritual que había ocurrido en el joven fariseo serviría no sólo para alterar el curso de su vida, sino también para dar forma a la Iglesia cristiana. Tal vez el impacto que recibió entonces fue tan tremendo que ni se acordó de comer o de beber.

Las Escrituras hacen referencia a ayunos totales que sin duda fueron sobrenaturales en carácter a causa de su duración. En dos ocasiones, y por espacio de cuarenta días y cuarenta noches cada vez, Moisés estuvo en la presencia de Dios y no comió ni bebió, Deuteronomio 9:9, 18; Exodo 34:28. La primera fue cuando Dios le dio los Diez Mandamientos y la segunda ocasión inmediatamente después, cuando se encontró con que el pueblo estaba adorando al becerro de oro, quebrantando así la Ley aun antes de haberla recibido formalmente. Estos dos ayunos se sucedieron virtualmente sin intervalo y si se los usa constituyen lo que es sin lugar a dudas el ayuno

más largo de toda la Biblia; ochenta días sin comer o beber.

También el viaje que Elías realizara a Horeb parece haber sido iniciado durante un ayuno total. De ser así, el mismo debe haber sido sobrenatural. Debajo del enebro donde se encontraba durmiendo luego de escapar de manos de Jezabel, el profeta fue despertado por un ángel que le ofreció una torta cocida sobre las ascuas y una vasija con agua. Por dos veces el ángel lo instó para que comiera y bebiera y "fortalecido con aquella comida caminó cuarenta días y cuarenta noches hasta Horeb, el monte de Dios". 1 Reyes 19:8.

Un viaje de semejante duración a través del ardiente desierto, si es que concluyó sin más alimentos, como implica la Escritura, constituye un ayuno total tan sobrenatural como los de Moisés. Si así fue, tenemos otro paralelo sorprendente entre estos dos destacados representantes del Viejo Pacto; Moisés, el dador de la Ley, y Elías, su restaurador, Malaquías 4:4-6; Marcos 9:12, por cuanto ambos concluyeron su vida terrena en forma milagrosa y asimismo reaparecieron sobrenaturalmente con Cristo en el monte de la transfiguración.

Aunque dejemos de lado ayunos como éstos, que hicieron época, llegamos a la conclusión de que el ayuno total es una medida extraordinaria para una situación fuera de lo común. Por lo general es algo reservado para emergencias de orden espiritual. Se sabe de casos de extrema necesidad que no se rindieron a la oración regular y al ayuno, pero que se solucionaron cuando la persona que intercedía fue guiada por Dios para

hacer un ayuno total. Esto es particularmente cierto en casos de terribles posesiones por espíritus malignos. La persona, empero, debe estar muy segura de que Dios la guía a practicar esa clase de ayuno por un período de tiempo mayor de tres días.

4

EL AYUNO PARCIAL

No comí manjar delicado, ni entró en mi boca carne ni vino.

Daniel 10:3

En este ayuno se hace énfasis a la restricción de la dieta más bien que a una abstención total de comida. Al comienzo del libro de Daniel se nos da a conocer a este joven y a sus compañeros. Habían sido escogidos de entre el grupo de exilados hebreos por su noble ascendencia y sus dotes intelectuales, con el propósito de que recibieran una instrucción adecuada con miras a que entraran al servicio del rey de Babilonia.

Estos jóvenes resolvieron no contaminarse con la deliciosa ración del rey ni con el vino que éste bebía, ya que primero tanto la comida como la bebida era ofrecida a los dioses babilonios. En lugar de los deliciosos manjares pidieron que se les diera legumbres para comer y agua para beber. El mayordomo, bajo cuyo cuidado estaban, accedió a poner a prueba el efecto de esta sencilla dieta por espacio de diez días. Al fin de ese tiempo, leemos que "pareció el rostro de ellos mejor

y más robusto que el de los otros muchachos que comían de la porción de la comida del rey". Daniel 1:15.

No podemos afirmar que se tratara de una intervención sobrenatural, pero es un hecho comúnmente aceptado por los dietistas que una alimentación sencilla y saludable es mucho más beneficiosa para el organismo que una comida muy elaborada. Las personas que regularmente alternan en círculos donde de continuo se ven obligados a asistir a banquetes, comidas y otras reuniones donde se bebe en exceso, con frecuencia están acosadas por enfermedades causadas por esos excesos, incluso por trombosis coronaria. Todas las clases de ayuno, por otra parte, son muy buenas para el organismo y muchísimas personas aun fuera de los círculos cristianos ayunan por razones de salud.

El valor del ayuno parcial, sin embargo, no está confinado en manera alguna a lo físico. En el mismo libro de Daniel leemos unos capítulos más adelante, cómo el profeta recibió una revelación divina sobre el futuro de Israel, su pueblo. Allí describe cómo buscó al Señor para entender la visión y lo hace en estos términos: "En aquellos días yo Daniel estuve afligido por espacio de tres semanas. No comí manjar delicado, ni entré en mi boca carne ni vino, ni me ungué con unguento, hasta que se cumplieron las tres semanas." Daniel 10:2, 3.

No explica nada que nos dé a entender por qué no hizo un ayuno normal, como lo vimos haciendo en capítulos previos. Tal vez asuntos de Estado u otras circunstancias se lo impidieron, o posiblemente fue porque Dios lo habrá guiado

a obrar de ese modo. Indudablemente existe un positivo valor espiritual en un tiempo especial de buscar a Dios, con una dieta tan limitada. Para Daniel resultó en una gran victoria espiritual sobre los poderes de las tinieblas y además, por medio de un mensajero celestial le fue revelada la visión.

Algo análogo a un ayuno parcial se puede notar en el período de preparación espiritual de Elías. En Querit los cuervos le traían pan y carne por la mañana y por la tarde, y bebía del agua del arroyo. Tiempo después, cuando estuvo en casa de la viuda en Sarepta de Sidón se alimentó con tortas cocidas, hechas con harina y aceite. 1 Reyes 17.

Tanto como la preparación de este hombre de Dios en la auto-negación, requisito indispensable para uno al que Dios le va a otorgar poder espiritual, era apropiado que la dieta del siervo de Jehová fuera de lo más sencilla mientras que había hambre en la tierra y muchos de sus compatriotas morían por falta de comida. Para poder ministrar eficazmente a los que tienen necesidades es menester que nos identifiquemos con éstas y estemos donde ellos están.

Una creyente, rusa de nacimiento, causó una profunda impresión a un matrimonio cristiano cuando hace unos años se hospedó en su granja. Maravillosamente convertida, Dios la había llamado para que lo sirviera en un campo de refugiados en Austria. Cortésmente declinó la crema hecha a base de un maíz especial que este matrimonio presentaba en la mesa en casi todas las comidas y se limitó a una dieta de lo más sencilla, explicando a quienes la hospedaban que no podía

ser de otra manera cuando sus hermanos y otros entre los que ella trabajaba soportaban tantos infortunios. Dios nunca deja de honrar una auto-negación como ésa.

En el Nuevo Testamento, Juan el Bautista se nos presenta como la contraparte de Elías. En los registros de los evangelios leemos que además de ayunar con frecuencia, el Bautista se alimentaba con una sencillísima dieta de langostas y miel silvestre.

El ayuno parcial permite que el mismo sea variado y muchos lo han probado con gran bendición y asimismo se han beneficiado. Una de las diversidades que permite este tipo de ayuno es la de alimentarse exclusivamente con una clase de comida todo el tiempo que lo observa. Durante los primeros días que pasó en Georgia, Juan Wesley siguió una dieta de pan; vivió exclusivamente de pan seco. Lo hizo en relación a lo que pensaba que era un caso de posesión demoníaca.¹

Otros han ayunado parcialmente suprimiendo una cierta comida cada día, limitando estrictamente así la cantidad de comida ingerida. En las biografías de Rees Howells leemos que siguió este método en una época cuando Dios lo estaba preparando para iniciar una nueva obra: "no almorzó durante varios días... pero pasó ese tiempo con Dios".² Es necesario prestar atención no sea que luego de haber suprimido una comida, ¡se coma con exceso en las siguientes!

El ayuno parcial es de gran valor especialmente cuando las circunstancias hacen que resulte

imposible o inconveniente realizar un ayuno natural. Ciertamente requiere idéntica auto-disciplina. Es más apropiado para las personas mayores o aquellas con una constitución física débil y que no pueden hacer un ayuno natural. Además, aquellos que nunca han ayunado pueden considerar este tipo de ayuno como punto de partida y luego seguir con un ayuno natural. Una de las grandes ventajas del ayuno parcial es que aunque se lo haya practicado por un período prolongado se pueden reasumir la ingestión normal de alimentos de inmediato, cosa que no es posible con los otras dos clases de ayuno.

Más adelante veremos que bajo estas tres clases principales de ayuno considerados, el ayuno bíblico puede ser tanto público como privado, regular como ocasional, involuntario tanto como voluntario.

Asimismo consideraremos las distintas necesidades y circunstancias que movían a los hombres a ayunar y cuál es su aplicación para nosotros en la actualidad. En primer lugar, sin embargo, debemos examinar las dos declaraciones claves de nuestro Señor relativas al ayuno, porque ellas deben determinar nuestra actitud para con todo este tema.

¹ N. CHURNOCK (Ed). *Diarios de Wesley* (Vol. 1).

² NORMAN GRUBB, *Rees Howells, Intercesor*, Lutterworth Press/C.L.C.

CUANDO - NO SI LO HICIEREIS

Cuando, pues, des limosna... cuando ores... cuando ayunéis...

Mateo 6:2, 5, 16

Al darles la Gran Comisión, Cristo mandó a sus apóstoles diciéndoles: "Id, y haced discípulos a todas las naciones... enseñándoles que guarden todas las cosas que os he mandado." Mateo 28:19, 20. Por espacio de más de un siglo ha existido la tendencia de recalcar y exaltar las enseñanzas de las epístolas de tal manera como para sugerir que substituyen a las enseñanzas de Cristo tal como las tenemos en los evangelios.

Algunos hasta han llegado a afirmar que las enseñanzas contenidas en el Sermón del monte no tienen aplicación directa para los creyentes hoy día, que son básicamente mesiánicas y judías y que se cumplirán en una era milenaria futura. Los que así piensan no sólo están equivocados sino que se hallan en directa contraposición con la comisión de Cristo citada. Si esas palabras tienen algún significado, seguramente es que Jesús se las enseñó a sus discípulos para

que ellos a su vez las enseñaran a las generaciones siguientes de discípulos y para que fueran obedecidas hasta la consumación de los siglos. Ver también 1 Timoteo 6:3, 4.

¿Qué es lo que nuestro Señor enseñó a sus discípulos acerca del ayuno? Eso ciertamente debe regir nuestra conducta hoy día. En el subtítulo hemos citado la primera de sus dos declaraciones más importantes sobre el tema.

Al hablar sobre el dar, orar y ayunar, Jesús advirtió a sus oyentes de la futilidad de practicar su piedad delante de los hombres para ser vistos. Mateo 6:1-18. Jesús no dijo "Si das limosnas", sino "cuando, pues, des limosna". Dio por sentado que las generaciones sucesivas de discípulos reconocerían la obligación que tenían de dar. No señaló: *Si oras*, como si la oración fuera algo opcional, sino "*cuando ores*", aclarando de este modo que reconocerían la oración como algo vital.

Tampoco les explicó "*si ayunas*", como si el ayuno fuera algo que los discípulos podían sentirse guiados a hacer o no, o como si fuera algo que se aplicara solamente a una selecta minoría de apóstoles, profetas, predicadores o dirigentes. De modo inequívoco, categórico y sin reservas declaró a la gran masa de sus discípulos "Cuando ayunéis..." No dejó lugar a dudas de que daba por sentado que se ejercitarían en obedecer la dirección del Espíritu en esto tanto como en orar y dar cuando la ocasión lo requiriera.

Es significativo que el Señor trata sobre el ayuno como un ejercicio espiritual distinto de la oración. Aunque el ayunar y el orar, por lo general, son dos cosas que van unidas tanto en

la Escritura como en la experiencia, no siempre es así. No deberíamos pensar en ayunar como si el ayuno fuera una cosa semi-independiente, siempre unida a la oración. Todo lo contrario, el ayuno en ocasiones puede cumplir un propósito espiritual de por sí.

Así como puede haber oración sin ayuno, también en ocasiones pueden haber ayunos verdaderamente aceptables a Dios sin oración, al menos en el sentido de intercesión.

En el ayuno que figura en el libro de Ester no hay ninguna mención de que el mismo fuera acompañado de oración. En el ayuno de los profetas y maestros de Antioquía leemos que ayunaron y ministraron al Señor pero no se menciona de que pasaran este tiempo en oración. Hechos 13:2.

El hecho de que uno no pueda dedicarse a la oración durante el tiempo que dure el ayuno no significa que el período que no es acompañado de oración específica carezca de valor espiritual. Ayunar, como veremos más adelante, tiene muchos otros propósitos, además del muy importante propósito de facilitar la intercesión.

6

AHORA ES EL
TIEMPO

*Vendrán días cuando el esposo les será quitado,
y entonces ayunarán.*

Mateo 9:15

Esta segunda e importante declaración de Jesús respecto del ayuno fue dada en respuesta a una pregunta de los discípulos de Juan el Bautista: "¿Por qué nosotros y los fariseos ayunamos muchas veces, y tus discípulos no ayunan?" La respuesta de Cristo es sumamente pertinente a la pregunta de si los cristianos hoy día deben ayunar. Les señaló: "¿Acaso pueden los que están de bodas tener luto entre tanto que el esposo está con ellos? Pero vendrán días cuando el esposo les será quitado, y entonces ayunarán."

Aunque hubo ocasiones cuando Jesús y los discípulos pasaron hambre o cuando a causa de las demandas de la obra no tenían suficiente tiempo libre para comer, no tenemos evidencias de que él o los discípulos llevaran a cabo un definido ayuno voluntario fuera de los cuarenta días que él pasó en el desierto con anterioridad a la iniciación de su ministerio público. Jesús les ex-

plica el porqué: El esposo todavía estaba con ellos, los invitados a las bodas; era un tiempo de regocijo, no de ayuno; era época de alegría, no de tristeza.

Había amanecido un nuevo día y el reino de Dios se había acercado. El viejo orden con sus ritos, y ceremonias y esclavitud legalista había terminado para siempre. Aun cuando el esposo les fuera quitado no volverían al legalismo ni al ascetismo del viejo orden. Aunque los discípulos volvieran a ayunar, lo harían por motivos diferentes, y con un espíritu distinto del que caracterizaba el ayuno de los fariseos o aun de Juan el Bautista. Como Jesús siguió explicándoles, el viejo odre judaístico no era un receptáculo apropiado para el nuevo vino del Espíritu.

"Vendrán días cuando el esposo les será quitado, y entonces ayunarán." Esta es tal vez la declaración más crucial en el Nuevo Testamento sobre el ayuno. ¿A qué período de tiempo se refería Jesús? ¿Podía haber sido al breve período que mediaba desde su arresto hasta su reaparición en la resurrección? Algunos han creído que sí por sus palabras "todavía un poco, y no me veréis; y de nuevo un poco, y me veréis... De cierto, de cierto os digo, que vosotros lloraréis, y lamentaréis, y el mundo se alegrará; pero aunque vosotros estéis tristes, vuestra tristeza se convertirá en gozo." Juan 16:16, 20. Este punto de vista ha sido expresado así:

"El fue quitado de en medio y ellos ayunaron y estuvieron tristes durante esos días de tinieblas. Empero volvió y de pie en el monte que él les había mandado ir, les dijo: "He aquí yo estoy con vosotros todos los días." Entonces ya no

hay más lugar para la aflicción, no tiene cabida el rostro triste, angustiado, sino que hay lugar para gozarse, para alegrarse y regocijarse."¹

Según este punto de vista, los días en que el esposo estaría ausente estaban limitados a tres o como máximo a cuatro. Con la resurrección de Cristo y su reaparición el tiempo de ayuno había concluido.

Aun que esta teoría resulte muy agradable, es insostenible por varias razones: Primeramente porque ésta no es una era de alegría ilimitada; ciertamente que hay alegría pero la misma no carece de tristezas. En verdad que hay lugar para la aflicción mientras que el pecado, el dolor y los conflictos nos rodean. "Es necesario que a través de muchas tribulaciones entremos en el reino de Dios."

Aparte de esto, ¿cómo puede existir una alegría sin nubarrones mientras que nuestro amado Señor y Maestro todavía está aguardando para recibir su reino, para ver todo el trabajo de su alma y ser satisfecho? Con seguridad que sus palabras "bienaventurados los que lloran", deben tener su aplicación en nuestra era.

Además las palabras del Señor recalcan solamente dos períodos de tiempo. Hubo el tiempo de alegría mientras que "el esposo estuvo con ellos", algo que se cumplía entonces. Llegaría un tiempo de dolor, "vendrán días cuando el esposo les será quitado". Pero esta interpretación recalca una tercera fase cuando el esposo volvería nuevamente a ellos, algo que no se puede apreciar en esta declaración de Cristo.

¹ G. CAMPBELL MORGAN. *El evangelio según San Mateo*. Olyphants Ltd./Fleming H. Revell Co.

En la analogía de nuestro Señor los invitados a las bodas se gozaban porque el esposo estaba con ellos. Una vez que concluyeran los festejos de la boda el esposo se iría y los huéspedes se sentirían tristes porque no sabían cuándo volverían a verlo. "Vendrán días cuando el esposo les será quitado", nos sugiere una ausencia de duración no especificada pero que debe ser más larga que el breve encanto de los festejos. El tiempo de alegría y festejos claramente representa los años de su ministerio terreno. ¿Sería que el tiempo de aflicción y ayuno se hubiera cumplido en aquellos días de ausencia antes de que apareciera en la resurrección? Y de ser así, ¿dónde está la evidencia de que ellos ayunaron durante estos tres días? Cuando volvió a aparecerseles en el aposento alto les preguntó si tenían algo para comer y ellos pudieron ofrecerle un trozo de pescado asado. Lucas 24:41, 42.

Por lo tanto nos vemos obligados a referirnos a los días de su ausencia como al período de esta era, del tiempo que ascendió al Padre hasta que vuelva otra vez desde el cielo. Es evidente que así lo comprendieron sus apóstoles porque no fue sino hasta después de su ascensión al Padre que leemos que ayunaron. Hechos 13:2, 3.

Antes de partir, el esposo les prometió que vendría otra vez para recibirlos a sí mismo. La Iglesia todavía espera oír el clamor de medianoche "¡Aquí viene el esposo; salid a recibirle!" Mateo 25:6. Es ésta la era de la Iglesia la cual constituye el período del esposo ausente. Es ésta la era de la Iglesia a la cual se refirió nuestro Señor cuando dijo "entonces ayunarán". ¡Ahora es el tiempo! Estas palabras de Jesús eran pro-

féticas. Los primeros cristianos las cumplieron y lo mismo han hecho muchísimos santos varones y mujeres en las generaciones que les siguieron. ¿Dónde están aquellos que las cumplen hoy día? ¡Ay de mí! Son pocos y están muy separados entre sí. Son la excepción más bien que la regla, para la gran pérdida de la Iglesia.

Empero está surgiendo una nueva generación que se siente preocupada por recobrar el poder apostólico. ¿Cómo podremos recobrar el poder apostólico si descuidamos las prácticas apostólicas? ¿Cómo podemos esperar que fluya el poder si no reparamos los canales? El ayuno es un medio divinamente señalado para que pueda fluir su gracia y poder, y no podemos permitirnos el descuidarlo por más tiempo.

El ayuno de esta era no es sencillamente un acto de aflicción por la ausencia de Cristo sino uno de preparación para su venida. Ojalá que estas palabras proféticas "entonces ayunarán", sean cumplidas finalmente en esta generación. Será una Iglesia que ayuna y que ora la que escuchará el emocionante clamor: "¡Aquí viene el esposo!" Las lágrimas serán enjugadas y el ayuno será seguido por los festejos de la cena en las bodas del Cordero.

Y el Espíritu y la Esposa dicen: ven.
Claramente vengo en breve.

Amén; sí, ven, Señor Jesús. Apocalipsis 22:17,20.

AYUNOS REGULARES Y AYUNOS PUBLICOS

*El día del ayuno... las leerás. Jeremías 36:6
Proclamad ayuno, convocad asamblea. Joel 2:15*

Hemos visto ya que el ayuno natural se hace ocasionalmente de acuerdo con la necesidad y que es algo personal entre el hombre y Dios. Los ayunos regulares y públicos, de los cuales la Escritura proporciona un número de ejemplos, son excepciones obvias. La relación que existe entre ambos es que casi todos los ayunos regulares que menciona la Biblia eran también públicos, pero no todos los ayunos públicos eran necesariamente ayunos regulares.

El día de la expiación en el cual Dios había dicho que todo israelita tenía que afligir su alma, (Levítico 23:27, compare con el Salmo 35:15 e Isaías 58:5), era el único ayuno regular que ordenaba la ley de Moisés. En Hechos 27:9 notamos que los judíos aún seguían observando este ayuno en la época del Nuevo Testamento. Además del "día del ayuno", en la época de Jeremías y

que se cita al comienzo de este capítulo, en Zacarías 8:19, leemos de cuatro ayunos regulares para conmemorar los cuatro eventos principales relacionados con la destrucción de Jerusalén.¹

Para la época de Cristo los fariseos habían desarrollado esta práctica del ayuno regular y la habían convertido, igual que cualquier otra cosa espiritual sobre la que ponían sus manos, en una esclavitud legal. Por lo tanto Cristo nos presenta un cuadro del fariseo típico como de un hombre que se jacta en su oración y dice: "ayuno dos veces a la semana", Lucas 18:11, 12. En los siglos segundo y tercero después de Cristo, los miércoles y viernes eran reconocidos como días de ayuno, y Juan Wesley fue quien revivió esta costumbre entre los primeros metodistas.

Siempre está latente el peligro de que cualquier ejercicio espiritual que se haga por costumbre se convierta en una forma vacía, en un ritual carente de significado espiritual, pero no podemos rechazar la práctica del ayuno regular a causa de este peligro. No hemos abandonado los momentos regulares de oración o la costumbre de dar regularmente a Dios por el hecho de que los fariseos también abusaron de eso. El ayuno regular no necesita convertirse en algo ritualista como tampoco lo es la oración constante.

Es necesario recalcar que el ayuno, sea regular u ocasional, es un asunto entre el hombre y Dios. Las lecciones que nos enseña la historia nos hacen ver que debemos resistir cualquier tendencia que

¹ El mes décimo, comienzo de la cosecha; 2 Reyes 25:1. Cuarto mes, la caída de la ciudad, Jeremías 39:2. Quinto mes, destrucción de la ciudad y templo; 2 Reyes 25:8, 9. Séptimo mes, la muerte de Gedalías; 2 Reyes 25:25.

pueda ser ocasión de que el ayuno regular hecho por una persona se convierta en una costumbre de la Iglesia. Un pequeño paso y la costumbre de la Iglesia se convierte en una regla de la misma a la cual los fieles están obligados a someterse, colocándose de este modo otro yugo sobre el cuello de los discípulos, un yugo que ni los padres de la Iglesia ni sus sucesores pudieron llevar. En el capítulo sobre el ascetismo trataremos algo más este punto.

Siempre y cuando tengamos en cuenta esos peligros y procuremos que ese hábito no se convierta en una forma carente de espíritu y vida, y que no tratemos de imponer el ejercicio personal de nuestro corazón sobre otros, encontraremos en el ayuno regular un valor positivo, real. No sólo nos proporciona una oportunidad sistemática para un examen espiritual y una reorientación, sino que es también un valioso medio para conservar aquella cada vez más preciosa conveniencia llamada "tiempo". Un ayuno regular, una vez a la semana, puede significar que el tiempo que empleamos para comer tres o cuatro veces, digamos unas dos horas, lo recuperamos de nuestro atareado programa y lo empleemos más específicamente en el reino de Dios, especialmente en el gran ministerio de la oración. Este es un tónico semanal tanto para el alma como para el cuerpo y que también puede ser instrumento para bendición de otros.

