



5

Bienvenido a  
DÍAS DE ORACIÓN

**POR LOS SIJS**

2026

12 al 16 de Abril

# BIENVENIDOS: Guía de Oración por el Mundo Sikh 2026

Aproximadamente 28 millones de personas en el mundo se identifican como sijs (sikhs), lo que convierte al sijismo en la quinta religión organizada más grande por población.

La mayoría de los sijs viven en la India, particularmente en el Punjab, su estado natal, pero millones han emigrado a todo el mundo. Dondequiera que vivas, es probable que haya sijs cerca de ti: viviendo, estudiando y trabajando a tu lado. La comunidad sij es muy amable y acogedora. Son trabajadores, valoran las relaciones familiares y son generosos con las personas dentro y fuera de su comunidad.

Como discípulos de Cristo, queremos compartir con los sijs que nos rodean la verdad que hemos encontrado en Cristo como un reflejo de Su amor. Este anhelo refleja el corazón de Dios: que todas las personas puedan conocer Su amor y reconciliarse con Él a través de Jesús.

Esta guía te ayudará, como cristiano, a aprender más sobre los sijs y cómo orar por ellos con mayor entendimiento. También te animará a orar para que los sijs de todo el mundo tengan la oportunidad de escuchar el evangelio. Esta guía se puede utilizar para orar en cualquier momento del año, pero un momento especialmente importante para orar es durante la festividad sij de Vaisakhi, que comienza el 14 de abril. Vaisakhi es una fiesta de la cosecha, y podemos pedirle al Señor de la mies que veamos mucho fruto durante este tiempo.

**¡GRACIAS POR UNIRTE A NOSOTROS EN ORACIÓN!**



**SOBRE EL SIJISMO**

## **LA UNIDAD DE LA HUMANIDAD**

Guru Nanak, el fundador del sijismo (sikhismo), fue un pensador visionario, maestro espiritual y reformador social que desafió las desigualdades profundamente arraigadas y las divisiones religiosas de su tiempo. Sus enseñanzas sentaron las bases de una fe arraigada en la unidad de Dios y la igualdad de todos los seres humanos. En el centro de su mensaje había tres principios rectores: Naam Japna (recordar y meditar en el nombre de Dios); Kirat Karna (ganarse la vida honradamente); y Vand Chakna (compartir con los demás, especialmente con los necesitados). Estos principios animaban a las personas a vivir con integridad, compasión y responsabilidad social.

El rechazo de Guru Nanak a los rituales rígidos, las jerarquías de castas y la exclusividad religiosa fue revolucionario. Destacó el Shabad —la Palabra Divina— como el verdadero maestro, haciendo que la conexión espiritual fuera accesible para todos, independientemente de su casta, credo o género. Sus enseñanzas no se limitaron a la teoría, sino que se plasmaron en la acción. Una de sus reformas más radicales fue la creación del Langar, la cocina comunitaria donde personas de todos los orígenes se sentaban juntas a compartir una comida. Esta sencilla práctica desmanteló las barreras de casta y promovió la unidad y la igualdad.

Como señalan algunos estudiosos, Guru Nanak surgió como un portavoz de la clase trabajadora, abogando por sus derechos y dignidad. Su mensaje no era solo espiritual, sino profundamente social. Imaginó una sociedad construida sobre la justicia, la igualdad y la humanidad compartida, rechazando el sistema de castas como una construcción humana que contradecía la verdad divina de la unidad humana. Esta visión queda plasmada en el verso del Guru Granth Sahib: «Ek Pita Ekas Ke Hum Barik, Tu Mera Gur Haai» (Hay un solo Padre y todos somos Sus hijos. Tú eres mi Guru). Este verso expresa el corazón de la creencia sij: todos los seres humanos son iguales, nacidos de la misma fuente divina y guiados por la misma verdad espiritual. Por lo tanto, la visión del sijismo de Guru Nanak estaba tan profundamente arraigada en la unidad de la humanidad como en la unidad de Dios.

## **PUNTO DE ORACIÓN**

*Ora para que la comunidad sij (sikh) reconozca la injusticia persistente del sistema de castas, y llegue a ver que en Cristo, todas las paredes de separación han sido derribadas.*

**Pero ahora en Cristo Jesús, a ustedes que antes estaban lejos, Dios los ha acercado mediante la sangre de Cristo. Porque Cristo es nuestra paz: de los dos pueblos ha hecho uno solo, derribando mediante su sacrificio el muro de enemistad que nos separaba**

**Efesios 2:13-14**

## SOBRE EL SIJISMO

# GURU ANGAD DEV

Guru Angad Dev (1504 – 1552)



Al seleccionar a su sucesor, Guru Nanak buscó a alguien que encarnara una devoción inquebrantable y una obediencia firme, cualidades que Bhai Lehna ejemplificó con una sinceridad notable. En 1539, Guru Nanak lo nombró su heredero espiritual, otorgándole el nombre de Angad, que significa 'una parte de mi propio cuerpo'.

