



Disciplinas del Verdadero Ayuno

(Isaías 58: 6-7)

El verdadero ayuno también puede ser un momento de fiesta. El ayuno puede ser un momento en el que puede elegir:

- AYUNAR de juzgar a los demás;
FESTEJAR en la morada de Cristo en ellos.
- AYUNAR de la oscuridad aparente;
FESTEJAR en la Luz de Cristo.
- AYUNAR de pensamientos de enfermedad;
FESTEJAR sobre el poder sanador de Dios.
- AYUNAR de palabras que oprimen;
FESTEJAR en las palabras que traen la vida.
- AYUNAR de la ira;
FESTEJAR en la paciencia.
- AYUNAR de la incredulidad;
FESTEJAR en la Fe en el amor de Dios.
- AYUNAR de la preocupación;
FESTEJAR en la providencia de Dios.
- AYUNAR de quejarse;
FESTEJAR en gratitud.
- AYUNAR del orgullo;
FESTEJAR en la humildad.
- AYUNAR de la negatividad;
FESTEJAR en la Palabra de Dios.
- AYUNAR de la hostilidad;
FESTEJAR en la paz de Cristo.
- AYUNAR de la amargura;
FESTEJAR en el perdón.
- AYUNAR de la propia preocupación;
FESTEJAR en la compasión por los demás.
- AYUNAR de la ansiedad personal;
FESTEJAR en la confianza en Dios.
- AYUNAR del desaliento;
FESTEJAR en la esperanza.
- AYUNAR de los pensamientos que deprimen;
FESTEJAR en pensamientos que elevan.
- AYUNAR de la pereza;
FESTEJAR sobre el celo de Cristo.
- AYUNAR de la sospecha;
FESTEJAR en la verdad.
- AYUNAR de los pensamientos que debilitan;
FESTEJAR en las promesas de Dios.
- AYUNAR de la tristeza;
FESTEJAR sobre el gozo del Señor.
- AYUNAR de chismes ociosos;
FESTEJAR en santo silencio.
- AYUNAR de los problemas que abruma;
FESTEJAR en la oración que sustenta.
- AYUNAR de la voluntad propia;
FESTEJAR en la pasión de Cristo.

“Crea un corazón limpio para mí, Dios; Renueva dentro de mí un espíritu inquebrantable.”

(Salmo 51: 5)