Entre aquellos que se permitían este lujo puede mencionarse al patriarca de Los Hermanos Libres, Roberto Chapman, de Barnstaple, (1803-1902). Acostumbraba ayunar los sábados. Ese día no recibía a nadie sino que se encerraba en

su pequeño taller, solo con Dios y con su torno, en un tiempo de comunión y recreación y a la vez para preparar su alma para el próximo día del Señor. Hay antecedentes de que en una ocasión alguien tuvo necesidad de entrevistarle por un asunto urgente y fue a su taller un sábado. Esta persona más tarde dijo: "Su rostro brillaba como el rostro de un ángel."²

¿Quién puede decir cuánto de esta práctica contribuyó a la estatura espiritual de Roberto Chapman y a la poca común intimidad de su andar con Dios? Muchos quisieran llegar a tener su misma cantidad de vida y corazón sin estar dispuestos a transitar por la senda que él transitó. "¿Por qué no somos más santos?", preguntaba Juan Wesley, que también solía ayunar regularmente, dirigiéndose a sus predicadores. "Principalmente porque no somos entusiastas y queremos el fin sin los medios."

Estos ayunos regulares que encontramos en el Antiguo Testamento eran asimismo nacionales y públicos, aunque también había ayunos públicos que no eran regulares sino que estaban confinados a un tiempo de necesidad especial o a emergencias. El rey Josafat convocó a la nación al ayuno cuando Judá fue invadida. 2 Crónicas 20:1-4, y de la misma manera Esdras exhortó a los exilados que iban a volver a su patria, a que ayunaran antes de emprender su peligroso viaje de regreso a Jerusalén con los objetos preciosos para el templo. Esdras 8:21-23. El ayuno más espectacular de todos fue sin duda el de la ciudad de Nínive como resultado de la predica-

ción de Jonás, y que consideraremos en otro capítulo.

Estos y otros ejemplos nos revelan que el ayuno público era proclamado en tiempos de crisis nacional o espiritual y de una manera muy semejante a la que tuvo lugar en Gran Bretaña durante la Segunda Guerra Mundial, cuando el rey convocó a todos sus súbditos a un día de oración. Dos siglos antes la misma nación había sido llamada a un "día de ayuno solemne y oración", en vista de la amenaza de invasión por parte de los franceses. Refiriéndose al viernes 6 de febrero de 1756, Wesley escribió en su diario:

"El día de ayuno fue glorioso, tal como Londres casi no había visto desde la restauración. Cada iglesia de la ciudad estaba más que colmada y una solemne seriedad se podía observar en cada rostro. Seguramente Dios oyó la oración y nuestra tranquilidad será prolongada por un tiempo."

Una nota al pie de la página señala:

"La humillación se convirtió en regocijo nacional porque se evitó la amenaza de invasión francesa."

Dondequiera que leemos en las páginas de la Escritura sobre una emergencia pública a la que se le hace frente con un llamado al ayuno nacional, encontramos, sin excepción alguna, que Dios respondió y mandó liberación. Dado que graves crisis tanto nacionales como internacionales indudablemente nos esperan, sería bueno que recordáramos esta antigua práctica bíblica de santificar un ayuno público. Si tan sólo las personas piadosas de la nación están listas a responder, comprobarán que la promesa de Dios es

válida. "Oíré desde los cielos, y perdonaré sus pecados, y sanaré su tierra." 2 Crónicas 7:14.

Si alguna congregación local está amenazada con la discordia y la división, si la vida espiritual está decayendo y abundando la mundanalidad, si las conversiones son pocas y las reincidencias frecuentes, ¿no será éste el momento cuando los dirigentes deberían llamar a la congregación a la oración y el ayuno?

Antes de concluir esta sección debemos observar que en la Escritura el ayuno también puede referirse a abstenerse de comida en forma involuntaria. Las dos clases de ayuno *involuntario* son cuando no hay deseo de comer a causa de la ansiedad, la pena o la angustia mental, Daniel 6:18, o si las personas se encuentran en una situación donde no tienen comida disponible. Mateo 15:32. Es evidente que Pablo sabía mucho de esto último. Algunos comentaristas toman su referencia al ayuno en 2 Corintios 6:5 y 11:27, como que se refieren a esta clase de pena involuntaria como parece confirmar la Escritura.

Es evidente que Pablo no tenía dificultad en reconciliar tales experiencias de necesidad con la promesa: "Mi Dios, pues, suplirá todo lo que os falta." Sabía que la experiencia de encontrarse a sí mismo temporariamente sin comida y sin los medios para conseguirla, era una prueba necesaria para su fe, que Dios permitía para su bendición posterior. En el mismo contexto de esta maravillosa promesa dice: "He aprendido a contentarme, cualquiera que sea mi situación. Sé vivir humildemente, y sé tener abundancia; en todo y por todo estoy enseñado, así para estar saciado, como para tener hambre, así para tener

abundancia como para aprender necesidad." Filipenses 4:11, 12.

Si por un momento Dios nos llamara para transitar por "el camino de la necesidad", y tuviéramos que hacer frente a un ayuno que no es de nuestra elección, no tengamos temor. El hará volver nuestra cautividad y bendecirá nuestro fin más que nuestro principio.

EL AYUNO PARA DIOS

*Cuando ayunasteis... ¿habéis ayunado para mí?
Zacarías 7:5
Ministrando éstos al Señor, y ayunando.
Hechos 13:2*

¡Ayunar hoy día! ¿Qué es lo que se puede lograr con eso?, es la pregunta incrédula de muchos cristianos. Si lo que quieren significar es qué es lo que personalmente se gana ayunando, tenemos muchas respuestas para darles y las recibirán a través de este libro, pero en primer lugar, tenemos una pregunta mucho más importante para considerar.

Gran parte de nuestro modo de pensar está condicionado por principios egocéntricos. ¿Qué es lo que consigo con eso? Aun en nuestros deseos y aspiraciones espirituales el yo todavía puede estar entronizado. La cruz debe obrar en nosotros si es que nuestra vida va a estar centrada en Dios. Tan sólo así nuestra motivación espiritual puede ser radicalmente alterada y volverse Cristocéntrica en vez de girar en torno a nosotros mismos. "Y por todos murió, para que los

que viven, ya no vivan para sí, sino para aquel que murió y resucitó por ellos." 2 Corintios 5:15.

Aún en aquellos círculos donde se acepta el ayuno como un ejercicio espiritual normal, con frecuencia se le da mucho énfasis al ayuno para beneficio personal, para recibir poder, para los dones espirituales, para sanidad física, para contestaciones específicas a las oraciones, y se olvida el otro aspecto del ayuno. No hay nada que nos sugiera que no esté bien buscar estas cosas, pero nuestro motivo principal debe ser primero lo que corresponde. Es sumamente significativo que en la primera declaración sobre el ayuno que tenemos en el Nuevo Testamento, Jesús trató con los motivos. Mateo 6:16-18. Ningún otro aspecto es más importante que éste.

Dios no se preocupa meramente por todo lo que hacemos sino por el motivo que nos anima. Una actitud correcta puede verse privada de todo su valor a los ojos de Dios si obramos con motivos equivocados. El peligro de esto es agudo en la esfera de ejercicios espirituales externos. "¿Por qué, dicen, ayunamos, y no hiciste caso?" se preguntaban perplejos los religiosos en días de Isaías. La respuesta divina no se hizo esperar: "He aquí que en el día de vuestro ayuno buscáis vuestro propio gusto." Isaías 58:3. El ayuno que hicieron y todos los despliegues de piedad de que hicieron gala estaban regidos por el interés propio y la búsqueda personal. No es de extrañarse que Dios preguntara indignado: "Es tal el ayuno que yo escogí?" Versículo 5.

Este mismo egocentrismo disfrazado con un manto de piedad se podía apreciar en toda su vergonzosa hipocresía en el ayuno de los fariseos

y fue en contra de eso que Jesús alzó su voz en el Sermón del Monte explicando a sus seguidores que cuando ayunaran no tenían que ser como los hipócritas. Los fariseos hacían alarde de piedad para ser aplaudidos por los hombres y se esforzaban para que todos supieran que estaban ayunando. No estaban ministrando a Dios sino al orgullo de sus corazones. Más adelante, al describir al fariseo que oraba en el templo diciendo: "Dios, te doy gracias porque no soy como los otros hombres... ayuno dos veces a la semana...", tiene sumo cuidado de hacernos notar que *oraba consigo mismo*. Lucas 18:11, 12. El ayuno debe ser hecho para Dios aun ante los ojos del Padre que ve en secreto. Aunque evitemos la descarada presunción del fariseo y su deseo de recibir las alabanzas del hombre, sin embargo podemos actuar basados en motivos egoístas, para la gratificación de nuestros deseos o ambiciones personales y sin que el motivo básico sea la gloria de Dios.

En Isaías 58, la clásica Escritura sobre el ayuno, Dios le recuerda al pueblo que el ayuno aceptable es aquel que *él* ha escogido. El ayuno tanto como la oración deben tener su principio en Dios y ser ordenados por él si es que van a ser eficaces. La oración que prevalece comienza con Dios. El pone sobre nosotros una carga por medio de su Espíritu y nosotros respondemos a la misma. La oración que tiene su principio en Dios siempre retorna a Dios. Lo mismo sucede con el ayuno. Cuando es Dios el que elige nuestro ayuno no tendrá que preguntarnos como lo hiciera con su pueblo tiempo atrás: "Cuando ayunasteis... ¿habéis ayunado para mí? Zacarías 7:5.

Todo esto por supuesto no nos libra de nuestra responsabilidad. Nuestra parte debe ser el reconocimiento de la justicia y la necesidad de ayunar, la disposición para la autodisciplina involucrada y el ejercicio del corazón delante de Dios, pero en el análisis final, la iniciativa es suya. Cuando ayunamos, por cuánto tiempo lo hacemos, qué clase de ayuno y los objetivos espirituales que perseguimos, todo esto es de elección de Dios a la cual el discípulo obediente responde con gozo.

Este principio se aplica aun en el *ayuno regular*, es decir el de un día por semana. Debemos estar seguros de que Dios nos está guiando a realizarlo. Aun quizá haya ocasiones cuando no sea conveniente hacerlo, cuando nos oriente para que no ayunemos, o también puede llegar un tiempo cuando nos guíe a dejar de lado esta práctica. No debemos esclavizarnos por las reglas, aun por las de carácter espiritual. "Si sois guiados por el Espíritu, no estáis bajo la ley." Gálatas 5:18.

Cuando Joel clamó: "proclamad ayuno", quiso decir que lo dedicaran a Dios. Esto es absolutamente básico si es que nuestro ayuno va a ser aceptado. Luego habrá ocasiones cuando olvidaremos lo relativo a nuestro beneficio personal, cuando seremos transportados por el asombro, el amor y la alabanza en tanto que ayunamos para Dios. Nos encontraremos como la profetisa Ana, "sirviendo de noche y de día con ayunos y oraciones", Lucas 2:37, como los dirigentes de la iglesia de Antioquia que ministraban al Señor y ayunaban, Hechos 13:3. Esta es seguramente la concepción más sublime, que es un adorador o ministrar al Señor, un darnos nosotros mismos a Dios y sola-

mente en forma secundaria, un medio para obtener ciertos fines espirituales.

Para finalizar no hay nada mejor que citar el famoso sermón de Juan Wesley sobre el ayuno:

"En primer lugar, que sea hecho para el Señor, con sencillez. Que nuestra intención sea ésta y solamente ésta: glorificar a nuestro Padre que está en el cielo, expresando nuestro pesar y vergüenza por las múltiples transgresiones a su santa Ley, esperar un aumento de su gracia purificadora y guiar nuestros afectos a las cosas de arriba, añadir seriedad y formalidad a nuestras oraciones, evitar la ira de Dios y obtener todas las grandes y preciosas promesas que nos ha hecho Jesucristo... Tengamos cuidado de no imaginar que merecemos cualquier cosa de parte de Dios por el hecho de que ayunamos. Nunca serán suficientes las advertencias a este respecto: ya que como un deseo de "establecer nuestra propia justicia", procurar la salvación por deuda y no por gracia, está tan profundamente arraigado en todos nuestros corazones. Ayunar es tan solo un camino que Dios ha establecido, y por eso esperamos su gracia inmerecida y por lo mismo sin ningún mérito de nuestra parte. El ha prometido darnos libremente de sus bendiciones."¹

Por lo tanto, el ayuno que Dios ha escogido es aquel que él ha señalado. El que está dedicado para ministrarle, honrarle y glorificarle. Aquel que está designado para llevar a cabo su soberana voluntad. Entonces veremos, como si se tratara de un pensamiento postrero del cielo, que el ayu-

¹ JUAN WESLEY. *Sermón 27* (7º discurso sobre el Sermón del monte. Mateo 6:16-18.)

no para Dios redunda en bendiciones sobre nuestras cabezas y que el Dios que ve en secreto se complace sobremanera en recompensarnos abiertamente. De este modo somos librados de siquiera permitir que el ayuno signifique mucho más para nosotros que Aquel que nos bendice. "Porque de él, y por él, y para él son todas las cosas. A él sea la gloria por los siglos. Amén." Romanos 11:36.

9

POR NUESTRA SANTIDAD

Lloré afligiendo con ayuno mi alma. Salmo 69:10
Bienaventurados los que lloran. Mateo 5:4

Hemos visto qué es el ayuno y llegado a la conclusión de que es una práctica bíblica y qué es para nosotros en la actualidad. Notamos también que hay varias clases de ayuno y observamos cuán esencial es que estemos bien motivados y que ayunemos para Dios. Examinemos entonces a la luz de la Escritura los propósitos del ayuno. Responderemos entonces a la primera pregunta y que es: ¿Qué es lo que se puede lograr con eso? El ayuno es un medio muy eficaz para conseguir la santidad personal.

Si la humildad es el ingrediente fundamental de la verdadera santidad, es el terreno en el cual florece la gracia; ¿no es necesario entonces, que de vez en cuando al igual que David aflijamos nuestras almas con ayuno? Detrás de muchos de los pecados que nos obsesionan y de los fracasos personales, detrás de los muchos males que contaminan nuestra comunión en la Iglesia y atascan los canales del servicio cristiano, el conflicto de

personalidades y temperamentos, la lucha y la división, detrás de todo eso yace ese insidioso orgullo del corazón humano.

¿De qué modo puede ayudarnos en esto el ayuno? La parte negativa es que el orgullo y un estómago demasiado satisfecho son viejos camaradas. ¿Cuál fue el pecado de Sodoma? En primer lugar no era la horrible inmoralidad conocida antiguamente como sodomía y ahora llamada homosexualidad. La Biblia señala: "He aquí que ésta fue la maldad de Sodoma tu hermana: soberbia, saciedad de pan y abundancia de ociosidad." Ezequiel 16:49. Hoy día si fijamos nuestra atención en las naciones occidentales donde este pecado de Sodoma es tan desenfrenado podemos discernir que la esencia es la misma. La historia se repite. Cuando se dan las mismas condiciones, el mismo mal le sigue inevitablemente.

Anticipadamente Dios vio que el orgullo y un estómago satisfecho serían algunos de los grandes tropiezos de Israel cuando entraran en la Tierra Prometida. Moisés le recordó al pueblo: "... por donde te ha traído Jehová tu Dios estos cuarenta años en el desierto... y te afligió, y te hizo tener hambre?" Deuteronomio 8:2, 3. Ya habían pasado los días de disciplina y la tierra de promisión que estaban a punto de poseer les proporcionaría nuevas tentaciones, de modo que también les advirtió: "Cuidate... no suceda que comas y te sacies... y se enorgullezca tu corazón... (Versículos 11-14). Oseas señala que a pesar de la advertencia esto es exactamente lo que ocurrió. Oseas 13:6.

El ayuno, por lo tanto, es un medio divino para corregir el orgullo del corazón del hombre. Es

una disciplina del cuerpo que tiende a humillar el alma. "Y publiqué ayuno allí junto al río Ahaba, para afligirnos delante de nuestro Dios", señala Esdras. (Capítulo 8, vers. 21, compare con Isaías 58:3.)

Si, para el israelita piadoso el ayuno significaba humillación y también significaba pesar. Es más, en días del Antiguo Testamento se lo practicaba como una señal de duelo por los difuntos y era casi parte de los ritos fúnebres. 1 Samuel 31:13, etcétera. Está asociado asimismo con el rasgar de la ropa y el llevar saco y ceniza. Esdras 9:5, etcétera. En Mateo 9:15 observamos que nuestro Señor se refiere al estar "de duelo" y al "ayuno" como términos intercambiables.

Hay una sucesión natural al movernos de la humillación personal al dolor de arrepentimiento y contrición. En días de Samuel, y como señal de arrepentimiento, los israelitas ayunaron y también lo hicieron los exilados que volvieron en la época de Nehemías. 1 Samuel 7:6; Nehemías 9:1, 2. El sentir pesar por el pecado personal y el fracaso son un paso indispensable en el proceso de santificación que es facilitado por el ayuno.

Sin embargo, Dios desea llevarnos más allá del lugar en que solamente sintamos pesar por nuestros pecados. Quiere conducirnos adonde seamos movidos por su Espíritu para llorar por los pecados de la iglesia, la nación y aun por los del mundo. En realidad Dios está profundamente preocupado por encontrar personas que compartan su sentir por la situación espiritual prevalente por doquier.

Ezequiel tuvo una visión relativa al juicio de Dios que vendría sobre Jerusalén a causa de sus

abominaciones. Antes de que a los verdugos de la ciudad les fuera permitido destruir a los habitantes, un varón fue enviado delante de ellos para poner "una señal en la frente a los hombres que gimen y que claman a causa de todas las abominaciones que se hacen en medio de ella". Luego fueron enviados los verdugos para dar muerte sin misericordia a todos menos a los que tenían la marca. El juicio debía comenzar por el santuario de Dios. Ezequiel 9:4-6.

El cielo tiene marcados a los hombres que con Dios se sienten apesadumbrados por los pecados que quebrantan su corazón y le hacen volver el rostro de nosotros. Las mismas abominaciones se cometen hoy día en el santuario y en la ciudad. Si en la actualidad Dios pusiera una marca sobre los que claman y gimen a causa de todo esto y después enviara a sus verdugos para destruir a todos los que no tienen la señal, ¿quién escaparía?

¿A qué conducirá esa aflicción? En verdad puede obrar tal como una medicina en la esfera colectiva tanto como en la personal. Es cierto que en la visión que tuvo Ezequiel el pecado del pueblo había llegado al punto en que no había vuelta posible y que el juicio era inevitable, pero no siempre es así. Siempre existe la esperanza de que las fuerzas espirituales que llevarán al arrepentimiento y la recuperación sean liberadas.

Los ojos del Señor hoy día siguen buscando en la tierra a los Esdras que confiesen los pecados de un remanente infiel y que lo hagan llorando y postrándose delante de su presencia, o a los Nehemías que llorarán y lamentarán, ayunarán y orarán porque los muros están caídos y las puer-

tas destruidas por el fuego. Si la restauración y la renovación tienen que venir de la presencia del Señor, ¿qué esperanza tenemos sin ellas? Entonces son los hombres y las mujeres como aquellos a quienes Dios usará para cambiar la suerte.

En este ayuno para nuestra santidad debemos incluir también el aspecto positivo de la *consagración a Dios*. Posiblemente el mejor ejemplo de esto son los cuarenta días de ayuno cumplidos por el Señor antes de dar comienzo a su ministerio público. Su bautismo en el Jordán fue su dedicación hasta la muerte, anticipándose a la cruz. Aunque entonces recibió el Espíritu en toda su plenitud, el poder no operó sino hasta que volvió de la tentación en el desierto. Mediante su aceptación de esas seis semanas de ayuno había reafirmado su determinación de hacer la voluntad del Padre hasta el fin. Fue su preparación final y su consagración para su misión celestial. Al volver a Galilea en el poder del Espíritu se hicieron manifiestas en él las obras de Dios.

Algo por el estilo se ve en la dedicación de Bernabé y de Pablo para su ministerio apostólico. "Entonces, habiendo ayunado y orado, les impusieron las manos y los despidieron." Hechos 13:3. No fue un té de despedida sino un ayuno de consagración lo que marcó la partida de los primeros misioneros. Más tarde vemos a esos hombres nombrando ancianos en cada iglesia y haciéndolo con oración y ayuno. Hechos 14:23. De este modo eran consagrados a su santo oficio los dirigentes locales. ¿Dónde están las iglesias hoy día en las cuales los dirigentes son dedicados en un solemne tiempo de oración y ayuno? Posiblemente sea ésta una de las razones por la que

los cargos ministeriales con tanta frecuencia son considerados tan livianamente, sin responsabilidad y dejados de lado con tanta rapidez cuando surgen las diferencias. No es de extrañarse que falten dirigentes espirituales fuertes y que las ovejas tiendan a ser arrastradas por la corriente.

Si ha sido humillado mediante el fracaso personal y siente en su alma un llamado a la purificación más profunda, a una renovada consagración, si existe el desafío de una obra nueva para la cual se siente malamente preparado, entonces es tiempo de preguntarle a Dios si no querrá que se aparte para ayunar.

10

PARA SER OIDOS EN LO ALTO

Ayunamos, pues, y pedimos a nuestros Dios sobre esto, y él nos fue propicio.

Esdras 8:23

A Isaías le tocó vivir en días cuando el formalismo y la hipocresía habían hecho de la práctica religiosa del ayuno algo abominable a los ojos de Dios, como también lo eran las ofrendas, oraciones y la adoración. Isaías 1:10-15. En el notable pasaje sobre el ayuno de Isaías 58, Dios no sólo descubrió la motivación personal y el deseo de agradarse a sí mismo que había detrás de este despliegue de piedad, sino que continuó para revelar el carácter del ayuno que había escogido y las bendiciones que podrían derivar para otros tanto como para ellos mismos.

Allí el ayuno está relacionado con el buscar a Dios, acercarse a Dios, prevalecer con Dios. Esos fines, empero, no se cumplieron porque los motivos que los impulsaban a ayunar no eran los correctos. Dios tuvo que decirles "No ayunéis como hoy, para que vuestra voz sea oída en lo alto", Isaías 58:4, aunque eso es precisamente lo que

el ayuno tiene por finalidad, ya que describiendo el ayuno que él ha escogido, Dios continúa diciendo: "Entonces invocarás, y te oírás Jehová." Isaías 58:9.

A través del ayuno, la oración se eleva como en alas de águila con el fin de introducir al suplicante a la cámara de audiencia del Rey a fin de que le sea extendido el cetro de oro. Puede esperarse que la oración objetiva hará retroceder los poderes de opresión de las tinieblas y los hará soltar su presa. Tiene el propósito de abrir camino a la intercesión del hombre y poder a sus peticiones. El cielo está presto a inclinar su oído y prestar atención al que ora con ayuno.

Con mucha frecuencia hemos elevado fervorosas oraciones a Dios por alguna necesidad específica con la confianza de que era la voluntad de Dios y sin embargo no hemos recibido respuesta del cielo. ¿Por qué? Bien puede haber sido, y con frecuencia lo es porque Dios nos está diciendo: "Me buscaréis y me hallaréis, porque me buscaréis de todo vuestro corazón..." Jeremías 29:13, 14. Cuando la persona está dispuesta a dejar de lado los legítimos apetitos de su cuerpo para concentrarse en la oración está dando pruebas de que tiene una firme intención, de que está buscando con todo su corazón y que no dejará que Dios se aleje a menos que le conteste.

Esta idea de ayunar como una expresión incondicional está claramente señalada en el llamado que Joel hiciera a la nación:

"Por eso pues, ahora, dice Jehová, convertíos a mí con todo vuestro corazón, con ayuno..." Joel 2:12.

Andrés Murray señala:

"El ayuno sirve para expresar, profundizar y confirmar la resolución de que estamos listos para sacrificar cualquier cosa, para sacrificarnos nosotros mismos a fin de lograr lo que buscamos para el reino de Dios."¹

Estrechamente relacionado a esto es el ayunar para dar fuerza a una petición o ejercer presión en apoyo de una demanda. Antiguamente existía en Irlanda la costumbre de "ayunar contra o sobre una persona", que significaba "sentarse sin comer o beber, a la puerta de un deudor o de cualquier otra persona que se negaba a satisfacer una legítima demanda."² Aparte de la esfera de lo espiritual, también se puede apreciar esto en ayunos realizados por políticos, prisioneros y otras personas con el propósito de presionar a las autoridades y lograr los fines deseados.

