



PARTE 1  
**DÍAS 1 AL 7**

La Guía estará disponible en 3 partes.  
Descárgala en [www.21días.com](http://www.21días.com)

---

**COMPARTE TU EXPERIENCIA UTILIZANDO #21DIASDCDB**

---



## 21 Días de ayuno y oración

### DÍA 1 — LIBERTAD DE OPRESIÓN


Persona: El gadareno (Jesús libera al atormentado)

#### I. Marco histórico

Este hombre vivía en una condición extrema: aislado, rechazado, sin control, viviendo en lugares de muerte (sepulcros). Nadie podía ayudarlo. Nadie podía detenerlo. La sociedad lo había descartado.

Pero Jesús hizo algo que revela su corazón: cruzó al otro lado solo por él. Donde otros lo evitaron, Jesús lo fue a buscar. Donde otros lo etiquetaron, Jesús lo restauró.

#### II. Lectura bíblica (RVR60) — Versículos clave (leer)

 Marcos 5:1-20 (leer completo en Biblia/app)

**Versículos clave para leer en el devocional: Marcos 5:2-4 (RVR60)**

“Y cuando salió él de la barca, en seguida vino a su encuentro, de los sepulcros, un hombre con un espíritu inmundo, que tenía su morada en los sepulcros, **y nadie podía** atarle, ni aun con cadenas. Porque muchas veces había sido atado **con grillos y** cadenas, mas las cadenas habían sido hechas pedazos por él, y desmenuzados los grillos; y nadie le podía dominar.”

Marcos 5:6-8 (RVR60)

“Cuando vio, pues, a Jesús de lejos, corrió y se arrodilló ante él. Y clamando a gran voz, dijo: ¿Qué tienes conmigo, Jesús, Hijo del Dios Altísimo? Te conjuro por Dios, que no me atormentes. Porque le decía: Sal de este hombre, espíritu inmundo.”

Marcos 5:15 (RVR60)

“Vienen a Jesús, y ven al que había sido atormentado del demonio, y que había tenido la legión, sentado, vestido y en su juicio cabal; y tuvieron miedo.”

Marcos 5:19 (RVR60)

“Mas Jesús no se lo permitió, sino que le dijo: Vete a tu casa, a los tuyos, y cuéntales cuán grandes cosas el Señor ha hecho contigo, y cómo ha tenido misericordia de ti.”

#### III. Ministración / Profundidad

La libertad real empieza cuando Jesús entra a lugares donde nadie más quiere entrar.

Muchas veces las cadenas no son visibles, pero se sienten por dentro:

- tormento mental
- pensamientos repetitivos
- miedo sin explicación
- ansiedad
- opresión espiritual
- impulsos
- insomnio





## DÍA 1 — LIBERTAD DE OPRESIÓN

Persona: El gadareno (Jesús libera al atormentado)

Este hombre tenía fuerza para romper cadenas externas, pero no tenía libertad interna. Y eso le pasa a mucha gente: por fuera uno funciona, pero por dentro vive agotado.

Jesús no le dijo: “arréglate”.  
Jesús no lo humilló.  
Jesús confrontó lo que lo ataba.

Y lo más hermoso es que la libertad no solo sacó la opresión... también restauró su identidad.

La Biblia dice que lo vieron: sentado, vestido y en su juicio cabal.

Ese es el milagro del evangelio:

Jesús no solo te salva... Jesús te devuelve la paz, la dignidad, la mente y el dominio propio.

Hoy el Señor te recuerda:

Tú no naciste para vivir atormentado. Tú naciste para vivir libre.

### IV Renovación de mente (Nuevo Pacto — RVR60) — leer 📖 Juan 8:36

“Así que, si el Hijo os libertare, seréis verdaderamente libres.”

📖 2 Corintios 3:17

“Porque el Señor es el Espíritu; y donde está el Espíritu del Señor, allí hay libertad.”

📖 Colosenses 1:13

“El cual nos ha librado de la potestad de las tinieblas, y trasladado al reino de su amado Hijo.”

### V Acción del día

Declara en voz alta (aunque sea bajito en tu cuarto):  
“Jesús, entra a lo más profundo de mí. Hoy soy libre.”

Luego escribe:

“Señor, hoy suelto...”  
y menciona todo lo que te ha estado oprimiendo (por dentro o por fuera).





## DÍA 1 — LIBERTAD DE OPRESIÓN

Persona: El gadareno (Jesús libera al atormentado)

### VI Oración

Señor Jesús, hoy me presento sin máscaras.

