

DISCIPLINAS ESPIRITUALES

APÉNDICE A HERRAMIENTAS DE TRADUCCIONES DE LA BIBLIA¹

Tipos de traducciones de la Biblia



RV-1960
NBLH

Reina Valera
Nueva Biblia
Latinoamericana de
Hoy

NVI Nueva Versión Internacional
NTV Nueva Traducción Viviente

DHH Dios Habla Hoy
PDT Palabra de Dios para Todos
TLA Traducción en Lenguaje Actual

Comprender el espectro

Palabra por palabra (izquierda)

Las traducciones «palabra por palabra» aspiran a traducir directamente el significado de cada palabra del idioma original. Estas traducciones son las más literales, pero a veces pueden ser difíciles de leer.

¹ <https://me.me/i/types-of-bible-translations-thought-for-thought-paraphrase-word-for-word-nab-n-ncv-6bf2183f509740e09d8f13779fc3fb94> (último acceso el 10 de septiembre de 2019).



Parafraseada (derecha)

Las traducciones «parafraseadas» se esfuerzan por captar el significado entero de un pasaje, centrándose más en el propósito y la intención del mensaje de Dios a través del autor humano que en el significado de cada palabra individual. Las traducciones parafraseadas son muy fáciles de leer, pero no siempre ofrecen traducciones literales de las palabras utilizadas por el autor original.

Pensamiento por Pensamiento (centro)

Las traducciones que utilizan «pensamiento por pensamiento» combinan los estilos de traducción palabra por palabra y de paráfrasis, y crean versiones que son tanto fieles al significado literal del texto como al significado entero de un pasaje. Estas traducciones son un excelente punto intermedio para los lectores que desean lo mejor de ambos mundos.



APÉNDICE B DATOS SOBRE LA BIBLIA

DATOS SOBRE LA BIBLIA COMO UN TODO

- La palabra «Biblia» proviene del latín *biblia*, que significa «libros».
- La Biblia contiene sesenta y seis libros.
- La Biblia cristiana está compuesta por el Antiguo Testamento y el Nuevo Testamento.
- La palabra «testamento» significa «pacto».
- La Biblia fue escrita desde aproximadamente el año 1450 a.C. hasta el 100 d.C. por varios autores diferentes que escribieron en muchas épocas y lugares distintos.
- La Biblia contiene muchos géneros literarios, como la poesía, el mito, la literatura sapiencial, la profecía, las cartas, las narraciones, la hipérbole y la literatura apócrifa.
- La Biblia fue el primer libro que se imprimió en 1454 d.C.

DATOS SOBRE EL ANTIGUO TESTAMENTO

- El AT fue escrito originalmente en hebreo.
- El AT contiene treinta y nueve libros.
- El AT está dividido en cuatro secciones.
 - La Ley (Génesis - Números)
 - Los libros históricos (Josué - Ester)
 - Los libros poéticos (Job - Cantares)
 - Los libros de los profetas (Isaías - Malaquías)
 - » Profetas mayores (Isaías - Daniel)
 - » Profetas menores (Oseas - Malaquías)

DATOS SOBRE EL NUEVO TESTAMENTO

- El NT fue escrito originalmente en griego.
- El NT tiene veintisiete libros.
- El NT está dividido en cuatro secciones
 - o Los evangelios (Mateo - Juan)
 - o Libro histórico (Hechos)
 - o Las epístolas (Romanos - 3 Juan)
 - o Profecía (Apocalipsis)

Scripture quotations are from the ESV® Bible (The Holy Bible, English Standard Version®)
Copyright © 2001 by Crossway, a publishing ministry of Good News Publishers. Used by permission. All rights reserved.



DISCIPLINAS ESPIRITUALES

APÉNDICE C LOS LIBROS DE LA BIBLIA

¿Quién escribió la Biblia?

En última instancia, por encima de los autores humanos, la Biblia fue escrita por Dios. Segunda de Timoteo 3:16 nos dice que la Biblia fue «inspirada» por Dios. Dios supervisó a los autores humanos de la Biblia para que, aunque usaran sus propios estilos de escritura y personalidades, registraran exactamente lo que Dios quería. La Biblia no fue dictada por Dios, pero fue perfectamente guiada y enteramente inspirada por Él.

Humanamente hablando, la Biblia fue escrita por aproximadamente cuarenta hombres de diversos orígenes a lo largo de mil quinientos años. Isaías era profeta, Esdras era sacerdote, Mateo era recaudador de impuestos, Juan era pescador, Pablo era fabricante de tiendas, Moisés era pastor, Lucas era médico. Y a pesar de haber sido escrita por diferentes autores a lo largo de quince siglos, la Biblia no se contradice ni contiene errores. Todos los autores presentan perspectivas diferentes, pero todos proclaman el mismo Dios verdadero y el mismo camino de salvación: Jesucristo (Juan 14:6; Hechos 4:12). Pocos de los libros de la Biblia nombran específicamente a su autor.

El Antiguo Testamento

Los cinco libros de Moisés / La Ley / El Pentateuco / La Torá

1. Génesis

Autor: Moisés

Fecha de escritura: 1445-1405 a.C.

Descripción: Comienzos: Creación, Adán y Eva, Caín y Abel, Noé y el diluvio, Abraham e Isaac, Sodoma y Gomorra, Jacob (nacimiento de las 12 tribus de Israel), José.



2. Éxodo

Autor: Moisés

Fecha de escritura: 1445-1405 a.C.

Descripción: Rescate y redención: Presentación de Moisés, liberación de Egipto, las plagas, separación del Mar Rojo, maná y codornices del cielo, viaje a la Tierra Prometida.

3. Levítico

Autor: Moisés

Fecha de escritura: 1445-1405 a.C.

Descripción: La santidad: Cómo vivir, qué hacer y qué no hacer como pueblo de Dios; directrices e instrucciones para el culto y los sacrificios para el perdón de los pecados; estas leyes y reglamentos se las dio Dios a los israelitas para protegerlos y mantenerlos sanos y seguros.

4. Números

Autor: Moisés

Fecha de escritura: 1405 a.C.

Descripción: Recorridos por el desierto: Una mezcla de una especie de censo del pueblo de Israel y algunas historias bien conocidas, como el enojo de Moisés con la roca que le impidió entrar en la Tierra Prometida y la historia de Balac y Balaam donde Dios habla a través de la burra de Balaam.

5. Deuteronomio

Autor: Moisés

Fecha de escritura: 1405 a.C.

Descripción: Renovación de la Alianza: Los Diez Mandamientos (capítulo 5); instrucciones de Dios para una vida santa, incluyendo descripciones de ceremonias, festivales y celebraciones específicas; expulsión de los habitantes malvados de la Tierra Prometida.

Libros históricos

6. Josué

Autor: Josué

Fecha de escritura: 1350 a.C.