Sin duda éste es un aspecto importante de la oración con ayuno. Por supuesto que no debemos pensar en el ayuno como si se tratara de una huelga de hambre con el fin de forzar la mano de Dios y conseguir lo que buscamos. La oración, sin embargo es mucho más compleja que la simple petición de un hijo a un padre amoroso para que supla sus necesidades. La oración es arte de guerra, es lucha. Hay fuerzas que se oponen. Existen corrientes espirituales que se cruzan. Cuando intercedemos por nuestro caso en la corte celestial, cuando clamamos al juez de toda la tierra "hazme justicia de mi adversario", Lucas 18:3, ese adversario también está representado en la corte. Job 1:6; 2:1; Zacarías 3:1. No es

¹ ANDRES MURRAY. *Con Cristo en la escuela de oración*. Olyphants Ltd./Fleming H. Revell. C.

² *The Shorter Oxford Dictionary*. Oxford University Press.

suficiente contar con la disposición del Juez, también está la oposición que debe ser vencida en primer lugar.

Esta es una esfera de profundo misterio. La Escritura señala los hechos pero no los explica. En el terreno de lo espiritual es necesaria la insistencia. Con frecuencia tiene que haber presión antes de que se pueda abrir una brecha en la guerra celestial. Hay situaciones que requieren hombres violentos que tomen el reino por la fuerza. Mateo 11:12. Todo esto no es una crítica en la disposición del Altísimo para conceder los deseos de los que le temen. El ayuno tiene la finalidad de dar una nota de urgencia e importunidad a nuestra oración y proporcionar fuerzas a nuestro alegato en la corte celestial.

El hombre que ora con ayuno está indicándole al cielo de que en verdad es sincero, de que no va a darse por vencido y que no dejará que Dios se vaya sin la bendición; de que no tiene la intención de aceptar un "no" por toda respuesta. No sólo eso sino que está demostrando su sinceridad de una manera divinamente señalada. Se vale de un medio que Dios ha escogido para ser oído en lo alto.

En ocasiones el ayuno era el punto culminante de una sincera y prolongada súplica. Cuando los cielos permanecían como si fueran de bronce a pesar de la oración persistente y sincera, en su desesperación, algunos fueron guiados a ayunar como la única solución. Los benjaminitas cometieron un delito terrible y Dios mandó a las otras tribus contra ellos. Así lo hicieron y fueron terriblemente derrotados por dos veces aunque oraron

y lloraron delante de Jehová. La tercera vez ayunaron y lloraron y Dios les dio una tremenda victoria. ¡Qué poder con Dios para cambiar la suerte tiene la oración cuando va acompañada de ayuno! Jueces 20.

En tiempos de emergencia nacional los israelitas ayunaron una y otra vez y lo que parecía ser un desastre inminente fue evitado. ¿Y no existen ocasiones hoy día cuando la muerte o el peligro nos amenazan, que tan poco empleamos este medio de gracia? Cuando Esdras portaba, a través de una ruta infectada de bandidos un gran cargamento de oro y plata destinados al templo de Jerusalén, dice lo siguiente: "Publiqué ayuno... para afligirnos delante de nuestro Dios, para solicitar de él camino derecho para nosotros, y para nuestros niños, y para todos nuestros bienes." Esdras 8:21, 23, 31. ¡Qué maravillosamente les respondió Dios! ¿Será acaso que nunca nos vemos confrontados con situaciones decisivas que demanden la guía o la protección divina y requieran que procedamos como Esdras?

Daniel buscó a Dios con ayuno para el cumplimiento de la prometida restauración de Jerusalén, Jeremías 29:10-13, y por medio del ángel Gabriel recibió una maravillosa revelación del plan divino para Israel. Daniel 9. Si hemos buscado a Dios en vano por el cumplimiento de una promesa, puede ser que él esté esperando que nos humillemos y que lo busquemos tal como hiciera Daniel.

Saulo de Tarso, luego de su conversión en el camino a Damasco, todavía ciego por la gloria de aquella luz, había estado ayunando tres días,

sin comer ni beber. Dios estaba preparándole el corazón para las bendiciones que le tenía reservadas. Entonces un discípulo llamado Ananías fue enviado a ponerle las manos para que pudiera recobrar la vista y ser lleno del Espíritu Santo. Hechos 9:10-18. ¿Es algún toque de sanidad que hemos esperado en vano, pese a la seguridad de sus promesas? ¿Buscamos un llenamiento con el Espíritu y nos preguntamos por qué nuestras oraciones no tienen respuesta? Pensamos que estamos aguardando al cielo, pero en realidad es el cielo el que nos está esperando a nosotros. Cuando el cielo puede señalar al suplicante que ayuna y decir: "He aquí, está orando", con seguridad que la respuesta no se dejará esperar mucho.

Al concedernos el privilegio de ayunar tanto como de orar, Dios ha añadido a nuestra armadura espiritual un arma poderosa. En su necesidad e ignorancia la Iglesia la ha considerado como anticuada. La ha arrojado a un rincón oscuro para que se llene de herrumbre y ha quedado allí olvidada durante varios siglos. Una hora de crisis inminente para la Iglesia y el mundo exigen que la recobremos.

PARA CAMBIAR EL PARECER DIVINO

Y los hombres de Ninive creyeron a Dios, y proclamaron ayuno... y vio Dios lo que hicieron... y se arrepintió del mal que había dicho que les haría.

Jonás 3:5, 10

El poder para prevalecer con Dios nunca se ha visto demostrado con mayor claridad en la época bíblica que cuando un decreto del juicio divino fue diferido por medio de la oración y el ayuno. "De aquí a cuarenta días Ninive será destruida", predicaba el profeta hebreo. El rey de Ninive proclamó ayuno total tanto para los hombres como para los animales mientras que todos imploraban fuertemente a Dios y se volvían de sus malos caminos. La proclama real decía: "¿Quién sabe si volverá y se arrepentirá Dios, y se apartará del ardor de su ira, y no perecemos?" Y no fueron defraudados en ésta su esperanza porque Dios "se arrepintió del mal que había dicho que les haría, y no lo hizo".

Su arrepentimiento, expresado por medio de la oración y el ayuno, hizo que Dios mudara el

decreto de juicio que había pronunciado contra ellos. Esta actitud de parte de Dios nos confronta con un interrogante teológico problemático. Dios se revela como omnisciente, como uno que ve el fin desde el principio. Su presciencia es completa e infalible. Su carácter y su consejo son inmutables. "Yo Jehová no cambio." Malaquías 3:6. Toda la Escritura afirma que éstos son los atributos del Todopoderoso y además nuestro sentido común nos dice que sin ellos no sería Dios.

¿Por qué, entonces, tantos de los escritos del Antiguo Testamento afirman que el Señor se arrepintió o cambió de parecer? Ciertamente, en su presciencia Dios sabía que al enviar a Jonás a Nínive la nación toda se arrepentiría y no la destruiría. El propósito de Dios al mandar al profeta era para poder extenderles su misericordia. El mensaje de juicio inminente era por lo tanto condicional aunque no le fuera revelado claramente a Jonás o manifestado a los ninivitas.

Dios tiene leyes inflexibles en su trato con los hombres. El pecado es visitado con juicio, pero el arrepentimiento con misericordia. Dios se ha declarado a sí mismo en este punto en el más sencillo de los términos:

"En un instante hablaré contra pueblos y contra reinos, para arrancar y para derribar, y destruir. Pero si esos pueblos se convirtieren de su maldad contra la cual hablé, yo me arrepentiré del mal que había pensado hacerles." Jeremías 18:7, 8.

Este arrepentimiento por parte de Dios, por lo tanto, no implica que se trate de un capricho de su parte, pero sí está de acuerdo con sus intenciones declaradas por anticipado. Cuando el hom-

bre se arrepiente en lo relativo al pecado, Dios se arrepiente respecto del juicio. Estrictamente hablando, entonces, no es Dios realmente el que cambia de parecer sino el hombre. El cambio del corazón del hombre hace moralmente imposible para Dios actuar de modo distinto hacia él, y sin embargo actuando en forma consecuente con su carácter santo y sus principios.

¿Por qué entonces señala la Escritura que Dios se arrepintió? Esto es un ejemplo de una figura de dicción frecuente¹ en las escrituras hebreas por la cual la persona de Dios o sus acciones son consideradas desde el punto de vista humano. Podemos pensar que es el Espíritu Santo empleando un lenguaje que se acomoda a nuestra mente finita. En lo que a sus declaraciones concierne, podemos decir que Dios se arrepiente porque sus declaraciones son condicionales, pero en cuanto a su carácter y principios se refiere, "Dios no es hombre... para que se arrepienta". Números 23:19.

Luego de la muerte de Nabot y la adquisición ilícita por parte de Acab de la viña de éste, Dios mandó a Elías con un mensaje de juicio divino sobre Acab. Pero "cuando Acab oyó estas palabras, rasgó sus vestidos y puso cilicio sobre su carne y ayunó". Dios entonces declaró: "Por cuanto se ha humillado delante de mí, no traeré el mal en sus días; en los días de su hijo traeré el mal sobre su casa." 1 Reyes 21:27-29. El juicio fue diferido porque aun un hombre como Acab estuvo dispuesto a humillar su alma con ayuno. ¡Qué mi-

¹ Un antropomorfismo que le asigna a Dios la forma y los atributos humanos.

sericordioso es Dios! ¡Cuán grande es el poder del ayuno para motivarlo!

Es evidente que David también había comprendido este hecho relativo a la oración y el ayuno. Debido a su gravísimo pecado en cuanto al asunto de Urías, Dios había dicho que el niño que le naciera de Betsabé moriría. Cuando el pequeño enfermó, David sabía que algo podía alterar el decreto del juicio divino: el ayuno y la oración. "David rogó a Dios por el niño; y ayunó David, y entró, y pasó la noche acostado en tierra." Luego de la muerte del pequeño, David señaló: "Viviendo aún el niño, yo ayunaba y oraba, diciendo: ¿Quién sabe si Dios tendrá compasión de mí, y vivirá el niño?" 2 Samuel 12:16, 22.

En las naciones occidentales somos testigos de una creciente ola de impiedad y violencia similar a la que culminó en la destrucción de la civilización por el diluvio. Los pecados que trajeron fuego y azufre sobre Sodoma y Gomorra rápidamente se están volviendo socialmente aceptables.

Aquellos que deberían ser predicadores de justicia y defensores de la ley divina hablan en defensa de la "nueva moralidad". Con toda seguridad que la escritura ya está sobre la pared. Las sugerencias del juicio venidero son lo suficientemente claras para los que tienen oídos para oír.

Aun cuando los cielos hayan emitido el decreto y las ruedas ya estén en movimiento, todavía contamos con un arma poderosa a la cual podemos tener recurso.

"Por eso pues, ahora, dice Jehová, convertíos a mí con todo vuestro corazón, con ayuno y lloro y lamento. Rasgad vuestro corazón y no vuestros vestidos."

Y a modo de explicación, el profeta añade: "¿Quién sabe si volverá y se arrepentirá y dejará bendición tras de él...? Joel 2:12-14.

Por las escrituras proféticas resulta claro que a la larga el juicio caerá sobre las naciones que rechazan a Cristo. Aun Nínive ulteriormente fue derrocada. Pero si Dios puede encontrar a los que se pondrán de pie en la brecha en esta hora undécima y se humillarán con oración y ayuno, tal vez pueda haber una prolongación de nuestra tranquilidad. Dios aun puede volver y arrepentirse y dejar bendición tras sí, dándonos misericordia en lugar de ira y avivamiento en lugar de juicio. Tal aplazo del día malo puede significar salvación para multitudes, pero no hay tiempo que perder.

PARA LIBERACION DE LOS CAUTIVOS

¿No es más bien el ayuno que yo escogí, desatar las ligaduras de impiedad, soltar las cargas de opresión, y dejar libres a los quebrantados, y que rompáis todo yugo?

Isaías 58:6

“En el día de vuestro ayuno... oprimís a todos vuestros trabajadores”, Isaías 58:3, o como señala la versión Latinoamérica, “En los días de ayunos ustedes se dedican a sus negocios y obligan a trabajar a sus obreros”, fueron las palabras de Dios a través de Isaías. Sin embargo, años después, Cristo dijo de los escribas y fariseos: “Atan cargas pesadas y difíciles de llevar, y las ponen sobre los hombros de los hombres.” Mateo 23:4. No obstante esto, eran puntuales en la observancia de sus ayunos semanales.

En este maravilloso versículo que es el tema del presente capítulo, Dios revela a través de Isaías que la naturaleza del ayuno que él ha escogido es todo lo contrario de lo que hacían ellos. El ayuno no es para llevar a los hombres a la esclavitud sino para liberarlos de ella, no es para

ser un instrumento de opresión, sino de liberación. Si esas palabras no tienen una aplicación literal para nosotros que vivimos en tierras donde queda tan poco para ver de las más exageradas formas de injusticia social, seguramente tiene su aplicación en la esfera de lo espiritual. Los hombres están atados no con cadenas de acero o grillos de hierro sino con los grilletes invisibles de maldad. Luchan contra una opresión que no es social sino espiritual, que es satánica.

En estos días cuando el Espíritu de Dios se está moviendo y su poder está siendo liberado, las fuerzas malignas que han estado dormidas en los pechos de los hombres durante años, se están despojando de su camuflaje y están manifestándose tal cual son. Los ojos avisores pueden reconocer que muchos de aquellos con los cuales nos encontramos a diario están oprimidos por el diablo, perturbados por los demonios, atados por fuerzas que no comprenden y de las cuales no pueden liberarse. En muchos casos se han aborrecido a sí mismos por su conducta, han llorado presa de absoluta frustración, ante su propia impotencia para romper las cadenas y orar lo mejor que saben para ser liberados.

Una proporción que va en aumento de esta joven generación está oprimida sin esperanza por la nicotina y el alcohol, las drogas, los deseos sexuales y la fiebre del juego. Otros son engañados y enredados en cultos y sociedades de inspiración satánica y por las diversas formas de magia negra, brujería y espiritismo. Peor aún, hay cristianos atados por el temor, el resentimiento, los celos y la inmundicia y que saben muy bien lo que son en sí mismos: una completa

contradicción del evangelio de liberación que profesan, pero ¿cómo liberarse? Se esfuerzan para orar, para creer, para clamar y sin embargo están atados.

—¿Sugiere usted— dirá alguno —que el evangelio que predicamos no es suficiente para la necesidad de esas personas?

El evangelio ciertamente es suficiente, pero no necesariamente “el evangelio que predicamos”, porque con más frecuencia de lo que imaginamos, predicamos un evangelio deficiente. El perdón por medio de la muerte de Cristo, aunque vital, no es todo el evangelio. Con frecuencia aquel que se encuentra preso en las garras de Satanás no puede responder a este mensaje, o si lo hace, puede tener el perdón de sus pecados sin que se abran los grilletes que lo apresan. El tal es salvo, pero no ha sido liberado.

Simón, el que residía en Samaria, quería procurar con dinero el poder para poner sus manos sobre las personas e impartir el Espíritu Santo. Hechos 8:9-24. Por cuanto el caso de Simón presenta ciertas dificultades no debemos tratar de evadirlas mediante la simple estratagema de decir que nunca había experimentado realmente el nuevo nacimiento. Todos los hechos están en contra de tal aseveración y oscurecen la lección que este incidente tiene para enseñarnos. El Espíritu Santo nos dice que “creyó”, “fue bautizado”, y continuaba con Felipe”. Hechos 8:13. Tenemos aquí las mismas credenciales de conversión: fe, bautismo y perseverancia, que señalaban a aquellos primeros convertidos en el día de Pentecostés. Hechos 2:41, 42.

Cuando Pedro señaló: “No tienes tú parte ni

suerte en este asunto”, no se estaba refiriendo a su salvación ni aun al recibimiento por parte de él del don del Espíritu Santo, sino al poder de imponer sus manos sobre los creyentes para impartir el Espíritu Santo. Fue en “este asunto”, del don que deseaba, el motivo para quererlo y los medios por los que buscó adquirirlo, que su corazón no estaba bien delante de Dios. Pedro no lo exhortó a que se arrepintiera de sus pecados en general sino de *esta* “tu maldad”.

¿Cómo habrá llegado Simón a esta “ligadura de iniquidad”? Antes de su conversión estaba dominado por delirios de grandeza y por medio de la magia negra había pactado con los poderes de las tinieblas para lograr sus propósitos. Nadie que haya incursionado en el espiritismo, la brujería, clarividencia, quiromancia, adivinación y cosas semejantes puede esperar liberarse a sí mismo fácilmente de las garras de Satanás. Por lo tanto, Simón tenía aún restos de su vida pasada, de lo que necesitaba liberación. ¿Cuántos cristianos profesantes en la actualidad están como él?

El perdón era sólo una faceta del mensaje de Cristo. En sus propias palabras Cristo nos dice “. . . me ha ungido para predicar las buenas nuevas a los pobres; me ha enviado a sanar a los quebrantados de corazón; a pregonar libertad a los cautivos, y vista a los ciegos. . .” Jesús pronunció estas palabras al comienzo de su ministerio y luego que había finalizado, Pedro, hablando con el centurión romano le explica “cómo Dios ungió con el Espíritu Santo y con poder a Jesús de Nazaret, y como éste anduvo haciendo bienes y sanando a todos los oprimidos por el diablo”. Hechos 10:38.

Cuando Jesús se vio confrontado con un hombre endemoniado que anhelaba liberación no le dijo "tus pecados te son perdonados", sino que con una palabra echó fuera el demonio. Al encontrarse en la sinagoga con la mujer que había sido atada por Satanás por diez y ocho años y que no podía enderezar su cuerpo no le dijo "tu fe te ha salvado, vete en paz", sino que puso sus manos sobre ella y le dijo: "Mujer eres libre de tu enfermedad." Lucas 13:12. ¡Y nosotros enviamos a los hombres a los siquiátras y a las mujeres a los fisioterapeutas! Cuando la raíz de sus males es satánica, ¿cómo pueden ser sanados por el tratamiento de síntomas mentales o físicos?

Cristo comisionó a sus discípulos no sólo a predicar las buenas nuevas sino a sanar a los enfermos y echar fuera demonios. Lucas 9:1, 2. A su regreso, los setenta dijeron: "Señor, aun los demonios se nos sujetan en tu nombre." Lucas 10:17. En esta culta y sofisticada sociedad hemos descartado nociones tan anticuadas. En la sociedad mundana el diablo ha sido puesto en ridículo. Entre los cristianos profesantes, la posesión demoníaca es estimada como propia de los tiempos bíblicos o de sociedades primitivas, o por lo menos, es considerada sumamente rara en nuestra moderna sociedad. El diablo se frota, alegremente las manos al ver tanta ceguera en nosotros.

¡Cuán tremenda es la necesidad hoy día del don del discernimiento de esos espíritus y la fe y autoridad para echarlos fuera! Indudablemente muchos hoy día que languidecen en instituciones mentales necesitan, no los tratamientos de

electro shock o drogas, sino liberación en el nombre todopoderoso y que permanece. Gran número de personas en nuestras congregaciones están realmente oprimidas y atormentadas por el diablo y necesitan el ministerio de aquellos que saben cómo liberar a los oprimidos. Muchos fuera del círculo de la Iglesia, aquellos que andan por los caminos y los vallados de esta vida, son conducidos por el diablo y están esperando a los que irán a ellos con un mensaje y ministerio de liberación.

¿Y qué de los muchos que hoy día han caído en manos de ladrones? ¿Vamos a dejarlos en el charco para que se bañen en su propia sangre? Sencillamente, ¿vamos a hacernos a un lado y pasar de largo? Es cierto que necesitamos buscar la unción celestial para tal ministerio. El sirvo no es mayor que su Señor como para poder estar sin los avíos de su Amo. Necesitamos estar dotados de los dones del Espíritu Santo para discernir y liberar. Pero esto no es todo. El ayuno es un arma auxiliar muy poderosa, y ha sido señalada por Dios para soltar las ligaduras del enemigo.

"¿No es más bien el ayuno que yo escogí, desatar las ligaduras de impiedad, soltar las cargas de opresión, y dejar ir libres a los quebrantados, y que rompáis todo yugo?" La referencia primaria, por supuesto, es a una esclavitud literal, pero para nosotros tiene una aplicación espiritual y debemos reconocer la parte vital que el ayuno tiene en este ministerio de liberación. Esta es una guerra en la esfera de principados y potestades. Satanás es un enemigo porfiado y no soltará su garra en los espíritus y almas, mentes

y cuerpos de los hombres a menos que se vea forzado a hacerlo. El ayuno parece proporcionar esa compulsión.

Al poner en libertad a alguien que está en las garras de Satanás, a menudo es necesario un proceso de ablandamiento por medio de la oración. Un ayuno hecho bajo la guía divina fortalecerá al intercesor para mantener presión hasta que el enemigo se vea forzado a soltar sus garras del cautivo. Entonces el ayuno dará autoridad cuando llegue el momento de Dios para pronunciar la palabra de orden que obrará la liberación. Este es uno de los secretos a voces que está detrás del ministerio de liberación del poder de Satanás, como pasamos a ilustrar seguidamente.

13

AYUNARON PARA LIBERACION

¿Será quitado el botín al valiente? ¿Será rescatado el cautivo de un tirano? Pero así dice Jehová: Ciertamente el cautivo será rescatado del valiente, y el botín será arrebatado al tirano; y tu pleito yo lo defenderé, y yo salvaré a tus hijos.

Isaías 49:24, 25

El pastor Hsi fue realmente uno de los grandes santos que surgieron en China. En el prefacio a una biografía suya,¹ el Dr. D.M. Lloyd-Jones; dice:

“Fue realmente un hombre de Dios en todo el sentido de la palabra. Su fe, sencilla como la de un niño, aunque fuerte e inquebrantable, era extraordinaria. Aceptó el Nuevo Testamento tal como es y lo puso en práctica sin ninguna vacilación o salvedad.”

Al convertirse había sido liberado del terrible hábito del opio, y Dios lo usó en un ministerio que liberó a cientos de sus compatriotas tanto del opio como de la posesión demoníaca. Muchos fueron los que recibieron sanidad mediante la imposición de sus manos. Así multitudes abrieron

¹ TAYLOR, Sra. de, *El pastor Hsi, erudito confuciano y cristiano*. C.J.M.

su corazón al evangelio y las iglesias crecieron rápidamente a través de la región. Al tiempo de su conversión adoptó el nombre *Shen-mo*, que significa "conquistador de demonios", como si por alguna extraña intuición supiera para qué obra Dios lo había levantado.

A los pocos meses de su propia liberación tuvo su primera gran prueba. Su esposa, que había dado muestras de la influencia de su recién hallada fe, fue poseída por demonios. Padeecía de profunda depresión y tormento mental y cuando llegaba el momento de la devoción diaria, sufría paroxismos de furia incontenible. Como una sola persona, los aldeanos pensaban que esto era nada más ni nada menos que un castigo que había venido sobre Hsi por haber pecado contra los dioses. —Un famoso conquistador de demonios —decían— veamos qué es lo que puede hacer por él su fe.

Para ese entonces ya había aprendido cuán grande es el poder de la oración aunada al ayuno en la lucha contra Satanás.

"Convocó a los miembros de su familia a que ayunaran tres días y tres noches y él se dedicó a la oración. Aunque debilitado físicamente, más fuerte en su fe, se aferró a las promesas de Dios y reclamó total liberación para su esposa. Después, sin la menor vacilación, se acercó a la atormentada mujer y poniendo sus manos sobre ella en el nombre de Jesús, ordenó a los espíritus malos que salieran de ella y no la atormentaran más.

Su liberación fue instantánea y total y en ese mismo momento, se convirtió al cristianismo, y

llegó a ser no solamente su fiel sino también su idónea compañera en la obra de Dios.

Fue así que comenzó un ministerio que con toda justicia ha sido explicado como "apostólico". El mismo se caracterizó por los grandes conflictos contra los poderes de las tinieblas. Si bien el poder de Satanás desatado en su contra era enorme, no era menor el poder de Dios que lo acompañaba para salvar, liberar y sanar. Cualquiera fuera la crisis que surgía, si tenía necesidad de guía respecto de alguna decisión de importancia, o de sabiduría para tratar con personas o situaciones difíciles, la liberación de los adictos al opio o de personas poseídas por espíritus malos, o si tenía que hacer frente a la persecución o a la oposición, Hsi tenía un remedio para cualquiera de esas cosas: se entregaba a la oración y al ayuno. ¡Qué liberaciones tan grandes y qué victorias tan tremendas Dios obró para él y a través de él!

