

SEGADORES
GUIA *RETO 21*

GUIA RETO 21

"Pero este género no sale sino con oración y ayuno" (Mateo 17:21) Reina Valera 1960 (RVR 1960)

"En aquellos días yo Daniel estuve afligido por espacio de tres semanas. No comí manjar delicado, ni entré en mi boca carne ni vino, ni me ungué con ungüento, hasta que se cumplieron las tres semanas" (Daniel 10:2-3) Reina Valera 1960 (RVR 1960)

"Entonces me dijo: Daniel, no temas; porque desde el primer día que dispusiste tu corazón a entender y a humillarte en la presencia de tu Dios, fueron oídas tus palabras; y a causa de tus palabras yo he venido. Mas el príncipe del reino de Persia se me opuso durante veintidós días; pero he aquí Miguel, uno de los principales príncipes, vino para ayudarme..." (Daniel 10:12-13) Reina Valera 1960 (RVR 1960)

¿Qué es el Reto 21?

El Reto 21 es un periodo de consagración a Dios a través del ayuno y la oración. Durante tres semanas nos apartamos para tiempos de oración y practicamos algunas formas de abstinencia. (Alimentos, entretenimientos y prácticas habituales). El objetivo es para centrar nuestra atención en Dios, para provocar cambios y para establecer el reino de los cielos en nuestras vidas y en todo lugar.

Objetivos personales

Se recomienda a los participantes, establecer algún tipo de meta y objetivo individual para el Reto 21.

El Reto

La oración: Durante el Reto 21, vamos a enfocarnos en pasar tiempos de oración e intercesión todos los días a las 5 am en el Campus Este. Se recomienda también establecer un tiempo de oración privada en su habitación (Tendremos una guía de motivos de oración para cada día).

El ayuno: Se llevará a cabo de cualquiera de los tres tipos de ayuno a continuación:

- **Ayuno Parcial:** (De 5am-5pm)

Consiste en ingerir cualquier tipo de alimentos a partir de las 5:00pm

- **Ayuno Total:**

Sin ingerir ningún tipo de alimentos todo el día.

- **Ayuno de Líquidos:**

Sin ingerir alimentos, solo líquidos.

NOTA: Queda a discreción de los participantes, escoger el día que hará cualquiera de los tipos de ayuno mencionados. (Se estará proveyendo pasajes bíblicos recomendados para los tiempos de lectura privada)

Importante:

- Cuando el pueblo de Dios se consagra con una actitud de arrepentimiento, un espíritu humillado, y la motivación correcta (que es buscar el rostro de Dios y no sus bendiciones solamente), Dios oír nuestra oración y sanará nuestras vidas, nuestra iglesia y nuestra comunidad. "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" (2 Cron 7:14)
- El ayuno y la oración puede traer avivamiento, un cambio en la dirección en nuestra nación para el cumplimiento de la Gran Comisión.

1. ¿Porqué ayunar?

El ayuno es una disciplina espiritual presente tanto en el Antiguo como en el Nuevo Testamento.

- Moisés ayunó durante dos periodos de 40 días.
- Nuestro Señor Jesús ayunó 40 días e instruyó a sus discípulos a que ayunaran.
- El ayuno y la oración puede restaurar nuestro "primer amor" por el Señor y recuperar nuestra intimidad con Dios.
- El ayuno es una forma bíblica de humillarse ante la Presencia del Señor
- Esdras 8:21 "Y publiqué ayuno allí junto al río Ahava, para afligirnos delante de nuestro Dios, para solicitar de él camino derecho para nosotros, nuestros niños y para todos nuestros bienes"
- El ayuno permite al Espíritu Santo revelar la verdadera condición espiritual y guiarnos al quebrantamiento, al arrepentimiento y a una vida transformada.
- El Espíritu Santo vivificará la Palabra en tu corazón y su verdad se hará más relevante a tu vida. El ayuno transformará tu vida de oración y la convertirá en una experiencia más personal y llena de vida.

2. ¿Cómo Prepararse Espiritual y Físicamente?

Preparación Espiritual

En preparación para este tiempo especial con Dios, es necesario examinar nuestro Corazón para detectar cualquier pecado que no haya sido confesado.

- La Escritura establece que Dios requiere que la gente se arrepienta de sus pecados antes de que pueda escuchar su oración.
- Salmo 66:16-20 Venid, oíd todos los que teméis a Dios, Y contaré lo que ha hecho a mi alma. A él clamé con mi boca, Y fue exaltado con mi lengua. Si en mi corazón hubiese yo mirado a la iniquidad, El Señor no me habría escuchado. Mas ciertamente me escuchó Dios; Atendió a la voz de mi súplica. Bendito sea Dios, Que no echó de sí mi oración, ni de mí su misericordia.
- Confiesa no solo los pecados obvios, sino también los pecados de omisión. Estos son algunos ejemplos de haber descuidado nuestro primer amor: Una mente carnal o mundana, egocentrismo, indiferencia espiritual, falta de disposición para compartir tu fe con otras personas, no pasar suficiente tiempo en la Palabra de Dios y en oración, una mala relación con tu cónyuge, tus hijos, tu iglesia o tu pastor.

Preparación Física

Aunque el ayuno es esencialmente una disciplina espiritual, comienza en el plano físico. No debes de ayunar sin una debida preparación.