Descripción: La conquista de Canaán: Toma de posesión de la Tierra Prometida: muros de Jericó, pecado de Acán, el sol se detiene, la división de la tierra, bendiciones por la obediencia y maldiciones por la desobediencia.



7. Jueces

Autor: Samuel/Natán/Gad

Fecha de escritura: 1050-1000 a.C.

Descripción: Rebelión y rescate: Antes de que Israel tuviera un rey, Dios levantó jueces (Gedeón, Débora, Sansón) que el Espíritu de Dios los ungió y capacitó para dirigir y liberar al pueblo de Dios de varios enemigos.

8. Rut

Autor: Samuel/Natán/Gad

Fecha de escritura: 1000-900 a.C.

Descripción: Lealtad desinteresada y amor redentor: Escrito para los judíos de la época con un fuerte tema de bondad y lealtad, este libro nos introduce en la idea de nuestra necesidad de un «pariente redentor». Rut es la fiel y leal nuera de Noemí.

9. 1 Samuel

Autor: Samuel/Natán/Gad

Fecha de escritura: 1000-900 a.C.

Descripción: Establecimiento de la realeza bajo Dios: Se presenta a Samuel: profeta de Israel que unge y nombra al primer rey de Israel, Saúl; la triste historia de Saúl; David contra Goliat; la unción y el nombramiento profético de uno de los personajes más famosos de la Biblia, el rey David; la lucha de David por convertirse en rey.

10. 2 Samuel

Autor: Samuel/Natán/Gad

Fecha de escritura: 1000-900 a.C.

Descripción: El reinado de David: el reinado del rey David sobre Judá e Israel, el regreso del Arca de la Alianza, las guerras de David como rey, David y Betsabé, el profeta Natán.

11. 1 Reyes

Autor: El profeta Jeremías

Fecha de escritura: 560-550 a.C.

Descripción: Reyes de Israel y Judá: Se presenta y nombra al sucesor del rey David; el rey Salomón (el más rico, sabio y poderoso de la historia), la construcción del Templo, la presentación del profeta Elías, los asombrosos milagros realizados por Elías, el ascenso y la caída de varios reyes.



12. **2 Reyes**

Autor: El profeta Jeremías

Fecha de escritura: 560–550 a.C.

Descripción: Reyes de Israel y Judá: Elías recluta a Eliseo, Elías es llevado al cielo en un torbellino (sin morir), Eliseo se convierte en el profeta elegido, sanidad de la lepra de Naamán, ascenso y caída de varios reyes y la caída de Jerusalén.

13. **1 Crónicas**

Autor: Esdras

Fecha de escritura: 450–420 a.C.

Descripción: La historia de Israel como pueblo de la alianza de Dios: Genealogía de las doce tribus de Israel (Jacob); Saúl y su hijo, Jonatán, mueren; más historias del rey David, su nombramiento y servicio como rey; descripción de los planes de Dios para el Templo transmitidos a Salomón por su padre, el rey David; Salomón nombrado rey; la muerte de David.

14. **2 Crónicas**

Autor: Esdras

Fecha de escritura: 450–420 a.C.

Descripción: El verdadero culto, el avivamiento y la reforma: La famosa petición de sabiduría de Salomón, la construcción del Templo, el ascenso y la caída de los reyes.

15. **Esdras**

Autor: Esdras

Fecha de escritura: 450–420 a.C.

Descripción: Volver a empezar: La promesa de Dios de restaurar a su pueblo del cautiverio se cumple a través de Esdras y Nehemías.

16. **Nehemías**

Autor: Esdras y Nehemías

Fecha de escritura: 430–420 a.C.

Descripción: Reconstrucción del muro de Jerusalén: cómo combatir y vencer la oposición espiritual cuando se hace la obra de Dios.

17. **Ester**

Autor: Mardoqueo

Fecha de escritura: 460–400 a.C.

Descripción: El cuidado soberano de Dios y el destino de una reina audaz: el único libro de la Biblia que no menciona a Dios, historia de una judía improbable que fue elegida por Dios para salvar a su pueblo.



Libros poéticos

18. **Job**

Autor: Desconocido. Muchos estudiosos sugieren a Moisés

Fecha de escritura: Desconocida. Muchos estudiosos sugieren el año 1400 a.C.

Descripción: ¿Por qué sufren los justos? Historia de un hombre justo que lo pierde todo como prueba del propio Satanás, una conversación entre Job y tres amigos que intentan ayudarlo, pero que en realidad hacen malas contribuciones y preguntas retóricas que Dios plantea a Job sobre sí mismo.

19. **Salmos**

Autor: Varios autores, principalmente David

Fecha de escritura: 1000–400 a.C.

Descripción: Oraciones y alabanzas: Cantos, poemas y lamentaciones del rey David y de otros salmistas, incluye el capítulo más largo de la Biblia (Salmos 119). Los Salmos nos dan a menudo las palabras que necesitamos para expresarnos cuando no sabemos cómo.

20. **Proverbios**

Autor: Solomon

Fecha de escritura: 970–700 a.C.

Descripción: Sabiduría para vivir correctamente: Contiene los más grandes principios que se pueden encontrar, personificación de la sabiduría, el temor al Señor.

21. **Eclesiastés**

Autor: Rey Salomón

Fecha de escritura: 935 a.C.

Descripción: La vida no tiene sentido sin Dios: Escrito por el Rey Salomón durante un tiempo en el que estaba luchando en su recorrido con Dios. Lo tenía todo y lo había probado todo (incluso un número de esposas impías), pero al final seguía sintiéndose vacío. Su honestidad sobre la vida en general es brutal. Al final, puede ver y escuchar que «regresa al Señor».

22. **Cantar de los Cantares**

Autor: Rey Salomón

Fecha de escritura: 960 a.C.

Descripción: El don y la belleza del amor conyugal: Una historia de amor, literatura poética, expresa la belleza de la relación matrimonial que Dios diseñó. Algunos intérpretes identifican una metáfora de Cristo y la Iglesia. Otros afirman que se trata estrictamente de una imagen del diseño de Dios para el matrimonio.



Los profetas mayores

23. Isaías

Autor: Isaías

Fecha de escritura: 700 a.C.

Descripción: Juicio y salvación: Enfrenta el pecado de la nación de Israel, profetiza una futura esperanza de liberación, y profetiza de un futuro Mesías. ¡El capítulo 53 fue escrito aproximadamente setecientos cincuenta años antes del cumplimiento!

24. Jeremías

Autor: Jeremías

Fecha de escritura: 585–580 a.C.

Descripción: El juicio ineludible de Dios por la impenitencia de Judá: profetiza sobre el juicio de Dios que vendrá para un pueblo que no se ha arrepentido, el mensaje es validado por un mensajero piadoso, conocido por la metáfora del alfarero y el barro.

25. Lamentaciones

Autor: Jeremías

Fecha de escritura: 586–585 a.C.