Mientras que él era un erudito confuciano y estaba encadenado y sin esperanzas al opio, Dios levantó en Alemania a un liberador, un "hombre apostólico", al que usó de manera similar para la liberación de muchos atormentados por espíritus malos. Del ministerio de este otro hombre, Andrés Murray dice:

"En momentos en que Blumhardt pasaba por un terrible conflicto con los espíritus malos que atormentaban a muchos y buscaba echarlos fuera por medio de la oración, muchas veces se preguntaba qué era lo que impedía tener contestación. Un día, un amigo al que le había mencionado su problema, llamó su atención a las palabras del Señor respecto del ayuno. Blumhardt resolvió

dedicarse al ayuno y hubo ocasiones en que ayunó por más de treinta horas."

El efecto de esta práctica señalada por Dios, lo relata en sus propias palabras:

"Dado que el ayuno es delante de Dios una prueba práctica de que lo que pedimos es para nosotros algo de sumo interés y apremio y puesto que en grado sumo fortalece la intensidad y el poder de la oración y llega a ser la expresión práctica incesante de una oración sin palabras, puedo creer que será eficaz. Lo probé sin contárselo a nadie y la verdad es que los conflictos posteriores fueron notablemente aligerados. Me fue posible hablar con más sosiego y decisión. No me era necesario pasar tanto tiempo junto a la persona atormentada y sentí que podía ejercer influencia sobre otros aun sin encontrarme presente." 2

Fue así que el ministerio de este pastor alemán creció en poder y efectividad mientras que ayunaba por la liberación de las personas.

¿Habrá personas en la actualidad a quienes Dios usa para ese ministerio? Sí, y en un número cada vez mayor. En el norte de Inglaterra tuve ocasión de conocer a una mujer de oración, la que me relató el siguiente testimonio:

"En una oportunidad una señora a la que no conocía, me escribió respecto de una hija suya que estaba enferma. Yo la invité a venir a mi casa y cuando lo hizo me contó cómo su hija, en aquel entonces una mujer de 37 años había

hecho profesión de fe en su niñez y que a los catorce años se había bautizado. Había estudiado de enfermera y moralmente había ido de mal en peor. Había tenido un bebé y esa tragedia pareció hacerla volver al Señor por un tiempo. Mas volvió a alejarse y puntualizando: Dios no ha hecho nada por mí. Veré qué es lo que hará el diablo.

Había estado en un hospital para enfermos mentales y cuando sus padres iban a verla los insultaba. A su padre lo llamaba Hitler mientras que a su madre le decía la reina Mary. Luego se recostaba sobre la almohada mientras que decía "espíritus malos, espíritus malos".

Sentí profunda compasión por esa afligida madre y le prometí ayunar y orar por su hija. Cuando hacía tres días que estaba ayunando sentí una tremenda necesidad de echar fuera el demonio de esta muchacha en el nombre del Señor Jesucristo. Su madre volvió a escribirme para contarme que Dios había contestado la oración. Habían encontrado a la muchacha caída inconsciente en el cuarto de baño y cuando había vuelto en sí estaba sana, aunque muy débil y al poco tiempo la habían mandado de vuelta a su casa.

A nuestro alrededor hay muchos casos como éste. ¿Tenemos miedo de hacerles frente porque reconocemos nuestra incapacidad y recelamos del poder del diablo? La mayoría de nosotros tenemos suficiente sinceridad como para admitir que si nos viéramos confrontados con casos así no sabríamos qué hacer. Preferiríamos acudir a un psiquiatra más bien que hacer frente a un problema para el cual reconocemos que estamos po-

2 ANDRES MURRAY, *Con Cristo en la escuela de la oración*. Oliphants Ltd./Fleming H. Revell Co.

bremente preparados. Por lo menos este escapismo de nuestra parte nos evita el apuro y la humillación frente al fracaso y el tener que preguntarle al Señor: ¿Por qué no pudimos echarlos fuera? Pero, ¿estamos verdaderamente satisfechos con esto, o lo que es más pertinente, estará satisfecho el Señor?

Es indudable que él quiere que estemos conscientes de su profunda preocupación por aquellas almas atormentadas. Nos ha dado la autoridad para liberarlos. "En mi nombre echarán fuera demonios", Marcos 16:17. ¿Estamos lo suficientemente preocupados como para ayunar y orar por su liberación?

Es cierto que muchas veces no es posible la liberación a menos que la persona poseída o atada no esté totalmente deseosa de ser liberada y dispuesta a arrepentirse confesando cualquier pecado que haya abierto la puerta a Satanás, a fin de privarlo de cualquier derecho que pueda tener en ella. Esto es especialmente cierto en el caso de aquellos que se creen cristianos. Sin embargo, con mucha frecuencia la persona afligida siente un profundo deseo de ser liberada pero no hay nadie a quien pueda acudir que haga uso de la autoridad dada por Dios, que esté dispuesta a pagar el precio, si es necesario en oración y ayuno y que ordene la liberación. Quiera el Señor darnos la visión y la fe necesaria en esta hora de tanta necesidad.

14

PARA RECIBIR REVELACION

Yo Daniel... volví mi rostro a Dios el Señor, buscándole en oración y ruego, en ayuno... Gabriel... habló conmigo, diciendo: Daniel, ahora he salido para darte sabiduría y entendimiento.

Daniel 9:2, 3, 21, 22

Aunque con frecuencia damos por sentado que tanto las visiones como las revelaciones y los sueños inspirados han cesado con la época bíblica, la Escritura no afirma que así sea y la historia de la Iglesia nos proporciona abundantes evidencias que demuestran lo contrario. Tal vez no sea ésa la manera corriente por medio de la cual Dios nos comunica su verdad o nos revela su voluntad, pero tampoco lo era en los tiempos bíblicos. El hecho es que Dios puede hoy día, tanto como en aquel entonces, hablar a los hombres en maneras poco comunes.

En épocas de avivamiento la Iglesia ha sido testigo del derramamiento del Espíritu, un cumplimiento, aunque parcial, de la profecía de Joel:

"Vuestros hijos y vuestras hijas profetizarán; vuestros jóvenes verán visiones, y vuestros an-

cianos soñarán sueños." Hechos 2:17 mencionando Joel 2:28.

A través de toda la tierra se está experimentando un nuevo mover del Espíritu. Una vez más Dios está mostrando su buena voluntad para manifestar su presencia y declarar sus pensamientos en la manera que predijera Joel. Tal vez él siempre ha estado dispuesto a hacerlo pero nosotros no hemos estado preparados.

¿No existe en esto peligro de decepción, engaño y aun fanatismo? Sí, siempre ha existido y no es mayor ahora que en los tiempos bíblicos cuando Dios hablaba manifiestamente de ese modo. Si aunque hablamos como seres humanos, como Dios estaba preparado a correr el riesgo entonces, ¿por qué no puede hacer lo mismo hoy día? En días de Jeremías el diablo estaba ocupado tratando de imitar la obra verdadera del espíritu, porque el profeta habla de aquellos que pronuncian "visión mentirosa, adivinación, vanidad y engaño de su corazón". Jeremías 14:14, compare con Ezequiel 13:6,7. El hecho de que haya en circulación dinero falsificado sirve para probar la existencia del verdadero. Satanás no malgasta su tiempo imitando lo que ya no existe. Por cada falso profeta como Sedequías, Dios tiene sus Micaías. 1 Reyes 22. Por cada Hananías tienen su Jeremías. Jeremías 28. El volver las espaldas a lo verdadero por temor a lo falso es una actitud demasiado prevalente entre los creyentes evangélicos en la actualidad, es considerarnos como si fuéramos más sabios que el Todopoderoso y por lo tanto, jugar en las manos del diablo. El temor es una de las armas más eficaces contra la verdadera obra del Espíritu.

A pesar de haber dicho todo esto, igual haremos bien en proceder con cautela. No podemos pasar por alto las advertencias de la Escritura. Creamos en esas cosas porque la Palabra de Dios nos las enseña, pero examinémosla siempre a la luz de la Palabra. De vez en cuando Juan Wesley pudo apreciar una obra sobrenatural en su ministerio y la reconoció como de Dios. Por lo tanto, su advertencia es de lo más pertinente y oportuna.

"No atribuya a Dios lo que no proviene de Dios. No se dé a imaginar fácilmente que sus sueños, voces, impresiones, visiones o revelaciones sean de Dios si no cuenta con la suficiente evidencia. Tales cosas pueden ser puramente naturales, pueden ser diabólicas. Por lo tanto, no olvide la advertencia del apóstol: "Amados, no creáis a todo espíritu, sino probad los espíritus si son de Dios." Probad todo por la Palabra escrita y que todo se incline ante ella."

Sin duda existe una estrecha vinculación entre la práctica de ayunar y el recibir revelaciones espirituales. Muchas religiones no cristianas, tal como el budismo, el hinduismo, el confucianismo y el islamismo practican el ayuno porque reconocen el poder que tiene para desprender la mente del mundo de los sentidos y agudizar la sensibilidad al mundo de los espíritus. El abstenerse de comer es aun hoy día un importante dogma del espiritismo tal como lo fuera en los días de Pablo. 2 Timoteo 4:1-3.

En el primer capítulo de Daniel leemos respecto de cuatro jóvenes hebreos que se negaron a contaminarse con la comida del rey y con el vino que él bebía por cuanto había sido ofrecido

a los dioses paganos, y pidieron que se les diera "legumbres a comer, y agua a beber". Esto dio como resultado que Dios "les dio conocimiento e inteligencia en todas las letras y ciencias; y Daniel tuvo entendimiento en toda visión y sueño". Daniel 1:12, 17. Estos jóvenes probaron ser "diez veces mejor que todos los magos y astrólogos que había en todo su reino". Vemos pues que desde su juventud Daniel había sido preparado para una vida de disciplina en la cual el ayuno desempeñaba un papel muy importante. Daniel 9:2, 3; 10:1, 3. Llegó a ser uno de los grandes videntes del Antiguo Testamento por sus sueños y visiones.

El Nuevo Testamento ilustra este mismo punto. Fue cuando Pedro "tuvo gran hambre, y quiso comer", Hechos 10:10, que Dios le dio la visión que sirvió para abrir la puerta de la fe a los gentiles. Luego de referirse a sus "muchos ayunos", 2 Corintios 11:27, Pablo, en el capítulo siguiente de la Epístola menciona las visiones y revelaciones que tuvo del Señor. El mensaje angélico que Pablo recibió en el momento culminante de la tormenta en el mar Mediterráneo, fue después de un largo período de abstinencia. Hechos 27:21, 24. Seguramente que el prisionero del emperador Diocleciano, en la soledad de Patmos, no había estado viviendo en la abundancia de la tierra cuando fue en "espíritu en el día del Señor" y recibió la revelación final de Jesucristo.

En la Escritura no hallamos nada que sugiera que tenemos que *buscar* visiones, sueños o revelaciones sobrenaturales, pero lo que queremos señalar es que los que se dedican a buscar a Dios a través del ayuno, podrán comprobar que Dios

les recompensará con tales manifestaciones de su presencia. Sin embargo esos no constituyen el único, o aun el más importante aspecto de la revelación.

De continuo necesitamos revelación acerca de la voluntad de Dios para nuestras vidas. Nos vemos frente a situaciones que hacen necesarias la sabiduría divina y el conocimiento. El pastor Hsi se vio confrontado, en los comienzos de su obra entre los adictos al opio, con una grave crisis y fue cuando se le acabó la existencia de medicamentos extranjeros, vitales para el tratamiento de los pacientes. Ante tan grave situación pensó que tal vez Dios empleara su conocimiento de las drogas nativas para hacer un compuesto que reemplazara al suministro proveniente del exterior. Buscó al Señor en oración y ayuno para que le mostrara los ingredientes que le hacían falta. La señora de Taylor se refiere a lo que ocurrió:

"De manera muy sencilla supo cómo tenía que preparar las pildoras. Las drogas estaban al alcance de su mano en su depósito, y todavía en ayuno, llevó la receta, preparó el compuesto y se apresuró a regresar al refugio. Resultó todo un éxito y cambió por completo el aspecto de la obra en el refugio contra el opio."¹

¿Por qué es que no ponemos en práctica esta receta tan antigua como es la oración y el ayuno para hacer frente a las situaciones críticas?

Finalmente está la pregunta respecto de la revelación sobre la Palabra escrita. Tenemos la tendencia de estar atados por los puntos de vista

¹ TAYLOR, Sra. de. *El pastor Hsi, erudito confuciano y cristiano*. C.I.M. (En inglés)

tradicionales. Existe la imperiosa necesidad de recibir una nueva luz proveniente de la Santa Palabra de Dios acerca de temas de tanta controversia como son la Iglesia, su naturaleza y función, la obra del Espíritu Santo en la vida del creyente, los escritos proféticos y el programa futuro de Dios.

Podemos leer y estudiar, discutir y argumentar, defender este punto de vista o aquel, pero la necesidad de estos días de desafío es para recibir espíritu de sabiduría y revelación, y que todavía reciben aquellos que buscan a Dios con oración y ayuno. Daniel lo hizo y el mensajero celestial acudió para decirle: "He salido para darte sabiduría y entendimiento . . . entiende, pues, el orden, y entiende la visión." Daniel 9:22, 23. Hace falta luz y con seguridad que la recibiremos; toda la que nos haga falta para estos días oscuros, si es que la apreciamos lo suficientemente como para buscarla como hiciera Daniel.

La promesa dada hace tiempo atrás a los que guardan el ayuno que Dios ha escogido es válida para nosotros también:

"En las tinieblas nacerá tu luz, y tu oscuridad será como el mediodía. Jehová te pastoreará siempre, y en la sequía saciará tu alma, y dará vigor a tus huesos; y serás como huerto de riego, y como manantial de aguas, cuyas aguas nunca faltan." Isaías 58:10, 11.

15

LAS OLLAS DE CARNE EGIPCIA

Ojalá hubiéramos muerto por mano de Jehová en la tierra de Egipto, cuando nos sentábamos a las ollas de carne, cuando comíamos pan hasta saciarnos.

Exodo 16:3

Con frecuencia se dice que el modo más fácil de llegar al corazón del hombre es a través de su estómago. Es evidente que Satanás pensó que con la mujer sucedería lo mismo porque fue a Eva a la que tentó con el fruto prohibido. "Y vio la mujer que el árbol era bueno para comer . . . tomó de su fruto, y comió; y dio también a su marido, el cual comió." Génesis 3:6. Así fue, entre otras cosas, que la tentación para comer algo resultó en la caída de toda la raza. El clamor del estómago del hombre sirvió para ahogar allí en el huerto del Edén, la voz de Dios.

Satanás comprendió que podía ejercer una fuerte atracción al estómago del hombre y en los centenares de años que han transcurrido lo ha venido asediando en ese punto, con resultados obvios. Hasta Noé, un hombre que caminó con Dios,

cayó en la trampa. "Comenzó Noé a labrar la tierra, y plantó una viña; y bebió del vino, y se embriagó, y estaba descubierto en medio de su tienda." Génesis 9:20, 21.

No obstante la promesa que Dios le había hecho a Isaac acerca de Jacob, leemos que el anciano patriarca se mostraba parcial para con Esaú, y por el mero hecho de que su hijo mayor abastecía su mesa con la comida de su agrado. Génesis 25:28. A su vez el mismo Esaú llegó a vender su primogenitura por un plato de comida y por esa razón hasta perdió también el derecho a la bendición del primogénito. Hebreos 12:16, 17. ¿Hasta qué punto puede culparse a Esaú de carnalidad, cuando ni aun su anciano padre había sabido disciplinar sus propios apetitos? Esto es un desafío para los padres cristianos.

La triste historia del pueblo de Dios en su peregrinación por el desierto nos muestra una serie continuada de fracasos en este punto. La comida fue motivo para que lloraran, murmuraran, suplicaran y codiciaran.

"Ojalá hubiéramos muerto por mano de Jehová en la tierra de Egipto, cuando nos sentábamos a las ollas de carne, cuando comíamos pan hasta saciarnos." Exodo 16:3.

"¿Quién nos diera a comer carne! Nos acordamos del pescado que comíamos en Egipto de balde, de los pepinos, los melones, los puerros, las cebollas y los ajos." Números 11:4, 5.

"¿Por qué nos hiciste subir de Egipto para que muramos en este desierto? Pues no hay pan ni agua y nuestra alma tiene fastidio de este pan tan liviano. [El maná.]" Números 21:5.

La actitud de Dios frente a esto, la resalta vívidamente el salmista:

"Comieron, y se saciaron; les cumplió, pues, su deseo... Vino sobre ellos el furor de Dios. E hizo morir a los más robustos de ellos, y derribó a los escogidos de Israel." Salmo 78:29-31.

"El les dio lo que pidieron; mas envió mortandad sobre ellos." Salmo 106:15.

Este deseo ardiente por comer hasta levantó su cabeza en el santuario de Dios e hizo caer una maldición sobre la casa de Eli. Indignado, Dios preguntó al anciano sacerdote: "¿Por qué habéis hollado mis sacrificios y mis ofrendas, que yo mandé ofrecer en el tabernáculo; y haz honrado a tus hijos más que a mí, engordándoos de lo principal de todas las ofrendas de mi pueblo Israel?" 1 Samuel 2:29. Aunque Dios nos ha dado el cuerpo e implantado en el mismo ciertos instintos básicos, incluso el apetito corporal, requiere que mantengamos a lo físico sujeto a lo espiritual. El cuerpo siempre debe ser nuestro siervo; jamás debe constituirse en nuestro amo. Ese deseo vehemente por la comida demostrado por Israel en el desierto aún hoy día lo llevamos dentro nuestro. Si, como dice Pablo, Dios no se agradó de ellos y quedaron derribados por el desierto, 1 Corintios 10:5, ¿por qué pensamos que se agrada más hoy día de un pueblo codicioso?

Para cada creyente hay una línea finamente trazada entre el satisfacer los deseos normales del cuerpo y la satisfacción de un espíritu interior exigente que esclaviza a un capricho carnal y que no desaparece porque tratemos de camuflar toda vez que no podemos decir no al segundo plato de aquella comida de nuestro agrado que

nos ofrecen, pese a que no lo necesitamos; cuando siempre andamos pellizcando entre las comidas regulares, cuando ansiamos aquellas comidas que satisfacen nuestro paladar y apelan a nuestro refinado apetito; cuando, en una palabra, la comida es una tentación presente en todo momento y a la cual constantemente nos rendimos, entonces es bien claro que somos esclavos.

"Todas las cosas me son lícitas, mas no todas convienen; todas las cosas me son lícitas, más yo no me dejaré dominar de ninguna. Las viandas para el vientre, y el vientre para las viandas; pero tanto el uno como a las otras destruirá Dios." 1 Corintios 6:12, 13.

"El que es vencido por alguno es hecho esclavo del que lo venció." 2 Pedro 2:19.

Pablo tuvo algunas palabras de reproche para los indisciplinados creyentes de Corinto, donde males tales como la embriaguez y la glotonería se veían en sus ágapes, de tal manera que resultó imposible celebrar la cena del Señor. 1 Corintios 11:20-22. Pablo les recordó lo que le había acontecido a Israel durante su travesía por el desierto.

"Mas estas cosas sucedieron como ejemplo para nosotros, para que no codiciemos cosas malas, como ellos codiciaron. Ni seáis ídólatras, como algunos de ellos, según está escrito: Se sentó el pueblo a comer y a beber..." 1 Corintios 10:6, 7.

¡Sentarse el pueblo a comer y a beber y el Espíritu Santo llama a esto idolatría! Con esto no queremos decir que el Dios que nos da ricamente todas las cosas para disfrutar no pueda bendecir nuestras fiestas tanto como nuestros ayunos. El hecho es que el Espíritu Santo nos advierte aquí de que el sentarnos a comer y a beber

puede ser idolatría tanto como puede ser para la gloria de Dios. En este aspecto ha habido mucha indisciplina por parte de los cristianos profesantes como para permitirnos pensar que este mandato apostólico no es necesario.

Algo que llama a la reflexión es meditar que todo el pecado, los dolores, la enfermedad, y aun la muerte que imperan hoy día en el mundo tienen sus raíces en primer lugar en el haber gustado del fruto prohibido. Pero, loado sea Dios que en el cumplimiento del tiempo salió a la arena otro Hombre, el postrer Adán. Hizo frente a idéntico ataque del mismo tentador, no en el perfecto medio ambiente del paraíso sino en un desolado desierto. No se encontraba bien alimentado por una generosa provisión del Edén sino que lo rechazó con su cuerpo debilitado por el prolongado ayuno y retortijones de intenso hambre.

"Y vino a él el tentador, y le dijo: Si eres Hijo de Dios, di que estas piedras se conviertan en pan. El respondió y dijo: Escrito está: No sólo de pan vivirá el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios... El diablo entonces le dejó." Mateo 4:3-11.

Allí donde el primer Adán fracasó, el segundo triunfó. Por medio de su muerte y resurrección restableció al hombre al paraíso que había perdido a causa del pecado. En uno de los últimos cuadros que nos presenta la Escritura notamos a Juan que se refiere al árbol que había visto, el árbol de la vida, del que el hombre había sido alejado por su desobediencia, y lo ve creciendo a ambas márgenes del río de cristal en la ciudad de Dios. Nos relata las eternas bendiciones de aquellos que lavaron sus vestiduras y por lo tanto tie-

nen derecho al árbol de la vida, que entran por las puertas a la ciudad de Dios. Apocalipsis 22. El hombre, al que se le habían cerrado las puertas del paraíso de Edén, por último es restablecido el paraíso de Dios por medio de la obediencia del Hombre Jesucristo.

En el interin tenemos que vivir en un cuerpo sujeto a tentaciones. Cristo mismo nos advirtió que el "comer y beber" marcaría los días previos a su retorno, tanto como señalaron la época en que vivió Noé. Nos mandó que veláramos, no sucediera que nuestro corazón fuera tomado con demasiada abundancia, embriaguez y los cuidados de esta vida y el día de su retorno nos encontrara sin estar preparados. Mateo 24:37, 38; Lucas 12:45, 46 y 21:34. Sus discípulos debían decir "no" al yo y tomar la cruz y seguirle. ¿Qué papel desempeña el ayuno en la disciplina de nuestros cuerpos? Esto es algo que debemos considerar de inmediato.

16

EL GOLPEAR EL CUERPO

Golpeo mi cuerpo, y lo pongo en servidumbre, no sea que habiendo sido heraldo para otros, yo mismo venga a ser eliminado.

1 Corintios 9:27

Hay personas que no fingen estar libres de la esclavitud de su estómago. La verdad es que la disciplina cristiana involucra también la auto disciplina en esta esfera y es notorio que esta verdad no ha penetrado en sus conciencias. Su deseo y capacidad de comer los convierte en el hazmerreír de todos. Pueden resistir cualquier cosa menos la tentación, dicen. Otros, empero, aparentemente están inconscientes de su esclavitud y del hecho de que en eso hay una pérdida de poder espiritual. Interpretan el deseo vehemente que los esclaviza por un apetito normal y saludable. Muchos que han ayunado admiten luego que fue el llamado de Dios para ayunar que los hizo comprender su condición. Martín Lutero, un inveterado hombre de ayuno, se expresó así: "Mi carne se vio obligada a quejarse temerariamente."

En su biografía de Rees Howell, a la que nos

hemos referido ya, Norman Grubb relata cómo Dios trató primeramente con su siervo en este punto:

"Fue en una época cuando sentía una gran carga por una cierta convención que estaba siendo desbaratada por los ataques del enemigo. El Señor lo llamó a que hiciera un día de oración y ayuno, algo que era nuevo para él. Acostumbrado como estaba a un hogar cómodo, en el que se servían cuatro comidas diarias, sufrió un fuerte sacudón al comprobar que ello significaba que no tendría que comer, lo que lo turbó. ¿Sería por esta única vez? ¿Y si Dios le pedía que lo hiciera todos los días? Al mediodía se encontraba de rodillas en su cuarto, pero le resultó imposible orar la hora siguiente. Luego señaló: No sabía que había dentro mío tal codicia. Mi agitación era la prueba de cómo me tenía apresado. Si no hubiera tenido poder sobre mí, ¿por qué argumentaba al respecto?

A la una su madre lo llamó y le contestó que no iba a comer. Pero tal como haría toda madre, volvió a llamarlo y a instarlo: —No te va a llevar mucho tiempo.