Bhai Lehna nació en Muksar Sahib, Punjab, India, en el seno de una devota familia hindú. Originalmente era un adorador de la diosa hindú Durga. A la edad de 27 años, tras escuchar los himnos de Guru Nanak recitados por Bhai Jodha, un devoto discípulo, Bhai Lehna se sintió impulsado a viajar a Kartarpur para conocer al Guru. Ese único encuentro lo transformó profundamente. Tan conmovido quedó por las enseñanzas de Guru Nanak que renunció a su fe anterior y se convirtió en un devoto sij (sikh), dedicando su vida al Guru y a su misión.

Como el segundo Guru de los sijs, Guru Angad realizó contribuciones significativas a la fe. Desarrolló la escritura Gurmukhi (que significa 'de la boca del guru'), la cual permitió que las enseñanzas de Guru Nanak y de los futuros gurus fueran registradas y preservadas para las generaciones venideras. El Gurmukhi también ayudó a unificar lingüísticamente a la comunidad sij, promoviendo la alfabetización y la educación. A diferencia de las complejas escrituras persas y sánscritas, el Gurmukhi era fonético y accesible —diseñado para la gente común, desde agricultores hasta comerciantes— permitiendo que todos se involucraran directamente con los textos sagrados.

Guru Angad compuso 63 Shabads (himnos sagrados) y Shlokas (versos poéticos cortos), que ahora se encuentran consagrados en el Guru Granth Sahib. También fortaleció la institución del Langar (cocina comunitaria), iniciada por Guru Nanak, asegurando que todos, independientemente de su casta o estatus, pudieran compartir una comida juntos. Además, introdujo la tradición del Mall Akhara (arenas de lucha libre), enfatizando la salud física como un complemento del crecimiento espiritual.

Antes de completar su camino terrenal en 1552, Guru Angad Dev nombró a Guru Amar Das como el tercer Guru de los sijs, continuando así el legado de liderazgo espiritual y servicio.

## PUNTO DE ORACIÓN

*Ora para que la comunidad sij (sikh) llegue a ver que la verdadera devoción pertenece solo a Dios, y que la salvación se encuentra únicamente en Jesucristo —otorgada gratuitamente por gracia, no ganada por el esfuerzo humano.*

**Porque por gracia ustedes han sido salvados mediante la fe. Esto no procede de ustedes, sino que es el regalo de Dios y no por obras, para que nadie se jacte.**

**Efesios 2:8–9**

## SOBRE EL SIJISMO SUKHMANI

*El Sukhmani Sahib es parte del libro sagrado sij (sikh) llamado SRI GURU GRANTH SAHIB. Es muy popular entre muchos sijs, quienes lo leen regularmente para alcanzar la paz en sus vidas. La traducción literal del título es «La Joya de la Paz».*

*El Sukhmani Sahib fue compilado por el quinto Guru, Arjan, alrededor de 1602 a petición de sus seguidores en Amritsar, Punjab, India. Los seguidores del guru hicieron esta petición porque estaban sufriendo los temibles efectos del kalyuga (época del mal). Por lo tanto, el propósito principal por el cual se escribió el Sukhmani Sahib fue traer valentía y paz a los seguidores del guru.*

*El sijismo enseña que existen cinco males (lujuria, ira, codicia, materialismo y ego) que hacen la guerra contra el alma a través de la mente para tomar el control de la persona. Así, los sijs creen que si leen el Sukhmani Sahib, pueden derrotar estos cinco males y recuperar el control sobre su alma.*

