

## El ayuno que trae sanidad

En el fondo de nuestra casa se está librando una batalla sin igual. Nuestro enemigo es una plaga llamada *grillo topo*. ¿Escuchaste hablar de ellos? Son insectos masticadores que construyen galerías subterráneas. Comen todo lo que encuentran a su paso: tubérculos, hortalizas y plantas. Supimos de su ingrata presencia cuando nuestro césped amarillento se debilitaba cada vez más. El ‘señor google’ nos enseñó que con agua y jabón podríamos sacarlos de sus escondites. Así lo hicimos y gracias a la cooperación de los pájaros los estamos controlando. Pero no cualquier pájaro. Existe uno que es especialista en este tipo de trabajo: el *pitohué*, también conocido como *benteveo* o *bichofeo*. Estos pájaros, que no son bichos ni son feos son muy hábiles para atrapar en pleno vuelo a los grillos que salen de sus cuevas. Desde lo alto del muro observan cuidadosamente el trabajo que hacemos. Apenas uno de estos insectos asoma su cabeza ellos se lanzan a gran velocidad sobre la presa. Con este aliado en especial hemos logrado diezmar a ‘nuestro enemigo’, pero estamos lejos de erradicarlo totalmente. Sabemos que están porque ellos mismos delatan su presencia. Después de una lluvia aparecen pequeños montículos de tierra esparcidos por todo el jardín. El ojo entrenado nos permite saber que no son hormigueros aunque se parecen mucho. Tenemos la certeza de que el asunto es grave porque hace algunos días me tomé el trabajo de echarle agua enjabonada encima de cada casita esperando que los grillos salieran de sus escondites. La sorpresa fue grande cuando observamos que solo los más pequeños se dejaban ver. Son ellos, los más jóvenes, los que excavan sacando la tierra a la superficie. Pero su descuido pone en evidencia la inmensa familia que los acompaña. Confirmamos nuestra teoría la semana pasada. Cansado de echarle agua a cada agujerito que veía le arrojamos varios baldes de una sola vez. Inundamos todas las casitas de una zona. Y ¿sabes que sucedió? Empezaron a salir decenas de grillos topos gigantes. Si no fuera porque los más pequeños delataron su presencia, arrojando tierra a la superficie, nunca hubiéramos sabido que nuestro patio estaba repleto todavía de estos insectos malvados.

Esta experiencia nos enseñó una gran lección. Nuestro interior, la parte invisible de nuestro ser es un mundo desconocido propenso a ser habitado por una peligrosa plaga que succiona nuestra energía, debilitándonos espiritualmente. Trabaja a escondidas, debajo de la superficie igual que los grillos topos. Destruye sigilosamente. Tiene el poder de atrofiar nuestra relación con Dios apagándonos espiritualmente, pero de a poco. Esta plaga tiene nombre: se llama *pecado*. Ahora bien, no es fácil identificar al enemigo que llevamos dentro y tampoco es fácil sacarlo del escondite en el que está. Una de las herramientas más efectivas para limpiar nuestro interior es el ayuno. El ayuno cumple la función del detergente, saca a la superficie la plaga. **Los pecados más escondidos y los más asquerosos salen a la luz con el ayuno.** El ayuno es el remedio bíblico para terminar con la tiranía del pecado. La experiencia nos enseña que algunos pecados son difíciles de eliminar, como los que se relacionan con la sexualidad. Las adicciones y los sentimientos o la atracción homosexual no se rompen fácilmente. Lo mismo sucede con los pecados que se desprenden del ocultismo. La depresión y el espíritu de suicidio es otro caso y también lo es el enojo, la ira y la ofensa. Las personas con este tipo de problemas intentan desprenderse de esas cosas pero no tienen éxito porque luchan con recursos inadecuados. **¡Sin oración y ayuno hay batallas espirituales que no se ganan!** Pero entiéndase bien. El ayuno por sí solo no te dará la victoria. El ayuno te ayudará a reconocer lo que está mal en tu vida, sacará el pecado a la superficie, pero luego tú debes deshacerte de él con la confesión

y el arrepentimiento. ¿Recuerdas a Jonás? Dios lo envió a Nínive con un mensaje de juicio, Jonás 3:4. La nación entera iba a ser destruida pero no lo fue porque el rey ordenó un día de ayuno nacional, Jonás 3:7. Fueron perdonados no porque ayunaran sino porque se arrepintieron de sus malos caminos, Jonás 3:10. Pero el ayuno fue indispensable en ese proceso. ¿Quieres ser libre de un pecado confuso o una debilidad crónica? ¿Deseas acabar con la ira, el enojo y el mal temperamento? ¿Anhelas terminar con el reinado del pecado sexual? Prueba con el ayuno y la oración. Pelea con las indestructibles armas del Dios todopoderoso y verás la victoria.