El buen aroma que subía escaleras arriba fue demasiado para él, y bajó. Pero luego de comer, al regresar a su cuarto no pudo volver otra vez a la presencia de Dios. Se vio confrontado con su desobediencia al Espíritu Santo. "Me sentí como el hombre en el huerto de Edén. Fui a la montaña y caminé algunos kilómetros, maldiciendo al viejo hombre que habitaba dentro de mí..."

Luego de eso no almorzó por varios días sino que pasó esa hora con Dios. Más tarde comen-

tó: "En el momento en que logré la victoria no me resultó difícil. El caso es que mientras que uno quiere algo no le es posible desprender su mente de tal cosa. Cuando la supera, Dios quizá se la vuelva a dar, pero ya la ha superado."¹

Si hay una falla para tratar con este deseo vehemente de comida, la vida está abierta para los ataques en otras líneas. La conexión entre el demasiado comer y la estimulación del deseo sexual es algo sabido por todos. Como hemos visto, el pecado de Sodoma estaba relacionado con su abundancia de comida. Refiriéndose a Israel, dijo Jehová: "Los sacié, y adulteraron." Jeremías 5:7. Con anterioridad, y a través de Moisés, les había advertido que el tomar posesión de la tierra que fluía leche y miel luego de su travesía por el desierto, iría acompañado de nuevas tentaciones, entre ellas, la de rebelarse contra Dios y cambiarlo por ídolos.

"Pero engordó Jesurún, y tiró coces (engordaste, te cubriste de grasa); entonces abandonó al Dios que lo hizo, y menospreció la Roca de su salvación. Le despertaron a celos con los dioses ajenos; lo provocaron a ira con abominaciones." Deuteronomio 32:15, 16.

Pablo insiste en la importancia de disciplinar los apetitos carnales y de no hacer provisión para los deseos de la carne. Romanos 13:14. Refiriéndose a las relaciones matrimoniales, pide períodos de abstinencia "para que no os tiente Satanás a causa de vuestra incontinencia". 1 Corintios 7:5. En el versículo que encabeza este capítulo, el apóstol toma prestada una figura de un gimna-

¹ NORMAN GRUBBS, *Rees Howells, Intercesor*. Lutterworth Press/C.L.C. (U.S.A.)

sio o un campo de entrenamiento, que eran una característica sobresaliente de cada ciudad griega, y a través de la misma revela algo de su propia disciplina interior:

"Todo aquel que lucha, de todo se abstiene... golpeo mi cuerpo, y lo pongo en servidumbre, no sea que habiendo sido heraldo para otros, yo mismo venga a ser eliminado." 1 Corintios 9:25-27.

Según el criterio del apóstol, no se trataba simplemente del peligro de la tentación si el cuerpo no era golpeado, sino de la pérdida del poder en la gran contienda de la vida, tal como un atleta que no se entrenaba propiamente se vería trabado el día de la carrera y perdería el premio. Por lo tanto se consagró para dar cualquier paso práctico que fuera menester para someter los apetitos y deseos del cuerpo, para que lo espiritual pudiera ser mantenido en estado ascendente.

¿Cómo podía esperar recibir la corona del vencedor mientras era conquistado por sus propios apetitos insaciables?

En los días que vivió sobre la tierra, nuestro Señor y Salvador supo lo que era padecer hambre y sed y sentirse cansado, no obstante lo cual siempre dio muestras de un perfecto autodomínio, que es fruto del Espíritu. Al llegar junto al pozo de Sicar, en medio del calor del día, ministró agua de vida a una mujer pecadora en tanto que sus discípulos fueron en busca de comida. Al regresar con las provisiones lo instaron a que comiera, con la certeza de que debía tener tanta hambre como ellos. Rápidamente les contestó: "Yo tengo una comida que comer, que vosotros no sabéis." ¿Es que habría venido alguien en su ausencia y le habría traído de comer? "Mi co-

mida, es que haga la voluntad del que me envió, y que acaba su obra", Juan 4:8, 32, 34. ¡Qué perfecto dominio de lo físico a través de lo espiritual! Pero, ¿acaso no había ayunado cuarenta días y cuarenta noches? ¿No había rechazado los ataques del tentador cuando lo había instado a que convirtiera las piedras en pan? Si bien es cierto que el hombre no vivirá de solo pan, en ocasiones tendrá que vivir sólo por la Palabra de Dios. ¿No era la vida de Aquel que no se agradó a sí mismo, una de continua disciplina? ¿Es que acaso él no sigue llamándonos para que le sigamos por la senda de la negación propia y para que llevemos la cruz? Pero, ¿de qué manera debemos hacerlo?

Algunos dicen que es un asunto sumamente sencillo. El fruto del Espíritu es dominio propio. Si se permite que Jesús viva su vida en la persona, este fruto será un resultado seguro. Aunque esto es cierto, no es todo como muchos han tenido que aprender a través de la disciplina que trae aparejada el fracaso. Con frecuencia son necesarios pasos externos y drásticos los que Dios exige antes de que pueda lograrse este fruto.

Es cierto que tenemos que "vestirnos del Señor Jesucristo" por fe y que no debemos proveer para los deseos de la carne, para gratificar sus deseos. Ver Romanos 13:14. Es esencial que sepamos que nuestro yo fue crucificado con él, Romanos 6:6, hace casi dos mil años, pero los clavos de la cruz no nos absuelven de la necesidad de disciplinar el apetito. Las epístolas del Nuevo Testamento hacen tanto énfasis en este último aspecto como en el primero. "Huye... de las pasiones juveniles", 2 Timoteo 2:22. "Renunciando... a los deseos mundanos." Tito 2:12. "Os ruego...

que os abstengáis de los deseos carnales." 1 Pedro 2:11. "...para que no os tienta Satanás a causa de vuestra incontinencia." 1 Corintios 7:5.

Esta idea de disciplina autoimpuesta, es básica a todo el concepto bíblico sobre el ayuno. Hemos notado que el único ayuno indicado por la Ley era el que tenía lugar el día de la expiación. "Afligiréis vuestras almas", Levítico 23:27, fue como lo describió Dios. Por lo tanto, en el ayuno malogrado, que se describe en el capítulo 58 de Isaías, los israelitas se quejaron: "... ayunamos, y no hiciste caso; humillamos nuestras almas, y no te diste por entendido." El salmista David señala: "Afligí con ayuno mi alma." Salmo 35:13. Siempre ha sido reconocido el valor de ayunar como una disciplina para someter el cuerpo y dominar los apetitos. La Homilía de la Iglesia Anglicana (1562) señala que el primer propósito del ayuno es "castigar la carne para que no se desenfrene, sino que sea reprimida y se sujete al espíritu".

Este principio está bien ilustrado en la vida del predicador wesleyano de antaño, William Bramwell:

"Vislumbró la posibilidad de que luego de haber predicado a otros él mismo fuera reprobado. Mediante el ayuno establecido, a través de la continua vigilancia y por constante moderación en todas las cosas, mantuvo su cuerpo en sujeción y por lo tanto creció en espiritualidad y poder."²

En 1809, escribiendo a un amigo radicado en Liverpool, señaló:

"El motivo por el cual los metodistas en ge-

neral no viven en esta salvación es que duermen demasiado, comen y beben excesivamente, ayunan poco y no se niegan a sí mismos; tienen mucho trato con el mundo, son muchas las predicaciones que escuchan y es muy poco su autoexamen y oración."

Bien podría uno imaginarse que se refería a la iglesia evangélica del siglo XX. Hombres como Bramwell son una continua censura a nuestra opulenta era. ¡Cuánto necesitamos velar, orar y ayunar, no sólo para mantener nuestros cuerpos sino para conservar nuestro poder espiritual y alcanzar la victoria!

² JAMES SIGSTON, *William Bramwell*.

¿QUE ES EL ASCETISMO?

¿Por qué, como si vivieseis en el mundo, os sometéis a preceptos tales como: No manejes, ni gustes, ni aun toques (en conformidad a mandamientos y doctrinas de hombres) . . . Tales cosas tienen a la verdad cierta reputación de sabiduría en culto voluntario, en humildad y en duro trato del cuerpo; pero no tienen valor alguno contra los apetitos de la carne.

Colosenses 2:20-23

Quizá algunos se pregunten si todo este énfasis respecto del ayuno, de disciplinar el cuerpo y demás no pueda llevarnos a un ascetismo malsano o peor aun el fanatismo. Es este temor que se oculta detrás de mucha de la actitud tradicional sobre el ayuno en la mayor parte de círculos evangélicos. Es una reacción contra el extremismo. Muchos de nosotros somos extremistas o reaccionarios. Al inclinarse hacia el otro extremo, con el fin de evitar los excesos del extremista, el reaccionario cae en el error opuesto y se convierte en un extremista a la inversa. No es fácil dar en el justo equilibrio espiritual de la Escritura.

¿Qué es el ascetismo? Proviene de una palabra griega que significa "práctica o preparación para la obtención de un ideal o meta", y se la aplicaba a la soldadesca, atletas y el aprendizaje tanto como a la virtud y la piedad.¹ En esto está de acuerdo con el Nuevo Testamento y en este sentido nuestro Señor mismo, los apóstoles y cada cristiano disciplinado podría ser llamado "asceta". El ascetismo, sin embargo, pronto desarrolló características equivocadas y nocivas y es en virtud de eso que la palabra lleva consigo el estigma de extremismo en la mente de la mayoría de las personas. Esto es evidente aun en la definición que el diccionario da a la palabra "asceta, hombre rígido y escrupuloso".²

Podemos distinguir tres etapas que marcaron el desarrollo del espíritu ascético en la Iglesia Cristiana. La primera fue la periódica y controlada abstención para no satisfacer los apetitos legítimos del cuerpo. Si el motivo fuera correcto y el método bíblico, esto podría resultar para bien y el ayunar para Dios es un obvio ejemplo de esto.

Luego vino la renuncia a todas las comodidades físicas y al trato comunitario corriente, ejemplificado por el ermitaño o el monje.³ La última etapa es la auto-imposición de variadas formas de tortura física, tal como el vestir una túnica áspera, o la faja de cerdas o cadenillas de hierro con puntas, ceñida al cuerpo, que también se conoce con el nombre de cilicio.

¹ Enciclopedia Británica.

² Diccionario Enciclopédico Abreviado (Espasa Calpe).

³ En griego *asketes*, de la misma raíz que "ascético".

Este espíritu ascético, incluso el ayunar, por supuesto, que no es característico del cristianismo medieval. Se lo encuentra en la mayor parte de las religiones primitivas, desde los esquimales de Alaska hasta los aborígenes y maories de Australasia. ⁴ Era muy corriente en las religiones orientales, como por ejemplo entre los faquires y los nudistas ascetas del hinduismo. En este desarrollo del espíritu ascético, ya se trate del mundo cristiano o del pagano, podemos reconocer la mente maestra de Satanás tratando de pervertir los instintos religiosos del hombre.

Detrás de las prácticas erróneas del ascetismo medieval estaba la doctrina errónea. Existía un falso concepto de Dios, como de Uno que se goza en el dolor, el sufrimiento y las penas. ¿Es que no hay hoy día quienes asumen que la senda dura debe ser necesariamente la voluntad de Dios? "Señor, te conocía que eres hombre *duro*." Mateo 25:24. Estas palabras son una síntesis del concepto erróneo que muchos tienen de su Padre celestial. Jesús les recordó a los fariseos de su día que Dios quería misericordia y no sacrificio.

Asimismo involucra un falso concepto del hombre por sí mismo, de que mediante la rigurosa auto mortificación expía sus pecados o adquiere méritos delante de Dios. Esto llevó a la doctrina de penitencias y a la expiación del pecado mediante "satisfacciones", y "méritos". Oculto de trás de todo esto está el insidioso orgullo que se gloria en su propia disposición para aceptar el sufrimiento en lugar de gloriarse en la cruz. El

⁴J. HASTINGS (Ed.), *Enciclopedia de Religión y Ética*. (Artículo sobre el ayuno.)

único pleno, perfecto y suficiente sacrificio, obediencia y satisfacción por los pecados de todo el mundo,⁵ no necesita ser suplementado por ningún sufrimiento humano.

Por último está la actitud equivocada de que el cuerpo humano es inherente e incorregiblemente malo. Esto es considerado necesario a fin de obtener la pureza del alma para librarlo de toda dependencia del cuerpo, sujetando a este cuerpo a una rigurosa autodisciplina. ⁶ ¿Pide el cuerpo la expresión sexual? Esto debe ser inexorablemente refrenado por medio del voto de celibato. ¿Pide dormir? También esto debe ser reprimido y por lo tanto el tañir de las campanas en las horas de la noche sacaba a los monjes de sus celdas para llevar a cabo vigilia de oración. ¿Pedía el cuerpo comodidades? Había que dejarlo que se sujetara a toda clase de durezas y hasta que fuera torturado por sus muchos pecados.

En el sistema monástico que comenzara más o menos a fines del siglo tercero, se puede apreciar la obra de esos falsos conceptos. Existía entonces el monje solitario o ermitaño y el social, que vivía en una fraternidad donde los principios ascéticos eran rigurosamente reforzados. La regla de algunas comunidades era el más absoluto silencio y los monjes dormían con sus hábitos de telas ásperas puestos y declinaban toda clase de abluciones.

El ayuno fue una de las primeras cosas que cayó bajo la influencia de un riguroso absorben-

⁵*Libro de oraciones*. (Orden de la Santa Comunión.)

⁶Esta oposición de alma y cuerpo es llamada "dualismo". Observe cómo los que han hecho revisiones, han alterado Filipenses 3:21 "el cuerpo de la humillación nuestra" por "el cuerpo de nuestra humilde condición".

te ascetismo durante los primeros siglos de la era cristiana. El formalismo fue el sutil principio de muchos males en tanto que un celo mal dirigido y desmedido no faltaba como prueba convincente. Ni Cristo ni sus apóstoles establecieron reglas para el ayuno. Este era algo personal entre el discípulo y su Maestro a la luz de las necesidades y circunstancias. Con la decadencia del cristianismo vital, se dio un mayor énfasis a lo externo más bien que a lo interno. La forma de piedad reemplazó al poder y los hombres se esforzaron para ser más sabios que el Todopoderoso, proporcionando reglas para el ayuno que no habían encontrado en las Escrituras.

Un ayuno al año, en el día de la expiación, era todo lo que Dios había ordenado. Sin embargo para la época de Zacarías ya había por lo menos cuatro al año, Zacarías 8:19, y cuando nuestro Señor hizo su aparición en la escena, los fariseos observaban dos ayunos por semana. La historia de la Iglesia nos señala una tendencia similar. Lo que en su comienzo fuera un asunto de conciencia de la persona se convirtió en costumbre tal como la práctica de ayunar los miércoles y los viernes. Esto a su vez llegó a ser una obligación. Manuales de instrucción, basados en una supuesta autoridad apostólica pusieron a éste y a otros asuntos bajo reglas. El crecimiento del rigor de ayunar se observa de manera especial en el siglo IV, la era de los concilios y la organización, cosas que fueron posibles por el cese de la persecución.

En estos tiempos vivimos en una era de cómodo egoísmo, riquezas fáciles. En cualquier lugar don-

de Dios quiera moverse por su Espíritu existe el peligro de una aguda reacción a este despreocupado espíritu que podría llevar rápidamente a un ascetismo no bíblico. Esta tendencia permanece latente en el pecho humano y sólo espera las condiciones propicias, un celo que no está de acuerdo a conocimiento, y un orgullo de devoción superior, para arder en llamas.

No hay nada especialmente vil en el cuerpo humano porque Dios lo creó aun con sus deseos y apetitos. No hay nada malo en el deseo de un hombre hambriento de apetecer una buena comida o de una mujer sana que anhela un esposo, hijos y un hogar. No es el camino del Espíritu el reprimir estos instintos naturales sino controlarlos y mantenerlos dentro de los límites establecidos por Dios. No necesitamos apagar el fuego que arde en la parrilla del hogar, sino evitar que las llamas salten y enciendan el lugar. Lo físico no debe ser reprimido brutalmente sino que debe estar disciplinado y subordinado a lo espiritual.

Cuando el ascetismo llega a ser algo de forma, reforzado por severas reglas humanas, es incapaz de tratar efectivamente con los apetitos del cuerpo. El dominio propio, por otra parte, es el fruto del Espíritu que surge de la vida divina que hay adentro, cultivada por la costumbre de una vida disciplinada.

“¿Por qué, como si vivieseis en el mundo, os sometéis a preceptos tales como: No manejes, ni gustes, ni aun toques (en conformidad a mandamientos y doctrinas de hombres)? Tales cosas tienen a la verdad cierta reputación de sabiduría en culto voluntario, en humildad y en duro trato

del cuerpo; pero no tienen valor alguno contra los apetitos de la carne." Colosenses 2:20-23.

Wesley señaló: "Algunos han exaltado el ayuno religioso más allá de la Escritura y la razón. Otros lo han pasado por alto por completo. Al evitar con todo cuidado uno, velemos en contra del otro. El error más prevalente de nuestros días es una fácil indulgencia que permite minar la carne cuando deberíamos golpearla; festejar y disfrutar nosotros mismos cuando lo que deberíamos hacer es ayunar y orar."

NOTA: La influencia del asceticismo primitivo en el texto del Nuevo Testamento se sugiere por la inclusión de referencias al ayuno en tres pasajes de la Versión Reina Valera, que algunos piensan ahora que son interpolaciones. Ver Apéndice I.

⁷JUAN WESLEY, *Sermón 27*. (Discurso 7 sobre el Sermón del Monte. Mateo 6:16-18.)

18

EL AYUNO
Y EL CUERPO

El cuerpo... es... para el Señor... vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo... glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo.

1 Corintios 6:13-20

En este capítulo y en los restantes, trataremos principalmente con el ayuno más largo y el efecto que el mismo tiene sobre el organismo, por cuanto hay mucho que necesitamos saber cuando ayunamos por más de un día.

Todo el que se siente llamado a realizar un ayuno prolongado no debe sorprenderse si familiares bien intencionados reciben su descubrimiento con una mirada de consternación. Por lo general esto es seguido por muchos plausibles argumentos calculados para persuadir al que está por ayunar, de las peligrosas consecuencias de tan imprudente conducta. En ocasiones esto puede llegar a ser una barrera más formidable que el inevitable conflicto interior.

Detrás de mucha de la oposición a un ayuno prolongado están las corrientes interpretaciones erróneas de que necesitamos comer para vivir,

de que ayunar es morir de hambre, de que más que peligroso es positivamente dañino. Estos temores se basan en la ignorancia de unas pocas bien probados hechos respecto de la actividad del organismo durante el período de ayuno.

Comer, por supuesto, es necesario para sustentar la vida, pero el aire, el agua y hasta el dormir son necesidades mucho más urgentes. El organismo no puede vivir más que unos pocos minutos sin oxígeno y podrá vivir unos pocos días sin tomar agua o dormir, pero en circunstancias normales puede sobrevivir en forma completamente satisfactoria durante varias semanas sin ingerir alimentos.

Tal como el camello ha sido hecho con capacidad de llevar en su cuerpo una cisterna de agua que le permite atravesar los ardientes desiertos, de la misma manera Dios ha equipado al cuerpo humano con su propia despensa.

Un organismo normalmente saludable, bien alimentado, puede subsistir por varias semanas sin sufrir las consecuencias de la falta de comida. Durante un ayuno prolongado el organismo vive de las grasas sobrantes y al mismo tiempo actúa como un incinerador interno, quemando los desechos y los tejidos muertos del cuerpo. Sólo cuando este proceso de purificación ha terminado es que empieza a consumir las células vivas y es entonces cuando comienza la inanición.

¿Cómo se puede saber cuando se llega a este momento? Por lo general se pueden distinguir tres fases a través de las cuales pasa el organismo durante el ayuno prolongado, las que aunque no siempre están claramente definidas, tienden a superponerse y la duración de cada una varía

enormemente según la persona. La primera de estas etapas está señalada por un deseo muy grande de comer, que puede durar un par de días o más. Una vez que ha pasado, aunque pueda sentirse una agradable sensación al pensar en la comida, no se sienten grandes deseos o tentación de comer.

La segunda fase está señalada por una sensación de debilidad y desfallecimiento que puede prolongarse durante dos o tres días o tal vez más. Es cuando se atraviesa por esta etapa que cada movimiento del cuerpo parece requerir mucha fuerza de voluntad. En muchos respectos ésta es la parte más difícil del ayuno y algunos quizá necesiten descansar muchísimo. La desaparición gradual de esta sensación de debilidad es un indicio de que el organismo ha eliminado sus desechos más grandes y las toxinas.

La tercera y más fácil de estas etapas, es en la que se van recobrando las fuerzas y se siente poco o nada de preocupación por la comida y los espasmos de debilidades son esporádicos y van decreciendo. Es en este momento que el que ayuna, con frecuencia siente que podría continuar su ayuno indefinidamente y sin ningún gran esfuerzo.

La conclusión de esta fase final la señalan los dolores de hambre, que indican que el proceso de eliminación ha terminado y que ahora el organismo comienza a extraer de los tejidos vivos. Esto por lo tanto es una campana de alerta que indica que el cuerpo comienza a sentir los efectos de la inanición. En ciertos casos puede ocurrir tan pronto como al vigésimo primer día de ayuno, pero por lo general no es sino hasta el cua-

dragésimo o mucho después. Desde que se empieza el ayuno hasta que vuelve a sentirse hambre, es un tiempo que por lo general se llama *el ayuno completo*.

Respecto de nuestro Señor leemos que "después de haber ayunado cuarenta días y cuarenta noches, tuvo hambre". Mateo 4:2. Es significativo que la Escritura no presente ninguna evidencia de que estuviera hambriento durante los cuarenta días de ayuno, sino luego de terminarlos. Esto está en un todo de acuerdo con lo que sabemos acerca del proceso del ayuno, y es uno de los muchos testimonios inherentes a la verdad del registro inspirado. Nuestro Señor claramente había realizado un ayuno completo. Todas las reservas de su organismo se habían agotado y la inanición estaba empezando a sentirse. Fue en este momento que se vio confrontado con el encuentro personal con Satanás y su tentación de que volviera las piedras en pan.

Es importante que diferenciamos entre el deseo o las ganas de comer por hambre de comida. Es dudoso que la persona promedio, criada en una civilización bien nutrida sepa mucho respecto de lo que es tener realmente hambre. La sensación de vacío o debilidad, el roer en la boca del estómago y otros síntomas que se experimentan en el comienzo del ayuno raramente son hambre verdadera. No es más que un deseo de comer resultante del largo y continuado hábito de comer tres veces por día, y en forma ininterrumpida durante trescientos sesenta y cinco días al año.

Cuando el estómago de pronto se ve privado de lo que ha estado acostumbrado a recibir como si fuera su derecho, tiende a quejarse como un

niño malcriado al que le niegan su tableta de chocolate después de la comida. Por otra parte, el hambre es un grito de todo el cuerpo, que resulta no de una costumbre, sino de una necesidad. Podemos decir entonces, que el mero apetito se relata con el "querer" inmediato del estómago y la verdadera hambre de la necesidad real del organismo.

Es extraño que cualquiera que cree en la revelación bíblica haya siquiera pensado de que esta práctica tan bíblica, enseñada y ejemplificada por Cristo mismo podría ser dañina para el cuerpo, siempre y cuando se la realice de acuerdo con los precedentes de la Escritura. Es todo lo contrario. El ayuno hace posible un proceso de terapia física. Libera por completo al organismo para llevar a cabo el proceso natural de purificación y sanidad.

La pérdida de apetito con frecuencia es la primera advertencia de la proximidad de una enfermedad aguda y es, no sólo una señal peligrosa, sino un poste indicador que muestra el camino a la recuperación. Está diciendo en efecto, "deje de comer y dele a su organismo una oportunidad para recobrase".

El poder curativo del ayuno ha sido reconocido y aplicado desde la antigüedad. Plutarco, el famoso biógrafo que vivió por los años 46-120 D.C., escribió: "En vez de tomar remedios, ayune un día." En tiempos recientes se ha realizado considerable investigación en esta rama de la terapia natural por calificados hombres tanto en el continente europeo como en los Estados Unidos y Gran Bretaña, y en aquellas clínicas donde se

practica el "ayuno terapéutico" como lo llaman algunos, se han logrado notables resultados.

Aunque el aspecto espiritual de este tema es de mucha más importancia, con seguridad que la necesidad del organismo y la salud y el bienestar son aspectos que también deben preocuparnos. Nuestra condición física con frecuencia puede ejercer influencia en nuestra vida espiritual y de una manera mucho más importante de la que nosotros pensamos.