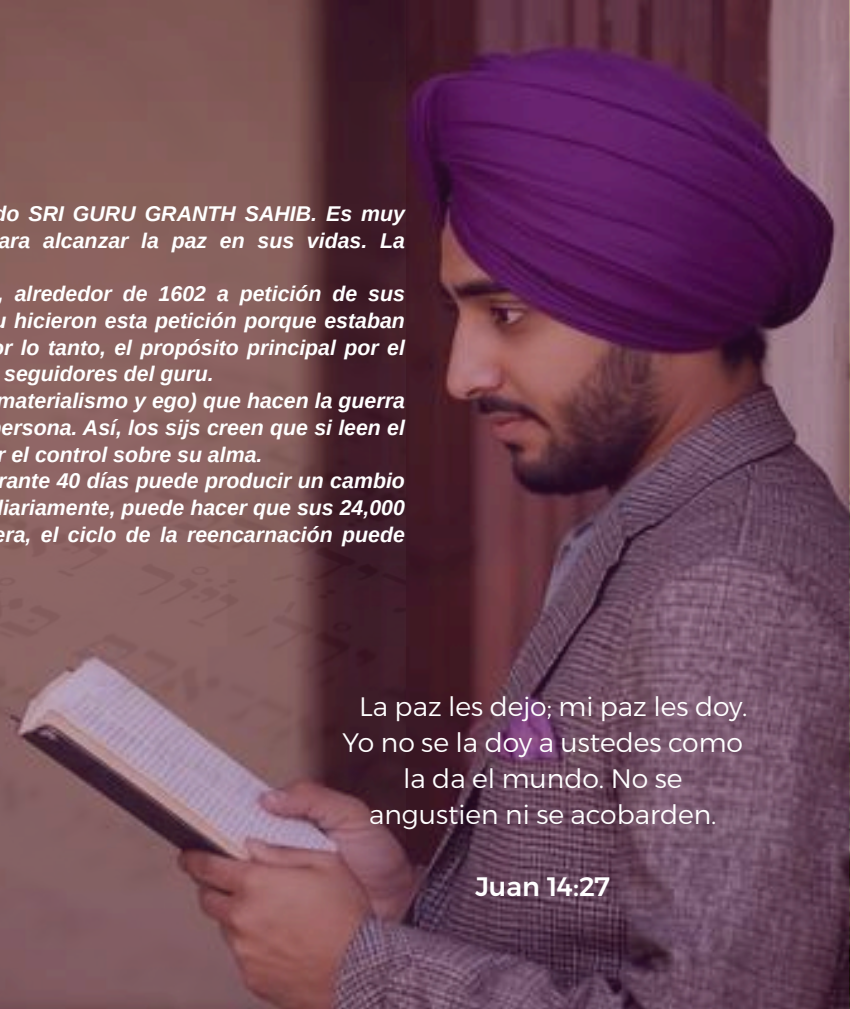
*Muchos sijs creen que leer el Sukhmani Sahib regularmente durante 40 días puede producir un cambio espiritual. El Sukhmani Sahib tiene 24,000 palabras y, si se lee diariamente, puede hacer que sus 24,000 respiraciones al día sean exitosas o fructíferas; de esta manera, el ciclo de la reencarnación puede destruirse y se puede experimentar la paz suprema.*

## PUNTO DE ORACIÓN

- 1. Ora para que los sijs (sikhs) comiencen a buscar la paz duradera que proviene de Dios a través de Cristo Jesús, el Príncipe de Paz, la cual el Sukhmani Sahib no puede proporcionar.*
- 2. Ora para que los sijs se den cuenta de que leer el Sukhmani Sahib no los liberará de los cinco males ni del ciclo de la reencarnación, y que comiencen a buscar la verdad en Cristo.*
- 3. Ora para que el Espíritu Santo ponga en el corazón de los sijs el deseo de leer la Biblia y conocer el verdadero y único camino de salvación.*

La paz les dejo; mi paz les doy.  
Yo no se la doy a ustedes como  
la da el mundo. No se  
angustien ni se acobarden.

**Juan 14:27**



## **SOBRE EL SIJISMO**

# **REENCARNACIÓN**

*La Reencarnación en el Sijismo: El Ciclo y su Propósito*

*La reencarnación, o avagaavan, se refiere al ciclo de nacimiento y muerte a través del cual el alma deambula, impulsada por el karma (acciones) y el haumai (ego). El sijismo enseña que el alma es eterna y pasa por chaurasi lakh (8.4 millones) de formas de vida. Este ciclo no es deseable; significa la separación del alma de su verdadera fuente: Waheguru (Dios).*

*El nacimiento humano se considera una oportunidad rara y preciosa, porque solo en este estado se puede reconocer a Dios y liberarse del ciclo. El Guru Granth Sahib enfatiza que la liberación (mukti) no llega a través de rituales o prácticas ascéticas, sino a través del Naam Simran (meditación en el Nombre de Dios), viviendo con rectitud y alineándose con el Hukam (Voluntad Divina). Como declara el Granth Sahib: «Bahut janam bichhure thay madho, eh janam tumare lekhe» (Por muchos nacimientos he estado separado, oh Señor; esta vida está dedicada a Ti).*