Descripción: Dolor en el presente y esperanza en el futuro: expresa su pena y dolor emocional por la destrucción de Jerusalén, estas tragedias fueron el resultado de la rebelión de Judá contra Él.

26. Ezequiel

Autor: Ezequiel

Fecha de escritura: 590–570 a.C.

Descripción: El juicio y la gloria de Dios: transmite el mensaje del juicio de Dios a un pueblo rebelde e infiel en Judá y Jerusalén y otras naciones, para animar a los fieles seguidores a los que Dios restauraría un día.

27. Daniel

Autor: Daniel

Fecha de escritura: 536–530 a.C.

Descripción: La soberanía de Dios en la historia: quiso asegurar al pueblo de Dios que su situación actual no era su destino final, para poder transmitir las historias de la soberanía de Dios, narra dos historias famosas, el foso de los leones y el horno de fuego, profecías sobre el fin de los tiempos.



Los profetas menores

28. Oseas

Autor: Oseas

Fecha de escritura: 715–710 a.C.

Descripción: La infidelidad, el juicio y el amor redentor de Dios: el llamado a Israel a volver a su devoción al Dios verdadero no importa lo que hayan hecho Dios sigue amando a sus hijos, si la desobediencia continúa las consecuencias llegarán.

29. Joel

Autor: Joel

Fecha de escritura: 835–830 a.C.

Descripción: El día grande y terrible del Señor: habla de dos desastres naturales que ocurren y de la amenaza de una invasión militar extranjera a Judá, del arrepentimiento con ayuno y oración por la misericordia de Dios.

30. Amós

Autor: Amós

Fecha de escritura: 760–755 a.C.

Descripción: La justicia, la rectitud y el castigo de Dios por el pecado: se pide el arrepentimiento como consecuencia del orgullo y la corrupción, y la idolatría.

31. Abdías

Autor: Abdías

Fecha de escritura: 840 a.C.

Descripción: Juicio sobre Edom: el juicio se avecinaba debido a su regocijo orgulloso sobre el sufrimiento de Judá.

32. Jonás

Autor: Jonás

Fecha de escritura: 760 a.C.

Descripción: La magnitud de la misericordia salvadora de Dios: La caída de Israel de su propósito de ser una luz para un mundo perdido, la misericordia de Dios llega a grandes profundidades.

33. Miqueas

Autor: Miqueas

Fecha de escritura: 740–710 a.C.

Descripción: Justicia y juicio/misericordia y salvación: exponer las ofensas que hicieron enojar a Dios.



34. **Nahúm**

Autor: Nahúm

Fecha de escritura: 630–620 a.C.

Descripción: La inminente destrucción de Nínive: advirtió sobre la inminente destrucción, pero también proporcionó un mensaje de esperanza al pueblo de Dios.

35. **Habacuc**

Autor: Habacuc

Fecha de escritura: 606 a.C.

Descripción: Vivir por fe y confiar en el juicio de Dios: Dios da seguridad a los que se mantuvieron fieles a Él, los justos vivirán por la fe.

36. **Sofonías**

Autor: Sofonías

Fecha de escritura: 630 a.C.

Descripción: El día del Señor y la destrucción y la salvación: advertencia a Judá y al pueblo de Jerusalén sobre el juicio que se aproxima de parte de Dios, la frase «el día del Señor» se utiliza ampliamente.

37. **Hageo**

Autor: Hageo

Fecha de escritura: 520 a.C.

Descripción: Reconstrucción del templo: cuando uno obedece a Dios el resultado será con el poder de su Espíritu, un llamado al pueblo a reordenar su vida para que sus preocupaciones espirituales tengan el lugar adecuado.

38. **Zacarías**

Autor: Zacarías

Fecha de escritura: 520–470 a.C.

Descripción: La finalización del templo y la venida del Rey: estímulo para empezar a construir el Templo, aferrándose a la esperanza de que el Mesías vendrá.

39. **Malaquías**

Autor: Malaquías

Fecha de escritura: 430–420 a.C.

Descripción: El amor, la disciplina y la venida del Señor: advertencia contra un culto rutinario, una fe debilitada, apartarse de los pecados y de la hipocresía religiosa, eliminar los obstáculos de la duda y la desobediencia que bloquean el flujo de favor y bendición de Dios.



Entre la escritura de Malaquías y el nacimiento de Jesús transcurren aproximadamente entre cuatrocientos y cuatrocientos cincuenta años. Si desea obtener información sobre este período de tiempo que conduce al nacimiento de Cristo, aquí hay tres recursos recomendados para usted.

1. *Josephus Carta's Illustrated the Jewish War* [Josefo, Cartas ilustradas, la guerra de los judíos] por William Whiston (traductor), R. Steven Notley (Introducción) ISBN: 978-9652208774
2. *1 Book of Maccabees in the Apocrypha*: [libro de los macabeos en los apócrifos] Esta obra arroja luz histórica sobre ese periodo.
3. *A concise History of Ancient Israel* [Historia concisa de Israel Antiguo] por Bernd U. Schipper ISBN: 978-1575067322. Esta obra abarca el período histórico que va desde la entrada de los hijos de Israel en la Tierra Prometida hasta el período griego, justo antes de la toma de posesión de los romanos.
4. Sería bueno que usted leyera en su *Biblia de Estudio de la Vida Plena* el cuadro histórico «Desde Malaquías hasta Cristo» (p. 1268).

El Nuevo Testamento

Los Evangelios

40. Mateo

Autor: Mateo

Fecha de escritura: 60 d.C.

Descripción: Mateo subraya que Jesús cumple las Escrituras judías, y argumenta a partir de ellas como lo haría un escriba capacitado. Presenta a Jesús como el eje de la esperanza de Israel para su público judío, pero también hace hincapié en las misiones a los gentiles.

41. Marcos

Autor: Marcos

Fecha de escritura: 55-65 d.C.

Descripción: Marcos destaca un secreto mesiánico en la medida en que Jesús oculta su identidad mesiánica todo lo que puede a la gente. También aborda el fracaso de los discípulos. La atención de Jesús se centra en los enfermos, los pobres, las personas marginadas moral y socialmente, y otros, en vez de complacer a la élite poderosa.



42. **Lucas**

Autor: Lucas

Fecha de escritura: 60–63 d.C.

Descripción: Lucas hace hincapié en el ministerio de Jesús con los marginados, los que no son aptos religiosamente, los pobres y las mujeres. Este escrito se desarrolla entre Galilea y Jerusalén.

43. **Juan**

Autor: Juan

Fecha de escritura: 80–95 d.C.

Descripción: Juan hace hincapié en que Jesús es el Verbo y, por tanto, es el mensajero designado por Dios. El Espíritu es otro punto de énfasis en este Evangelio. Jesús se enfrenta a «los judíos», a los que parece identificar con las autoridades de Judea en Jerusalén. Juan utiliza las muchas imágenes comunes en su cultura para comunicarse con el pueblo.

Historia

44. **Hechos**

Autor: Lucas

Fecha de escritura: 63 d.C.

