

CAPÍTULO 13: ORACIÓN Y AYUNO

Venía a la cafetería de la universidad todos los miércoles. Él también estuvo allí otros días. Después de todo, él era estudiante en la universidad, y usaba la cafetería con regularidad. Pero venía sobre todo el miércoles. Trajo consigo la Biblia, y se quedó las dos horas que estuvo abierta la cafetería para el almuerzo. Pasó el tiempo «testificando». Eso diría si alguien le preguntara por qué estaba allí: «Vengo el miércoles a testificar».

Iba de mesa en mesa, visitando a los distintos estudiantes. Se sentaba y miraba, como hipnotizado, el paso de los tenedores desde el plato hasta la boca, y decía:

«¡Esa comida sí que huele bien!».

Luego, se tomaba un momento para preguntar sobre la salud de cada persona en la mesa. ¡En todo momento, él nunca quitó los ojos de la comida! «Los espaguetis son mi comida favorita», decía, luego hacía una pausa, y luego continuaba con nostalgia: «Siempre sirven espaguetis los miércoles».

Al poco tiempo alguien seguramente preguntaría:

«¿Entonces por qué no estás comiendo?»

Su oportunidad de oro había llegado. Al instante vendría la respuesta. «Estoy en ayunas.»

«¿Entonces por qué estás aquí en la cafetería?»

«Aprovecho el tiempo que normalmente estaría comiendo, para venir y testificar».

«¿Cuánto tiempo llevas ayunando?»

«Desde la cena de ayer.»

«¿Quieres decir que no has comido nada, desde ayer a esta hora?»

«Así es.»

«¿No te da hambre?»

«Sí, pero vale la pena. Ya sabes, nuestro Señor ayunó durante cuarenta días. Me gustaría hacer eso alguna vez. Hasta ahora he ayunado hasta tres días seguidos.»

«Nunca podría hacer eso. ¡Me daría demasiada hambre!»

Y así seguía la conversación, hasta que el interés de los sentados a la mesa viró hacia otros asuntos. Luego, se disculpaba y se iba a otra mesa: «¡Esa comida sí que huele bien!»

Era un cristiano nuevo, recién llegado de la jungla de asfalto. Quizás aún no había tenido tiempo de leer las palabras de Jesús:

«Cuando ayunéis, no seáis austeros, como los hipócritas; porque ellos demudan sus rostros para mostrar a los hombres que ayunan; de cierto os digo que ya tienen su recompensa. Pero

tú, cuando ayunes, unge tu cabeza y lava tu rostro, para no mostrar a los hombres que ayunas, sino a tu Padre que está en secreto; y tu Padre que ve en lo secreto te recompensará en público.» (Mateo 6:16-18).

Los más devotos de los fariseos, en la época de Cristo, ayunaban dos veces por semana. El ayuno era popular en aquellos días, quizás más que en la sociedad actual. ¡Hoy hacemos dieta! ¡Y hoy salimos a correr! Se podrían aplicar los mismos principios, ¿no crees? ¿O sería eso ir demasiado lejos?

Jesús advirtió contra hacer cualquiera de nuestras buenas obras para ser vistos por los hombres (ver Mateo 23:5).

Pero la Biblia habla a menudo del ayuno, normalmente en relación con una oración especial. Ester y sus amigas ayunaron durante tres días, antes de acercarse al rey con el problema de Amán (ver Ester 4:15, 16). Josafat proclamó un ayuno cuando el enemigo se acercó (ver 2 Crónicas 20:1-3). Daniel ayunó durante tres semanas mientras buscaba ayuda especial para comprender la visión que le habían dado (ver Daniel 10:1-3). Moisés, Elías, y Jesús ayunaron cada uno durante cuarenta días, ¡y Moisés lo hizo dos veces! Sin embargo, la visión de «Patriarcas y Profetas» indica que, al menos para Moisés, hubo un sustento sobrenatural del cielo que lo elevó por encima de las necesidades de la vida normal. Entonces, este ayuno fue diferente del de Jesús, quien experimentó la debilidad y el hambre, que normalmente acompañan a la falta de comida.

Sería bueno recordarnos desde el principio que el ayuno de Jesús, durante sus cuarenta días en el desierto, tenía como objetivo ser únicamente para Él. No estamos llamados a seguir su ejemplo. Su ayuno fue nuestro sustituto (ver Consejos sobre la dieta y los alimentos, página 189).

RAZONES EQUIVOCADAS PARA AYUNAR

Dado que comenzamos este tema con una nota un tanto negativa, continuemos en esa línea el tiempo suficiente, para notar tres razones equivocadas para ayunar.

El ayuno no tiene como objetivo lucirse. Ya leímos el texto sobre esto en el Sermón del Monte. El problema del ayuno que practicaban los fariseos era que lo hacían para ser vistos. El ayuno nunca tuvo como objetivo ser utilizado como un medio para llamar la atención sobre uno mismo.

