

El ayuno que le agrada a Dios

Subtemas para exposición (7 integrantes) - Enfoque católico

Subtema 1: El ayuno que Dios quiere: justicia y caridad (MARCELITA)

- **Idea principal:** No es solo “no comer”, sino convertir el corazón: ayudar al pobre, compartir y actuar con misericordia.
- **Cita bíblica:** Isaías 58, 6-7

Subtema 2: Ayuno unido a la oración (para acercarme a Dios) (DANIELA)

- **Idea principal:** El ayuno tiene sentido cuando me ayuda a orar mejor y a depender más de Dios.
- **Cita bíblica:** Mateo 6, 16-18

Subtema 3: Ayuno con humildad: no para “lucirme” (JUDITH)

- **Idea principal:** Dios mira la intención. Si ayuno para que me aplaudan, pierdo el sentido espiritual.
- **Cita bíblica:** Lucas 18, 11-14

Subtema 4: Ayuno como conversión y arrepentimiento (NICOLAS)

- **Idea principal:** El ayuno acompaña el arrepentimiento sincero y el deseo de volver a Dios.
- **Cita bíblica:** Joel 2, 12-13

Subtema 5: Ayuno como dominio propio y libertad interior (DOMENICA)

- **Idea principal:** Entrena la voluntad: me ayuda a decir “no” a lo que me controla y a vivir con mayor libertad.
- **Cita bíblica:** 1 Corintios 9, 27

Subtema 6: Ayuno con misericordia: perdonar y reconciliar (ISAAC)

- **Idea principal:** No tiene sentido ayunar si mantengo odio o rencor. El ayuno debe llevar a la reconciliación.
- **Cita bíblica:** Marcos 11, 25

Subtema 7: Ayuno siguiendo a Jesús: sentido espiritual, no solo sacrificio (KEVIN)

- **Idea principal:** Jesús ayunó. El ayuno cristiano busca fortalecer la vida espiritual y el seguimiento de Cristo.
- **Cita bíblica:** Mateo 4, 1-2 (o Mateo 4, 4)