Descripción: Lucas hace hincapié en la oración, las señales y los prodigios, y el Espíritu. En este libro identifica la difusión del Evangelio en la evangelización del mundo. Su énfasis es que el Espíritu es necesario para llevar a cabo esta tarea.

Cartas de Pablo a las iglesias

45. **Romanos**

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 57 d.C.

Descripción: Pablo enfatiza que Dios puede salvar tanto al judío como al gentil. Los cristianos de Roma necesitaban aprender la sensibilidad cultural en Cristo. Lo que importaba era lo espiritual, no la ascendencia étnica de Abraham. Pablo quiere que tanto el judío como el gentil se acepten mutuamente y glorifiquen a Dios juntos.



46. **1 Corintios**

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 55-56 d.C.

Descripción: Pablo combate la ideología de la época en la que el estatus social determina el papel de una persona. La gente tenía sus propios intereses sociales y la gente no se llevaba bien, así que Pablo habla al respecto. Pablo aborda los puntos de vista erróneos adoptados tanto por las personas de mayor estatus como por los que eran trabajadores manuales debido a las ideologías que traían a su teología.

47. **2 Corintios**

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 55-56 d.C.

Descripción: Pablo quiere renovar la confianza y la profunda amistad que sus conversos tenían con él. Utiliza un estilo de escritura lleno de reprimenda, consuelo y amistad.

48. **Gálatas**

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 49 d.C.

Descripción: Pablo combate a los judeocristianos de Galacia para corregir las enseñanzas de algunos que intentaban imponer las leyes mosaicas a los gentiles. Especialmente creían que era necesario seguir la ley de la circuncisión, que era un símbolo cultural importante, para demostrar su fidelidad al judaísmo. Los judíos de Judea argumentaban que, para llegar a ser un seguidor pleno de Jesús, los gentiles tenían que hacer de la circuncisión un requisito.

49. **Efesios**

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 62 d.C.

Descripción: Pablo fue arrestado porque había introducido a un gentil en el templo y la división étnica y cultural entre judíos y gentiles era un tema importante en la iglesia de Éfeso. Pablo aborda la necesidad de que la iglesia sea un buen testimonio en la sociedad. También combate las luchas que tienen algunos de estos creyentes con sus prácticas ocultas e intenta ayudarlos a ser vencedores.



50. Filipenses

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 62-63 d.C.

Descripción: Pablo afirma que escribe para agradecer a esta iglesia. También quería proporcionar una visión de algunos usos que enfrentarían como la persecución adicional de la iglesia. A la luz de esta persecución, anima a la iglesia de Filipo a trabajar juntos. En el tiempo de Pablo, el estímulo para trabajar en unidad era común, lo cual es una razón por la que Pablo puede haber usado las palabras «alégrense» o «regocíjense» dieciséis veces para describir cuál debería ser su actitud durante la persecución.

51. Colosenses

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 62 d.C.

Descripción: Pablo aborda las diferentes influencias culturales místicas y gnósticas que impregnaban tanto el pensamiento gentil como el judío. Pablo escribe la presentación más profunda de la cristología en todo el Nuevo Testamento, que contiene un minicurso de ética; hace hincapié en el carácter y la ética semejantes a los de Cristo en el hogar, la familia y el trabajo, en todas las áreas de la vida.

52. 1 Tesalonicenses

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 51 d.C.

Descripción: Pablo escribe a una iglesia muy joven en Tesalónica, que continuó experimentando persecución después de que Pablo se fuera. Los anima con la promesa de una esperanza futura.

53. 2 Tesalonicenses

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 51-52 d.C.

Descripción: Pablo escribe para aclarar cualquier malentendido sobre los eventos del tiempo del fin. Los tesalonicenses pensaban que el «Día del Señor» sería en cualquier momento y se habían vuelto perezosos e improductivos. Había algunos creyentes que habían pensado que el Día del Señor ya había llegado.



Cartas de Pablo a los amigos

54. **1 Timoteo**

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 65 d.C.

Descripción: Pablo aborda la falsa enseñanza que se estaba impartiendo. Su solución fue nombrar líderes de la iglesia cualificados que pudieran hacer frente a las herejías que se extendían en la iglesia.

55. **2 Timoteo**

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 67 d.C.

Descripción: Tal vez Pablo estaba desanimado por que no viviría para ver el fruto de su ministerio. Pablo habla de la persecución tanto desde dentro como desde fuera de la iglesia. Amonesta a Timoteo para que permanezca fiel a Dios hasta el final, como lo ha sido él, manteniéndose centrado en las Escrituras y en la sana enseñanza que puede encontrar en ellas.

56. **Tito**

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 65-66 d.C.

Descripción: Pablo amonesta a Tito para que imparta la sana enseñanza y haga buenas obras. Desafía a Tito a seguir luchando contra los que intentan exigir a los cristianos que se circunciden. Alentó a los cristianos a hacer el bien para que fuesen un buen testimonio ante los incrédulos.

57. **Filemón**

Autor: Pablo

Fecha de escritura: 62 d.C.

Descripción: Pablo lucha por la reconciliación y por hacer lo correcto. La ley romana exigía a Pablo que devolviera a Onésimo a su amo, con graves penas si no lo hacía. Pablo utiliza su relación de padre espiritual con Filemón para pedir la liberación de Onésimo.



Cartas generales

58. **Hebreos**

Autor: desconocido, probablemente Pablo, Lucas, Bernabé o Apolos

Fecha de escritura: 67-69 d.C.

Descripción: El escritor trata de escribir un argumento mediante el antiguo y complejo método de comparación. Escribe un contraste entre Jesús y temas importantes del Antiguo Testamento. Este libro contiene repetidas advertencias contra la apostasía.

59. **Santiago**

Autor: Santiago

Fecha de escritura: 45-49 d.C.

Descripción: Santiago trata de ofrecer la solución para combatir a los ricos. Habla del orgullo, de la persecución y de la paga retenida por los ricos. Santiago se toma el tiempo para hablar de los cristianos que están tentados a tomar represalias con actos violentos o palabras. Su llamada es para que los cristianos respondan con sabiduría, fe y paciencia.

60. **1 Pedro**

Autor: Pedro

Fecha de escritura: 60-63 d.C.

Descripción: Pedro escribe para ayudar a los cristianos con la persecución que se estaba produciendo a manos de los romanos. Roma buscaba un chivo expiatorio y en vez de luchar contra los judíos, que era una religión más grande, optaron por desquitarse con el pequeño grupo de cristianos.

61. **2 Pedro**

Autor: Pedro

Fecha de escritura: 66-67 d.C.

Descripción: Pedro desafía el gnosticismo del conocimiento del primer siglo. Lo menciona siete veces en su carta. Los gnósticos creían que los pecados cometidos con el cuerpo no tenían importancia, Pedro quería animar a los creyentes a seguir adelante con la fe.