El creyente es el canal por donde Dios manifiesta su amor a este mundo. Pero a menudo el canal se ensucia, se bloquea y la gracia de Dios deja de fluir. En ese caso tenemos que limpiar el canal. ¿Cómo? Con ayuno. **El ayuno es la herramienta más eficaz en el proceso de purificación.** Si la unción no fluye libremente en nuestra vida o ministerio es tiempo de practicar el ayuno de pureza. El ayuno mortifica la carne y le recuerda a nuestro “ego” que Dios es el jefe y que Él está a cargo en nuestra vida. El ayuno nos hace humildes, condición esencial para recibir la bendición de Dios: **“Dios... derrama extraordinariamente bendiciones sobre los humildes”**, 1ª Pedro 5:5 (NT-BAD). **“Bendeciré a los que tienen un corazón humilde y arrepentido...”**, Isaías 66:2 (NTV). **“Dios... nos ofrece fortaleza para resistir nuestros más perversos anhelos... da fuerzas al humilde...”**, Santiago 4:6 (NT-BAD). El ayuno de pureza era una disciplina espiritual practicada por muchos hombres de Dios en la Biblia. Daniel es un ejemplo: **“... Dios escuchó tu oración desde el primer día en que decidiste... humillarte con ayuno...”**, Daniel 10:12 (PDT). Esdras dijo: **“... Les anuncié a todos que debíamos ayunar para humillarnos ante Dios y así poder pedirle que nos concediera un viaje seguro...”**, Esdras 8:21 (PDT). Y qué decir de David: **“... Mortifico mi alma con ayuno”**, Salmo 69:10 (CJ). **“... Humillaba mi alma con el ayuno”**, Salmo 35:13 (ORO). Ahora bien, no seamos ilusos. Ayunar es un buen comienzo pero no será suficiente para despegar la mugre de nuestros corazones acumulada por años. Los grandes hombres de Dios hacen del ayuno un estilo de vida. “El ayuno es una herramienta utilizada por líderes triunfadores. Los vencedores ayunan, los perdedores no”, Mahesh Chavda. David dijo: **“De tanto ayuno flaquean mis rodillas, y mi cuerpo, sin grasa, ha enflaquecido... estoy reducido a piel y hueso”**, Salmo 109:24 (BLA y NTV). **El ayuno libera nuevos niveles de unción en nuestras vidas y ministerios.** Es una disciplina que nos equipa para andar en poder y autoridad, purificando nuestro interior para llevar más grandes niveles de su gloria. ¿Duele mucho santificar un día de ayuno por semana para mantener limpio el canal por donde Dios manifiesta su gracia? Tan solo imagina lo que podría suceder si lo hiciéramos. ¡Qué ungidos seríamos!

No olvidemos que el motivo principal del ayuno ordenado por Dios era la humillación. **“... Humillarán sus almas... serán limpios de todos sus pecados...”**, Levítico 16:29-30 (NBLH). El proceso de purificación comienza con el ayuno que produce humildad. La humildad promueve santidad y, la santidad atrae la presencia y la bendición de Dios: **“Si se humillare mi pueblo, sobre el cual mi nombre es invocado, y oraren, y buscaren mi rostro, y se convirtieren de sus malos caminos; entonces yo oiré desde los cielos, y perdonaré sus pecados, y sanaré su tierra”**, 2º Crónicas 7:14. Observa la secuencia: **“Si se humillare mi pueblo... yo oiré desde los cielos...”**. ¿Lo ves? **¡La humildad precede a la bendición!** Ahora bien, humillarse no significa caminar por la calle con ropas viejas golpeándonos el pecho diciendo “soy humilde”. La humillación bíblica es a través del ayuno descrito por David en

los Salmos. Dios espera que nos humillemos mediante el ayuno para limpiar el canal por donde fluye su gracia. Un ayuno de pureza y arrepentimiento que transforme nuestra vida en un instrumento poderoso en las manos de Dios. **Existe una extraordinaria liberación de poder cuando fusionamos la oración con el ayuno de pureza. ¡Pruébalo y lo verás!**

Es muy común ver creyentes por donde ya no fluye la unción y el poder de Dios. Son solo una sombra de lo que eran. El fuego se apagó, la luz se extinguió. Ya no sirven con la misma pasión y fuerza espiritual. La luz que tienen es tan débil que ya no alumbran el camino de nadie. Sus ministerios palidecen bajo la inercia del activismo sin frutos y sin poder. La gracia, la unción y el poder de Dios ya no fluyen libremente a través de sus vidas. ¿Qué pasó? El canal se bloqueó. Ciertas licencias y pequeños descuidos en las disciplinas espirituales fueron estrechando el canal. Hay que desbloquearlo para que la unción y el poder de Dios vuelvan a fluir con intensidad. Y para eso hay que volver a las disciplinas esenciales del retiro, la oración y el ayuno. Recuérdalo: ¡sin el ayuno de pureza el canal no se desbloquea y la unción no vuelve!

Una reflexión final. No todas las personas están dispuestas a pagar el precio de erradicar de su casa la plaga que come sus plantitas. Lo mismo sucede con la vida espiritual. Muchos están cómodos conviviendo con aquellas cosas no resueltas en su corazón. Se sienten bien con su vida espiritual. Pero también es cierto que existe un remanente que no está conforme con el nivel espiritual que ha alcanzado. Esas personas quieren más unción, más poder y mayor gracia corriendo a través de ellas. Están deseosas de tener una comunión más íntima con Dios y ser más efectivas en el ministerio que tienen. A esas personas está destinada esta revelación bíblica. ¡Quiera Dios que el ayuno de pureza les ayude en ese noble propósito!