El ayuno no es un acto de mérito. No hay ningún mérito en el ayuno. No nos ganamos el favor ni la misericordia de Dios ayunando. Los judíos habían perdido de vista la gracia gratuita de Dios y, por lo tanto, habían llegado a creer que el ayuno los recomendaría de alguna manera ante Dios. «El ayuno era practicado por los judíos como un acto de mérito» (El Deseado de todas las gentes, página 276).

El ayuno no tiene como objetivo impresionar a Dios. El ayuno no es una especie de huelga de hambre celestial, mediante la cual obligamos a Dios a arrinconarse, negándonos a comer. No hay nada que podamos hacer para que Dios esté dispuesto a responder nuestras oraciones. Él ya está dispuesto. No necesita nuestro ayuno, ni nuestra penitencia, ni nuestro descanso sobre algún lecho de púas. Cualquier valor que tenga el ayuno es para nosotros, no para Él. Nosotros somos los que seremos cambiados. Nuestros ayunos y nuestras oraciones

no tienen el propósito de cambiar a Dios.

RAZONES CORRECTAS PARA AYUNAR

Sin embargo, el ayuno es legítimo cuando se hace de la manera correcta, y por la razón correcta. «Hay tiempos por delante que probarán las almas de los hombres, y será necesario estar alerta y realizar el tipo correcto de ayuno» (Ellen G. White, Comentario Bíblico Adventista, tomo 5, página 1086).

El ayuno puede promover una mejor salud física. Ésta es una razón práctica para ayunar. En algunas condiciones físicas, el ayuno promueve la curación. Si necesitas ayunar por motivos de salud, ciertamente es legítimo. Si deseas estudiar esto más, lee «El Ministerio de Curación», página 235.

El ayuno puede dar una mente clara. ¡El ayuno puede causarte tal dolor de cabeza, de tal forma que no puedas pensar en absoluto! Sin embargo, hay ocasiones en las que podrás pensar con mayor claridad si te abstienes de comer. Para aquellos de nosotros que sufrimos dolores de cabeza, existe más de un método para ayunar, como lo notaremos en unos minutos. Cuando Jesús fue al desierto para ayunar, su propósito era pasar tiempo considerando su misión y comunicándose con su Padre, mientras se preparaba para asumir los deberes del ministerio público. Daniel ayunó durante tres semanas para comprender la visión que le habían dado. Hablando de los primeros días del mensaje de Adviento, Elena de White hace este comentario: «A menudo ayunábamos para estar mejor preparados para comprender la verdad» (Consejos sobre el régimen alimentario y los alimentos, página 187).

El ayuno es aceptable cuando no puedes evitar ayunar. Quizás hayas experimentado este tipo de ayuno. Hay ocasiones en las que es más fácil ayunar que no ayunar.

¿Alguna vez te has enfrentado a una gran crisis en la que la presión era tan intensa, que simplemente no tenías ganas de comer? ¡Quizás incluso te olvidaste de comer! Este tipo de ayuno no es algo que planees hacer. No es algo que haces porque alguien te lo recomendó. Sucede espontáneamente, debido a tu gran necesidad. Así que hay razones correctas para ayunar, así como razones incorrectas. El ayuno y la oración, por las razones correctas, pueden ser una verdadera bendición. El ayuno y la oración, por motivos equivocados, no valen la pena.

¿QUÉ ES EL AYUNO?

Esto puede parecer bastante elemental, pero tomemos unos pocos párrafos para considerar los distintos métodos de ayuno. Hay más tipos de ayuno que la simple abstinencia. ¡Algunos de nosotros, que somos propensos a sufrir dolores de cabeza, nos alegramos de este hecho! Daniel 10 da un ejemplo. Daniel no estuvo sin comer durante tres semanas. Él «no comió manjar delicioso, ni carne, ni vino» (Daniel 10:3). Elena de White sugiere:

«Ellos (el pueblo de Dios) deben reservar días para el ayuno y la oración. Puede que no sea necesaria una abstinencia de alimentos, pero deben comer con moderación los alimentos más sencillos» (Consejos sobre el régimen alimentario y los alimentos, páginas 188 y 189).

Otra idea dada en las mismas páginas es que los ayunos cortos pueden ser beneficiosos, uno

o dos días, o incluso una comida o dos. Dios es razonable. Aquel que creó nuestros cuerpos, sabe acerca de nuestra necesidad de alimento y agua. La premisa principal del ayuno es que siempre debe ser la excepción y no la regla. El ayuno es para momentos de necesidad especial. No pretende ser una forma de vida. En los ejemplos dados en las Escrituras, los ayunos mayores eran principalmente una experiencia que ocurre una vez en la vida. No eran una parte normal de la vida.

