

## Personajes bíblicos que ayunaron

A través de la Biblia vemos ejemplos de personas que ayunaron en momentos específicos de su vida. Aquí tienes una corta lista con algunos personajes bíblicos que ayunaron, por cuánto tiempo, y cuál fue la razón para hacerlo.

### 1. Moisés

Moisés fue un gran profeta y líder del pueblo judío. Dios lo escogió para liberar al pueblo de la esclavitud de Egipto y guiarlo a la Tierra Prometida. Dios le pidió a Moisés que subiera al monte Sinaí para recibir allí las tablas de la ley.

El Señor le dijo a Moisés: «Sube a encontrarte conmigo en el monte, y quédate allí. Voy a darte las tablas con la ley y los mandamientos que he escrito para guiarlos en la vida». (Éxodo 24:12)

Moisés entendía cuán importante era este momento y el impacto que tendría sobre el pueblo. Estuvo **40 días y 40 noches en ayuno**. Era una ocasión especial: recibiría la ley de Dios para el pueblo. Él sabía que la presencia de Dios estaría en el monte y ayunó como **muestra de humildad** ante la santidad y grandeza de Dios.

En Deuteronomio 10:10 vemos que Moisés volvió a ayunar por 40 días y 40 noches cuando tuvo que regresar al monte a recibir las nuevas tablas de la ley.

### 2. David

David le había fallado a Dios. Había cometido adulterio e indirectamente había enviado a asesinar al marido de la mujer que deseaba. Parece que David no se había arrepentido ante Dios. En 2 Samuel 12 vemos que ya había nacido el bebé fruto de esa relación cuando Natán, el profeta y amigo de David, fue a visitarle.

Natán le relató a David una parábola para confrontarlo con su pecado. David no se dio cuenta de que la parábola en realidad hablaba de él. Cuando terminó de escuchar a Natán declaró: "¡Tan cierto como que el Señor vive, que quien hizo esto merece la muerte!". Sus ojos se abrieron cuando Natán le dijo que él era el protagonista de la historia.

Entonces Natán le dijo a David:

—¡Tú eres ese hombre! Así dice el Señor, Dios de Israel: “Yo te ungué como rey sobre Israel, y te libré del poder de Saúl. Te di el palacio de tu amo, y puse sus mujeres en tus brazos. También te permití gobernar a Israel y a Judá. Y por si esto hubiera sido poco, te habría dado mucho más. ¿Por qué, entonces, despreciaste la palabra del Señor haciendo lo que le desagrada? ¡Asesinaste a Urías el hitita para apoderarte de su esposa! ¡Lo mataste con la espada de los amonitas! Por eso la espada jamás se apartará de tu familia, pues me despreciaste al tomar la esposa de Urías el hitita para hacerla tu mujer”.

(2 Samuel 12:7-10)

Ahí es cuando David se da cuenta de la magnitud de sus pecados y se arrepiente. Se humilla ante Dios y pide perdón. Natán le dijo que Dios lo perdonaba, pero sufriría las consecuencias de su pecado. El bebé moriría. Cuando David regresó a casa le avisaron que el niño estaba gravemente enfermo. Es en ese momento que él decide ayunar. No comió durante los **7 días** que el niño estuvo grave. Rogó a Dios por compasión, que le concediera salud y vida a su hijo. Sin embargo, el niño murió tal y como había dicho Dios por boca de Natán.

### 3. Daniel

Daniel era un joven judío de una familia noble. Fue deportado a Babilonia junto a otros jóvenes para aprender el idioma, la literatura y las costumbres de los babilonios. Las fuertes convicciones de Daniel y su gran fe en Dios le llevaron a rechazar la comida y el vino del rey. Él pidió, junto a tres de sus compañeros, **una dieta diferente** acorde con las reglas alimentarias que Dios había dado a su pueblo. Aun con esa alimentación más sencilla, ellos se veían más sanos que los otros jóvenes. Además de tener buena salud Daniel y sus compañeros eran muy sabios, tenían dones especiales que Dios les había dado.

A través de los años Daniel usó esos dones, en especial el de interpretación de sueños, y esto hizo que su fama aumentara provocando el rechazo y la envidia de algunos. Daniel se mantuvo fiel a Dios y vivió grandes milagros de protección por parte de él. En Daniel 3 vemos cómo Dios los protegió a él y a sus amigos librándolos de morir en el horno de fuego.

Daniel temía a Dios, estudiaba su palabra y las profecías. En el capítulo 9 de Daniel, él lee la profecía de Jeremías que hablaba de los setenta años de desolación de Jerusalén. El capítulo comienza así:

«Corría el primer año del reinado de Darío hijo de Asuero, un mes que llegó a ser rey de los babilonios, cuando yo, Daniel, logré entender ese pasaje de las Escrituras donde el Señor le comunicó al profeta Jeremías que la desolación de Jerusalén duraría setenta años. 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.»  
(Daniel 9:1-3)

Daniel leyó la profecía y respondió con oración y ayuno. **Separó un día para estar en actitud de humillación total ante Dios.** Durante ese ayuno confesó a Dios los pecados del pueblo de Israel y pidió misericordia. (Daniel 9:3-5; Daniel 10:2-3)

En otra ocasión, Daniel estuvo **tres semanas haciendo un ayuno parcial** de algunos alimentos y durante ese tiempo tuvo una visión.

