



TEMA



Una fórmula secreta

(Sugerimos contar esta historia el 11 de marzo – Mayordomía – Salud)

“Porque con el juicio con que juzgáis, seréis juzgados; y con la medida con que medís, seréis medidos”. Mateo 7:2

OBJETIVO:

Explicar qué es el ayuno y cuál es el objetivo de practicarlo.

RECURSOS UTILIZADOS:

Papel con la fórmula AYUNO + ORACIÓN = ENERGÍA O PODER. Lámpara que pueda conectarse a la energía eléctrica.

INTRODUCCIÓN:

¿Cuántos de ustedes ya oyeron hablar de ayuno? Y ¿cuántos saben lo que es ayunar? (Dar oportunidad para que los niños respondan). Puede parecer extraño pero ¿sabían que quedar sin comer por un determinado período, o sea, ayunar es algo bueno? Existen varios casos en la Biblia de personas que ayunaron cuando necesitaban una respuesta especial de Dios. El ayuno tiene un significado mayor que simplemente quedar un período sin comer. Es una elección que hacemos cuando queremos estar más cerca de Dios y dejar nuestra mente más abierta para entender lo que él tiene para decirnos. ¿Saben cuál es el resultado si juntamos ayuno y oración? Se los voy a mostrar al final de la historia. Ahora quiero hablarles un poco más sobre el ayuno.

HISTORIA:

Cuando Jesús estuvo en la Tierra tuvo que pasar por todo lo que nosotros pasamos. Nació como un bebé, fue un niño como ustedes, aprendió a leer y a escribir; fue a la iglesia... Pero cuando se hizo adulto Jesús tenía un trabajo especial que realizar. Como vino para salvarnos tenía que pasar por la muerte. Jesús sabía que esa sería una tarea difícil y que él solo conseguiría ir hasta el fin si estaba totalmente unido a Dios, el Padre. Saben, es más o menos como lo que sucede con esta lámpara, (conectar y desconectar, si es posible) solo funciona si está conectada a la corriente eléctrica. Este cable conduce la energía y hace que la lámpara funcione.

Jesús tenía que estar unido al Padre como esta lámpara a la corriente. ¿Y saben cómo recibía Jesús la energía que solo Dios podía dar? Por medio de la oración y el ayuno. Desde el inicio de su ministerio Jesús dedicaba tiempo a la oración y al ayuno. Se despertaba bien temprano e iba a conversar con su Padre por medio de la oración. Dios se comunicaba con Jesús y le daba las orientaciones de lo que debía hacer en ese día. Algunas veces Jesús dejaba de comer por algunos períodos o se alimentaba con cosas bien livianas para que su mente estuviera abierta para entender lo que Dios le decía. Cuando comemos sin parar o comemos demasiado nuestro estómago tiene que trabajar mucho más para digerir toda la comida. Eso quiere decir que necesitará sacar energía de otros lugares para poder realizar su trabajo. Y nuestro organismo queda cada vez más cansado, y nosotros también. ¿Notaron que cuando estamos con la barriguita muy llena no tenemos ganas de hacer nada y estamos con mucha pereza?

Tal vez ustedes piensen que todavía son muy pequeños y que ayunar es cosa para gente grande. Pero, algunas cosas aprendemos cuando somos pequeños. Ustedes no necesitan quedar un día entero sin comer, pero pueden experimentar estar un día o más sin comer dulces o saladitos, por ejemplo. O resolver comer más frutas y alimentos saludables. Notarán la diferencia y se sentirán mucho mejor.

LLAMADO:

Ahora quiero mostrarles el resultado de nuestra fórmula del comienzo. Vean aquí: AYUNO + ORACIÓN = ENERGÍA O PODER. Todas las personas que realizaron grandes cosas para Dios usaban esa fórmula en la vida. Que nosotros también aprendamos a buscar energía en la fuente correcta. Estamos alabando y sirviendo a Dios cuando cuidamos nuestra salud.