

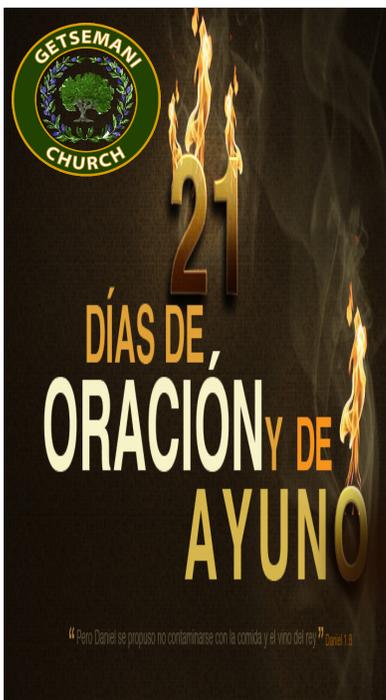
# Ayuno de sacrificio y acercamiento a Dios

+ IGLESIA  
GETSEMANI

21 Días De  
Acercamiento con  
Dios  
2017  
Enero 09 al 29



**NOTA:**  
Es de vital  
importancia y  
recomendamos  
que las  
personas,  
especialmente  
aquellas con  
problemas de  
salud,  
consulten a su  
médico antes de  
comenzar el  
ayuno de  
sacrificio.



## PROPOSITO del sacrificio

1. Estaremos buscando a Dios con intensidad, por lo que nos guardaremos en santidad, quitando de nosotros el enojo, la ira, gritería, chismes, murmuración, mentiras, etc.  
alimentos como el huevo, el queso y en general con los de origen animal.  
Por lo tanto es **NECESARIO...**
2. También se recuerda que durante el ayuno se trata de afligir la carne, por lo que sugerimos que cuidemos también las porciones y no exagerar con algunos
3. Orar, estudiar la biblia, leer detenidamente la biblia y abstenerse de todo aquella comida que no es permitada. **Asistir a TODOS los días de servicio.**

# Ayuno de sacrificio y acercamiento a Dios



## ALIMENTOS PERMITIDOS Y ALIMENTOS NO PERMITIDOS

### Alimentos Permitidos:

- ✓ **Frutas:** de todo tipo.
- ✓ **Verduras:** todo tipo.
- ✓ **Leguminosas:** frijoles, lentejas, garbanzo, etc.
- ✓ **Granos y Semillas:** Todo tipo, como maíz, trigo, avena, ajonjolí, nueces, cacahuate, almendra, semilla de girasol, arroz, soya, etc.
- ✓ **Bebidas:** Agua natural, agua de frutas, leche, te (sin cafeína)
- ✓ **Origen Animal:** leche, queso, yogurt, miel y pescado (no frito)



### Alimentos NO Permitidos:



- ✓ Carnes: Ningún tipo: Res, carnes rojas, puerco, pollo, aves.
- ✓ Mariscos\* (ver nota al final de este documento)
- ✓ Comida frita.
- ✓ Harina blanca y lo que se hace con ella.
- ✓ Pastas.
- ✓ Azúcar blanca.
- ✓ Comidas con alto contenido de grasa, mantequillas.
- ✓ Refrescos: Ningún tipo de bebida gaseosa, café o chocolate.
- ✓ Postres: Ningún tipo de postre, aunque sea galletas o pan dulce.

# Ayuno de sacrificio y acercamiento a Dios



## Nota importante:

**NOTA:** Las nueces, cacahuates, etc. Pueden consumirse siempre y cuando no estén procesados como los recubiertos, salados

**Recuerda En este tipo de ayuno, se trata quitar lo que es agradable y produce placer y dejar solo lo necesario para alimentar al cuerpo y tenga un correcto funcionamiento.**



# Ayuno de sacrificio y acercamiento a Dios

## Información que te ayudara a ser eficaz....

1. Cuando tome decisiones al crear recetas o elegir elementos de menú mantenga las directrices del ayuno en mente. Busca el consejo y la guía del Espíritu Santo y tomar buenas decisiones que se alinean con los límites del ayuno.

2. Les pedimos que durante el tiempo del ayuno nos abstengamos también de ver la TV. Para que en nuestra casa haya el correcto espíritu de ayuno. Y dediquemos mas a estar en relacion con Dios.