62. **1 Juan**

Autor: Juan

Fecha de escritura: 85-95 d.C.

Descripción: Juan quería animar a los cristianos a comprender el verdadero amor de Dios. Advirtió contra los anticristos y la anarquía. Juan temía que estos creyentes se vieran tentados por la herejía del compromiso que propugnaban los falsos profetas mientras mantenían el amor entre ellos.



63. **2 Juan**

Autor: Juan

Fecha de escritura: 85-95 d.C.

Descripción: Juan quería dar una enseñanza sólida contra la enseñanza de los secesionistas que creían que Jesús era un gran profeta, pero no el supremo Señor en la carne.

64. **3 Juan**

Autor: Juan

Fecha de escritura: 85-95 d.C.

Descripción: Juan escribe una carta de recomendación para su amigo misionero itinerante que necesita ser acogido por la iglesia local mientras enseña en la zona. Juan quiere seguir luchando contra la influencia contraria al mensaje del Evangelio.

65. **Judas**

Autor: Judas

Fecha de escritura: 70-80 d.C.

Descripción: Judas escribe para oponerse a los falsos maestros cuyo estilo de vida sexual es inmoral y que están llenos de arrogancia. Está conteniendo y luchando por la fe.

Profecía

66. **Apocalipsis**

Autor: Juan

Fecha de escritura: 90-96 d.C.

Descripción: Juan escribe para describir la revelación y victoria final de Jesucristo y la culminación de la historia. Su escrito está dominado por tres series de juicios con imágenes de la adoración en el cielo. Es una revelación *tanto de Él como acerca de Él*. Principalmente es una revelación de Jesucristo como el guerrero y Rey que viene. En esencia, este libro dice: «Jesús ganará». Juan escribe en una secuencia lógica más que cronológica.



DISCIPLINAS ESPIRITUALES

APÉNDICE D ESTUDIO BIBLICO E.O.A.O.

¿Qué es E.O.A.O.?

- Escritura
- Observación
- Aplicación
- Oración

Cómo utilizar las escrituras E.O.A.O.

(E) Escritura

- Elija una sección, un pasaje o un capítulo de las Escrituras para leer (como la porción diaria de la Biblia en un año). Escriba el versículo que más le haya llamado la atención.

(O) Observación

- ¿Qué observó usted en los versículos que leyó y que aprendió de ellos? Escriba por qué o cómo hablaron a su vida.

(A) Aplicación

- ¿Cómo puede usted aplicar la observación para que afecte a su vida hoy? Escriba un plan de acción que usted pueda tomar.

(O) Oración

- Escriba una oración a Dios basada en lo que acaba de aprender y pídale que lo ayude a aplicar esa verdad a su vida.

El Ministerio a los Hombres le recomienda responder estas preguntas adicionales.

- ¿Qué ajustes debería hacer usted para que su vida se acople con lo que dice el pasaje?
- ¿Qué leyó que no entendió?
- ¿Qué llevó al autor a escribir de la manera que lo hizo?
- ¿Había un problema que el autor estaba abordando o un comportamiento que estaba corrigiendo?



DISCIPLINAS ESPIRITUALES

APÉNDICE E PLANES DE LECTURA

Vea las tres páginas siguientes.



Plan 1

Comprométase a leer la Biblia al menos cinco días a la semana usando este plan de lectura. También aplique el método E.O.A.O. (**Apéndice D**) y lleve un diario.

Semana 1		Semana 7	
Día 1	<input type="checkbox"/> Introducción: Efesios	Día 1	<input type="checkbox"/> Colosenses 3:18-4:1
Día 2	<input type="checkbox"/> Efesios 1:1-14	Día 2	<input type="checkbox"/> Colosenses 4:2-6
Día 3	<input type="checkbox"/> Efesios 1:15-23	Día 3	<input type="checkbox"/> Colosenses 4:7-18
Día 4	<input type="checkbox"/> Efesios 2:1-10	Día 4	<input type="checkbox"/> Introducción: Santiago
Día 5	<input type="checkbox"/> Efesios 2:11-22	Día 5	<input type="checkbox"/> Santiago 1:1-11
Semana 2		Semana 8	
Día 1	<input type="checkbox"/> Efesios 3:1-13	Día 1	<input type="checkbox"/> Santiago 1:12-18
Día 2	<input type="checkbox"/> Efesios 3:14-21	Día 2	<input type="checkbox"/> Santiago 1:19-27
Día 3	<input type="checkbox"/> Efesios 4:1-16	Día 3	<input type="checkbox"/> Santiago 2:1-13
Día 4	<input type="checkbox"/> Efesios 4:17-32	Día 4	<input type="checkbox"/> Santiago 2:14-26
Día 5	<input type="checkbox"/> Efesios 5:1-20	Día 5	<input type="checkbox"/> Santiago 3:1-12
Semana 3		Semana 9	
Día 1	<input type="checkbox"/> Efesios 5:21-33	Día 1	<input type="checkbox"/> Santiago 3:13-18
Día 2	<input type="checkbox"/> Efesios 6:1-24	Día 2	<input type="checkbox"/> Santiago 4:1-6
Día 3	<input type="checkbox"/> Introducción: Filipenses	Día 3	<input type="checkbox"/> Santiago 4:7-12
Día 4	<input type="checkbox"/> Filipenses 1:1-19	Día 4	<input type="checkbox"/> Santiago 4:13-17
Día 5	<input type="checkbox"/> Filipenses 1:20-30	Día 5	<input type="checkbox"/> Santiago 5:1-6
Semana 4		Semana 10	
Día 1	<input type="checkbox"/> Filipenses 2:1-11	Día 1	<input type="checkbox"/> Santiago 5:7-12
Día 2	<input type="checkbox"/> Filipenses 2:12-18	Día 2	<input type="checkbox"/> Santiago 5:13-20
Día 3	<input type="checkbox"/> Filipenses 2:19-30	Día 3	<input type="checkbox"/> Introducción: 1,2,3 Juan
Día 4	<input type="checkbox"/> Filipenses 3:1-11	Día 4	<input type="checkbox"/> 1 Juan 1:1-10
Día 5	<input type="checkbox"/> Filipenses 3:12-21	Día 5	<input type="checkbox"/> 1 Juan 2:1-11
Semana 5		Semana 11	
Día 1	<input type="checkbox"/> Filipenses 4:1-9	Día 1	<input type="checkbox"/> 1 Juan 2:12-17
Día 2	<input type="checkbox"/> Filipenses 4:10-23	Día 2	<input type="checkbox"/> 1 Juan 2:18-27
Día 3	<input type="checkbox"/> Introducción: Colosenses	Día 3	<input type="checkbox"/> 1 Juan 2:28-3:10
Día 4	<input type="checkbox"/> Colosenses 1:1-14	Día 4	<input type="checkbox"/> 1 Juan 3:11-24
Día 5	<input type="checkbox"/> Colosenses 1:15-23	Día 5	<input type="checkbox"/> 1 Juan 4:1-6
Semana 6		Semana 12	
Día 1	<input type="checkbox"/> Colosenses 1:24-29	Día 1	<input type="checkbox"/> 1 Juan 4:7-21
Día 2	<input type="checkbox"/> Colosenses 2:1-7	Día 2	<input type="checkbox"/> 1 Juan 5:1-12
Día 3	<input type="checkbox"/> Colosenses 2:8-23	Día 3	<input type="checkbox"/> 1 Juan 5:13-21
Día 4	<input type="checkbox"/> Colosenses 3:1-11	Día 4	<input type="checkbox"/> 2 Juan 1-13
Día 5	<input type="checkbox"/> Colosenses 3:12-17	Día 5	<input type="checkbox"/> 3 Juan 1-15



Plan 2

Comprométase a leer la Biblia al menos cinco días a la semana usando este plan de lectura. También aplique el método E.O.A.O. (**Apéndice D**) y lleve un diario.