*La meta final en el sijismo no es la reencarnación interminable, sino la unión con Waheguru. Cuando el alma se despoja del ego y se funde con lo Divino, el ciclo de nacimiento y muerte termina. Este estado se llama Sach Khand (Reino de la Verdad), donde el alma experimenta la dicha eterna.*

*Si una persona no logra en una vida encontrarse con el Guru, descubrir el verdadero Nombre, unirse a la sociedad de los santos y vivir con una ética pura, puede hacerlo en la vida siguiente —y con una probabilidad cada vez mayor, a medida que la sabiduría divina se difunde—. A pesar de las frecuentes referencias al orden preordenado de Dios, Guru Nanak no descartó el regalo del libre albedrío. El esfuerzo humano importa junto con la gracia divina.*

*Por lo tanto, el sijismo ve la reencarnación como una condición temporal. La liberación se logra a través de la gracia (nadar), la devoción y la sabiduría del Guru. En lugar de temer al renacimiento, el sijismo hace un llamado a los sijs a esforzarse por la realización espiritual en esta vida —a través del amor, la humildad y el recuerdo de Dios— para que el alma alcance su verdadero propósito: la unión con lo Eterno.*

## **PUNTO DE ORACIÓN**

*Ora para que la comunidad sij (sikh) reciba la revelación de que está establecido para los seres humanos que mueran una sola vez, y después de esto el juicio; y que solo a través de la sangre expiatoria de Jesucristo puede alguien ser justificado delante de Dios.*

Así como está establecido que los seres humanos mueran una sola vez y después venga el juicio, también Cristo fue ofrecido en sacrificio una sola vez para quitar los pecados de muchos. Aparecerá por segunda vez ya no para cargar con pecado alguno, sino para traer salvación a quienes lo esperan.

DÍA 1 — 12 DE ABRIL

## LA DESESPERANZA ENTRE LOS SIJS (SIKHS) EN PUNJAB

En los últimos años, cientos de miles de jóvenes sijs han emigrado de la India con la esperanza de construir una vida mejor en otro país. Huyendo del alto desempleo en la India, de la intensa competencia por los puestos de trabajo y del aumento del crimen organizado, muchos sijs se han mudado para estudiar o trabajar en países como Canadá, Estados Unidos, el Reino Unido y Australia. Su búsqueda de educación, oportunidades y seguridad financiera ha llevado a las familias a realizar enormes sacrificios para hacer realidad estos sueños.


Recientemente, muchos países occidentales han estado cambiando sus políticas de inmigración, lo que dificulta cada vez más que las personas permanezcan de forma permanente y obtengan la ciudadanía en los países a los que se han mudado. Estas reglas de visado más estrictas, combinadas con un costo de vida récord y la escasez de empleos, han llevado a muchos sijs a decidir que mudarse al extranjero ya no vale la pena. El resultado de esto ha sido una gran migración de jóvenes sijs de regreso a la India, y un profundo sentimiento de desesperación y desaliento entre aquellos que sienten que su única esperanza para el futuro ha sido abandonada.

### PUNTO DE ORACIÓN

- 1. Ora por el crecimiento económico y la estabilidad en la India, para que los jóvenes tengan un futuro seguro, próspero y a salvo en su propia tierra natal.*
- 2. Ora para que los jóvenes sijs (sikhs) busquen primeramente el reino de Dios y su justicia, y experimenten Su cuidado lleno de gracia en sus vidas.*

Los paganos andan tras todas estas cosas, pero su Padre celestial sabe que ustedes las necesitan. Más bien, busquen primeramente el reino de Dios y su justicia, entonces todas estas cosas les serán añadidas.

**Mateo 6:32-33**



DÍA 2 — 13 DE ABRIL

## TRANSPORTISTAS EN NORTEAMÉRICA

Los conductores de camiones punjabíes se han convertido silenciosamente en una fuerza principal en el transporte de carga de América del Norte. La Asociación de Camioneros Punjabíes de América del Norte (NAPTA) estima que en la costa oeste de los Estados Unidos, los sijes representan alrededor del 40% de los conductores de camiones; a nivel nacional, esa cifra se estima en cerca del 20%. Muchos provienen de la región del Punjab, en la India. Al conducir por cualquier autopista principal de Norteamérica, se puede ver la gran cantidad de conductores punjabíes. Sus camiones a menudo están adornados con inscripciones en gurmukhi, imágenes de leones u otras formas de orgullo sij.