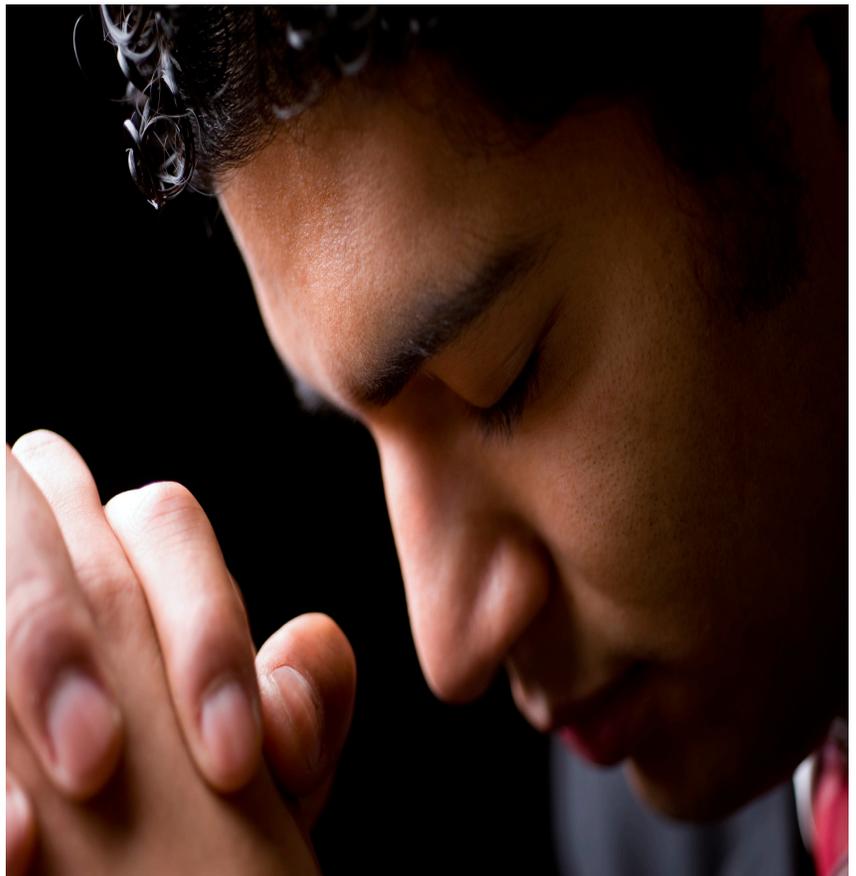
3. trate de no comer después de la 7:00 pm

4. Recomendamos que también los niños participen de este ayuno, pero dejamos a consideración de los padres la edad para hacerlo, aunque hemos visto que lo que se come es suficiente para mantenerlos con la alimentación correcta; trate de que sacrifiquen algo que les gusta... los juegos electronicos, algunos programas de TV.

5. Al iniciar el ayuno Acercamiento con Dios estos siguientes 21 días. Resultado espera tener una fe más fuerte, a la vez purificaras tu cuerpo y espíritu.

**6. Este es un modelo a seguir entendemos NO TODOS tienen la misma madurez espiritual. Por lo tanto puedes hacer el ayuno siguiendo lo único indicado por 3 semanas. Y consultar a tu Doctor primario para que te de direcciones si usted padece de alguna enfermedad.**

7. Propone en tu corazón no contaminarte... Dios no quiere tu sacrificio el quiero tu COMPROMISO.



## Algunas Citas Bíblicas del Antiguo Testamento

**Ester 4:16** " <sup>16</sup> «Ve y reúne a todos los judíos que están en Susa, para que ayunen por mí. Durante tres días no coman ni beban, ni de día ni de noche. Yo, por mi parte, ayunaré con mis doncellas al igual que ustedes.." [Jerusalén estaban a punto de ser destruidos por complete. Después de tres días de ayuno, la reina Ester fue capaz de ganar el favor del Rey y salvar a Jerusalén de extinción.](#)

**Nehemías 1:4** " <sup>4</sup> Al escuchar esto, me senté a llorar; hice duelo por algunos días, ayuné y oré al Dios del cielo." [Nehemías sintió aflicción por la destrucción de Jerusalén, y por su ayuno y suplica, el obtuvo delante de Dios para reconstruir las paredes de la ciudad.](#)

**Éxodos 34:28** " <sup>28</sup> Y Moisés se quedó en el monte, con el SEÑOR, cuarenta días y cuarenta noches, sin comer ni beber nada. Allí, en las tablas, escribió los términos del pacto, es decir, los diez mandamientos." [Uno de los momentos mas grandes en la historia humana fue procedido por 40 días de ayuno.](#)

**Joel 2:12, 15,16** «Ahora bien —afirma el SEÑOR—, vuélvanse a mí de todo \*corazón, con ayuno, llantos y lamentos... <sup>15</sup> proclamen el ayuno convoquen a una asamblea solemne... <sup>16</sup> Congreguen al pueblo, \*purifiquen la asamblea..." [El ayuno a menudo es asociado con nuevos comienzos y renovación.](#)

**Daniel 9:3** " <sup>3</sup> Entonces me puse a orar y a dirigir mis súplicas al Señor mi Dios. Además de orar, ayuné y me vestí de luto y me senté sobre cenizas." [Durante el ayuno y la suplica, Daniel recibió un visión en que el ángel Gabriel le revelo el final de la temporada del sufrimiento.](#)

**1 Samuel 7:6** " <sup>6</sup> Cuando los israelitas se reunieron en Mizpa, sacaron agua y la derramaron ante el SEÑOR. También ayunaron durante el día..." [A través de la oración y el ayuno el Señor liberto a Israel de la amenaza de un poderoso opresor.](#)