Semana 1		Semana 7	
Día 1	<input type="checkbox"/> Introducción: Juan	Día 1	<input type="checkbox"/> Romanos 8
Día 2	<input type="checkbox"/> Juan 1	Día 2	<input type="checkbox"/> Romanos 9
Día 3	<input type="checkbox"/> Juan 2	Día 3	<input type="checkbox"/> Romanos 10
Día 4	<input type="checkbox"/> Juan 3	Día 4	<input type="checkbox"/> Romanos 11
Día 5	<input type="checkbox"/> Juan 4	Día 5	<input type="checkbox"/> Romanos 12
Semana 2		Semana 8	
Día 1	<input type="checkbox"/> Juan 5	Día 1	<input type="checkbox"/> Romanos 13
Día 2	<input type="checkbox"/> Juan 6	Día 2	<input type="checkbox"/> Romanos 14
Día 3	<input type="checkbox"/> Juan 7	Día 3	<input type="checkbox"/> Romanos 15
Día 4	<input type="checkbox"/> Juan 8	Día 4	<input type="checkbox"/> Romanos 16
Día 5	<input type="checkbox"/> Juan 9	Día 5	<input type="checkbox"/> Introducción: 1 Corintios
Semana 3		Semana 9	
Día 1	<input type="checkbox"/> Juan 10	Día 1	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 1
Día 2	<input type="checkbox"/> Juan 11	Día 2	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 2
Día 3	<input type="checkbox"/> Juan 12	Día 3	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 3
Día 4	<input type="checkbox"/> Juan 13	Día 4	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 4
Día 5	<input type="checkbox"/> Juan 14	Día 5	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 5
Semana 4		Semana 10	
Día 1	<input type="checkbox"/> Juan 15	Día 1	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 6
Día 2	<input type="checkbox"/> Juan 16	Día 2	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 7
Día 3	<input type="checkbox"/> Juan 17	Día 3	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 8
Día 4	<input type="checkbox"/> Juan 18	Día 4	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 9
Día 5	<input type="checkbox"/> Juan 19	Día 5	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 10
Semana 5		Semana 11	
Día 1	<input type="checkbox"/> Juan 20	Día 1	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 11
Día 2	<input type="checkbox"/> Juan 21	Día 2	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 12
Día 3	<input type="checkbox"/> Introducción: Romanos	Día 3	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 13
Día 4	<input type="checkbox"/> Romanos 1	Día 4	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 14
Día 5	<input type="checkbox"/> Romanos 2	Día 5	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 15
Semana 6		Semana 12	
Día 1	<input type="checkbox"/> Romanos 3	Día 1	<input type="checkbox"/> 1 Corintios 16
Día 2	<input type="checkbox"/> Romanos 4	Día 2	<input type="checkbox"/> Introducción: 2 Pedro
Día 3	<input type="checkbox"/> Romanos 5	Día 3	<input type="checkbox"/> 2 Pedro 1
Día 4	<input type="checkbox"/> Romanos 6	Día 4	<input type="checkbox"/> 2 Pedro 2
Día 5	<input type="checkbox"/> Romanos 7	Día 5	<input type="checkbox"/> 2 Pedro 3



Plan 3 (Thematic)

Comprométase a leer la Biblia al menos cinco días a la semana usando este plan de lectura. También aplique el método E.O.A.O. (**Apéndice D**) y lleve un diario. Busque temas de **entrega, confianza y obediencia**.

Semana 1		Semana 7	
Día 1	<input type="checkbox"/> Génesis 12	Día 1	<input type="checkbox"/> 2 Samuel 6-7
Día 2	<input type="checkbox"/> Génesis 13-14	Día 2	<input type="checkbox"/> 2 Samuel 11-12
Día 3	<input type="checkbox"/> Génesis 15-16	Día 3	<input type="checkbox"/> 2 Samuel 23-24
Día 4	<input type="checkbox"/> Génesis 17-18	Día 4	<input type="checkbox"/> Ester 1-3
Día 5	<input type="checkbox"/> Génesis 19-20	Día 5	<input type="checkbox"/> Ester 4-7
Semana 2		Semana 2	
Día 1	<input type="checkbox"/> Génesis 21	Día 1	<input type="checkbox"/> 1 Reyes 19
Día 2	<input type="checkbox"/> Génesis 22-23	Día 2	<input type="checkbox"/> 2 Reyes 2
Día 3	<input type="checkbox"/> Génesis 24-25	Día 3	<input type="checkbox"/> Isaías 6
Día 4	<input type="checkbox"/> Éxodo 3-4	Día 4	<input type="checkbox"/> Jeremías 1
Día 5	<input type="checkbox"/> Éxodo 5-6	Día 5	<input type="checkbox"/> Ezequiel 2-3
Semana 3		Semana 3	
Día 1	<input type="checkbox"/> Éxodo 7-8	Día 1	<input type="checkbox"/> Oseas 1-3
Día 2	<input type="checkbox"/> Éxodo 9-10	Día 2	<input type="checkbox"/> Mateo 4
Día 3	<input type="checkbox"/> Éxodo 11	Día 3	<input type="checkbox"/> Marcos 1-3
Día 4	<input type="checkbox"/> Éxodo 12	Día 4	<input type="checkbox"/> Lucas 1
Día 5	<input type="checkbox"/> Éxodo 13-14	Día 5	<input type="checkbox"/> Mateo 26:6-13
Semana 4		Semana 4	
Día 1	<input type="checkbox"/> Rut 1-2	Día 1	<input type="checkbox"/> Marcos 14:1-9
Día 2	<input type="checkbox"/> Rut 3-4	Día 2	<input type="checkbox"/> Lucas 7:36-50
Día 3	<input type="checkbox"/> 1 Samuel 1	Día 3	<input type="checkbox"/> Juan 12:1-8
Día 4	<input type="checkbox"/> 1 Samuel 2-3	Día 4	<input type="checkbox"/> Mateo 26
Día 5	<input type="checkbox"/> 1 Samuel 7	Día 5	<input type="checkbox"/> Juan 10
Semana 5		Semana 5	
Día 1	<input type="checkbox"/> 1 Samuel 9-10	Día 1	<input type="checkbox"/> Juan 13
Día 2	<input type="checkbox"/> 1 Samuel 15-16	Día 2	<input type="checkbox"/> Juan 18
Día 3	<input type="checkbox"/> 1 Samuel 17-18	Día 3	<input type="checkbox"/> Juan 19
Día 4	<input type="checkbox"/> 1 Samuel 19-20	Día 4	<input type="checkbox"/> Juan 20-21
Día 5	<input type="checkbox"/> 1 Samuel 21-23	Día 5	<input type="checkbox"/> Hechos 1-2
Semana 6		Semana 6	
Día 1	<input type="checkbox"/> 1 Samuel 24,26	Día 1	<input type="checkbox"/> Hechos 4,8
Día 2	<input type="checkbox"/> 1 Samuel 31	Día 2	<input type="checkbox"/> Hechos 9-10
Día 3	<input type="checkbox"/> 2 Samuel 1	Día 3	<input type="checkbox"/> Hechos 13,15-16
Día 4	<input type="checkbox"/> 2 Samuel 2-3	Día 4	<input type="checkbox"/> Hechos 19,21
Día 5	<input type="checkbox"/> 2 Samuel 4-5	Día 5	<input type="checkbox"/> Hechos 27-28



