



Lección 3

EL AYUNO VENCE LAS tentaciones

OBJETIVOS

- Comprender la importancia del ayuno para llevar nuestra carne al límite
- Identificar las tres categorías de la tentación
- Conocer cómo podemos vencer las tentaciones



Y después de haber ayunado cuarenta días y cuarenta noches, tuvo hambre.³ Y vino a él el tentador, y le dijo: Si eres Hijo de Dios, di que estas piedras se conviertan en pan.⁴ El respondió y dijo: Escrito está: No sólo de pan vivirá el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios. (MATEO 4:2-4)

El ayuno es un arma espiritual muy poderosa que fortalece al creyente para resistir las tentaciones del mundo, de satanás o de nuestra carne. Aunque Dios permite pruebas para moldear nuestro carácter, la tentación busca seducirnos y alejarnos del Señor. Por eso, el ayuno no es un acto opcional, sino una necesidad para perseverar y vivir en victoria.

Veamos el ejemplo de Jesús. Él ayunó 40 días en el desierto, no como el Cristo glorificado, sino como hombre, para poner a prueba Su carne y potenciar el poder de Dios que vive en Él.

El ayuno consagra, calma y prepara el espíritu, pero también requiere disciplina. No se rompen tentaciones y cadenas solo con buenas intenciones. Por eso les dijo a Sus discípulos: “Este género no sale sino con oración y ayuno” (MATEO 17:21).

La Biblia muestra que toda tentación cae en una de estas tres categorías: “los deseos de la carne, los deseos de los ojos, y la vanagloria de la vida” (1 JUAN 2:15-16).

1. Los deseos de la carne son impulsos que provienen de nuestra naturaleza caída.

2. Los deseos de los ojos despiertan codicia y avaricia.

3. La vanagloria de la vida radica en el deseo de sobresalir, engrandecer el ego y presumir de lo que uno tiene o es.

Estas tres tentaciones siempre han sido las mismas. Satanás no tiene creatividad; solo recicla lo que siempre le ha funcionado contra la humanidad.

¿DÓNDE SE PRODUCE LA TENTACIÓN?

La tentación comienza en la mente, que es el campo de batalla espiritual. Aunque el enemigo no puede leer sus pensamientos, sí puede sugerirle ideas de maldad mediante insinuaciones, distorsiones y propuestas engañosas. No obstante, usted decide si le permite entrar o no. El diablo no puede destruir a quien no acepta sus sugerencias.

Veamos qué hizo Jesús. Tras 40 días ayunando, sintió hambre. Entonces el tentador desafió Su identidad: “*Si eres Hijo de Dios...*” (**MATEO 4:6**). Pero Jesús no se dejó gobernar por Su necesidad física; sabía que Su poder era para cumplir la voluntad del Padre, no para satisfacer deseos personales. El ayuno nos da la capacidad de decir “no” cuando la carne quiere decir “sí”.

El enemigo aún repite mentiras como: “tienes derecho a sentirte bien... usa drogas... te tratan mal en el trabajo... sirves demasiado... murmura... abandona”. Pero el ayuno disciplina el corazón y nos ayuda a responder como Jesús: “*Escrito está...*”

¿CÓMO VENCEMOS LA TENTACIÓN?

1. Disciplinándonos. El ayuno fortalece el espíritu al llevar la carne a su límite. Cuando ayuna, está sembrando para el Espíritu y reduciendo las obras de la carne.

2. Estableciendo prioridades. Al comprender el propósito de Dios, reconoce que sus dones no son para alimentar su ego, sino para bendecir a otros. Ore conmigo: “Señor, bendíceme para bendecir a los demás”.

3. Viviendo en santidad. La santidad es vivir apartado del pecado y consagrado a Dios. El ayuno renueva ese compromiso interno de honrar al Señor en todo.

4. Sirviendo. El servicio nos ayuda a superar el egoísmo. Al priorizar a los demás sobre nosotros mismos, reducimos las tentaciones que buscan exaltarnos o distraernos.

Pero esta vida de victoria solo es posible si Cristo es el Señor de su corazón. Usted puede ayunar, orar o intentar disciplinarse, pero si no le ha entregado su vida a Jesucristo, seguirá luchando con sus propias fuerzas.

Hoy es el día de salvación. Cristo lo llama no solo a resistir la tentación, sino también a vivir en verdadera libertad. Entréguele su corazón, reconozca su necesidad de Él y permita que Su poder transforme su vida desde adentro. El mismo Jesús que venció en el desierto desea vencer hoy en usted.

PREGUNTAS

- ¿Para qué sirve el ayuno?
 - ¿Qué buscaba Jesús al ayunar?
 - ¿Cómo vencemos la tentación?
-

ACTIVACIÓN

- El líder hará el llamado a los perdidos.
 - Guiará al grupo a comprometerse con Dios a ayunar un día a la semana para vencer toda tentación.
-

DIEZMOS Y OFRENDAS

*Tributad a Jehová, oh familias de los pueblos,
dad a Jehová la gloria y el poder. 8 Dad a
Jehová la honra debida a su nombre; traed
ofrendas y venid a sus atrios.*

(SALMO 96:7-8)



Dios no necesita nuestro dinero, pero cuando **diezmamos** y **ofrendamos**, estamos obedeciendo Su palabra y reconociendo que dependemos de Él para vencer toda tentación.

Notas _____