Te entrego lo que me oprime, lo que me pesa y lo que he escondido por vergüenza o por miedo.

En tu nombre se rompe todo tormento, toda ansiedad, toda opresión, toda voz que no viene de ti.

Declaro que mi mente es restaurada.

Declaro que mi corazón es fortalecido.

Declaro que mi espíritu vuelve a respirar.

Hoy recibo tu libertad.

Hoy recibo tu paz.

Hoy recibo dominio propio.

En el nombre de Jesús. Amén.



## 21 Días de ayuno y oración

### DÍA 2 — LIBERTAD DE VERGÜENZA Y VACÍO

Persona: La mujer samaritana (Jesús libera del pasado y restaura identidad)

I. Marco histórico: Esta mujer vivía marcada por su historia. No solo cargaba decisiones y heridas... también cargaba el juicio del pueblo. Por eso iba al pozo cuando nadie iba. Prefería el sol fuerte antes que la mirada fuerte de la gente.

Pero Jesús no la evitó. Jesús la esperó.

Porque Jesús nunca se acerca para aplastarte... Él se acerca para restaurarte.

### II. Lectura bíblica (RVR60) — Versículos clave (leer)

📖 Juan 4:4-30 (leer completo en Biblia/app)

Versículos clave para leer en el devocional:

Juan 4:13-14 (RVR60)

“Respondió Jesús y le dijo: Cualquiera **que bebiere** de esta agua, volverá a tener sed; mas el que bebiere del agua que yo le **daré**, no tendrá sed jamás; sino que el agua que yo le daré será en él una fuente de agua que salte para vida eterna.”

Juan 4:16-18 (RVR60)

“Jesús le dijo: Ve, llama a tu marido, y ven acá.

Respondió la mujer y dijo: No tengo marido. Jesús le dijo: Bien has dicho: No tengo marido; porque cinco maridos has tenido, y el que ahora tienes no es tu marido; esto has dicho con verdad.” - Juan 4:28-29 (RVR60)

“Entonces la mujer dejó su cántaro, y fue a la ciudad, y dijo a los hombres:

Venid, ved a un hombre que me ha dicho todo cuanto he hecho. ¿No será éste el Cristo?”

### 3) Ministración / Profundidad

Hay personas que tienen sed por dentro, aunque por fuera parezca que todo está bien. Sed de amor. Sed de aceptación. Sed de pertenecer. Sed de paz.

Y cuando el corazón está vacío, uno busca llenar el vacío:

- con relaciones
- con validación
- con hábitos
- con “algo” que calme el dolor por un ratito

Pero Jesús le mostró a esta mujer algo clave:

la vergüenza no se sana escondiéndose, se sana en presencia.



## 21 Días de ayuno y oración

### DÍA 2 — LIBERTAD DE VERGÜENZA Y VACÍO

Persona: La mujer samaritana (Jesús libera del pasado y restaura identidad)

Jesús no la condenó.

Jesús no la expuso para destruirla.

Jesús la confrontó para liberarla.

La evidencia de libertad es que ella pasó de esconderse a testificar:  
la mujer que evitaba gente... ahora corre hacia la gente.

Eso es lo que hace la verdad:

- te levanta
- te limpia
- te devuelve la voz
- te devuelve el propósito

#### IV. Renovación de mente (Nuevo Pacto — RVR60) — leer 📖 Juan 8:31-32

“Dijo entonces Jesús a los judíos que **habían creído** en él: Si vosotros permaneciereis en mi palabra, seréis verdaderamente mis discípulos; y conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres.”

📖 2 Corintios 5:17

“De modo que si alguno está en Cristo, nueva criatura es; las cosas viejas pasaron; he aquí todas son hechas nuevas.”

📖 Romanos 8:1

“Ahora, pues, ninguna condenación hay para los que están en Cristo Jesús...”

#### V. Acción del día:

Identifica una mentira interna que te ha perseguido y cámbiala por una verdad bíblica.

Ejemplos:

- Mentira: “Estoy marcada.”

Verdad: “En Cristo soy nueva criatura.”

- Mentira: “Dios no me usa.”

Verdad: “Dios me restaura y me da propósito.”

#### VI. Oración

Jesús, hoy me encuentro contigo en mi pozo. En el lugar donde he sentido vergüenza, tú me das dignidad. En el lugar donde he tenido sed, tú me das agua viva. Sana mi historia. Limpia mis recuerdos. Rompe toda vergüenza, toda culpa, todo rechazo. Yo recibo tu verdad y tu verdad me hace libre.

Amén.



