

El ayuno que produce avivamiento

“Los que ayunan... sus heridas sanarán muy pronto...”, Isaías 58:8 (TLA).

El ayuno es la fórmula de Dios para el crecimiento espiritual, la herramienta para romper las fortalezas del diablo y el medio más eficaz para provocar un avivamiento. Pero también sirve para la sanidad física. ¿Qué interés tendría Dios en que vivamos enfermos o llenos de achaques? Un vistazo general de las Escrituras es suficiente para deducir que Dios desea salud para sus hijos. De lo contrario no hubiera establecido un mecanismo tan maravilloso en nuestro cuerpo para que se cure a sí mismo ni tampoco hubiera dotado a la iglesia de dones y ministerios de sanidad. La Biblia registra el caso de una persona sanada mediante el ayuno. Cuando David y sus hombres perseguían a los bandidos que se habían llevado a sus esposas e hijos se encontraron con un esclavo egipcio abandonado por su amo porque estaba enfermo, 1º Samuel 30:11-15. Desahuciado por su enfermedad el hombre comenzó un ayuno de tres días tras los cuales recuperó la salud. La mejoría fue tan evidente que el rey lo reclutó como su ayudante personal. El mismo David creía en la eficacia del ayuno. Cuando su hijo enfermó y los médicos ya no le daban esperanzas tomó en sus manos el recurso más poderoso que conocía. Ayunó durante siete días, 2º Samuel 12:15-23. Es cierto que su hijo no sanó, pero no fue porque el ayuno no sirviera sino porque no era la voluntad de Dios. Recuerda que el ayuno no es un arma de manipulación. No se trata de convencer a Dios para que haga lo que nosotros queremos. Al contrario, en el ayuno presentamos nuestras peticiones y confiamos en que Dios decidirá qué es lo mejor para nosotros.

Los efectos beneficiosos del ayuno son bien conocidos en la naturaleza. ¿Qué hacen los animales cuando están enfermos? No comen. Hoy en día los médicos están usando cada vez más el ayuno para restaurar la salud de sus pacientes. ¿Has escuchado hablar de los ayunos intermitentes? La persona ingiere alimentos en una ventana bastante pequeña de tiempo (6, 8, 10 o 12 horas) y el resto del día ayuna. Numerosos estudios han demostrado que este tipo de ayuno reduce el peso corporal y mejora los marcadores metabólicos como el colesterol total, triglicéridos, glucosa o insulina. Además reduce la inflamación, aumenta la fabricación de antioxidantes endógenos y optimiza la producción de energía con menor cantidad de radicales libres retrasando el envejecimiento celular. El ayuno produce autofagia, proceso mediante el cual el cuerpo se ‘come a sí mismo’. Durante el ayuno el cuerpo no emplea energía para la digestión sino para la restauración. Se concentra en reparar lo malo y en depurarse de las toxinas acumuladas. Busca las estructuras envejecidas o alteradas y las destruye. Como verás, el ayuno es un medio probado para la sanidad integral. Rejuvenece no solo el espíritu sino también el cuerpo. Entonces, ¿por qué no ayunamos? **¡Porque la comida es la idolatría del pueblo del Señor!** ¿Qué utilizó el diablo para hacer pecar a Eva? Una fruta. ¿Cuál fue la razón por la que Esaú perdió su herencia como hijo mayor? Un plato de lentejas. ¿Qué es lo que los israelitas extrañaban tanto de Egipto que querían volver allá? Los pepinos, los puerros y las cebollas. No es de extrañar entonces que el diablo nos llene de temores a la hora de ayunar.

Ahora bien, es bien sabido que el origen de muchas enfermedades es espiritual. Muchos enfermos recuperarían la salud si tan solo dejaran de pecar. La depresión de Saúl tenía su causa en la desobediencia, 1º Samuel 28. La locura del rey Nabucodonosor era el resultado de su orgullo, Daniel 4:28-32. La lepra del rey Uzías

fue el resultado de su vanidad, 2º Reyes 15:5. La lepra tomó el cuerpo de Giezi cuando se volvió codicioso, 2º Reyes 5:25-27. Herodes enfermó y murió por soberbio, Hechos 12:23. Dios fue muy claro: “... *Si no me... obedecen... traeré sobre ustedes... enfermedades debilitantes... que harán que... su vida se consuma poco a poco...*”, Levítico 26:14-16 (NTV). “*Si... no obedeces... serás maldito. El propio SEÑOR te enviará maldiciones... y te afligirá con enfermedades...*”, Deuteronomio 28:15-21 (NTV). Ahora bien, cualquiera sea el origen de la enfermedad **el ayuno es una excelente medicina**: “*Los que ayunan... sus heridas sanarán muy pronto...*”, Isaías 58:8 (TLA). Veamos un ejemplo bíblico. Cuando el profeta Joel comenzó su ministerio profético la nación estaba sumida en la más profunda miseria: “*La tierra está de luto porque los campos fueron destruidos, el trigo se ha echado a perder... se acabó el aceite de oliva*”, Joel 1:10 (PDT). La gente estaba desconsolada y triste: “... **Se acabó la alegría de la gente**”, Joel 1:12 (PDT). Había hambre: “*La comida desaparece delante de nuestros ojos...*”, Joel 1:16 (NTV). La moral del pueblo estaba por el piso y la vida espiritual en su nivel más bajo: “... *Se acabaron la alegría y las celebraciones en el templo de nuestro Dios*”, Joel 1:16 (PDT). Sufrían una gran sequía: “*Las semillas se secaron bajo tierra sin dar fruto. Los graneros están destruidos... el fuego ha consumido los pastos... ya no hay agua en los ríos...*”, Joel 1:17-20 (PDT). Todo había quedado destruido: “... **Solo queda desolación... nada escapa a la destrucción**”, Joel 2:3 (NTV y PDT). El terror se había apoderado de todos: “*El miedo se apodera de la gente; cada rostro palidece de terror*”, Joel 2:6 (NTV). Crisis, temores, hambre, pobreza, tristeza y estancamiento espiritual. El panorama era realmente sombrío. Todo era caos y confusión: “*¿Dónde está Dios?*”, Joel 2:17 (TLA).