DISCIPLINAS ESPIRITUALES

APÉNDICE F TIPOS DE AYUNO

Cinco tipos de ayuno

1. El ayuno completo consiste en prescindir de los alimentos durante un periodo determinado.
 - «Entonces los israelitas, con todo el pueblo, subieron a Betel, y allí se sentaron y lloraron en presencia del SEÑOR. Ayunaron aquel día hasta el anochecer y presentaron al SEÑOR holocaustos y sacrificios de comunión» (Jueces 20:26 NVI).
 - Los ayunos bíblicos se celebraban durante tres días, una semana, un mes e incluso cuarenta días.
2. El ayuno absoluto estar sin alimentos ni agua y debe ser corto.
 - El ayuno de cuarenta días de Moisés mataría a cualquiera sin una intervención sobrenatural. Asegúrese de poner a prueba el espíritu que trata de convencerlo de un ayuno de cuarenta días sin agua, porque de manera natural es físicamente imposible.
3. El ayuno selectivo incluye la omisión de ciertos alimentos durante un periodo de tiempo determinado.
 - Juan el Bautista y Daniel con sus tres amigos practicaron ayunos selectivos.
 - Los ayunos selectivos son ideales para las personas que tienen hipoglucemia u otros problemas o necesidades de salud.

4. El ayuno parcial consiste en evitar periódicamente todos o algunos alimentos.
 - Ejemplo: Uno puede elegir ayunar una determinada comida cada día durante un periodo de tiempo.
 - Un ayuno parcial podría ser un plan rotativo de ayuno. Por ejemplo: uno puede elegir ayunar durante un día determinado cada semana de manera indefinida.
5. El ayuno del alma se basa en un «tema» de su vida o en una situación específica.
 - Puede tratarse de ayunar algo que no sea comida para recordar lo que debe atemperar o eliminar de su vida o situación.
 - Ejemplos: redes sociales, dispositivos electrónicos, dormir hasta tarde, la televisión, etc.

Los abusos del ayuno

1. Algunos separaban la práctica formal de la devoción interna a Dios y el arrepentimiento de pecado, lo cual se supone que debía representar (Isaías 58:5; Joel 2:13).
2. El ayuno se practicaba a veces para cubrir otros motivos y/o prácticas pecaminosas (1 Reyes 21:9-13; Isaías 58:1-4).
3. Otros ayunaban por razones económicas más que espirituales o ministeriales (Isaías 58:7).
4. Algunos hipócritas ayunaban por las apariencias y no como un acto genuino de adoración a Dios (Mateo 6:16).
5. El ayuno, probablemente por razones ascéticas, lo exigieron algunos falsos maestros en la iglesia del primer siglo (1 Timoteo 4:3).
6. Hoy en día, hay que evitar la tentación del ayuno para perder peso.
7. No ayunes para que Dios haga lo que tú quieres que Él haga.



Los ayunos en la Biblia

1. El ayuno del **discípulo**

- Ayunar para liberarse de las adicciones (Mateo 17:20-21, Marcos 9:28-29). Si ayunamos, podemos romper los pecados acosadores que limitan una vida de libertad en Cristo.

2. El ayuno de **Esdras**

- Ayunar para resolver problemas (Esdras 8:21-23). Si ayunamos con un propósito específico, podemos resolver un problema debilitante.

3. El ayuno de **Samuel**

- Ayunar para atraer a la gente al Señor (1 Samuel 7:1-8). Si ayunamos y oramos por un avivamiento, Dios se manifestará entre su pueblo.

4. El ayuno de **Elías**

- Ayunar para romper con los temores paralizantes y otros problemas mentales (1 Reyes 19:2-18). A través del ayuno, Dios nos mostrará cómo superar los hábitos emocionales y personales negativos.

5. El ayuno de la **viuda**

- Ayunar para proveer a los necesitados (1 Reyes 17:12). Cuando sacrificamos nuestras propias necesidades físicas, Dios nos permite centrarnos en las necesidades de los demás y satisfacerlas.

6. El ayuno del **apóstol Pablo**

- Ayunar por entendimiento y tomar decisiones (Hechos 9:9-19). Si ayunamos para someter nuestra voluntad a la de Dios, Él nos revelará su voluntad.

7. El ayuno de **Daniel**

- Ayunar por la salud y la sanidad física (Daniel 1:12-20). Cuando ayunamos por el bienestar físico, Dios tocará nuestro cuerpo y enriquecerá nuestra alma.



8. El ayuno de **Juan el Bautista**

- Ayunar para tener un testimonio influyente (Mateo 3:4; Lucas 1:15). Si ayunamos para que nuestros testimonios sean influyentes, Dios nos usará.

9. El ayuno de **Ester**

- Ayunar por protección contra el maligno (Ester 4:16). Si ayunamos por protección y liberación de Satanás y sus planes, Dios nos librará del mal

El Texto Bíblico ha sido tomado de la versión Reina-Valera © 1960 Sociedades Bíblicas en América Latina; © renovado 1988 Sociedades Bíblicas Unidas. Utilizado con permiso.

Las citas bíblicas son de la Santa Biblia, NUEVA VERSIÓN INTERNACIONAL® NVI® © 1999, 2015 por Biblica, Inc.* Usado con permiso de Biblica, Inc.* Reservados todos los derechos en todo el mundo.