Junto a esta ola de transporte ha surgido una red de comedores al borde de la carretera —conocidos como dhabas— inspirados en los restaurantes de carretera del Punjab. Actualmente, unos 40 de estos dhabas salpican los intercambios de las paradas de camiones en EE. UU., ofreciendo platos familiares como paratha, dal, paneer, chai y comidas caseras a los conductores que registran largas horas entre cargas.

Estos dhabas y los negocios de transporte forman algo más que nichos económicos: fortalecen la identidad cultural, crean redes comunitarias y desafían las imágenes tradicionales del camionero estadounidense. El gran número de camioneros punjabíes también ha ayudado a la comunidad del Punjab a extenderse por toda América del Norte, transformando algunas comunidades.

## PUNTO DE ORACIÓN

- 1. Ora para que los camioneros punjabíes se encuentren con la verdad de Jesús mientras conducen a través del país; que escuchen el evangelio de parte de otros compañeros transportistas o de personas en las paradas de descanso y en los dhabas (pequeños restaurantes indios).*
- 2. Ora para que Dios utilice la industria del transporte como una herramienta para llevar a los sijes a conocerle y amarle.*

Ahora bien, ¿cómo invocarán a aquel en quien no han creído? ¿Y cómo creerán en aquel de quien no han oído? ¿Y cómo oirán si no hay quien predique? ¿Y cómo predicarán sin ser enviados? Así está escrito: «¡Qué hermosos son los pies de los que anuncian las buenas noticias!

Romanos 10:14-15

DÍA 3 — 14 DE ABRIL

## JALISTÁN

Jalistán (Khalistan) significa «Tierra de los Puros» y se refiere a la idea de crear una nación sij independiente. El movimiento comenzó tras la independencia de la India en 1947, cuando la región del Punjab fue dividida entre India y Pakistán, y muchos sijs se sintieron marginados política y culturalmente. Las tensiones crecieron en la década de 1970, cuando los líderes sijs exigieron mayor autonomía para el Punjab.

El conflicto se tornó violento en 1984, cuando el ejército indio atacó el Templo Dorado en la Operación Blue Star para desalojar a separatistas armados. El asalto causó la muerte de muchas personas y dañó el santuario más sagrado del sijismo, conmocionando profundamente a los sijs de todo el mundo. Más tarde ese mismo año, la Primera Ministra Indira Gandhi fue asesinada por sus guardaespaldas sijs, lo que desencadenó disturbios antisijes en los que murieron miles de personas. Estos eventos crearon un trauma duradero y desconfianza hacia el gobierno indio.


Aunque la insurgencia de Jalistán fue suprimida en la década de 1990, la idea sobrevivió, especialmente entre las comunidades de la diáspora sij en países como Canadá, el Reino Unido y los Estados Unidos. Muchos sijs en el extranjero apoyan la causa de Jalistán porque la ven como un símbolo de justicia, seguridad y autodeterminación tras la violencia de 1984. Algunos lo ven como una forma de honrar la historia e identidad sij, mientras que otros lo utilizan para llamar la atención sobre los abusos a los derechos humanos y buscar reconocimiento por las injusticias del pasado. Al vivir fuera de la India, los sijs de la diáspora a menudo ven la idea de Jalistán más como un movimiento por la dignidad y la memoria que como una demanda inmediata de un nuevo país. En la India actual, la mayoría de los sijs se enfocan en la paz y el progreso dentro de la nación en lugar de la separación.

## PUNTO DE ORACIÓN

- 1. Ora para que los sijs (sikhs) encuentren en Jesucristo la dignidad que tanto buscan.*
- 2. Ora para que los sijs sanen de sus traumas del pasado y encuentren su verdadera ciudadanía, no en la India ni en Jalistán, sino en el Reino de Dios a través de Jesucristo*

En cambio, nosotros somos ciudadanos del cielo, de donde anhelamos recibir al Salvador, el Señor Jesucristo.

Filipenses 3:20



DÍA 4 — 15 DE ABRIL

## GRANJEROS EN AUSTRALIA

Los agricultores sijs se han convertido en una parte importante del paisaje agrícola de Australia, particularmente en regiones como Victoria, Nueva Gales del Sur y Queensland. Tras emigrar originalmente de Punjab, India, muchos sijs han encontrado el éxito en la agricultura gracias a sus profundas tradiciones agrícolas y a sus sólidas redes comunitarias.