Sin embargo, en medio de la total oscuridad Dios envía al profeta Joel para traerles esperanza, Joel 2:18. Les promete **bendición**: “... *Les envíe una bendición en vez de... maldición...*”, Joel 2:14 (NTV). **Prosperidad**: “... *Voy a llenar sus graneros de trigo, y sus bodegas de vino y de aceite...*”, Joel 2:19 (TLA). **Libertad**: “*A ese enemigo... que se atrevió a atacarlos, lo arrojaré al desierto...*”, Joel 2:20 (TLA). **Protección**: “*¡No tengas miedo!... llénate de gozo, pues Dios hace grandes maravillas; ¡sí, Dios hace grandes maravillas!*”, Joel 2:21 (TLA). **Renovación espiritual**: “... *¡Hagan fiesta en honor de nuestro Dios!... Dios... enviará la lluvia...*”, Joel 2:23 (TLA). **Restitución**: “... *Les devolveré lo que perdieron*”, Joel 2:25 (NTV). **Bienestar**: “*Volverán a tener toda la comida que deseen...*”, Joel 2:26 (NTV). **Presencia**: “... *Yo estoy en medio de mi pueblo... yo soy el Señor su Dios*”, Joel 2:27 (NTV). Y finalmente promete **salvación y avivamiento**: “*Entonces... derramaré mi Espíritu sobre toda la gente. Sus hijos e hijas profetizarán. Sus ancianos tendrán sueños y sus jóvenes tendrán visiones... Derramaré mi Espíritu... Y haré maravillas en los cielos y en la tierra... Y todo el que invoque el nombre del SEÑOR será salvo...*”, Joel 2:28-32 (NTV).

Qué maravillosas promesas. Presencia, perdón, protección, restauración, bienestar, prosperidad y un nuevo comienzo, una nueva temporada, una ‘primavera espiritual’. Un avivamiento sin precedentes. El pueblo recuperaría lo perdido. Todo lo que le había sido quitado le sería devuelto multiplicado. Retornarían la alegría y la paz, la tierra volvería a producir, los cultivos serían abundantes, los enfermos sanarían y la crisis terminaría. ¿No quisieras algo así para tu vida, familia o ministerio? ¿No quisieras algo así para tu nación? ¿Por qué no? Todas estas promesas también son para nosotros aunque con una condición: volvernos a Dios de todo corazón. El puente entre una realidad y la otra se llama **ayuno congregacional de pureza**: “*El Señor*

llama a su pueblo... a un ayuno... Reúnan al pueblo, que se purifique... Reúnan a los ancianos; traigan a los niños, incluso a los bebés... ¡Que vengan los sacerdotes, los servidores de Dios! Que se paren ante el altar, y con lágrimas en los ojos oren...”, Joel 2:12-17 (PDT y TLA). “... Reúnan a los líderes y a toda la gente... en el templo del SEÑOR... y allí clamen a él”, Joel 1:14 (NTV). La condición para salir del paupérrimo estado de miseria en el que estaban y comenzar una nueva temporada de plenitud y bienestar era el arrepentimiento. **Donde hay a arrepentimiento hay esperanza.** Dios esperaba que todo el pueblo se reuniera en el templo y se purificara en un ayuno congregacional. **¡Ayuno congregacional de arrepentimiento! Además los líderes debían orar e interceder por el pueblo.** Si obedecían Dios les prometía “*hacer grandes cosas*” (Joel 2:21, PDT), “*Les devolveré lo que perdieron*”, Joel 2:25 (NTV). La estrategia de Dios para una vida abundante y victoriosa es el ayuno congregacional de pureza donde los cristianos arreglan cuentas con Dios. Imagina lo que podría suceder si obedeciéramos. Que tremenda obra espiritual se desataría si respondiéramos al llamado de Dios. Cuán bendecidos seríamos, cuán bendecidas serían nuestras familias, cuán llenas del poder del Espíritu Santo serían nuestras iglesias si tan solo hiciéramos lo que Dios nos está pidiendo.

Nuestras vidas, familias, trabajos y ministerios podrían estar tan secos y áridos como estaba Israel en la época de Joel. Pero también es cierto que Dios podría devolvernos lo que hemos perdido y transformar nuestras vidas en un vergel espiritual. Nuestra familia podría ser bendecida y nuestro trabajo y ministerio prosperado. El camino está señalado. No necesitamos un golpe de suerte, necesitamos arrepentirnos de nuestros pecados. Santifiquemos un día para un ayuno congregacional y arreglemos las cuentas pendientes que tengamos con el Señor. Una jornada para orar y ayunar. Ten por seguro que si lo hacemos la bendición será muy grande. Recuerda que el ayuno congregacional de pureza no es una invención humana, es el llamado solemne de Dios para toda la iglesia.