Puesto que los cuerpos de los creyentes son los templos del Espíritu Santo, como nos recuerda el apóstol por cuanto fueron comprados con semejante precio, debemos glorificar a Dios con ellos. ¿Será glorificado Dios cuando estamos débiles o enfermos por haber descuidado las leyes divinas que regulan nuestro bienestar? ¿Recibirá gloria Dios cuando somos víctimas de una lucha a través del excesivo trabajo, la excesiva alimentación o la falta de alimento y cuando no le brindamos el día de descanso y tranquilidad necesarios?

En esta era de tanta actividad, cuando las crisis nerviosas y orgánicas, aun entre los cristianos profesantes, están llegando a ser demasiado corrientes, el valor físico del ayuno que Dios ha escogido se convierte en algo de suma trascendencia. Tenemos en esto una provisión divina para la salud y la sanidad, para la renovación de la mente y el cuerpo y que debemos considerar un poco más detenidamente.

19

PARA SALUD Y SANIDAD

Amado, yo deseo que tú... tengas salud.

3 Juan 2

... tu herida se curará rápidamente.

Isaías 58:8 (Biblia de Jerusalén)

Dios no tiene intereses creados en las enfermedades y en los achaques del hombre. Podemos decir que su deseo general es, como el del apóstol para su amigo Gayo, que su pueblo goce de buena salud. Que haya excepciones a esto no hace que la regla general sea negativa. Si no fuera así, nunca hubiera dotado al cuerpo humano con sus propios y maravillosos poderes curativos o a su Iglesia con el ministerio de sanidad.

Incluidas en las muchas bendiciones resultantes del ayuno escogido por Dios, está la promesa "tu herida se curará rápidamente". ¿Es ésta una sanidad natural resultante del ayuno o una sanidad sobrenatural? Creemos que la promesa abarca ambas posibilidades.

Como hemos recalcado, el ayunar es un medio de separarnos del mundo de lo material, de modo que nuestro pensamiento se oriente correctamente y se fije en Dios y en el mundo invisible del

cual él es el centro. Esto, inevitablemente, da como resultado la liberación de la fe que es "la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve". Hebreos 11:1.

En la Escritura tenemos un registro de algunas proezas que Dios ha realizado a través de los años por medio de hombres y mujeres corrientes que se atrevieron a creer en él. Conquistaron reinos, recibieron promesas, cerraron la boca de leones, apagaron fuegos ardientes, y hasta fueron testigos de la resurrección de los muertos. Hebreos 11:33-35. Por lo tanto, no debe sorprendernos que, mediante el avivamiento de la fe, producido por el ayuno, con frecuencia Dios, en forma sobrenatural, haya cumplido esta promesa de sanidad.

Pero existe también la sanidad natural y el rejuvenecimiento del cuerpo a través del ayuno que se menciona en capítulos precedentes. Aquí hay una bendición natural en la cual, todos los que ayunan por cualquier tiempo razonable pueden participar.

Cuando David y sus hombres buscaban a los amalecitas que habían asolado y prendido fuego a Siclag, se encontraron con un egipcio tirado en medio del campo. Este egipcio, que era esclavo de uno de los amalecitas, había caído enfermo tres días antes de encontrarlo ellos. Su amo lo había abandonado para morir. En esos tres días y tres noches no había comido ni bebido. Luego que fue reanimado, pudo contar su historia y hasta guiar a David y a los suyos a la banda que buscaban. 1 Samuel 30:11-15. Parecería que este ayuno de tres días lo había sanado.

Con seguridad que nadie pondrá en tela de jui-

cio que en los países donde hay abundancia de comida son muchas más las personas que están enfermas por el exceso que por desnutrición. Los papiros Edwin Smith, que se creen tienen alrededor de 3700 años, citan a un doctor egipcio que había dicho: "El hombre come demasiado. Por lo tanto vive sólo un cuarto de lo que consume. Los doctores, sin embargo, viven de los restantes tres cuartos."

De un artículo aparecido en *Christianity Today*, tomamos la siguiente cita de James Morrison: "Hay una gran cantidad de enfermedades que tienen su origen en la abundancia y que podrían terminar con el ayuno."¹ Sin duda hay muchas enfermedades que podrían evitarse, o mejor aún prevenirse y gozar de un mejor estado físico si se practicara el ayuno junto con una mejor manera de alimentarse. Inconsciente de esto, ¡el hombre sigue cavando su fosa con el cuchillo y el tenedor!

Anteriormente nos referimos a la profunda purificación espiritual que debe señalar el ayuno de consagración. Esta actividad en la esfera espiritual es a la vez, vívidamente ilustrada en la esfera física, con frecuencia de modo incómodo. La depuración del alma se refleja en la depuración del organismo. Los depósitos de exceso de grasa y material desgastado y los tejidos muertos son digeridos y eliminados.

Por cuanto no hay una nueva ingestión de comida el organismo deja de dedicarse a la tarea de asimilación y se concentra en la de eliminación. Aunque esto pueda ser más marcado en

¹ Citado en un artículo "Un llamado al ayuno", por J. H. BLACMORE.

las etapas iniciales del ayuno prolongado, cuando se pierde de peso más rápidamente, el proceso no se detiene.

El Dr. Buchinger, un especialista alemán sobre ayuno curativo, se vale de la ilustración de un granjero aislado por los ventisqueros del invierno en Alaska, y cuya provisión de combustible se va acabando. Primero busca trozos de madera y muebles rotos, revistas y libros viejos. Después tiene que considerar qué es lo que mejor puede sacrificar con el fin de tener calefacción. Sólo una vez que ha quemado todo cuanto puede prescindirse echará en la estufa los muebles útiles. Aplica esta comparación del siguiente modo:

"Cuanto más inferior sea el material, menos escrúpulos habrá para quemarlos en el fuego del metabolismo. Poco a poco, sin embargo, luego que los depósitos de grasa, las impurezas y los tejidos muertos han sido consumidos, las sustancias del cuerpo ya no pueden ser tratadas de modo tan generoso. El delicado mecanismo inferior realiza un trabajo de complicados detalles, como si fuera un cirujano que está operando sin un bisturí. En esta fase, los peligrosos y tenaces depósitos son los mayormente atacados. Solamente si los rincones ocultos han sido limpiados, entonces el organismo tiene necesidad de acercarse a los valiosos lugares restantes de carne a fin de mantener su metabolismo mientras ayuna." 2

En este punto, por supuesto, es cuando debe finalizar el ayuno.

Sólo aquellos que personalmente han experimentado este proceso pueden en realidad compa-

decerse de David cuando exclamó: "afligi con ayuno mi alma." Salmo 35:13. Sin embargo no es pequeño consuelo comprender que los malestares que se deben soportar en los primeros días o etapas del ayuno prolongado están efectuando una valiosa purificación de nuestro organismo, aparte de los beneficios espirituales. Esto debe ayudarnos a atravesar las aguas turbulentas para poder así llegar a la otra orilla.

Los poros de la piel, la lengua, los pulmones, los riñones, el hígado y por supuesto los intestinos también, están involucrados en este proceso de depuración, según afirman los especialistas. El gusto desagradable en la boca, la lengua saburrosa* y el mal aliento, todo esto es parte de ese proceso.

También hay que mencionar el "clásico" dolor de cabeza, que se experimenta durante el ayuno, y que por lo general resulta de la reacción del organismo a la súbita falta de té y café. Este dolor de cabeza es un leve síntoma de privación y se experimentará hasta que el organismo se habitúe a la falta de cafeína. Aquellos que no beben estimulantes no tienen ningún problema en este aspecto. Otras veces los dolores de cabeza pueden tener otra causa. También es posible que se produzca insomnio, que se sientan mareos y por supuesto, que se experimente debilidad.

No estamos de acuerdo con los que quieren hacernos creer que el ayuno es cosa fácil o agradable, que es algo que podemos disfrutar. No encontramos nada en la Escritura que nos sugiera que alguna vez Dios tuvo la intención de

2 OTTO H. F. BUCHINGER, *Respecto del ayuno, un camino real para la sanidad*. Thorsons Publishers Ltd.

* Capa blanquecina que cubre la lengua por efecto de una secreción mucosa. (N. del T.)

que así fuera, sino todo lo contrario. El ayuno es una medicina tanto para el cuerpo como para el espíritu, y el veredicto común, pese a cuán bien el farmacéutico pueda endulzar la píldora, es "desagradable, pero bueno para usted".

¿Qué podemos decir de los resultados físicos en general? Este proceso de depuración, por lo general produce, después de un ayuno prolongado, un brillo en la mirada, aliento puro, piel clara y una sensación de bienestar físico. El aparato digestivo debe quedar como nuevo. Un obrero cristiano, después de haber ayunado solamente cinco días, señaló: "Me siento como si tuviera un estómago nuevo." Un trastorno en su aparato digestivo, que lo había aquejado por años, había desaparecido.

Los sentidos, en especial el gusto y el olfato, tienden a vivificarse y a agudizarse en tanto que las facultades mentales se tornan notablemente claras y activas. Cualquiera sea el beneficio físico que recibamos como resultado del ayuno, es necesario recalcarlo, que si el malestar que sentíamos antes de ayunar era debido a los malos hábitos para comer o vivir, debemos cambiarlos radicalmente, o de lo contrario estos beneficios experimentados durarán muy poco.

Ya sea que estemos sanos o no, necesitamos tener la mente de Dios antes de empezar cualquier clase de ayuno, en especial un ayuno prolongado. Asimismo es necesario que contemos con metas y motivos definidos y que nos cerciemos de que lo que esperamos lograr ya sea en salud o sanidad, la gloria de Dios y las cosas espirituales en juego deben ser nuestra mayor preocupación.

20

COMO EMPEZAR EL AYUNO

*Concédenos la voluntad de forjarnos como sen-
tinos
Concédenos la fuerza para trabajar como sabemos
Concédenos la firmeza templada con acero
Para asestar el golpe.*

Juan Drinkwater

Para el lector que no está satisfecho con un interés meramente académico sobre este tema, o un conocimiento teórico, pero que está seguro que Dios quiere que empiece a practicar algo de esto, le brindamos algunos consejos sencillos. Tanto cuando se ayuna como cuando se corta el ayuno, hay algunos peligros que deben evitarse. No vamos a tratar todas las preguntas prácticas que surgen especialmente con el ayuno prolongado. Estas hemos tratado de anticiparlas y contestarlas en el Apéndice II. Por el momento nos preocupa guiar y alentar a los que recién principian.

Si nunca antes ayunó, no empiece, tal como hizo una persona de mi amistad, con un ayuno de cuarenta días a menos que esté muy, pero muy

seguro de que Dios lo está guiando a hacerlo. El organismo se va habituando al ayuno en forma gradual y por lo general, Dios no nos va a pedir que corramos antes de que hayamos empezado a caminar o a gatear. Comience con un ayuno parcial, vea el capítulo 4, o de lo contrario ayune un día hasta la hora de la merienda. La próxima vez extienda el ayuno hasta la noche y conclúyalo con una cena ligera o fruta nada más.

Cuando esté en condiciones de ayunar por un día sin sentirse débil o hambriento (no queremos decir con esto que no sienta apetito), estará en condiciones de ayunar por más tiempo, tres, cinco o siete días. En ocasiones hay propósitos espirituales, para no mencionar los físicos también, que no se logran sino mediante el ayuno más largo. Sin embargo, cuanto más prolongado sea el ayuno que tiene pensado, más seguro necesita estar de que es Dios quien lo ha llamado a hacerlo.

Tenga cuidado, no sea que su afán de imitar a otros y lo que ellos han hecho, pese a cuán espirituales sean, lo esclavice. No se deje llevar por el entusiasmo carnal. "Guarda también a tu siervo del orgullo",¹ debe ser nuestra constante oración. Recuerde que tanto el ascetismo como la excesiva satisfacción pueden ser de la carne; éste, un pecado del cuerpo y aquél, del espíritu. Cuando los fariseos ayunaban, el cielo se cerraba.

Si es que va a ayunar por algunos días, a medida que se acerca el momento, se corre peligro de cometer excesos mientras se tiene opor-

tunidad. Nos decimos a nosotros mismos que los terneros fueron bien alimentados y cebados antes de que llegaran los siete años de hambre. Es mucho mejor rendir por anticipado nuestra voluntad a la batalla de la disciplina propia, puesto que el conflicto posterior resultará más fácil.

Algunos sustentan la teoría de que es mejor comer tan sólo fruta fresca el día previo al ayuno, si es que el mismo se va a prolongar por un número de días. El doctor Buchinger, que apoya esta teoría, señala que esto hace posible que la última comida que queda en los intestinos sea fruta, la que fermenta menos que otras comidas.²

Unos días antes de empezar un ayuno prolongado conviene dejar de beber té o café, con el fin de librarse del dolor de cabeza resultante de la privación de cafeína. (Y es mucho mejor aún no volver a beber infusiones que crean hábito, o por lo menos, beberlas en forma moderada y no tan fuertes.) Por lo demás, la preparación primordial que es necesaria, es del corazón y la mente.

Es de suprema importancia enfocar este ejercicio espiritual teniendo presente los principios señalados en los capítulos previos de este libro, y los lineamientos que deben caracterizar el ayuno elegido por Dios. El formularse las siguientes preguntas tal vez le sea de utilidad:

1. ¿Tengo la certeza de que este deseo de ayunar proviene de Dios? ¿Querrá que lleve a cabo un ayuno natural o tan sólo parcial? *Jesús fue llevado por el Espíritu al desierto.*

² OTTO H. F. BUCHINGER. *Respecto del ayuno, un camino real para la sanidad.* Thorsons Publishers Ltd.

¹ Salmo 19:14 (Biblia de Jerusalén).

2. ¿Son correctos mis motivos? ¿Habrá un deseo oculto de impresionar a otros? *Tu Padre que ve en lo secreto te recompensará.*
3. ¿Cuáles son los objetivos espirituales que persigo en este ayuno?
¿Santificación personal o consagración?
¿Intercesión? ¿Por qué cargas en especial?
¿Intervención divina? ¿Guía? ¿Bendición?
¿Plenitud del Espíritu para mí o para otros?
¿Para liberar a los cautivos? ¿Para aplazar la ira divina, traer avivamiento? *Prosigo a la meta.*
4. ¿Mis objetivos tienden a ser egocéntricos?
¿Está mi deseo de bendición personal equilibrado por una sincera preocupación por otros? *Ninguno busque su propio bien sino el del otro.*
5. ¿Por sobre toda otra cosa, tengo la determinación de ministrarle al Señor mediante este ayuno? *Ministrando éstos al Señor, y ayunando.*

Este tiempo de ayuno, será para usted, como lo fue para su Maestro, un tiempo de lucha con los poderes de las tinieblas. Con frecuencia Satanás tratará de sacar partido de su condición física para lanzar el ataque. El desaliento es una de las armas que empleará. Cuidese, manteniendo un espíritu de alabanza.

Lea el capítulo 6 de Efesios y aprópiase de toda la armadura de Dios, de este modo será invulnerable a las estratagemas de Satanás. De manera especial use el escudo de la fe para apagar todos los dardos de fuego del maligno. En su combate mano a mano use la espada del Espíritu y dígame a Satanás "escrito está..." Declare la

victoria de su gran Capitán sobre todo principado y potestad.

No cometa el error de juzgar la eficacia de la intercesión por cómo se siente. Con frecuencia en tiempos de oración y ayuno, nos encontraremos que todo resulta más difícil en lugar de más fácil y nos parecerá que experimentamos más bien menos que más libertad. Por lo general ocurre así cuando suceden más cosas. Esto es lucha, es guerra celestial. Su Capitán no le prometió un triunfo fácil, sino lucha, y le dará las armas para ganar la victoria. Con frecuencia no verá todos los resultados sino hasta después, pero la promesa sigue siendo válida: "Tu Padre que ve en lo secreto te recompensará."

Adelante de valor en valor
Lucha, combate y ora
Pisotea los poderes de las tinieblas
Y gana el bien peleado día.

Carlos Wesley

21

COMO ROMPER EL AYUNO

Y le dieron pan, y comió, y le dieron a beber agua. Le dieron también un pedazo de masa de higos secos y dos racimos de pasas. Y luego que comió, volvió en él su espíritu; porque no había comido pan ni bebido agua en tres días y tres noches.

1 Samuel 30:11, 12

Romper un ayuno de solamente uno o dos días no constituye ningún problema. Sin embargo es de mucha importancia que sepamos qué es lo que se puede hacer y qué es lo que está mal cuando se rompe un ayuno prolongado a fin de evitar considerable dolor y malestar. En este capítulo trataremos con el aspecto práctico de la finalización de un ayuno prolongado.

Poco es lo que nos revela la Biblia respecto de cómo el común de la gente concluía sus ayunos, quizá porque la forma de hacerlo era de conocimiento general en aquella época, ya que el ayunar era una práctica corriente entre personas de distintas creencias religiosas como así también entre los hebreos y cristianos. Pese a esto tene-

mos la impresión de que el lado práctico del ayuno y su conclusión no era tan complicado. Por lo tanto, debemos procurar mantenerlo de un modo tan sencillo y natural como nos sea posible a fin de que el énfasis pueda aplicarse a lo espiritual.

La habilidad de romper el ayuno consiste en el método de hacer que el organismo retorne a su vigor habitual y los órganos digestivos a su normal funcionamiento de una manera tan uniforme y rápida como sea posible. Con el despertar del hambre y la incapacidad del organismo, al principio, de hacer frente a cantidades normales de comida, es de vital necesidad limitar y controlar el apetito hasta que el cuerpo esté en condiciones de recibir una comida completa. Esto constituye una gran prueba de auto disciplina como cualquiera que pueda confrontar durante las primeras etapas del ayuno, porque entonces el deseo de comer iba en disminución con cada nuevo día y ahora aumenta a medida que pasan los días.

Debido a la dificultad que se presenta, y también porque casi siempre es necesario para el que ha ayunado retornar a sus actividades normales tan pronto como le sea posible, el período de "rompimiento", como se lo llama a veces, no debe prolongarse en forma indebida. A menos que por razones de salud sea necesaria una rigurosa dieta luego del ayuno, por lo general no hay motivo para que no sea posible estar en condiciones de comer cualquier clase de comida en un período que media entre los siete y los catorce días después de los ayunos prolongados y dentro de la semana para ayunos de hasta un

máximo de veintidós días, aunque la cantidad de comida debe ser mucho menor.

Por medio de las Escrituras no recibimos ninguna impresión de que se necesitara una prolongada dieta luego de un ayuno bíblico y antes de que se retornara normalmente al diario vivir, y tampoco hay evidencias de que el período de adaptación fuera equivalente en cuanto a su duración al ayuno mismo. Insistir en esto, como hacen algunos, significaría que el ayuno en sí mismo tendría que ser innecesariamente acertado para permitir un período de tiempo equivalente a fin de retornar a la alimentación normal y puesto que el tiempo total que puede dedicarse a esto por lo general es limitado.

El doctor Herbert Shelton de Norte América, que por años ha estado al frente de una clínica de ayuno terapéutico, debe ser sin duda una de las más grandes autoridades hasta el presente sobre el tema. En los últimos cuarenta y cinco años ha supervisado treinta mil ayunos, que oscilaban desde unos pocos días y hasta un máximo de noventa días y llevados a cabo por personas de todas las edades. Estima que puede conseguir que alguien, normalmente sano, vuelva a alimentarse regularmente en el lapso de una semana después de un ayuno que puede ser mayor de veintidós días.¹

Ya sea que el período de adaptación sea corto o largo, todos están de acuerdo en que es necesario prestar mucha atención, y esto debido a que han ocurrido dos cosas muy importantes en el aparato digestivo durante el tiempo del ayuno.

En primer lugar el estómago se ha ido contrayendo lentamente de manera que para cuando se concluye el ayuno no tiene la misma capacidad que antes para recibir alimentos y hasta la más pequeña cantidad de comida que se ingiera hace que la persona se sienta llena. En segundo lugar, los órganos del cuerpo, que por lo general están consagrados a la tarea de asimilar la comida, se han valido de este "descanso", y se encuentran sumidos en una especie de letargo que se hace más y más intenso a medida que se prolonga el ayuno.

A causa de esto, es necesario ejercitarse respecto de cuánto se come, lo que se come y la manera en que se come. El estómago necesita tiempo para volver a su tamaño normal, aunque quizá éste pueda ser menor que lo que era antes del ayuno. El aparato digestivo también debe ser guiado con vigilancia y atención a un despertar suave. Claramente, cuanto más largo el período de letargo que ha tenido, en proporción debemos dar mucho más tiempo para que despierte a una actividad normal.

¿Cuándo debe terminar el ayuno? A veces Dios no nos da instrucciones precisas al respecto en el momento en que nos llama a ayunar. El tiempo, por lo general, está determinado por muchas circunstancias y compromisos. De otro modo debemos esperar que nos dará instrucciones durante el transcurso del ayuno, como en el caso que se menciona en el próximo capítulo. Una vez que está seguro de la voluntad de Dios al respecto, evídese de la tentación del diablo, por lo general a través de las dificultades y el desaliento, de terminar el ayuno prematuramente. En la Es-

¹ HERBERT M. SHELTON. *El ayuno puede salvar su vida*. Natural Hygiene Press, Inc.

critura tenemos el trágico ejemplo de un profeta al que Dios había llamado para una misión importante y le había dicho que ayunara hasta que volviera de la misma, y que fuera persuadido por el enemigo a terminar el ayuno antes de tiempo, con consecuencias desastrosas. 1 Reyes 13.

De ser necesario se puede romper el ayuno con casi cualquier clase de comida, pero es obvio que hay comidas que son mucho más apropiadas que otras. Los dos factores que determinan esto son qué es lo que el organismo puede digerir mejor y qué es lo que será mejor digerido y asimilado en una determinada etapa. La mayoría está de acuerdo en que un ayuno natural (por ejemplo, con agua solamente) y de cierta duración, es mejor romperlo con jugo de frutas o vegetales, de ser posible recién exprimidos o arrancados más bien que envasados o enlatados. Muchos afirman que las frutas cítricas son las mejores. Puede ser así en aquellos lugares donde tanto las naranjas como los pomelos se cosechan cuando están maduros. Pero en aquellos países donde por necesidad se los tiene que importar, invariablemente la fruta se ha cosechado sin madurar y el jugo, por lo tanto, puede resultar demasiado ácido para muchos estómagos. Otra alternativa puede ser el jugo de manzana, tomate o uva, o bien jugos cítricos puros envasados, pero de frutas maduradas al sol.

Al principio comience con una cantidad muy pequeña, digamos, medio vaso diluido, si es necesario, y tomado cada dos o tres horas el primer día. Aumente gradualmente la cantidad y después estará en condiciones de comer la fruta misma. En esta etapa puede incluirse la leche y sus

subproductos, en especial el yogurt, que puede tomarse con la fruta y es muy bueno.

Las ensaladas frescas y sin aderezos, sopas caseras de vegetales desgrasados y vegetales cocidos podrán ir incorporándose a la dieta, comenzando siempre con una cantidad mínima de cada nuevo alimento y aumentándola en forma gradual.

Se puede agregar luego un poco de pan crujiente o tostado, de harina integral, con un poco de mantequilla, pero deben evitarse los postres, pastas y galletas. No se apure demasiado con las comidas farináceas. En cuanto a las proteínas, al principio es mejor consumirlas en forma de queso, huevos y nueces, dejando para más adelante la carne y el pescado. La manera de aumentar la dieta tanto en su variedad como en la cantidad, depende de cuánto haya durado el ayuno y la forma en que nota que el organismo va asimilándola.

Es de muchísima importancia que la comida sea ingerida lentamente y se la mastique bien. A la primera sensación de sentirse satisfecho debe dejar de comer aun cuando no haya terminado la porción. El malestar que sigue a una comida puede considerarse como una indicación de que se debe ir despacio y si es necesario se debe pasar por alto la comida siguiente. Es aquí donde entra la autodisciplina.

Durante este tiempo es importante descansar tanto como sea posible a fin de que el organismo se concentre en el proceso de digestión y asimilación. Rechace la tentación de tener mucha actividad demasiado pronto. En el Apéndice II se tratan algunos otros asuntos referentes a la conclusión del ayuno.

Por último, tenga presente esta regla de oro:
Vigile la cantidad.

Coma despacio y mastique bien.

A la primera señal de advertencia haga a un lado la comida.