Woolgoolga alberga el mayor asentamiento regional de sijs en Australia, representando al menos el 20% de los más de 6,000 habitantes de este pequeño pueblo costero en Nueva Gales del Sur. Al finalizar la Segunda Guerra Mundial, las granjas de plátanos de Woolgoolga, propiedad principal de inmigrantes italianos en aquel momento, enfrentaban una escasez de mano de obra. Los sijs del Punjab, con su experiencia agrícola, intervinieron para llenar ese vacío. Muchos de estos primeros colonos trabajaron inicialmente como peones en las plantaciones de plátanos. Para la década de 1990, ya habían adquirido muchas de las plantaciones y controlaban esencialmente la industria bananera australiana, prosperando económicamente en el proceso.

A medida que el cultivo de plátanos se volvió más competitivo y vulnerable —debido a las presiones del mercado, los riesgos climáticos y la fluctuación de precios— muchos agricultores sijs se han diversificado hacia el cultivo de arándanos, macadamias y vegetales de invernadero.

La comunidad sij en Australia ha realizado contribuciones significativas en diversos sectores, incluyendo los negocios, la educación, la atención médica y el servicio público. La creciente visibilidad de los sijs en la vida pública, incluyendo su representación en la política, los medios de comunicación y los deportes, refleja su creciente integración y aceptación en la sociedad australiana. Son conocidos por su ética de trabajo y su contribución tanto a las economías locales como a la producción de alimentos. Además, los sijs han participado activamente en la promoción de la justicia social y el bienestar comunitario, alineándose con su principio religioso de seva (servicio desinteresado).

## PUNTO DE ORACIÓN

- 1. Ora para que la comunidad sij en Woolgoolga experimente paz, unidad y bienestar dentro de sus familias y en la comunidad en general. Pide que sus contribuciones al pueblo —cultural, económica y socialmente— sigan siendo valoradas y apoyadas.*
- 2. Ora por oportunidades para construir amistades genuinas y entendimiento entre cristianos y sijs en Woolgoolga. Pide a Dios que abra los corazones a conversaciones espirituales arraigadas en el amor, el respeto y la verdad.*

Más bien, honren en su corazón a Cristo como Señor. Estén siempre preparados para responder a todo el que pida razón de la esperanza que hay en ustedes. Pero háganlo con gentileza y respeto

1 Pedro 3:15

DÍA 5 — 16 DE ABRIL

## SUEÑOS DESTROZADOS EN FILIPINAS

Muchos sijs emprenden el viaje desde Punjab, India, hacia Filipinas con la esperanza de un futuro brillante. La realidad que encuentran suele ser lo opuesto a lo que soñaron. Enfrentan desafíos enormes: cada día, al salir a trabajar, ponen sus vidas en riesgo sin garantía de regresar a casa a salvo. Hay informes frecuentes de personas asesinadas o secuestradas para pedir rescate. A menudo, los secuestradores no son capturados y, aunque alguien sea arrestado, puede ser liberado rápidamente. Tras su liberación, podrían atacar a la persona que los denunció ante la policía.

Debido a esto, muchos empresarios sijs viven con miedo y dudan en acudir a la policía cuando ocurren secuestros o atracos. También existe una competencia intensa entre algunos empresarios sijs, hasta el punto de que unos pocos incluso se dañan entre sí organizando secuestros por rescate o mandando a matar a sus rivales para quedarse con sus clientes. Bajo esta presión, muchos caen en la depresión y recurren a hábitos destructivos. Varios comienzan a beber en exceso y continúan hasta que esto destruye su salud; muchos han muerto a una edad temprana.

En los últimos cinco años, muchos jóvenes empresarios sijs que llegaron a Filipinas han quedado atrapados en el alcohol y las drogas debido a la feroz competencia y al estrés abrumador que enfrentan. Aquí es precisamente donde necesitan guía y el evangelio. Muchos, cuyas vidas están en este punto de quiebre, están ahora listos para entregar sus vidas a Cristo.

