

¿POR QUÉ AYUNAR?

Texto: Romanos 12:1–2

VERDAD CENTRAL

El ayuno no es para impresionar a otros ni para negociar con Dios por una respuesta.

No es manipulación ni una forma de torcerle el brazo a Dios.

El ayuno alinea nuestro corazón con la voluntad de Dios.

El ayuno mata los deseos de la carne y nos lleva a una rendición total a Cristo.

El ayuno se trata de arrepentimiento e intimidad, no de apariencia.

I. EL AYUNO ES ASUMIDO, NO ORDENADO

Mateo 9:14–15

Jesús dijo **“CUANDO ayunen”**, no **“SI ayunan.”**

- Los discípulos de Juan le preguntaron a Jesús por qué Sus discípulos no ayunaban.
- Jesús explicó que mientras el Esposo estaba presente, era tiempo de celebración.
- **Pero llegaría el día en que el Esposo sería quitado—y entonces ayunarían.**

 El ayuno es parte de la vida del creyente.

II. ¿CUÁL ES LA ACTITUD DE NUESTRO CORAZÓN CUANDO AYUNAMOS?

Actitud Correcta

- Corazón humilde
- Corazón rendido
- Corazón obediente

“Obedecer es mejor que sacrificar” — 1 Samuel 15:22

III. ACTITUD INCORRECTA AL AYUNAR

Lucas 18:10–14 — El fariseo y el publicano

- El fariseo ayunaba con orgullo.
- El publicano se presentó con humildad.
- El problema no fue el ayuno, sino **la actitud del corazón**.

 Dios responde a la humildad, no al orgullo religioso.

IV. AYUNAMOS POR NUESTRAS FAMILIAS

2 Crónicas 20

La Situación

- El rey Josafat recibió noticia de que **tres naciones** venían contra Judá:
 - Moab
 - Amón
 - Monte de Seir

La Respuesta del Rey y del Pueblo

1. **Buscaron al Señor por dirección (v.3)**
 2. **Ayunaron**
 3. **Oraron**
 4. **Se afirmaron en la Palabra de Dios**
- Todo el pueblo se presentó delante del Señor:
 - Hombres
 - Esposas
 - Hijos
 - Aun los más pequeños

El Resultado

- Dios habló.
 - Marcharon contra el enemigo con **alabanza y adoración**.
 - **El enemigo fue derrotado sin que Judá levantara una espada.**
-

V. CONCLUSIÓN

1. **El ayuno es asumido, no ordenado**
2. **El corazón importa más que el hambre**
 - Dios rechaza el ritual vacío
3. **El ayuno verdadero produce transformación**
 - Arrepentimiento
 - Compasión
 - Obediencia
 - Rendición

➡ Entonces experimentamos ANAZAO

Renovación y restauración

de nuestras familias, matrimonios y de nosotros mismos.

WHY FAST?

Text: Romans 12:1–2

CENTRAL TRUTH

Fasting is not about impressing others or bargaining with God for an answer.

It is not manipulation or an attempt to twist God's arm.

Fasting aligns our hearts with God's will.

Fasting kills fleshly desires and leads us into full surrender to Christ.

Fasting is about repentance and intimacy—not performance.

I. FASTING IS ASSUMED, NOT COMMANDED

Matthew 9:14–15

Jesus said **“WHEN you fast”**, not **“IF you fast.”**

- John's disciples asked Jesus why His disciples did not fast.
- Jesus explained that while the Bridegroom was present, it was a time of celebration.
- **But the day would come when the Bridegroom would be taken away—then they would fast.**

➡ Fasting is part of the believer's life.

II. WHAT IS OUR HEART ATTITUDE WHEN WE FAST?

Right Attitude

- A humble heart
- A surrendered heart
- An obedient heart

"To obey is better than sacrifice" — 1 Samuel 15:22

III. WRONG ATTITUDE WHEN FASTING

Luke 18:10–14 — The Pharisee and the Tax Collector

- The Pharisee fasted with pride.
- The tax collector approached God with humility.
- The issue was not fasting, but **the posture of the heart.**

➡ God responds to humility, not religious pride.

IV. FAST FOR OUR FAMILIES

2 Chronicles 20

The Situation

- King Jehoshaphat received word that **three nations** were coming against Judah:
 - Moab
 - Ammon
 - Mount Seir

The Response of the King and the People

1. **They sought the Lord for guidance (v.3)**
2. **They fasted**
3. **They prayed**
4. **They stood on the Word of God**

- All the people stood before the Lord:
 - Men
 - Wives
 - Children
 - Even the little ones

The Result

- God spoke.
 - They marched toward the enemy with **praise and worship**.
 - **The enemy was defeated without Judah lifting a sword.**
-

V. CONCLUSION

1. **Fasting is assumed, not commanded**
2. **The heart matters more than the hunger**
 - God rejects empty ritual

3. True fasting leads to transformation

- Repentance
- Compassion
- Obedience
- Surrender

 **Then we experience ANAZAO**

Renovation and restoration

of our **families, marriages, and ourselves.**