## 21 Días de ayuno y oración

### DÍA 3 — LIBERTAD DE CULPA Y CONDENACIÓN

Persona: La mujer sorprendida en adulterio (Jesús libera del juicio)

I. Marco histórico: Trajeron a esta mujer no para restaurarla, sino para destruirla. La usaron como “ejemplo público”. En vez de ayudarla, querían apedrearla. Pero Jesús se paró entre ella y la condena. Y donde otros levantaron piedras, Jesús levantó misericordia.

### II. Lectura bíblica (RVR60) — Versículos clave (leer)

📖 Juan 8:1-11 (leer completo en Biblia/app)

**Versículos clave para leer en el devocional: Juan 8:7 (RVR60)**

“Y como insistieran en preguntarle, se enderezó y les dijo: El que de vosotros esté sin pecado sea el primero en arrojar la piedra contra ella.” - Juan 8:10-11 (RVR60)

“Enderezándose Jesús, y no viendo a nadie sino a la mujer, le dijo: Mujer, ¿dónde están los que te acusaban? ¿Ninguno te condenó? Ella dijo: Ninguno, Señor. Entonces Jesús le dijo: Ni yo te condeno; vete, y no peques más.”

### III. Ministración / Profundidad

La culpa es una cárcel silenciosa. Te hace vivir mirando hacia atrás.  
Te hace pensar que lo que hiciste es lo que tú eres.

Pero Jesús no te llama por tu pecado. Jesús te llama por tu propósito.  
Él no minimiza lo malo... pero tampoco te aplasta. Porque el Evangelio no es “aprobación del pecado”, es poder de restauración.

Jesús le dio a esta mujer lo que muchos no dan: una nueva oportunidad sin condenación.

El mensaje es claro:

La gracia no niega la verdad, pero la verdad sin gracia mata. Y Jesús vino lleno de verdad y gracia.

### IV. Renovación de mente (Nuevo Pacto — RVR60) — leer 📖 Romanos 8:1

“Ahora, pues, ninguna condenación hay para los que están en Cristo Jesús...”

📖 1 Juan 1:9

“Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados, y limpiarnos de toda maldad.”

📖 Hebreos 8:12

“Porque seré propicio a sus injusticias, y nunca más me acordaré de sus pecados y de sus iniquidades.”





## DÍA 3 — LIBERTAD DE CULPA Y CONDENACIÓN

Persona: La mujer sorprendida en adulterio (Jesús libera del juicio)

### V. Acción del día

Escribe en una hoja:

“Hoy renuncio a la condenación por \_\_\_\_\_.”

Y luego declara:

“Jesús no me condena. Jesús me restaura.”

### VI. Oración

Padre, hoy suelto la culpa.

Suelto la condenación. Suelto el peso del pasado.

Gracias porque en Cristo tengo perdón real.

Límpiame, restáurame, levántame.

Hoy camino en libertad.

Amén.



## 21 Días de ayuno y oración

### DÍA 4 — LIBERTAD DE LA ENFERMEDAD Y DE LA SOLEDAD

Persona: La mujer del flujo de sangre (Jesús libera del dolor continuo)

I. Marco histórico : Esta mujer llevaba 12 años enferma. En su cultura, su condición la hacía “impura”, lo que significaba aislamiento social, emocional y espiritual. Su dolor no era solo físico: también era vergüenza, soledad, frustración y desgaste.

### II. Lectura bíblica (RVR60) — Versículos clave (leer) 📖 Marcos 5:25-34 (leer completo en Biblia/app)

Versículos clave para leer en el devocional:

Marcos 5:28 (RVR60)

“Porque decía: Si tocare tan solamente su manto, seré salva.”

Marcos 5:34 (RVR60)

“Y él le dijo: Hija, tu fe te ha hecho salva; ve en paz, y queda sana de tu azote.”

### III. Ministración / Profundidad

Esta mujer no estaba viviendo un momento malo... estaba viviendo una temporada larga. Y hay algo que el dolor prolongado intenta hacer: robarte la esperanza.

Cuando algo dura mucho:

- te cansas
- te frustras
- te adaptas a sobrevivir
- y a veces hasta bajas tus expectativas

Pero ella hizo algo poderoso: se abrió paso.  
Su fe no era perfecta... pero era persistente.

Y cuando tocó a Jesús, Jesús no dijo “¿quién me interrumpió?”  
Jesús dijo “¿quién me tocó?”

Porque tocar a Jesús no es un acto emocional: es un acto de fe.  
Y Jesús la llama “Hija”.

Eso es libertad: cuando Dios te devuelve pertenencia.  
Cuando te devuelve identidad.  
Cuando te devuelve paz.