### PUNTO DE ORACIÓN

1. *Ora para que aquellos que estén considerando mudarse comprendan la verdadera realidad de la vida y los negocios en Filipinas antes de decidir venir.*
2. *Ora para que aquellos que han sido víctimas lleguen a conocer al Dios vivo, no solo para ver sus negocios restaurados, sino para que sus vidas enteras sean encaminadas por la senda correcta.*
3. *Ora para que los obreros del evangelio sean equipados con una sabiduría profunda y una carga genuina por alcanzarlos, compartir a Cristo y formar discípulos fieles entre ellos.*

Al ver a las multitudes, tuvo compasión de ellas, porque estaban agobiadas y desamparadas, como ovejas sin pastor. «La cosecha es abundante, pero son pocos los obreros —dijo a sus discípulos—. Por tanto, pidan al Señor de la cosecha que envíe obreros a su campo».

Mateo 9:36-38

## TESTIMONIO DE SALVACIÓN

Mi nombre es Shelley; nací y crecí en los suburbios de Toronto, Canadá, en una familia sij conservadora inmersa en la tradición y el ritual religioso. A medida que crecía, mi fe se volvió un fundamentalismo rígido y me convencí de que los sijs debían tener su propio país. Guardaba un profundo resentimiento hacia la India, así que cuando mis padres decidieron en 1993 que nos mudaríamos allí, me quedé impactada. Nos establecimos en el norte de la India y me vi inmersa en una cultura que me había desagradado desde la distancia. Amaba a algunos artistas folclóricos punjabíes, pero tenía muy poca comprensión religiosa verdadera o una conexión significativa con la cultura india o punjabí.

En esos años, admiraba a los extremistas sijs, creyendo que solo ellos practicaban el "verdadero" sijismo. Sentía que era mi deber apoyar su viaje espiritual hacia lo que yo pensaba que era la iluminación. Sin embargo, incluso entonces, una agitación interna comenzó a gestarse en mí a una edad temprana. Cuando finalmente regresamos a Canadá, llevaba conmigo una mezcla compleja de identidades: canadiense, sij y profundamente influenciada por los valores colectivistas indios. Busqué pertenencia en la religión, la música y la cultura, intentando encontrar un sentido estable de identidad.

Mi comprensión de Dios cambió al encontrarme con el cristianismo y su mensaje de gracia. La gracia, para mí, se convirtió en la asombrosa realidad de que Dios ofrece amor y perdón como un regalo gratuito, en lugar de algo que debo ganar. Esto contrastaba fuertemente con mi cosmovisión anterior, moldeada por el énfasis del sijismo en las buenas obras y la liberación del ciclo de la reencarnación. Poco a poco, a través de las Escrituras, el Espíritu Santo y una relación creciente con Jesús, comencé a experimentar sanidad en mi alma. Mi identidad cambió: de esforzarme por alcanzar la iluminación, pasé a descansar como una hija amada de Dios, recorriendo un camino de plenitud y libertad para toda la vida.



## PUNTO DE ORACIÓN

*Ora para que muchos otros sijs experimenten sanidad en su alma y lleguen a ser hijos de Dios, caminando en plenitud y libertad.*

Mas a cuantos lo recibieron, a los que creen en su nombre, les dio el derecho de ser hechos hijos de Dios.

Juan 1:12



## CULTURA DE HONOR Y VERGÜENZA

Izzat (honor) y sharam (vergüenza) son valores culturales significativos en la comunidad sij. El honor se considera primordial e influye en las decisiones sobre el matrimonio, las interacciones sociales y el comportamiento. El estatus de una familia en la comunidad a menudo importa más que el bienestar individual. El miedo a provocar vergüenza puede utilizarse como una herramienta de control social: silenciando a las víctimas de abuso, presionando a las familias por dotes y haciendo cumplir las expectativas de casta y matrimonio. Al no poder alcanzar sus sueños en un tiempo determinado, a veces las personas se desesperan por evitar la vergüenza. Muchos recurren a adicciones destructivas o actividades ilegales, y algunos incluso cortan lazos con familiares y amigos simplemente para evitar la humillación, porque sienten que no pueden soportar la vergüenza.

Al mismo tiempo, los principios fundamentales del sijismo enfatizan la igualdad para todas las personas, independientemente de la casta, el género o el estatus social, y hacen un llamado a la compasión; sin embargo, muchos sijis —especialmente los migrantes de primera generación— están fuertemente influenciados por las normas tradicionales y continúan viviendo bajo una mentalidad de honor y vergüenza que puede entrar en conflicto con estas enseñanzas religiosas fundamentales.

Si confesamos nuestros pecados, Dios, que es fiel y justo, nos los perdonará y nos limpiará de toda maldad.