- Disminuir las porciones de comida unos días antes de comenzar un ayuno le indica a nuestra mente, estomago y apetito que debe de ajustarse a una menor cantidad.
- Algunos nutriólogos sugieren que se coman solamente frutas y verduras crudas los últimos dos días antes de comenzar el ayuno. También es recomendable disminuir gradualmente la cantidad de cafeína y azúcares unos días antes de comenzar el ayuno para poder sobrellevar mejor el malestar inicial que puede ocurrir en la etapa inicial del ayuno si se acostumbra ingerir regularmente grandes cantidades de de estas sustancias.

3. Como Manejar tu Agenda durante el Reto 21

El tipo de ayuno que debes realizar depende grandemente del tipo de ocupación que tienes.

- Si tu trabajo es muy intenso, debes de realizar solamente ayunos parciales, o limitar tu ayuno a los fines de semana.
- Físicamente, te puedes sentir más débil de lo normal. Durante los primeros días especialmente, puedes sentirte cansado e irritable.

4. Como Hacer que tu experiencia espiritual sea la mejor que puede ser

Compromiso Sólido

Para recibir el mejor beneficio de este Reto 21 se requiere de un compromiso sólido. El asignar un tiempo diario para estar con Dios es absolutamente crucial para crecer en intimidad con el Padre.

- Debes seguir buscando el rostro de Dios aun en los tiempos en que te sientas débil, vulnerable o irritable.
- Lee la Palabra y ora durante los tiempos usuales de comida.
- Medita en Dios cuando te despiertes en la noche y alábalo continuamente.

- Enfócate en tu Padre celestial y Él te dejará experimentar su Presencia.

Mantente Alerta

Al entrar en este tiempo de mayor devoción espiritual, reconoce que el enemigo hará todo lo posible por distraerte de tu tiempo con Dios.

- Cuando sientas que el enemigo trata de desanimarte, inmediatamente pídele a Dios que fortalezca tu determinación para enfrentar dificultades y tentaciones.
- El enemigo tratará de oponerse pues sabe que el ayuno es la más poderosa de las disciplinas espirituales y que Dios está por revelarte cosas especiales cuando esperas en Su Presencia. Satanás no quiere que crezcas en tu fe, y hará todo lo posible para generar problemas en tu familia o trabajo y hacerte irritable. Haz de la oración tu escudo durante estos ataques.

Enfoque Correcto

Mi razón principal para este Reto 21 es por avivamiento personal, avivamiento para nuestra nación y por el apasionado cumplimiento de la Gran Comisión en Segadores de vida. Pero orar por nuestras necesidades personales e interceder por las necesidades de otros son también razones importantes para ayunar y orar.

- Presenta tus peticiones delante del Señor, orando por tus seres queridos, tus amigos, tu iglesia, tu pastor, tu comunidad, tu nación y el mundo.
- Asimismo dedica suficiente tiempo también a adorar y alabar a Dios.
- El verdadero ayuno espiritual se enfoca en Dios. Concentra todo tu ser en Él, tus actitudes, tus acciones, tus motivaciones, deseos y palabras. Esto solo puede suceder si el Espíritu Santo es el centro de nuestra atención. Confiesa tus pecados a medida que Él los traiga a tu memoria y continúa enfocándote en Dios para que tus oraciones sean poderosas y eficaces.

Ten Animo

Una cercanía con Dios y mayor sensibilidad espiritual son generalmente los resultados del Reto 21. No te desanimes si no tienes una experiencia extraordinaria, como sucede a algunas personas. Algunos terminan su Reto con un sentir de cercanía con Dios como nunca antes lo habían experimentado; sin embargo, otros parecieran no sentir ninguna diferencia. Para ellos, ha sido un acto de adoración, y Dios honra ese compromiso. Tu motivación debe ser, de cualquier manera, glorificar a Dios, y no tener una experiencia emocional, o alcanzar satisfacción personal. Cuando tus motivaciones son correctas, Dios recompensará tu corazón hambriento y bendecirá tu tiempo con el de una forma especial.

EL VERDADERO AYUNO ISAIAS 58:4-8

- (V. 4) "He aquí, ayunáis para contiendas y riñas, y para herir con un puño malvado. No ayunéis como hoy, para que se oiga en lo alto vuestra voz.
- (V. 5) ¿Es ése el ayuno que yo escogí para que un día se humille el hombre? ¿Es acaso para que incline su cabeza como un junco, y para que se acueste en cilicio y ceniza?
- (V. 6) ¿Llamaréis a esto ayuno y día acepto al SEÑOR ¿No es éste el ayuno que yo escogí: desatar las ligaduras de impiedad, soltar las coyundas del yugo, dejar ir libres a los oprimidos, y romper todo yugo?
- (V. 7) ¿No es para que partas tu pan con el hambriento, y recibas en casa a los pobres sin hogar; para que cuando veas al desnudo lo cubras, y no te escondas de tu semejante?
- (V. 8) ¿Entonces tu luz despuntará como la aurora, y tu recuperación brotará con rapidez; delante de ti irá tu justicia; y la gloria del SEÑOR será tu retaguardia"

OBJETIVOS PERSONALES

A continuación escribe cual sería la meta que tienes para realizar este periodo de Reto 21: (Se especifico)