En aquella ocasión yo, Daniel, pasé tres semanas como si estuviera de luto. En todo ese tiempo no comí nada especial, ni probé carne ni vino, ni usé ningún perfume. El día veinticuatro del mes primero, mientras me encontraba yo a la orilla del gran río Tigris, levanté los ojos y vi ante mí a un hombre vestido de lino, con un cinturón del oro más refinado. Su cuerpo brillaba como el topacio, y su rostro resplandecía como el relámpago; sus ojos eran dos antorchas encendidas, y sus brazos y piernas parecían de bronce bruñido; su voz resonaba como el eco de una multitud. Yo, Daniel, fui el único que tuvo esta visión. Los que estaban conmigo, aunque no vieron nada, se asustaron y corrieron a esconderse.  
(Daniel 10:2-7)

#### 4. El pueblo de Israel

El pueblo de Israel había estado cautivo por setenta años, tiempo en el que no había tenido acceso a la palabra de Dios. Había vivido inmerso en otra cultura, se había acostumbrado a vivir y hacer las cosas de forma diferente a la que Dios había mandado.

Cuando regresaron a su tierra y comenzaron la reconstrucción de la ciudad, Nehemías, que había sido nombrado gobernador, se aseguró de que hubiera un tiempo para leer la palabra de Dios. El pueblo comenzó a darse cuenta de todos los errores que había cometido. En el capítulo 9 de Nehemías vemos que deciden hacer un ayuno. Apartaron un tiempo para confesar sus pecados. Este fue **un ayuno para reconocer y confesar sus pecados, para examinarse a la luz de la palabra de Dios.**

El día veinticuatro de ese mes los israelitas se reunieron para ayunar, se vistieron de luto y se echaron ceniza sobre la cabeza. Habiéndose separado de los extranjeros, confesaron públicamente sus propios pecados y la maldad de sus antepasados, y asumieron así su responsabilidad. Durante tres horas leyeron el libro de la ley del Señor su Dios, y en las tres horas siguientes le confesaron sus pecados y lo adoraron. (Nehemías 9:1-3)

Ese tiempo de ayuno y reflexión tuvo como resultado la confesión de pecados y la adoración a Dios.

#### 5. Ester

Ester debía interceder ante el rey para salvar de la muerte a su pueblo, el pueblo judío. El rey Asuero había cedido ante la insistencia de Amán, uno de los funcionarios de más alto rango. Había decretado que todos debían inclinarse ante Amán. Pero ni Mardoqueo ni el pueblo judío estaban dispuestos a obedecer. Ellos solo se inclinaban ante Dios. Amán se enojó y buscaba destruir al pueblo judío. Mardoqueo pidió a Ester que intercediera ante el rey a favor del pueblo pues ella estaba en una posición que le permitía hacerlo. Por esto deciden hacer un ayuno, para que el rey viera con buenos ojos el acercamiento de Ester. Sabían que Dios era el único que podía ablandar el corazón del rey y protegerlos de la extinción.

En el capítulo 4 del libro de Ester vemos que ella haría **un ayuno de tres días** antes de ir donde el rey. Pidió a sus doncellas, a Mardoqueo (su primo y padre adoptivo) y a todos los judíos de la ciudad que la acompañaran. La urgencia e importancia del asunto requerían el compromiso y esfuerzo de todos.

#### 6. Jesús

Jesús dedicó **40 días y 40 noches** para ayunar en el desierto. Esto fue justo después de su bautismo y antes de comenzar su ministerio. No comió nada durante ese tiempo **preparando su espíritu para el trabajo que Dios Padre le había encomendado.** Vemos que Jesús, aunque estaba lleno del [Espíritu Santo](#) (y era Dios encarnado), sabía lo importante que era ayunar, fortalecer su espíritu y estar listo para llevar a cabo la obra que venía a hacer.

Jesús, lleno del Espíritu Santo, volvió del Jordán y fue llevado por el Espíritu al desierto. Allí estuvo cuarenta días y fue tentado por el diablo. No comió nada durante esos días, pasados los cuales tuvo hambre.  
(Lucas 4:1-2)

El diablo aprovechó este tiempo para tentar a Jesús. Pero Jesús se mantuvo firme y, con el uso sabio de la palabra de Dios, venció todas las tentaciones.

## 7. La Iglesia primitiva

En el libro de los Hechos vemos que los primeros cristianos veían con claridad la importancia del ayuno. **Ellos separaban un tiempo para orar y ayunar antes de tomar decisiones grandes que les afectarían a todos.** Por ejemplo, antes de decidir a quiénes designarían como ancianos o a quiénes enviarían a realizar un ministerio en específico.

Después de anunciar las buenas nuevas en aquella ciudad y de hacer muchos discípulos, Pablo y Bernabé regresaron a Listra, a Iconio y a Antioquía, fortaleciendo a los discípulos y animándolos a perseverar en la fe. «Es necesario pasar por muchas dificultades para entrar en el reino de Dios», les decían. En cada iglesia nombraron ancianos y, con oración y ayuno, los encomendaron al Señor, en quien habían creído.  
(Hechos 14:21-23)

En la iglesia de Antioquía eran profetas y maestros Bernabé; Simeón, apodado el Negro; Lucio de Cirene; Manaén, que se había criado con Herodes el tetrarca; y Saulo. Mientras ayunaban y participaban en el culto al Señor, el Espíritu Santo dijo: «Apártenme ahora a Bernabé y a Saulo para el trabajo al que los he llamado». Así que después de ayunar, orar e imponerles las manos, los despidieron.  
(Hechos 13:1-3)

Como vemos en estos ejemplos **el ayuno puede ser completo o parcial, de unas horas, un día o de varios, personal o en grupo.** Lo importante es tener un propósito claro delante de Dios, saber por qué estamos ayunando. Y, por supuesto, estar preparados para recibir algo nuevo y lindo de parte de nuestro Señor. ¡Dios nunca ignora a los que le buscan!