Descanse tanto como le sea posible.

No trate de esforzarse mucho demasiado pronto.

Durante este tiempo haría bien en pensar y orar respecto de los hábitos de comida para el futuro. No debe volver a la misma manera de vivir indisciplinada, tal como el comer con exceso, "pellizcar" entre las comidas, o comer alimentos que no son apropiados, los que gustan al paladar más bien que los que resultan beneficiosos para el organismo. Por supuesto, quizá esto no sea de nuestra incumbencia, pero aquí cabe preguntarse: ¿Qué es lo que hago cuando tengo ocasión de elegir? De todos modos son muchas las cosas que necesitamos vigilar además de lo que comemos. En el Apéndice III encontrará unas pocas y sencillas recomendaciones.

Durante este tiempo de conclusión del ayuno no se puede descansar espiritualmente sino sólo físicamente. Debe haber una vigilancia constante porque el "ladrón" todavía está en acecho. No hable respecto de su ayuno ya sea cuánto ha ayunado o las experiencias que ha tenido durante el mismo, a fin de que su ayuno sea en secreto, tal como mandó Cristo.

Este debe ser un tiempo de consolidación, cuando por medio de la oración debe entender bien los asuntos que Dios le ha revelado. Es posible que experimente una libertad mucho mayor en la intercesión que la que experimentara durante el

ayuno. Ahora, si no antes, debe empezar a ver los frutos de este tiempo que ha dedicado a Dios, con bendiciones que se derraman no solamente sobre usted sino sobre aquellos por quienes ha intercedido.

La primavera debe reinar tanto en su corazón como en su cuerpo. Es como si su Amado estuviera diciéndole: "He aquí ha pasado el invierno, se ha mudado, la lluvia se fue; se han mostrado las flores en la tierra, el tiempo de la canción ha venido..." Nueva fe, nueva esperanza, nuevo amor hacia Dios y los hombres, nuevas resoluciones para vivir solo y por entero para su gloria; todo eso debe arder ahora en el altar de su alma, alimentado por el fuego de la intercesión.

De esta manera, igual que su Señor y Maestro, vuelva de su ayuno en el desierto "en el poder del Espíritu", esperando que las obras de Dios y la gracia de Cristo se harán manifiestas en usted como lo fueron en él.

"De cierto, de cierto os digo: El que en mí cree, las obras que yo hago, él las hará también; y aún mayores hará, porque yo voy al Padre. Y todo lo que pidieris al Padre en mi nombre, lo hará, para que el Padre sea glorificado en el Hijo." Juan 14:12, 13.

22

DIARIO DE
UN AYUNO

Por medio de estas líneas quiero expresar mi profunda gratitud a un íntimo amigo por haberme facilitado este diario en el que registró un ayuno que cumpliera por espacio de 21 días. De más está señalar que lo que se menciona a continuación es solamente un extracto de su diario, dado que hay mucho que no se ha escrito por cuanto son cosas que le conciernen sólo a él y a su Señor. Lo que sí se da a conocer es para la gloria de Dios y la guía y el aliento de los que leen estas páginas. Además, hemos convenido que el mismo se daría a conocer en forma anónima.

Muchos de los principios más importantes que hemos considerado en el libro están grabados como en un aguafuerte en la vida: la claridad de la guía recibida, la provisión de sus necesidades materiales durante el tiempo del ayuno, la prominencia dada a la Palabra; el espíritu de alabanza cuando las cosas le resultaban físicamente imposibles, el íntimo trato personal con Dios; el énfasis en la intercesión; contestaciones específicas a la oración y las experiencias físicas que cambiaban día a día.

Aquellos que sólo se complacen con lo sensorial posiblemente se sientan desilusionados. Dios guió a mi amigo para que no escribiera todo lo que experimentó en ese tiempo salvo una o dos excepciones. Dios puede manifestarse en forma especial en tales momentos, pero no debemos buscarlos como si fueran el ingrediente esencial. El valor de un ayuno debe juzgarse no por lo que tenga de dramático o espectacular, sino por cuanto de ganancia sólida y duradera haya para el reino de Dios. Conforme a este principio, el ayuno que se refiere en estas páginas, con toda seguridad, es de mucha estima en los cielos.

PREPARACION

Abril 1

El Señor está hablando a mi corazón respecto de un tiempo prolongado de espera en él con ayuno. Voy a dejar de beber té y café para ir preparándome. Necesito una revelación clara de su voluntad para el futuro y un mayor conocimiento de mí mismo, y la provisión de algunas necesidades para la obra de Dios que requieren intercesión especial. Hoy me facilitaron un libro que trata sobre la oración y el ayuno. Le di gracias a Dios por esta confirmación. Necesito conocer su voluntad respecto de cuándo debo empezar.

Abril 2

Leí el libro que habla de la oración y el ayuno y encuentro que me proporciona mucha instrucción.

Abril 4

Hoy, mientras estaba en oración, le pedí al Señor que me indicara cuándo quería que empezara el ayuno y sentí en mi corazón que debe ser el 24. Dios me lo confirmará.

Abril 5

En oración le pedí a Dios hoy que me confirmara el día 24. Después de orar fui a buscar la correspondencia. Recibí una carta de R. en la que me dice que el Señor le ha hecho sentir en su corazón el día 24 del corriente y aunque no comprendía el porqué, sintió que debía escribirme como si esto tuviera un significado especial. ¡Aleluya! Eso confirma la fecha.

Abril 8

Mientras estaba en oración con mi esposa, ella se refirió a un texto que le había citado una amiga: "Estaré en Efeso hasta Pentecostés." Miré en mi diario y comprobé que había 40 días desde el 24 de Abril hasta Pentecostés. Hoy el Señor me habló a través de mi lectura en Ezequiel 3:24-27. (La cita está tomada de la Versión Reina Valera de la Biblia.) "Entonces entró el Espíritu en mí y me afirmó sobre mis pies, y me habló, y me dijo: Entra, y enciértrate dentro de tu casa. Y tú, oh hijo de hombre, he aquí que pondrán sobre tí cuerdas, y con ellas te ligarán, y no saldrás entre ellos. Y haré que se pegue tu lengua a tu paladar, y estarás mudo, y no serás a ellos varón que reprende; porque son casa rebelde. Mas cuando yo te hubiera hablado, abriré tu boca, y les dirás: Así ha dicho Jehová el

Señor: El que oye, oiga; y el que no quiere oír, no oiga; porque casa rebelde son."

El Espíritu me dio testimonio de esto. El tiempo de espera debe ser aquí en casa. Las Escrituras restantes son tan pertinentes a las circunstancias actuales.

Abril 23

Hoy el Señor me habló a través de Daniel 10:12: "Porque desde el primer día que dispusiste tu corazón a entender y a humillarte en la presencia de tu Dios, fueron oídas tus palabras." (Sigue con una lista de cosas que el Señor había hecho desde el primero de abril en respuesta a la oración.)

Primer día - (Abril 24)

Leí en Crónicas sobre la decisión de Salomón de edificar, empezar el edificio y terminar la obra. Este es el día de iniciación. Trabajé mucho y estudié; también esperé en el Señor. A. vino con una bolsa con patatas, una gran caja con comestibles y veinticinco libras en efectivo. ¡Qué bondad la del Señor al suplir esta provisión de amor para la familia! Vinieron varios y también hubo un número de llamadas telefónicas. Bebí más o menos seis tazas de agua tibia. Me siento bien. Me acosté a las diez de la noche.

Segundo día

Intercesión por diversos asuntos (que menciona en su diario), y por el país de —. Recibí muchos pensamientos a través de la Palabra. Cinco personas vinieron a distintas horas en busca de consejo, etc. Por momentos siento hambre. Be-

bí ocho vasos de agua. Trabajé doce horas y pasé tiempo con alguien que vino a verme. Por la noche me desperté con algún malestar, pero en un todo dormí bien.

Tercer día

Pasé mucho tiempo esperando en el Señor y en intercesión y con la Palabra. Vinieron varios. Trabajé mucho.

Tengo sensaciones de debilidad, con dolores ocasionales por hambre. Mi cuerpo siente el frío de una manera que va en aumento. Bebí una buena cantidad de agua, tanto caliente como fría.

Cuarto día

Muchas cosas ocurrieron hoy al tener contacto con otros, lo que es el cumplimiento de algo que el Señor me ha señalado hace algún tiempo. Es maravillosa la forma en que el Señor está mandando gente en estos días y ver cómo él lleva a cabo sus planes. Mucha bendición al leer el Sermón del Monte. Enumeré todas las instrucciones que Jesús nos ha dejado para obedecer. Libertad en la oración.

Más sensación de malestar físico, siento mucho el frío. No experimento verdaderos dolores de hambre. ¡Preparé el desayuno para mi familia y no sentí tentación!

Quinto día

En la Palabra y oración. Leí el libro del Dr. Tozar, *Wingspread*, que es la biografía de A. B. Simpson, un hombre que transitó por la senda de "despojarse a sí mismo", y a través de quien Dios fundó una de las más grandes sociedades misioneras, la Alianza Cristiana y Misionera.

Un día de lo más molesto hasta ahora, con dolores de espalda y sensación general de debilidad y náuseas. Todo debe ser parte del proceso de eliminación de toxinas, etcétera. También me fue más difícil captar mentalmente, pero el Señor es mi fortaleza.

Sexto día

Otro día de trabajo, esperando en el Señor e intercediendo. "X" llamó por teléfono para arreglar conmigo por algo que me había hecho por miedo a los hombres. El Señor lo bendiga; él siempre bendice a los humildes. El siervo del Señor no debe ser contencioso. Dios lleva a cabo sus maravillosos propósitos, tenemos la clave: oración.

Aún estoy con malestar y debilidad, pero considero todo con gozo, por cuanto esto está en su plan.

Séptimo día

Aunque tengo más libertad en la oración sé que tengo que alcanzar un lugar más profundo en la intercesión. En respuesta a la oración creo que el Señor está enviando dinero para la obra. "A" vino a verme esta tarde y tuvimos dos horas de comunión y lágrimas delante del Señor en intercesión y oración.

Mejoría física general. Unos pocos periodos de debilidad y sensación de pesadez. Desde que comencé el ayuno no he experimentado dolores de cabeza. Notable pérdida de peso.

Octavo día

Pasé la mayor parte del día en asuntos relacionados con la obra y en oración. Leí el folleto

What really happened at Azusa Street, que es la historia de la manifestación del Espíritu Santo a principios del siglo en Norte América. Esta tarde vinieron cinco amigos y tuvimos maravillosos momentos en la presencia del Señor. Intercedimos por alguien en gran necesidad y por el país. La presencia del Señor era muy, pero muy real. Ciertos dones del Espíritu se manifestaron.

Hoy tuve un definido cambio físico y una sensación de nueva fuerza. Continúo bebiendo diariamente buenas cantidades de agua. No puedo decir que no siento deseos de comer, pero no tengo esa intensa desesperación.

Noveno día

Gran libertad en la adoración y mucho quebrantamiento cuando el Espíritu Santo me dio una vislumbre de los sufrimientos del Señor. ¿Qué son esas heridas en tus manos? El fue herido por nuestras transgresiones. ¡Qué horrible es el pecado! Quiero sentir una aversión mayor hacia el pecado.

Mentalmente hoy me siento más alerta y con mayores fuerzas, aunque con intervalos de debilidad.

Décimo día

Profundo examen de conciencia y revelación de lo engañoso que es el corazón. Gloria a Dios por la sangre de Cristo. Mucho trabajo hecho. Varias visitas. "X" vino y fue liberado. Dios está contestando las oraciones. "A" también vino para orar. El Señor está enviando gente. Aumento de las fuerzas. Bebo unos cinco o seis vasos de agua por día, mayormente agua tibia.

Undécimo día

Otro día de intercesión por la nación y por la obra en otros países. "A" vino nuevamente hoy, y tuvimos un precioso tiempo de oración. "S" y yo buscamos al Señor juntos esta tarde con mucha libertad.

Me siento mucho más fuerte. Mi cuerpo está delgado pero mi corazón lleno de su bondad. Duermo más o menos ocho horas por noche.

Duodécimo día

Muchas cosas ocurren en estos días en cumplimiento de lo que Dios ha dicho a través de Ezequiel y también en el primer llamado que Dios me hizo hace algunos años. "Pelearán contra ti, pero no te vencerán; porque yo estoy contigo, dice Jehová, para librarte." Debemos sentir reconocimiento cuando con amor podemos orar por aquellos que hablan en contra de nosotros. "Descansamos en ti nuestro Escudo y nuestro Defensor." "A" volvió otra vez y pasamos el tiempo juntos en oración. Leí el libro de Daniel y el Señor me habló respecto del ayuno de veintidós días de Daniel. Sé que tengo que apartar cuarenta días para buscar al Señor; la duración del ayuno él me la mostrará. Dispuesto a todo lo que él revele.

Físicamente éste ha sido el mejor de todos los días hasta ahora, me siento más fuerte, continúo bebiendo diariamente seis vasos de agua o más.

Décimotercero

El énfasis es en esperar en el Señor. Luego que Daniel hubo ayunado por tres semanas recibió una revelación de lo que acontecería a la

gente en los últimos días. Busco su voluntad por el adelanto de la obra en el país de —. Fielmente el Señor está supliendo todas las necesidades. Aumento de fuerza, sin malestar. Gloria al Señor.

Décimocuarto

Hoy recibí una carta de — en —. He estado orando por este país y esto es una contestación acerca del futuro. Mucha bendición a través de la lectura del libro de Andrés Murray, *Waiting on God*.

Nuevamente un buen día, físicamente. No tengo sensación de debilidad. Me pesé. Bajé cerca de diez kilos en catorce días.

Décimoquinto

Buen día de trabajo. Vinieron dos amigos y tuvimos un provechoso tiempo de oración y meditación. Es maravilloso ver la respuesta a las oraciones respecto de asuntos por los que hemos estado intercediendo. Casi a diario el Señor envía ofrendas para la obra de extensión.

Parece que me estoy normalizando. No siento debilidad, esporádicas sensaciones de malestar pero solamente por breves periodos.

Décimosexto

Hoy trabajé y estudié mucho. Cuán preciosa es la Palabra de Dios y qué bendito Maestro es el Espíritu Santo. Leí respecto del ministerio de Juan el Bautista y Elías. Cuánto necesitamos hoy día las voces que clamen en el desierto y señalen al Cordero de Dios.

Decimoséptimo

Día de oración por las necesidades de la obra. Recibí provisión para una necesidad financiera

específica. Esta tarde el Señor envió alguien con el importe necesario para hacer frente a la necesidad. Glorificado sea el Señor. No es en vano esperar en el Señor y confiar en él. Verdadera preocupación en oración por esta nación, igual que el pesar de Daniel por una nación. Ligeramente malestar hoy, en ocasiones me sentí un poco alestargado, pero tengo tanto por lo que alabarle por su gracia sustentadora. No se trata de una prueba de resistencia sino de una maravillosa experiencia de la completa suficiencia de nuestro Dios.

Décimoctavo

Gloria al Señor por otro día para experimentar su fuerza. El Señor mandó más de doscientas libras para la obra. Mucha libertad en la oración e intercesión. Físicamente un día bueno.

Décimonoveno

Sigo impactado por el ayuno de veintiún días de Daniel. El Señor me mostrará. Mucha bendición al leer de la Palabra en Crónicas y el evangelio según San Lucas. "X" volvió a venir hoy y juntos buscamos al Señor. Aprecio tanto esta comunión en estos días. Me trajo el libro de Watchman Nee, *La Iglesia cristiana normal*. Cuánto necesitamos una nueva visión de Cristo y su Iglesia.

Un buen día. Me siento como que podría seguir ayunando por muchos días si Dios así me llamara a hacer. Ningún deseo de comer. Sigo bebiendo unos seis vasos de agua tibia por día. ¿Quién dijo que el agua es insípida?

Vigésimo día

Al leer hoy en el capítulo 12 de Lucas me sentí profundamente impresionado por la lección de la parábola, "así es el que hace para sí tesoro, y no es rico para con Dios". Tú, necio. ¡Que Dios nos ayude a ser ricos para con él! Más contestaciones a las oraciones. "A" volvió nuevamente para orar y tener comunión. "D" vino y durante la conversación me preguntó algo respecto de Daniel 10. No sabía nada de lo que pensaba acerca de este capítulo que se refiere al ayuno de veintidós días, pero creo que la mención fue de parte del Señor.

Aparte de un breve período de leve mareo, día de rutina. Me siento fuerte.

Vigésimo primero

Preciosas palabras del Señor a través de 1 Crónicas 22:11-19. Creo que quiere que termine el ayuno mañana. El sabe cuál es el programa que ha preparado para mí para el próximo mes. "I" vino hoy desde "W". Precioso tiempo de oración y confraternidad.

ROMPIENDO EL AYUNO

Primer día

Me levanté a las dos de la mañana para leer y orar. Busqué confirmación del Señor respecto de romper el ayuno. Como su confirmación me dio su paz. Volví a acostarme y por la mañana me dio otra confirmación de su voluntad. Un día ocupado. Más contestaciones a la oración. Profunda intercesión con clamor por esta nación.

Rompí el ayuno bebiendo un poco de jugo de manzana y naranja diluido en agua y también un

poco de jugo de tomate. NINGUNA comida sólida.

Segundo día

Creo que las tres semanas pasadas han sido una preparación para este día. Mientras esperaba en el Señor me dio una gran carga por esta nación y también una visión de una gran montaña ardiendo, y de las entrañas de esta montaña salían los juicios de Dios. Clamé a Dios pidiendo misericordia por esta nación, suplicando que aplase sus juicios hasta que haya un despertar. Sé que el Señor me oyó. No puedo describir en palabras lo que ha sido este día. El es el Dios que oye las oraciones, un Dios de misericordia.

Hoy bebí jugos de fruta. Me siento muy fuerte y mentalmente muy alerta. El retorno a una dieta normal completa fue gradual. Pasaron muchas semanas antes de que volviera a recuperar mi peso normal, pero físicamente no sufrí empeoramiento sino una mejoría de mi salud.

RETROSPECCION

El propósito del ayuno no fue tanto para recibir sino para dar mientras que esperaba en Dios en oración e intercesión. El fin principal fue interceder por el país de — y por la extensión del evangelio en otro país. Es suficiente saber que se cumplen sus propósitos y sobrada recompensa al experimentar el gozo de su presencia y comunión con el Señor.

Uno ahora puede ver que, desde aquellos días de oración y ayuno, ha habido un ministerio de

liberación para otros que ha ido en aumento, y en ocasiones una autoridad nueva en la predicación de la Palabra. Se abrieron nuevas puertas para administrar en otras naciones y ha habido un crecimiento en la oración e intercesión. Empero, no es posible continuar mirando atrás, sino que debemos vivir un día por vez. "Puestos los ojos en Jesús, el autor y consumidor de la fe." Ayunar y orar fue parte de la vida de nuestro Señor mientras vivió sobre la tierra, y "el que dice que permanece en él, debe andar como él anduvo".

23

EN LOS POSTREROS DIAS

Derramaré mi Espíritu.

Joel 2:28

Edificaré mi Iglesia.

Mateo 16:18

Vendré otra vez.

Juan 14:3

Para poder colaborar con Dios en la consumación de su plan, es necesario comprender ese plan. Hay tres esferas de verdades que tal vez más que ningunas otras han sido centros de agitados controversias entre cristianos sinceros: la doctrina del Espíritu, la doctrina de la Iglesia y la doctrina de la segunda venida de Cristo, con sus eventos asociados. Esto no es de sorprender si, como creemos, esas doctrinas constituyen la llave esencial del programa mundial de Dios. Satanás no puede permitirse ver que esas llaves caigan en manos de la Iglesia sin ofrecer resistencia, por cuanto las mismas van deletreando la destrucción del reino de las tinieblas. Las tácticas divisoras de Satanás, empero, no pueden desbaratar el propósito de Dios.

Es de mucho significado que en años recientes ha habido un resurgimiento mundial en cuanto a interés por el ministerio del Espíritu Santo,

y en especial en el derramamiento del Espíritu en poder de avivamiento, lo que ha obligado a muchas personas inteligentes a hacer una nueva evaluación de su doctrina de la Iglesia. Si es que vamos a tener el nuevo vino del Espíritu, ¿qué diremos de los nuevos odres? Además la tan rápidamente cambiante condición eclesiástica, dominada por el ecumenismo, está haciendo que muchos se vuelvan al Nuevo Testamento para volver a examinar el plan original de Dios para su Iglesia.

¿Qué hay en cuanto a la profecía no cumplida y el retorno de Cristo? Aún tendrá que manifestarse un nuevo y más amplio interés en cuanto a este aspecto de la verdad. Veamos ahora cómo esas tres llaves principales del plan de Dios están asimismo estrechamente vinculadas con el tema del ayuno.

EL DERRAMAMIENTO DEL ESPÍRITU

Muchísimos creyentes en la actualidad están llegando a una experiencia transformadora del poder y los dones del Espíritu Santo. Muchos otros, convencidos de que una amplia visitación del Espíritu en poder de avivamiento es la única respuesta a la necesidad espiritual de la hora, están rogando por la promesa de Joel que Pedro citó en el día de Pentecostés:

“Y en los postreros días, dice Dios, derramaré de mi Espíritu sobre toda carne.”

¿Qué diremos acerca de esto? Los hechos que tuvieron lugar en Pentecostés ¿consumaron la profecía de Joel? Es obvio que no, porque de lo contrario no hubiera habido posteriores derrama-

mientos. ¿Está reservado entonces el cumplimiento final para algún día futuro cuando la Iglesia ya no esté aquí? Pedro señaló que sucedería en “los postreros días”. ¿Vivimos ahora en lo que la Biblia llama “los postreros días”?

Algunos dirán que el cumplimiento final será sólo respecto de los judíos. Pero la promesa señala “sobre toda carne”, y Pedro con seguridad confirmó esto al señalar: “para vosotros es la promesa, y para vuestros hijos (judíos), y para todos los que están lejos (gentiles).” Acaso, tiempo después no fue testigo del derramamiento sobre los gentiles y manifestó: “Cayó el Espíritu Santo sobre ellos también, como sobre nosotros al principio.” Si es que la lluvia temprana incluía a los gentiles, ¿por qué no la lluvia tardía?

Una gran mayoría está de acuerdo que una visitación del Espíritu sobre la Iglesia se necesita desesperadamente. ¿Creeremos que la promesa de Joel no tiene nada que decir al respecto? ¿Son esas aparentemente espontáneas súplicas por el derramamiento del Espíritu en todo el mundo, completamente mal guiadas y fuera de la voluntad de Dios? ¿Cuál es entonces la respuesta a la esterilidad e impotencia de la Iglesia, si no es una visitación de lo alto?

Si, sin embargo, creemos que esta maravillosa promesa es para nosotros, si es en verdad, la respuesta divina para la necesidad actual, es vital que cumplamos las condiciones tanto como exploramos la promesa. Tres veces Joel hace resonar el clarín alertando al pueblo en vista de la inminencia del día del Señor, para que la gente se vuelva a Dios *con ayuno*. Joel 1:14; 2:12, 15. Luego parece que en una visión recibe la res-

puesta de Dios: "Y Jehová, solícito por su tierra, perdonará a su pueblo", Joel 2:18, concediendo liberación y prosperidad, seguida por el derramamiento del Espíritu sobre toda carne. ¿Tenemos algún derecho a esperar el cumplimiento de esta maravillosa promesa si no obedecemos a las condiciones? ¿Hemos orado "con todo nuestro corazón, aun con ayuno"? ¿Las lágrimas se han mezclado con nuestras oraciones? Los sacerdotes, los ministros del Señor, ¿han llorado sobre el pórtico y el altar? El prometido derramamiento demanda ayuno tanto como oración.

EL RESTABLECIMIENTO DE LA IGLESIA

Unos quinientos años antes de Cristo, Daniel, el profeta del exilio, observó a través del estudio de la profecía de Jeremías que el tiempo estaba cerca cuando Dios llevaría de vuelta a su pueblo a Jerusalén, Daniel 9:2; Jeremías 29:10, y por lo tanto buscó a Dios en oración con ayuno y saco y cenizas, por el cumplimiento de la promesa. La confesión estaba asociada con su súplica, en tanto que oraba, para que Dios hiciera que su rostro brillara sobre su santuario que estaba desolado.