DÍA 4 — LIBERTAD DE LA ENFERMEDAD Y DE LA SOLEDAD

Persona: La mujer del flujo de sangre (Jesús libera del dolor continuo)

## IV. Renovación de mente (Nuevo Pacto — RVR60)

Leer  1 Pedro 2:24

“quien llevó él mismo nuestros pecados en su cuerpo sobre el madero... y por cuya herida fuisteis sanados.”

 Mateo 11:28

“Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar.”

 Romanos 15:13

“Y el Dios de esperanza os llene de todo gozo y paz en el creer...”

## V. Acción del día

Escribe:

“Hoy toco a Jesús con fe por...”

(una necesidad, una sanidad, una respuesta).

## VI. Oración

Jesús, hoy me acerco con fe.

Aunque llevo tiempo esperando, aunque me siento cansado, hoy toco tu presencia.

Declaro que mi historia no termina en dolor.

Tú eres mi sanador, mi restaurador, mi paz.

Yo recibo tu toque.

Amén.



## 21 Días de ayuno y oración

### DÍA 5 — LIBERTAD DE CEGUERA (VISIÓN Y DIRECCIÓN)

Persona: Bartimeo (Jesús libera la vista y rompe la mendicidad del alma)

I. Marco histórico: Bartimeo era un ciego mendigo. Vivía al margen, dependiendo de otros. La sociedad lo veía como una carga. Pero cuando escucha que Jesús pasa, decide no quedarse callado.

### II. Lectura bíblica (RVR60) — Versículos clave (leer) 📖 Marcos 10:46-52

(leer completo en Biblia/app)

Marcos 10:47-48 (RVR60)

“y oyendo que era Jesús nazareno, comenzó a dar voces y a decir: ¡Jesús, Hijo de David, ten misericordia de mí!

Y muchos le reprendían para que callase; pero él clamaba mucho más...”

Marcos 10:51-52 (RVR60)

“Respondiendo Jesús, le dijo: ¿Qué quieres que te haga? Y el ciego le dijo: Maestro, que recobre la vista.

Y Jesús le dijo: Vete, tu fe te ha salvado. Y en seguida recobró la vista, y seguía a Jesús en el camino.”

### III. Ministración / Profundidad

Hay cegueras que no son solo físicas: son mentales, espirituales y emocionales.

Ceguera es vivir:

- sin dirección
- sin claridad
- sin esperanza
- sin visión de futuro

Bartimeo representa a quien no se rinde.

La gente quería callarlo... pero él gritó más.

Porque hay momentos donde si tú no peleas por tu libertad, nadie lo hará por ti.

Jesús lo llamó.

Eso significa que tu clamor sí lo mueve.

Y cuando Bartimeo ve, no solo ve... sigue a Jesús en el camino.

Libertad no es solo ver:

libertad es caminar con propósito.





DÍA 5 — LIBERTAD DE CEguera (VISIÓN Y DIRECCIÓN)

Persona: Bartimeo (Jesús libera la vista y rompe la mendicidad del alma)

#### IV. Renovación de mente (Nuevo Pacto — RVR60) — leer 📖 Efesios 1:18

“alumbrando los ojos de vuestro entendimiento, para que sepáis cuál es la esperanza...”

📖 2 Corintios 4:6

“Porque Dios... es el que resplandeció en nuestros corazones, para iluminación...”

📖 Proverbios 29:18a

“Sin profecía el pueblo se desenfrena...” (principio poderoso de visión)

#### V. Acción del día

Declara:

“Señor, abre mis ojos. Muéstrame tu camino.”

Escribe 3 áreas donde necesitas claridad (familia, finanzas, decisiones, futuro).

#### VI. Oración

Jesús, hoy clamo como Bartimeo.

Abre mis ojos. Abre mi entendimiento.

Quita confusión, niebla, duda.

Muéstrame tu dirección y afirma mis pasos.

Yo seguiré tu camino.

Amén.



## 21 Días de ayuno y oración

### DÍA 6 — LIBERTAD DE ATADURAS Y OPRESIÓN

Persona: El hombre de la mano seca (Jesús restaura capacidad)

I. Marco histórico: Este hombre tenía una mano seca: limitada, reducida, incapaz. Y Jesús lo encuentra en un ambiente religioso donde la gente prefería reglas antes que restauración. Aun así, Jesús lo llama al frente.

### II. Lectura bíblica (RVR60) — Versículos clave (leer) Marcos 3:1-5

(leer completo en Biblia/app)

Marcos 3:3 (RVR60)

“Entonces dijo al hombre que tenía la **mano seca**: Levántate y ponte en medio.”

