



AYUNO
21 DÍAS
DE INFLUENCIA
CONECTADOS PARA IMPACTAR

Reto [#21 días] de Oración y Ayuno

Del 5 al 26 de Enero 2025

Únete a nosotros mientras buscamos intencionalmente a Dios en oración y creemos que Él se mueva de maneras poderosas. En este grupo podrás:

1. Compartir tus avances del ayuno
2. Leer historias de fe que fortalecerán tu vida
3. Orar con otras personas
4. Recibir mas herramientas durante los 21 días

¿Por qué ayunamos?

PARA MORIR A LOS DESEOS DE LA CARNE Y ALIMENTAR NUESTRO ESPÍRITU, PARA ACERCARNOS MÁS A DIOS Y ALEJARNOS DE NUESTRA CARNE.

- El ayuno es una practica espiritual de abstinencia voluntaria por una periodo de tiempo.
- Vivimos en una cultura de excesos no solo de comida de comodidad y conformismo.
- Para muchos de nosotros, los deseos de nuestro cuerpo ha llegado a ser un poder sobre nosotros.
- En la batalla con la carne hemos llegado a ser esclavos y no amos. Lo que no dominas termina por dominarte.

3 Metas Espirituales del Ayuno

1. **Renovar nuestra conexión con Dios:** Buscar Su dirección para el año, creciendo en intimidad y dependencia espiritual. (*Salmos 25:4-5*)
2. **Fortalecer nuestra identidad como influenciadores del Reino:** Pedir sabiduría y discernimiento para impactar positivamente a quienes nos rodean. (*Mateo 5:14-16*)
3. **Interceder por nuestra iglesia y nuestras comunidades:** Clamar por avivamiento, unidad y salvación para nuestras familias y ciudades. (*2 Crónicas 7:14*)

¿Cómo ayunamos?]

Existen diferentes tipos de ayunos. Nosotros recomendamos en considerar en oración el que sea mejor para ti :

AYUNO DE DANIEL

Dieta libre de carnes rojas, azúcares, harinas, alimentos procesados y químicos.

AYUNO PARCIAL

Abstenerse de ciertos alimentos en tu dieta diaria (Ej. 21 días sin refresco, 21 días sin pan, etc.)

AYUNO DE MEDIOS

Abstenerse de cierta tecnología por 21 días.

¿Qué hacer diariamente durante el ayuno?

Es importante que mantengas el enfoque en pocas cosas para tener éxito día con día.

Algunas actividades que puedes hacer:

1. **Tiempos de búsqueda.** Tiempo a solas o en grupo con Dios, utiliza estos días para practicar tiempos de adoración, oración o devocional personal.
2. **Fortalecer la comunión.** El ayuno no es sinónimo de aislamiento. Procurar la relación y comunión con otros a través de grupos de oración y devocionales.
3. **Mantener el enfoque.** No olvides el propósito. Usa la guía de motivos de oración. Toma un tiempo para despejar tus pensamientos y re enfocar el ayuno

21 Motivos de Oración con Versículos Bíblicos

Día 1: *Dios, purifica mi corazón para comenzar este tiempo con un espíritu dispuesto.*

- **Versículo:** "Crea en mí, oh Dios, un corazón limpio, y renueva un espíritu recto dentro de mí." (Salmos 51:10)

Día 2: *Señor, ayúdame a buscarte con todo mi corazón y hallar mi propósito en Ti.*

- **Versículo:** "Me buscarán y me encontrarán, cuando me busquen de todo corazón." (Jeremías 29:13)

Día 3: *Padre, hazme un instrumento de Tu paz y amor en mi comunidad.*

- **Versículo:** "Bienaventurados los pacificadores, porque ellos serán llamados hijos de Dios." (Mateo 5:9)



AYUNO
21 DÍAS
DE INFLUENCIA
CONECTADOS PARA IMPACTAR

Día 4: Señor, dame sabiduría para ser una influencia positiva en mi familia.

- **Versículo:** “El principio de la sabiduría es el temor del Señor.” (Proverbios 9:10)

Día 5: Dios, muéstrame cómo puedo ser luz en mi lugar de trabajo o estudio.

- **Versículo:** “Hagan brillar su luz delante de todos.” (Mateo 5:16)

Día 6: Señor, fortalece mi fe y confianza en Ti en este año.

- **Versículo:** “Porque vivimos por fe, no por vista.” (2 Corintios 5:7)

Día 7: Padre, sana y restaura las relaciones en mi vida que necesitan reconciliación.

- **Versículo:** “Soporten y perdonen mutuamente.” (Colosenses 3:13)

Día 8: Dios, intercedo por la salvación de mis seres queridos que aún no te conocen.

- **Versículo:** “Cree en el Señor Jesús, y serás salvo, tú y tu casa.” (Hechos 16:31)

Día 9: Señor, enséñame a depender de Ti y no de mis propias fuerzas.

- **Versículo:** “No con ejército, ni con fuerza, sino con mi Espíritu.” (Zacarías 4:6)

Día 10: Dios, bendice a los líderes y pastores de nuestra iglesia.

- **Versículo:** “Apacentad la grey de Dios que está entre ustedes.” (1 Pedro 5:2)

Día 11: Padre, despierta en nosotros un espíritu generoso para bendecir a otros.

- **Versículo:** “Dios ama al dador alegre.” (2 Corintios 9:7)

Día 12: Señor, ayúdanos a ser una iglesia unida en visión y propósito.

- **Versículo:** “Para que todos sean uno, así como Tú, Padre, estás en mí.” (Juan 17:21)

Día 13: Dios, renueva nuestra pasión por evangelizar y compartir tu mensaje.

- **Versículo:** “Vayan y hagan discípulos de todas las naciones.” (Mateo 28:19)

Día 14: Padre, guíanos a ser buenos administradores de los recursos que nos das.



AYUNO
21 DÍAS
DE INFLUENCIA
CONECTADOS PARA IMPACTAR

- **Versículo:** *“Todo lo que hagan, háganlo como para el Señor.”* (Colosenses 3:23)

Día 15: Señor, protege y bendice a nuestros niños y jóvenes.

- **Versículo:** *“Instruye al niño en su camino.”* (Proverbios 22:6)

Día 16: Dios, abre puertas para alcanzar nuevas personas y comunidades.

- **Versículo:** *“La mies es mucha, pero los obreros son pocos.”* (Mateo 9:37)

Día 17: Señor, ayúdame a vivir con excelencia en todo lo que hago.

- **Versículo:** *“Por tanto, sean perfectos, como su Padre celestial es perfecto.”*
(Mateo 5:48)

Día 18: Padre, fortalécenos en las pruebas y dificultades.

- **Versículo:** *“Todo lo puedo en Cristo que me fortalece.”* (Filipenses 4:13)

Día 19: Dios, enséñanos a escuchar Tu voz claramente.

- **Versículo:** *“Mis ovejas oyen mi voz; yo las conozco y ellas me siguen.”* (Juan 10:27)

Día 20: Señor, ayúdanos a amar a los demás como Tú nos amas.

- **Versículo:** *“Ama a tu prójimo como a ti mismo.”* (Marcos 12:31)

Día 21: Padre, llénanos de Tu Espíritu para vivir un año de influencia y propósito.

- **Versículo:** *“Pero recibirán poder cuando el Espíritu Santo venga sobre ustedes.”*
(Hechos 1:8)