La oración en ayuno de Daniel puso en marcha las ruedas que llevaron a uno de los decretos más extraordinarios que jamás haya proclamado un rey pagano. Ciro efectuó una proclama en el sentido de que Dios le había encomendado que le construyera una casa en Jerusalén y que aquellos judíos que así estuvieran dispuestos deberían ir a Jerusalén a reconstruir la casa del Señor. Esdras 1:1-4. De este modo tuvo lugar el primer retorno de los exilados, bajo la conducción

de Zorobabel para reconstruir el templo. Una vez más la oración y el ayuno bajo la buena mano de Dios habían cambiado el curso de la historia. En la última expedición, bajo Esdras, el ayuno otra vez tuvo su parte en el seguro arribo de los exilados con su precioso cargamento para la casa de Dios. Esdras 8:21-23.

Bajo el antiguo pacto Dios tenía un templo para su pueblo, en el nuevo, Dios tiene un pueblo por templo. Al mirar hoy a la Iglesia, la habitación espiritual de Dios, vemos qué necesidad tenemos de una renovación espiritual. Si los primitivos cristianos estuvieran aún con nosotros, Dios bien podría preguntarnos, "¿Quién ha quedado entre vosotros que haya visto esta casa en su gloria primera, y cómo la veís ahora? ¿No es ella como nada delante de vuestros ojos?" Hageo 2:3. El restablecimiento de la Iglesia a su primitivo poder y gloria involucrará una transformación no menos radical que la que ocurrió hace mucho tiempo en el templo, bajo Zorobabel y Esdras. ¿Acaso Dios no alentó a su pueblo con la promesa de que "la gloria postrera de esta casa será mayor que la primera"? Hageo 2:9.

El derramamiento del Espíritu no es suficiente. El nuevo vino debe tener ahora, como cuando fue derramado en el día de Pentecostés, odres nuevos. La renovación de la casa de Dios es imprescindible. A esos hombres del Antiguo Testamento les costó una profunda intercesión con ayuno y lágrimas. ¿Pensamos que la obtendremos a un menor precio, mediante consultas, conversaciones y comisiones?

EL RETORNO DE CRISTO

Ni el derramamiento del Espíritu ni la reforma de la Iglesia constituyen nuestra meta. No es ni más ni menos que el "premio del supremo llamamiento de Dios en Cristo Jesús". La suprema esperanza de la Iglesia reside en la promesa del retorno del Señor desde los cielos. El dijo a sus discípulos "vendré otra vez". Claramente esta venida no era espiritual sino visible y literal, porque los ángeles dijeron a los apóstoles: "Este mismo Jesús, que ha sido tomado de vosotros al cielo, así vendrá como le habéis visto ir al cielo." Hechos 1:11.

He aquí la tremenda y gloriosa consumación de la era, porque todo lo que precedió fue nada más que una preparación necesaria. ¿Anhelamos su retorno? ¿Compartimos lo que debe ser el clamor de su corazón para aquel día venidero de reivindicación y coronación? ¿Cuándo él nos llame a comparecer en aquel día para dar cuenta de nuestros talentos, tendremos que confesar que el talento del ayuno nunca lo usamos, que ocultamos bajo tierra este precioso encargo?

El ayuno, por lo tanto, abre el camino para el derramamiento del Espíritu y la restauración de la casa de Dios. En esta era del Esposo ausente, el ayuno debe ser en la espera de su retorno. Pronto se oirá el clamor de medianoche "he aquí el Esposo viene, salid a recibirle". Entonces será demasiado tarde para ayunar y orar. *Ahora* es el tiempo de hacerlo.

OTROS LO HICIERON . . .

En el monte Sinaí, con radiante faz, intercedió y gracia celestial imploró, y por un pueblo arrogante y falaz, Moisés ayunó.

Del lodo Dios lo levantó
y cuando la oposición lo confrontó,
el rey-soldado no sólo oró
mas también del ayuno se valió.

Un sabio, dueño de profunda visión,
al turbado rey su sueño reveló
y el plan divino, de este modo le indicó,
porque antes de hablar, ayunó.

En el atrio del templo la sierva fiel
vio a dos que llevaban al Niño aquel,
al Niño que ella tanto había aguardado
y en esa espera había ayunado.

A romper el yugo del pecado, del cielo bajó,
mas su misión aquí no inició
hasta que al enemigo resistió y venció
después que oró y ayunó.

Apartadme a éstos, el Espíritu ordenó,
y la vertiente en ríos se volvió,
abiertos por la fuerza
de más de uno que oró y también ayunó.

· Cuando me vaya, ellos ayunarán.
¿No es algo que todos debemos practicar?

Verdad es, miles responderán:
¡Tú también tienes que ayunar!

De pie ante el trono celestial
cuando llegue el día tan anhelado
¿crees que podrás responderle a tu Amado,
yo también he orado y ayunado?

A. W.
(*versión libre*)

Apéndices

I. Referencias dudosas sobre el ayuno en la Versión Castellana de la Biblia

En el Nuevo Testamento hay tres versículos donde la Versión castellana de la Biblia (Reina-Valera), se refiere al ayuno, citas éstas que no son apoyadas por algunos eruditos y por lo tanto no se han incluido en otras versiones, o de lo contrario figuran con una nota aclaratoria.

Las versiones y traducciones que se dan a continuación, han sido consultadas:

Versión Hispano-Americana, 1953.

Versión Latino-Americana (Edición bilingüe), 1953.

Versión Moderna (Versión de Pratt); 1893, revisión 1929, edición 1952.

Biblia Anotada de Scofield (Reina-Valera), revisión 1960.

Dios llega al hombre (Versión Popular del Nuevo Testamento), 1968.

Nuevo Testamento (Traducción R.P. Felipe de Fuenterrabía), 1966.

Biblia de Jerusalén (Edición Española), 1967.

La Biblia (Latino-América) 2a. Edición, 1972.

El Libro de la Nueva Alianza (El Nuevo Testamento) 4ta. Edición, 1972.

1. Mateo 17:21: "*Pero este género no sale sino con oración y ayuno.*"

La Versión Hispano-Americana omite este versículo, aunque en una nota señala: "El versículo 21 es una variante, y dice: Mas este género no sale sino por oración y ayuno."

La versión Latino-Americana también omite este versículo y a modo de explicación señala: "Otras autoridades insertan el versículo 21: "Mas este género no sale sino por oración y ayuno."

No obstante citarlo, la Biblia Anotada de Scofield aclara: "No se encuentra en los dos manuscritos más antiguos."

La Biblia de Jerusalén no lo cita, pero indica: "Esta clase de demonios sólo se la expulsa con la oración y el ayuno." Compare Marcos 9:29.

La Biblia (Latino-América) lo omite por completo. El libro de la Nueva Alianza también lo omite, pero aclara al pie de la página: "En cuanto a esta clase de demonios, no se los puede expulsar sino por medio de la oración y del ayuno." Algunos manuscritos traen este versículo, que seguramente no pertenece al original y parece estar tomado de Marcos 9:29."

2. Marcos 9:29: "*Y les dijo: Este género con nada puede salir, sino con oración y ayuno.*"

La Versión Hispano-Americana señala: "Variante añade: "y ayuno."

La Versión Latino-Americana aclara: "Otras autoridades antiguas añaden "Y ayuno."

En la Biblia Anotada de Scofield hay una nota que indica que los dos manuscritos más antiguos no incluyen las palabras "y ayuno".

Mientras que la Traducción de Fuenterrabía no hace referencia al ayuno, la Biblia de Jerusalén dice: "Esta clase con nada puede ser arrojada sino con la oración", y en una nota indica: "Var: "con la oración y el ayuno."

La Biblia (Latino-Americana) no hace ninguna referencia al ayuno y tampoco lo hace el Libro de la Nueva Alianza.

Algunos exégetas, si bien admiten que las palabras "y ayuno" no figuran en los *Códices Vergilius Vaticanus* (siglo IV) y el *Codex Sinaiticus* (siglo IV), no consideran que la evidencia en su contra sea conclusiva.

Se cree que existen razones internas tanto como textuales para rechazar esas palabras y esto se aplica al versículo paralelo en Mateo, considerado en el punto 1.

Como hemos procurado demostrar, en el Nuevo Testamento, el ayuno no es sinónimo de autonegación, sino que significa abstinencia de comida. En este pasaje existe, ya sea una desviación de esta regla general, de modo que las palabras de Nuestro Señor se referían solamente a una autodisciplina general, en cuyo caso no podríamos utilizar este versículo para establecer algo respecto del ayuno literal, o, si tomamos las palabras literalmente, su declaración se contradice con lo que aprendemos en otros pasajes, de que Jesús no ayunó luego que diera comienzo a su ministerio,

ni tampoco lo hicieron los discípulos mientras que Jesús estuvo con ellos.

De igual modo, la introducción del pensamiento de ayuno aquí oscurece lo que creemos era la lección que Jesús estaba tratando de inculcar en sus discípulos a través de su fracaso para liberar al epiléptico. No era que un tiempo de oración y ayuno fueran necesarios antes de que esta clase de espíritu pudiera ser echado fuera; ciertamente nuestro Señor no tardó para hacerlo, sino que si ellos hubieran vivido la clase de vida que él vivía, *la vida de oración*, también hubieran tenido éxito en este caso. Esto, por supuesto, no torna negativo el hecho de que el ayuno es una valiosa ayuda para la oración en tales casos de liberación, aunque no parece ser el punto que Jesús estaba recalcando.

3. Hechos 10:30: *"Entonces Cornelio dijo: Hace cuatro días que a esta hora yo estaba en ayunas; y a la hora novena, mientras oraba en mi casa..."*

Ni la versión Hispano-Americana ni la Latino-Americana incluyen en este versículo la palabra "ayuno". Las Versiones de Fuenterrabía, La Biblia (Latinoamérica) y el Libro de la Nueva Alianza tampoco la incluyen. La Biblia de Jerusalén no cita estas palabras pero mediante una nota indica: "Var. Estaba ayunando y haciendo la oración de nona."

Son pocas las versiones o traducciones que incluyen la palabra "ayuno". Sobre este pasaje, el profesor F.F. Bruce llama la atención a la "devota edición de ayuno", por un editor que se nie-

ga a dejar nada librado a la imaginación del lector. (Los Hechos de los Apóstoles, el texto griego con introducción y comentario, página 222, Tyndale Press.)

II. Preguntas prácticas contestadas

1. ¿CUANDO NO ES ACONSEJABLE AYUNAR? *¿Hay algunas enfermedades o condiciones que hacen que el ayuno no sea aconsejable?*

En casos de seria desnutrición o postración nerviosa no es recomendable el ayuno, a menos que sea por un período muy breve. Las personas diabéticas, especialmente si se aplican insulina, no deben ayunar. Tampoco es aconsejable para mujeres que se hallen en estado de gravidez. En caso de tener cualquier duda respecto de la conveniencia de ayunar, se debe buscar el consejo de un médico.

2. AYUNAR MIENTRAS SE TRABAJA: *¿Es factible ayunar cuando se está ocupado en sus quehaceres?*

Eso depende de la clase de trabajo que se realice, la duración del ayuno, y varía, en cierta medida con la persona que lo hace. No debería existir ninguna dificultad en ayunar por un día cualquiera sea la ocupación de la persona. Se

sabe de esposas y madres de familia que han sido muy beneficiadas con un ayuno de tres días o más en tanto que atendían los menesteres de su hogar, preparaban las comidas, etcétera, y a la vez dedicaban todo el tiempo que podían a la oración. También se sabe de obreros que han cumplido ayunos largos sin ningún problema, pero normalmente no sería aconsejable. Lo ideal es tener tanta libertad como sea posible para buscar a Dios en ese tiempo y descansar debidamente.

3. EL AYUNO Y LAS PERSONAS DE POCO PESO: *¿Es contraproducente ayunar si el peso promedio es más bajo de lo normal?*

De acuerdo con el Dr. H. Shelton, es común encontrar que personas de poco peso o por debajo de lo normal recobran su peso luego de un ayuno prolongado. Se puede comer mucho y asimilar poco si el aparato digestivo está afectado. Con frecuencia el ayuno remedia esto de manera que luego la persona puede comer menos, asimilar más y recuperar su peso normal.

4. PROMEDIO DE PERDIDA DE PESO: *¿Cuál es el promedio de pérdida de peso durante un ayuno?*

La pérdida de peso varía de acuerdo con la persona. En las primeras etapas de un ayuno prolongado la curva de pérdida de peso es más pronunciada; luego comienza a normalizarse. Lo normal sería unos novecientos gramos por día, bajando luego a unos cuatrocientos cincuenta, aunque las personas obesas pueden rebajar mu-

cho más. Siempre y cuando se descansa lo suficiente, el ayuno es el método más seguro, eficaz y realmente el más natural para rebajar de peso.

5. EL AYUNO Y LOS INTESTINOS: *¿Se debe hacer uso de purgantes o enemas mientras dura el ayuno?*

El intestino es un tubo retorcido de unos ocho metros de largo, que necesita un promedio de veinticuatro horas para descargar su contenido. Es muy común comprobar que luego de los primeros días, sin el estímulo de nuevas comidas, deja de funcionar. Algunos recomiendan las sales de Gláuber (sulfato de soda) (0,040 gramos en 0,70 litros de agua tibia) el primer día del ayuno y luego enemas periódicos. Una vez que se ha iniciado el ayuno no se recomienda hacer uso de purgantes. El Dr. Shelton prefiere dejar que la misma naturaleza maneje sus propios asuntos sin hacer uso de la ayuda de purgantes o enemas. Sostiene que si los intestinos necesitan operar, lo harán, de otro modo pueden beneficiarse más mediante un descanso prolongado. Este parece ser el curso más sencillo y natural y el que debe haberse seguido en tiempos bíblicos. En un ayuno prolongado es posible que los intestinos tengan restos de comida por hasta tres semanas pero en tanto que no haya nueva ingestión de alimentos, esto no debe crear ningún problema de constipación.

Al romper un ayuno prolongado pueden pasar varios días antes de que los intestinos empiecen a funcionar. Una vez más convendría tener pa-

ciencia y darles tiempo. Luego que lo hagan, por lo general marcharán con mayor regularidad y con más eficiencia que antes. Algunas personas se ayudan comiendo ciruelas o higos por la mañana en ayunas y bebiendo diariamente melaza.

6. EL AYUNO EN INVIERNO: *¿Es aconsejable ayunar en invierno?*

Durante el ayuno, el fuego del metabolismo se nutre con combustibles de bajas calorías y en consecuencia no genera sus calorías habituales. El organismo, por lo tanto tiende a sentir el frío. Siempre y cuando se tenga cuidado de mantener abrigado el cuerpo, no hay razones que impidan el ayunar durante la época de invierno.

7. MAREOS: *¿Existe algún medio para prevenir los mareos durante el tiempo del ayuno?*

Los mareos por lo general son un síntoma pasajero. A veces son producidos por un súbito cambio de posición, especialmente al sentarse cuando se ha estado acostado. En ese caso, el remedio es moverse lentamente.

8. INSOMNIO: *¿Es posible hacer algo para el insomnio?*

El insomnio a veces es el resultado de una mente demasiado activa. Es aconsejable evitar cualquier actividad mental que requiera concentración antes de acostarse y resistir la tentación

de dormir (aunque no de descansar), durante el día.

9. MAL ALIENTO: *¿Cómo se puede evitar el mal aliento?*

Hay quienes aconsejan disolver en la lengua una pequeña cantidad de cristales de mentol para combatir el mal aliento.

10. BEBER AGUA: *¿Cuánta agua se debe beber durante el ayuno?*

Algunos recomiendan beber tanta agua como sea posible, en la suposición de que ayuda al organismo en su proceso de equilibrio. Parecen existir dudas de que sea así. Es más aconsejable dejar que la necesidad del organismo determine la cantidad que se ha de tomar. El beber sorbos de agua ayuda a evitar el deseo de comida y los espasmos de debilidad.

Puede beberse caliente, fría (pero no helada), o tibia. Si se pone una rodaja de limón en la jarra que contiene el agua, ésta le hará perder su sabor metálico.

11. MEDIDAS PRACTICAS: *¿Qué otras medidas prácticas deben tenerse en cuenta durante el ayuno?*

Bañarse o ducharse diariamente con agua templada pero no caliente.

Respirar profundamente, concentrándose en exhalar tan intensamente como sea posible.

Gimnasia moderada, a menos que se experimente una gran debilidad.

12. IMPRESIONES FALSAS: *¿Es factible que alguien que está ayunando esté sujeto a impresiones y voces que no sean de Dios?*

Es cierto. El ayuno hace que la persona se torne susceptible al mundo del espíritu, ya sea divino o satánico. Solamente si Satanás tiene avenidas en la vida de la persona, llegará a estar sujeta a impresiones satánicas durante el ayuno. El que esas irrupciones se hagan evidentes en esta manera, es con frecuencia el primer paso de liberación para la persona de que se trata. Donde no hay tales avenidas no hay nada que temer siempre y cuando se siga siendo humilde delante de Dios y se esté vestido con la armadura celestial. Dios no proyectó el ayuno para hacernos vulnerables a Satanás.

III. Buena alimentación

La dietética es un tema de mucha amplitud fuera del alcance de este libro. Sin embargo, la práctica de ayunar tiende a ejercitar nuestra manera de pensar respecto de la disciplina en cuanto a las comidas, tanto en lo que comemos y como lo comemos. "Algunos comen para vivir y otros viven para comer." Hay quienes comen teniendo en cuenta su salud y otros piensan solamente en satisfacer su apetito. El comer aquellas comidas que no son buenas es la raíz de muchas enfermedades. Para poner esto en el plano más elevado, debemos tener presente que es a Dios, que nos dio el cuerpo, que se lo debemos y por lo tanto es necesario que lo conservemos en el mejor estado posible a fin de servirlo.

En cuanto a lo que comemos, tal vez nos encontremos en una situación en donde sea necesario aplicar el mandato apostólico "De todo lo que se os ponga delante comed, sin preguntar nada". Sin embargo, cuando estamos en una situación en la que podemos elegir, a la par que nos cuidamos contra cualquier tendencia que nos convierta en personas caprichosas o maniáticas por la comida, deberíamos dirigir nuestra atención

a aquellas comidas que nos sientan bien en lugar de las que apelan a nuestro paladar. Seguramente que en esto está involucrado el mandato de comer y beber para la gloria de Dios.

Existe una tendencia que va en aumento y que consiste en que el hombre de ciencia, en su laboratorio, se cree en condiciones de imitar y hasta de mejorar la obra de la naturaleza. Esto es particularmente cierto en el campo de la alimentación. Mucho de lo que comemos y bebemos en estos días viene envasado, procesado, refinado, preservado, deshidratado, pasteurizado o tratado químicamente de una u otra forma, y según cabe suponer, ¡para tranquilidad nuestra y nuestro bien!

El Dr. Herbert Shelton, de su más amplia experiencia en conexión con esto dice:

"La prueba decisiva de una comida, según creo yo, son sus propiedades para suplir las necesidades alimenticias del organismo que acaba de emerger de un ayuno prolongado. En toda mi experiencia en el campo de la nutrición, no he encontrado nada que se produzca sintéticamente por elaboradores de alimentos, que pueda compararse con los productos intactos cosechados en una huerta, vergel o campo... Me inclino a recalcar la importancia de comer diariamente frutas frescas y vegetales crudos."

(De su libro sobre el ayuno, pág. 74)

Por último presentamos unas reglas bien comprobadas para una buena alimentación:

1. Coma para satisfacer el hambre, pero no más. No siga hasta satisfacer su apetito.
2. Coma despacio y mastique bien. Es mejor dejar comida en el plato que engullirla.

3. Permita que su mente se relaje. Una concentración intensa, la tensión nerviosa, los trastornos emocionales, perjudican la digestión.
4. Acostúmbrese a beber entre las comidas. No lo haga durante la comida.
5. Evite comer fuera de hora y entre comidas.
6. Evite las comidas pesadas en altas horas de la noche. Recuerde que su estómago también necesita descanso.
7. Cerciórese de cuáles comidas son las que más le convienen a su organismo y asegúrese de que las mismas formen una buena parte de su dieta. (En alguna librería o casa de productos dietéticos tal vez puedan aconsejarle algún libro que se refiera a modificar sus hábitos en cuanto a la comida.)
8. Evite beber té o café (hay substitutos para reemplazarlos), o de lo contrario bébalos con moderación. Estos carecen de valor alimenticio y como estimulantes tienden a crear hábitos. "Todas las cosas me son lícitas, más yo no me dejaré dominar por ninguna."

Indice Bíblico

Las citas relativas al ayuno en las Sagradas Escrituras, ya sea parcial o total, se proporcionan aquí en orden, y cuando se hace mención del versículo en este libro se proporciona también el número de página.

Génesis 24:33.	El siervo de Abraham que busca una esposa para Isaac
Exodo 34:28.	El primer período de Moisés, de cuarenta días en el Sinaí, 20
Levítico 16:29, 31.	En el día de la Expiación
Levítico 23:14.	Hasta que se ofrecía la gavilla de la ofrenda ofrecida
Levítico 23:27, 32.	En el día de la Expiación, 36
Números 6:3, 4.	La ley del nazareo
Números 29:7.	En el día de la Expiación
Deuteronomio 9:9, 18.	Los dos períodos de Moisés, de cuarenta días en el Sinaí, 20
Jueces 20:26.	Por Israel después de su derrota por las fuerzas de Benjamín
1 Samuel 1:7, 8.	La oración de Ana pidiendo un hijo
1 Samuel 7:6.	En Mizpa bajo Samuel, 51
1 Samuel 14:24-30.	La maldición de Saúl pronunciada en la batalla
1 Samuel 20:34.	Jonatán afligido a raíz del odio que sentía Saúl por David

- Joel 2:12. Cuando retornan a Dios de todo corazón, 56, 65
- Joel 2:15. Proclamado tocando una trompeta en Sion, 36, 145
- Jonás 3:5-9. Proclamado por el pueblo y el rey de Ninive, 61
- Zacarías 7:3-5. En época de duelo en el quinto y séptimo mes, 43, 45
- Zacarías 8:19. Llevado a cabo en el cuarto, quinto, séptimo y décimo mes, 37
- Mateo 4:2. Por nuestro Señor durante cuarenta días, 16, 108
- Mateo 6:16-18. No debe ser practicado como los hipócritas, 28, 44
- Mateo 9:14,15. Por los discípulos de Juan y los fariseos
- Mateo 9:15. Por los huéspedes cuando se ha ido el esposo, 31, 51
- Mateo 11:18. El carácter abstemio de Juan el Bautista
- Mateo 15:32. El estado de los cuatro mil antes de que el Señor los alimentara, 41
- (Mateo 17:21. Este género no sale sino con oración y ayuno)
- Marcos 2:18. Por los discípulos de Juan y los fariseos
- Marcos 2:19,20. Por los invitados cuando el esposo se ha ido
- Marcos 8:3. El estado de los cuatro mil antes de que el Señor los alimentara
- (Marcos 9:29. Este género no sale sino con oración y ayuno)
- Lucas 2:37. Por Ana adorando en el templo, 46
- Lucas 4:2. Por nuestro Señor durante cuarenta días, 17

- Lucas 5:33. Por los discípulos de Juan y los fariseos
- Lucas 5:34,35. Por los huéspedes cuando el esposo había partido
- Lucas 7:33. El carácter abstemio de Juan el Bautista
- Lucas 18:12. Por el jactancioso fariseo, dos veces por semana, 37, 45
- Hechos 9:9. Saulo de Tarso después de su encuentro con Cristo, 19, 20
- (Hechos 10:30. Por Cornelio cuando se le apareció el ángel), 154
- Hechos 13:2, 3. Por los profetas y maestros en Antioquía, 30, 34, 43, 46, 53
- Hechos 14:23. Durante el nombramiento de los ancianos en las iglesias, 53
- Hechos 23:12-21. Por los judíos bajo juramento de dar muerte a Pablo
- Hechos 27:9. Alusión al día anual de la Expiación, 36
- Hechos 27:21, 33. Por los que acompañaban a Pablo antes del naufragio
- Romanos 14:21. Abstinencia por causa de un hermano más débil
- 1 Corintios 8:13. Teniéndose por causa de un hermano más débil
- 2 Corintios 6:5. Un factor del ministerio apostólico, 18, 41
- 2 Corintios 11:27. En la lista de los sufrimientos de Pablo, 41, 82
- 1 Timoteo 4:3. Los falsos maestros ordenan la abstinencia