El texto bíblico indicado con «NTV» ha sido tomado de la Santa Biblia, Nueva Traducción Viviente, © Tyndale House Foundation, 2010. Usado con permiso de Tyndale House Publishers, Inc., 351 Executive Dr., Carol Stream, IL 60188, Estados Unidos de América. Todos los derechos reservados.



APÉNDICE G

PASOS PARA UN AYUNO EFICAZ

La manera en que comience y lleve a cabo su ayuno influirá en gran medida en su experiencia y resultados. Al seguir estos siete pasos básicos para ayunar, hará que su tiempo con el Señor sea más significativo y espiritualmente gratificante. Acostúmbrese a seguir estos siete pasos y a escribir sus objetivos y compromisos para cada paso cada vez que se prepare para ayunar.

Paso 1: Establezca su **objetivo**.

Este es el momento para establecer sus objetivos para el tiempo que usted estará en ayunas. Un ejemplo podría ser: Para este ayuno, tengo como objetivo acercarme más a mi Padre Celestial o estoy creyendo que Dios hará un milagro en mi familia, etc.

Paso 2: **Comprométase.**

Para Jesús, la cuestión era cuándo ayunarían los creyentes, no si lo harían (Mateo 6:16-18; 9:14-15). Comprometerse con antelación lo ayudará a mantener su ayuno cuando el hambre física y las presiones de la vida lo tienten a abandonarlo. Antes de ayunar, decida lo siguiente por adelantado:

- ¿Cuánto tiempo ayunará (por ejemplo, una comida, un día, una semana, varias semanas, cuarenta días)? Los principiantes deben empezar poco a poco, hasta lograr ayunos más largos.

- ¿Qué tipo de ayuno le está indicando Dios que realice (p. ej.: ayuno completo, selectivo, parcial o del alma)? Determine y escriba los detalles de su ayuno. Identifique específicamente qué está ayunando y cómo será su ayuno cada día.
- ¿Qué actividades físicas o sociales restringirá?
- ¿Cuánto tiempo al día dedicará a la oración y a la Palabra de Dios?

Paso 3: Prepárese **espiritualmente**.

La base del ayuno y la oración es el arrepentimiento. El pecado no confesado puede obstaculizar sus oraciones. Aquí hay varias cosas que puede hacer para preparar su corazón:

- Recuerde que Dios es su Padre y lo ama y está con usted.
- Confiese cada pecado que el Espíritu Santo le recuerde y acepte el perdón de Dios (1 Juan 1:9).
- Pida perdón a todos los que haya ofendido y perdone a todos los que le hayan hecho daño (Marcos 11:25; Lucas 11:4; 17:3-4).
- Haga restitución según lo guíe el Espíritu Santo.
- Pídale a Dios que lo llene de su Espíritu Santo según su mandato en Efesios 5:18 y su promesa en 1 Juan 5:14-15.
- Entregue su vida enteramente a Jesucristo como Señor y Amo; rehúse obedecer a su naturaleza mundanal (Romanos 12:1-2).
- Medite en los atributos de Dios: su amor, soberanía, poder, sabiduría, fidelidad, gracia y compasión (Salmos 48:9-10; 103:1-8; 11-13).
- Comience su tiempo de ayuno y oración con un corazón expectante (Hebreos 11:6).
- No subestime la oposición espiritual. Satanás a veces intensifica la batalla natural entre el cuerpo y el espíritu (Gálatas 5:16-17).



Paso 4: Prepárese físicamente.

Comience eliminando ciertos alimentos para que su cuerpo esté preparado para el cambio en su dieta. Por ejemplo, si planea ayunar la cafeína o los azúcares, comience a disminuir la cantidad de bebidas con cafeína o dulces en su dieta con antelación para evitar dolores de cabeza y otros problemas cuando comience a ayunar. Además, informe a su cónyuge y/o a su familia sobre su ayuno y prepárelos para cualquier cambio que pueda hacer en sus comidas, horarios, etc.

Paso 5: Póngase un horario.

Escriba su plan de oración y lectura bíblica para la mañana, el mediodía y la noche.

Paso 6: Termine su ayuno gradualmente.

Si ayuna todos los alimentos o ciertos grupos de alimentos, especialmente si su ayuno es de larga duración, tenga cuidado de no volver a su dieta normal de golpe cuando termine el ayuno. Vuelva a introducir gradualmente diferentes tipos de alimentos en su dieta. Déle tiempo a su cuerpo para que se acostumbre a los alimentos que no ha comido durante algún tiempo.

Paso 7: Espere resultados.

Escriba lo que cree que Dios hará, revelará o le hablará durante su ayuno. Ore sobre estos siete pasos y su compromiso de ayunar. Crea que Dios hará lo que solo Él puede hacer.



APÉNDICE H HOJA DE TRABAJO DEL AYUNO EFECTIVO

Paso 1: Establezca su objetivo.

Paso 2: Comprométase.

Determine cuánto tiempo ayunará.

Determine el tipo de ayuno que Dios quiere que usted haga.

Determine qué actividades físicas o sociales restringirá.

Paso 3: Prepárese espiritualmente.

Tómese el tiempo necesario para orar con las Escrituras enumeradas anteriormente (**Apéndice G**) a fin de prepararse espiritualmente para el ayuno.

Paso 4: Prepárese físicamente.

Comience a eliminar ciertos alimentos, azúcares, cafeína, etc., para evitar los efectos secundarios de la abstinencia física. ¿Qué tiene que empezar a eliminar.

Paso 5: Póngase un horario.

Determine cuánto tiempo dedicará a la oración y a la lectura de la Palabra de Dios cada día. Cree un plan para la mañana, la tarde y la noche. ¿Cuándo dedicará un tiempo adicional a la oración y a la adoración?

Paso 6: Termine su ayuno gradualmente.



Paso 7: Espere resultados.

Tómese un tiempo antes de comenzar su ayuno para escribir sus objetivos y expectativas. ¿Qué es lo que está pidiendo y cree que Dios hará en su vida?



APÉNDICE I ESCALERA DE LA GENEROSIDAD

Cómo pasar al siguiente paso en la generosidad.

1. Identifique dónde se encuentra hoy.
2. Identifique dónde quisiera llegar.

La **escalera del dador** es su guía para tomar el siguiente paso en la manera que usted da.



Esta es la persona que se da cuenta de que, aunque el diezmo es el mínimo que pide la Biblia, Dios lo ha impulsado y capacitado para dar más para el reino.

Esta es la persona que ha visto la bendición que viene con el dar y está dispuesto a comprometerse a dar el diezmo, el 10 %, que la Escritura (Malaquías 3:10) pide a los creyentes.

Esta es la persona que está dispuesta a ser más intencional en sus donaciones, que ha hecho una evaluación y está decidida a comenzar a dar de manera consistente.

Esta es la persona que está lista para tomar el primer paso emocionante hacia la adoración y el crecimiento a través de la ofrenda.

Todo el mundo tiene la oportunidad de influir en el reino participando en la obra de Dios y viendo el crecimiento que se produce al dar.