1 Juan 1:9

## PUNTO DE ORACIÓN

- 1. Ora para que encuentren la verdadera fuente de vida e igualdad en Jesús. (Juan 8:32)*
- 2. Ora para que aquellos atrapados por el honor y la vergüenza se arrepientan de sus pecados y reciban liberación, en lugar de ocultar su pecado por temor a la deshonra. (1 Juan 1:9)*
- 3. Ora para que la Iglesia refleje la victoria de Cristo sobre el honor y la vergüenza, para que puedan ser atraídos a Jesús por lo que ven en Su pueblo. (2 Corintios 3:2–3)*



## Conociendo a los sijs – Cinco panes/rotis

Los sijs son originarios de Punjab, región conocida como el "granero" de la India por su alta producción de trigo, que alimenta a millones de personas. La dieta básica de la mayoría de los sijs es un tipo de pan plano, fino y redondo, sin levadura, llamado chapati o "roti" en punyabí, el idioma principal de los sijs. Es similar a una tortilla, pero está hecho de "atta" (harina de trigo integral) y tradicionalmente se come con curry.

Roti también es un término general para comida o plato. Los sijs son hospitalarios y a menudo invitan a las personas a comer, donde generalmente se sirven rotis. Los rotis también se sirven regularmente en el langar (comedor comunitario gratuito) del Gurdwara, el lugar de culto sij.

Jesús es el Pan de Vida o "Jeevan di Roti" en punyabí (Juan 6:35; 6:48). En un relato bíblico, Jesús, el Pan de Vida, multiplicó y distribuyó cinco panes/rotis y dos peces para alimentar a la multitud hambrienta (Mateo 14:19).

Así que, ¿por qué no compartir el amor de Jesús e invitar a los sijs que conozcas a tu casa para compartir una comida de cinco rotis o más, acompañada preferiblemente de un curry de pescado (para los no vegetarianos)? Se pueden encontrar recetas en línea. Luego, tal vez podrías compartir este relato bíblico con ellos y explicarles por qué Jesús es el Pan de Vida/Jeevan di Roti, quien alimenta las almas hambrientas y da vida eterna (Juan 6:51).

## Receta de Roti punyabí

### Ingredientes (Para 6 chapatis)

- 50g (5½ oz) de "Atta" o harina integral, más un poco extra para espolvorear
- 100–110ml (3½–3¾ fl oz) de agua
- 2 cucharaditas de mantequilla derretida, para untar (opcional)

### Instrucciones

1. Amase la harina y el agua hasta obtener una masa suave y elástica. Agregue más harina si comienza a ponerse pegajosa. Cubra y deje reposar durante unos 20 minutos.
2. Divida la masa en seis piezas iguales y forme bolas suaves. Aplánelas ligeramente con las palmas de las manos.
3. Enharine una superficie de trabajo. Con un rodillo, extienda la bola de masa aplanada hasta alcanzar unos 8 cm de diámetro. Voltéela y repita el proceso hasta que tenga unos 15 cm (6 pulg.) de diámetro.
4. Colóquela con cuidado sobre una "tava", plancha o sartén poco profunda precalentada y voltéela con una espátula una vez que se oscurezca, esté firme y comience a burbujear. Presione los bordes para asegurar que se cocine de manera uniforme. El roti debe inflarse y aparecerán manchas doradas cuando esté cocido.
5. Retire de la tava y unte la mantequilla derretida sobre un lado del roti (opcional). Envuelva el roti en un paño de cocina limpio para mantenerlo caliente. Repita el proceso con las otras cinco bolas de masa. Sirva los cinco rotis con un curry (de pescado).

\* ¡1 extra para practicar!

## PUNTO DE ORACIÓN

*Ora para que Jesús, el Pan de Vida, alimente y satisfaga el hambre espiritual de los sijs, para que nunca más tengan hambre y reciban la vida eterna.*

*(Juan 6:35 6:51)*

Yo soy el pan vivo que bajó del cielo. Si alguno come de este pan, vivirá para siempre. Este pan es mi carne y lo daré para que el mundo viva.

Juan 6:51

**MUCHAS GRACIAS  
A NUESTROS COLABORADORES Y  
PATROCINADORES**

Si deseas conocer más formas de orar por los sijes (sikhs) y recibir recursos sobre cómo compartir el evangelio con ellos, contáctanos: [Sikh.WPG@gmail.com](mailto:Sikh.WPG@gmail.com).

Estaremos felices de colaborar contigo de esta manera.



**COMIBAM**

COOPERACIÓN MISIONERA  
IBEROAMERICANA

**LSWG**  
LAUSANNE SIKHISH  
WORKING GROUP

**GG** GLOBAL  
GATES