Marcos 3:5 (RVR60)

“Y mirándolos alrededor con enojo... **dijo** al hombre: Extiende tu mano. Y él la extendió, y la mano le fue restaurada sana.”

### III. Ministración / Profundidad

Hay áreas “secas” en el alma.

Áreas donde dices: “ya no puedo”, “ya no siento”, “ya no me sale”, “ya eso murió”.

Y Jesús hoy te dice:

“Ponte en medio.”

Es decir: “no te escondas”.

La libertad empieza cuando sales del rincón de la vergüenza.

Luego Jesús le dice: “Extiende.” Aunque no se veía posible. Aunque dolía. Aunque parecía inútil. Ese es el paso de fe: obedecer aunque todavía no veas el milagro.

Y cuando extendió... fue restaurado.

### IV. Renovación de mente (Nuevo Pacto — RVR60) — leer Filipenses 4:13

“Todo lo puedo en Cristo que me fortalece.”

 2 Corintios 12:9

“Bástate mi gracia; porque mi poder se perfecciona en la debilidad.”

 Hebreos 11:1

“Es, pues, la fe la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve.”





## DÍA 6 — LIBERTAD DE ATADURAS Y OPRESIÓN

Persona: El hombre de la mano seca (Jesús restaura capacidad)

### V. Acción del día

Identifica tu área “seca”.

Y da un paso práctico: una llamada, una decisión, una oración valiente, una conversación, un cambio.

### VI. Oración

Jesús, hoy me pongo en medio.

No me escondo más.

Te entrego mis áreas secas, mis limitaciones y mis temores.

Hoy extiendo mi mano.

Hoy obedezco aunque me cueste.

Restaura lo que se secó.

Amén.



## 21 Días de ayuno y oración

### DÍA 7 — LIBERTAD DE TEMOR Y MUERTE

Persona: Jairo (y su hija) — Jesús libera la fe y restaura vida

I. Marco histórico: Jairo era principal de la sinagoga. Tenía posición, respeto, pero aun así llegó a un punto donde nada de eso le servía: su hija estaba muriendo. Jesús lo acompaña, pero llegan noticias: “murió”. Y Jesús le habla al corazón: no al miedo.

### II. Lectura bíblica (RVR60) — Versículos clave (leer) Marcos 5:21-43

(leer completo en Biblia/app)

Marcos 5:36 (RVR60)

“Pero Jesús, luego que oyó lo que se decía, dijo al principal de la sinagoga: No temas; cree solamente.”

Marcos 5:41-42 (RVR60)

“Y tomando la mano de la niña, le dijo: Talita cumi; **q**ue traducido es: Niña, a ti te digo, levántate. Y luego la niña se levantó y **a**ndaba...”

### III. Ministración / Profundidad

Este día es para quienes han sentido que una promesa “se murió”.

Para quienes han sentido que algo se acabó.

Para quienes han recibido noticias que golpean la fe.

Jesús le dijo a Jairo: “No temas; cree solamente.”

Eso significa:

- no le des al miedo el micrófono.
- no alimentes la duda.
- no aceptes el final antes de tiempo.

Jesús es experto en llegar cuando ya no queda esperanza humana. Porque cuando termina lo humano, empieza lo sobrenatural.

### IV. Renovación de mente (Nuevo Pacto — RVR60) — leer Romanos 4:18

“Él creyó en esperanza contra esperanza...”

 Hebreos 11:1

“Es, pues, la fe la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve.”

 Juan 11:25

“Yo soy la resurrección y la vida; el que cree en mí, aunque esté muerto, vivirá.”





## DÍA 7 — LIBERTAD DE TEMOR Y MUERTE

Persona: Jairo (y su hija) — Jesús libera la fe y restaura vida

### V. Acción del día

Hoy declara:

“No voy a temer. Voy a creer.”

Escribe una promesa que parecía muerta... y preséntasela al Señor.

### VI. Oración

Jesús, hoy te entrego mi temor.

Te entrego el dolor de noticias difíciles.

Te entrego lo que pensé que se acabó.

Y recibo tu palabra: “No temas; cree solamente.”

Creo en tu poder. Creo en tu fidelidad.

Declaro resurrección sobre mi fe, mi casa y mis promesas.

En tu nombre, Amén.

---

¡Ya completamos los primeros 7 días!  
Puedes acceder a **21díascdb.com** y descargar  
la segunda parte de la Guía : Días 8 al 14

---