Es interesante notar que el ayuno puede incluir otras cuestiones además de la comida y la bebida:

«La Palabra de Dios no se comprende a medias. Si cada uno proclamara un ayuno para su propia alma, estudiara la Palabra de Dios con ferviente oración, y leyera sólo aquellos libros que le ayudaran a obtener un conocimiento más claro de la Palabra, el pueblo de Dios tendría mucha más salud y fortaleza espiritual, mucho más conocimiento y comprensión espiritual del que ahora revelan. Necesitamos buscar a Dios para encontrarlo valioso para nuestras almas. Necesitamos mantenerlo como nuestro huésped y compañero permanente, sin separarnos nunca de Él» (Cada Día Con Dios, página 150).

ESTE GÉNERO NO SALE SINO CON ORACIÓN Y AYUNO.

Esto nos lleva al pie del Monte de la Transfiguración, con los nueve discípulos que esperaban el regreso de Jesús. Recuerdas la historia. A los discípulos se les había dado poder sobre los espíritus inmundos, y se regocijaban de que incluso los demonios estuvieran sujetos a ellos (ver Lucas 10:17). Cuando este padre trajo a su hijo y le pidió que lo sanara, ¡los discípulos estaban listos para hacer el trabajo! Nadie quedó más sorprendido que ellos por su falta de éxito.

Se sintieron aliviados, además de avergonzados, cuando Jesús regresó de su noche en la montaña, y se encargó del problema. Pero ellos no entendieron. Cuando la multitud se fue, le preguntaron: «¿Por qué no pudimos expulsar a éste?»

«Jesús respondió: «Este género sólo sale con oración y ayuno» (ver Marcos 9:29).

La gente a menudo ha llegado a la conclusión, basándose en esta historia, de que hay dos clases de demonios: los fáciles y los difíciles. Para los más fáciles, simplemente puedes decirles que se vayan, pero para los complicados, primero debes pasar algún tiempo en oración y ayuno, o no te obedecerán.

Pero esto no tiene sentido. En primer lugar, si eso fuera cierto, Jesús debería haberles dicho a los discípulos que pasaran el día en oración y ayuno, y pedirle al padre que volviera al día siguiente. Después de todo, ¿cómo iban a saber que ese día les iban a pedir que expulsaran un demonio? No podían ayunar todos los días, por si aparecía uno de los malos, ¿verdad?

En segundo lugar, hasta donde sabemos, Jesús mismo no había estado ayunando. Como era temprano en la mañana, probablemente aún no había desayunado, pero nada indica que hubiera estado ayunando antes de eso.

Entonces, ¿de qué estaba hablando Jesús?

El ayuno es una actitud, más que un ritual. El que ayuna por las razones correctas está diciendo:

Mi dependencia de Dios es más vital para mí, que incluso la comida y la bebida. Los discípulos no pudieron expulsar a este demonio, ni a ningún otro demonio, mientras dependieran de su propia fuerza. Jesús no estaba hablando de «los malos», cuando dijo: «este tipo sólo sale con oración y ayuno». ¡Cualquier clase sale sólo con oración y ayuno! Las fuerzas del mal más débiles son más fuertes que nosotros. Los más fuertes pueden ser vencidos en la fuerza de Jesús.

Los discípulos habían perdido de vista a Jesús. Habían pasado la noche refunfuñando porque los habían dejado atrás, al pie de la montaña, y sintiendo celos al pensar en lo que podrían perderse. ¡No había un solo demonio en todas las huestes de Satanás, al que hubieran podido vencer en esa condición!

Lo que nos lleva, una vez más, a la relación del día a día con Dios. Es a través de la comunión con Él, a través de la oración y el estudio de Su Palabra, que llegamos a depender de Su poder, en lugar del nuestro.

Una de las excusas más comunes que se dan para no pasar, día a día, tiempo a solas con Dios, es: «no tengo tiempo». ¿Pero tienes tiempo para comer? Si tienes tiempo para comer cada día, ¡entonces tienes tiempo para pasarlo con Dios, cada día! El problema no es la falta de tiempo, sino que es una cuestión de prioridades. Cuando decimos que no tenemos tiempo, lo que realmente queremos decir es: «No es tan importante para mí».

Para Jesús, nada era más importante que su comunión con su Padre. Él ganó fuerza a través del tiempo que pasó a solas con Dios, tal como debemos hacerlo nosotros. Él no tenía ninguna ventaja sobre nosotros, al depender del poder de Dios en lugar del suyo propio. Si sus discípulos hubieran pasado tiempo en oración y comunión con Dios durante esa noche, al pie de la montaña, habrían estado listos para sanar al niño endemoniado.

Tener una actitud de ayuno significa que tu tiempo privado con Dios es tan importante para ti, y está tan alto en tu lista de prioridades, que, si alguna vez estás tan presionado por el tiempo, de forma que tienes que elegir entre alimento físico y alimento espiritual, siempre elegirás el alimento espiritual. ¡Ese es el verdadero ayuno!