**Jueces 20:26** " <sup>26</sup> Entonces todo el ejército de Israel fue a Betel a llorar y a lamentarse ante el SEÑOR. Ese día la pasaron sin comer nada hasta la noche. Luego hicieron ofrendas y sacrificios para festejar al SEÑOR." [No fue hasta que Israel ayuno y dio sus ofrendas que sus derrotas cambiaron a victorias. Llorar por si solo no fue suficiente.](#)

**2 Crónicas 20:3** " <sup>3</sup> Josafat quedó aterrado con la noticia y le suplicó al SEÑOR que lo guiara. También ordenó a todos en Judá que ayunaran." [Una vez Judá había vuelto a Dios en ayuno y suplica, Dios derroto a sus enemigos.](#)

**Esdras 8:21,23** " <sup>21</sup> Allí, junto al canal de Ahava, di órdenes de que todos ayunáramos y nos humilláramos ante nuestro Dios. En oración le pedimos a Dios que nos diera un buen viaje y nos protegiera en el camino tanto a nosotros como a nuestros hijos y nuestros bienes..... <sup>23</sup> Así que ayunamos y oramos intensamente para que nuestro Dios nos cuidara, y él oyó nuestra oración."

[Después que Dios se aleja de Israel, después de muchos anos de pecado e idolatría de ellos, Esdras obtiene perdón y favor de Dios a través del ayuno y suplica.](#)

## Algunas Citas Bíblicas del Nuevo Testamento



**Marcos 9:29** " <sup>29</sup> Y les dijo: Este género con nada puede salir, sino con oración y ayuno." [Oración y ayuno están unidos aquí como en el Antiguo Testamento](#)

**Mateo 6:16-18** " <sup>16</sup> Y cuando ayunéis, no pongáis cara triste, como los hipócritas; porque ellos desfiguran<sup>[i]</sup> sus rostros para mostrar a los hombres que están ayunando. En verdad os digo *que ya* han recibido su recompensa. <sup>17</sup> Pero tú, cuando ayunes, unge tu cabeza y lava tu rostro, <sup>18</sup> para no hacer ver<sup>[i]</sup> a los hombres que ayunas, sino a tu Padre que está en secreto; y tu Padre, que ve en lo secreto, te recompensará." [Jesús dijo "CUANDO" tu ayunes no dijo "SI" ayunas.](#)

**Mateo 4:1** " Entonces Jesús fue llevado por el Espíritu al desierto para ser tentado por el diablo. <sup>2</sup> Y después de haber ayunado cuarenta días y cuarenta noches..."  
[Si Jesús ayuno, cuanto más nosotros debemos hacerlo.](#)

**Mateo 9:14-15** " <sup>14</sup> Entonces se le acercaron\* los discípulos de Juan, diciendo: ¿Por qué — nosotros y los fariseos ayunamos, pero tus discípulos no ayunan? <sup>15</sup> Y Jesús les — dijo: ¿Acaso los acompañantes del novio<sup>[k]</sup> pueden estar de luto mientras el novio está con ellos? Pero vendrán días cuando el novio les será<sup>[i]</sup> quitado, y entonces ayunarán." [Aquí prácticamente Jesús hace un mandato acerca del ayuno para que, ayunemos nosotros hasta que El regrese por su Iglesia.](#)

**Luca 2:37,38** "...Nunca se alejaba del templo, sirviendo noche y día con ayunos y oraciones. <sup>38</sup> Llegando ella en ese preciso momento<sup>[m]</sup>, daba gracias a Dios y hablaba del Niño a todos los que esperaban la redención de Jerusalén." [La oración y el ayuno son una vez mas unidos y dio a Ana el singular privilegio de reconocer al Mesías. El ayuno nos ayuda a reconocer a Dios.](#)

**Filipenses 3:18,19** "...hay muchos cuya conducta demuestra que son verdaderos enemigos de la cruz de Cristo. <sup>19</sup> Van camino a la destrucción. Su dios son sus propios apetitos, se jactan de cosas vergonzosas y sólo piensan en esta vida terrenal." [En este pasaje la glotonería está directamente vinculado como un enemigo de Cristo.](#)

**Hechos 13:2** " <sup>2</sup> Cierta día, mientras estos hombres adoraban al Señor y ayunaban, el Espíritu Santo dijo: «Consagren a Bernabé y a Saulo para el trabajo especial al cual los he llamado». <sup>3</sup> Así que, después de pasar más tiempo en ayuno y oración, les impusieron las manos y los enviaron." [No solo la Iglesia del Nuevo Testamento ayuno, al mismo el ministerio del Apóstol Pablo nació de un tiempo de ayuno.](#)

**Hechos 14:23** " <sup>23</sup> Pablo y Bernabé también nombraron ancianos en cada iglesia. Con oración y ayuno, encomendaron a los ancianos al cuidado del Señor, en quien habían puesto su confianza" [Una vez mas la Iglesia del Nuevo Testamento ayuno como lo haremos durante los próximos 21 días... TIEMPO DE CONQUISTA!!! Y acercamiento.](#)