



# *El Ayuno*



*Ayuna de juzgar a otros*  
*Descubre a Cristo que vive en ellos*

*Ayuna de palabras hirientes*  
*Llénate de frases sanadoras*

*Ayuna de descontento*  
*Llénate de gratitud*



*Ayuna de enojos*

*Llénate de paciencia*

*Ayuna de pesimismo*

*Llénate de esperanza cristiana*

*Ayuna de preocupaciones*

*Llénate de confianza en Dios*



*Ayuna de quejarte*

*Llénate de aprecio por la maravilla que es la vida*

*Ayuna de las presiones*

*Llénate de una oración que no cesa.*

*Ayuna de amargura*

*Llénate de perdón*



*Ayuna de darte importancia a ti mismo*

*Llénate de compasión por los demás*

*Ayuna de ansiedad sobre tus cosas*

*Comprométete en la propagación del Reino*

*Ayuna de desaliento*

*Llénate del entusiasmo de la fe*

*Ayuna de pensamientos mundanos*

*Llénate de las verdades que fundamentan la santidad*

*Ayuna de todo lo que te separe de Jesús*

*Llénate de todo lo que a El te acerque*

*Siembra Conmigo*  
