



## Apuntes del Evangelio. Luis Javier Palacio, S.J.

### **AYUNO: DE LA ASCETICA A LA MISTICA** **Mateo 9:14-15, viernes, febrero 12 de 2016**

El ayuno como ascética o práctica para hacer méritos, ha terminado en crisis. En la cultura contemporánea del cuerpo y los sentidos, la política general es no negarse ningún placer que produzca sensación de bienestar personal. Tampoco el judaísmo era religión ascética y el ayuno solamente era prescrito una vez al año en la fiesta de la expiación (Yom-Kippur). Luego del Destierro, se prescriben cuatro ayunos para conmemorar el asalto y caída de Jerusalén, la destrucción del Templo y el asesinato del rey Godolías. En el Nuevo Testamento aparece el ayuno en las discusiones con los fariseos —estos ayunaban dos veces por semana, el lunes y el jueves en honor a Moisés y su pacto del Sinaí— en los sinópticos, pero no aparece ni en Juan ni en las cartas.

En las tentaciones en el desierto, no aparece el ayuno de Jesús en el evangelio de Marcos. En el relato de Mateo la primera tentación no es romper el ayuno sino el hacerlo con un signo mágico de cambiar las piedras en panes. El referente de la primitiva comunidad cristiana era la frase de hoy: «¿Es que pueden ayunar los amigos del novio, mientras duran las bodas?». Luego se complica el principio con la práctica de algunos sacramentos como las penitencias de los catecúmenos para el bautismo y la Eucaristía<sup>1</sup>. No hay testimonios de que los cristianos hayan ayunado en el siglo I. El sínodo de Hipona (393) pide el ayuno para la comunión excepto el jueves santo y el sínodo de Gangra lo prohíbe en domingo. Es León Magno (440) quien uniformiza y universaliza el ayuno. La Reforma ataca que el ayuno obre por sí mismo y sea meritorio y lo considera de la ley judía por lo cual queda abolido. Lutero enseñaba que la temperancia habitual era mucho más beneficiosa que el ayuno ocasional. Hoy es riguroso y oficial en el islamismo y los países islámicos, durante los cuarenta días de Ramadán. Mahoma lo llamó “*la puerta de entrada a la religión*”. En las leyendas de los padres del desierto, se consideró el ayuno como el arma para vencer al demonio<sup>2</sup>, con un sentido bastante maniqueo: dominando el cuerpo se domina al demonio. Así aparece en la vida de Antonio Abad escrita por Atanasio. En la *devotio moderna* (Tomás de Kempis) se recomienda imitar a Jesús de cuatro maneras: en soledad, ayuno, oración y sufrimiento corporal. Algunos rabinos recomendaban ayunar cuando se tenían sueños pesados o pesadillas. Igualmente para equilibrar los excesos de las fiestas de pascua y de las tiendas (*Sukkoth*). El ayuno judío no era solamente de alimentos, pues entraba también el beber, las relaciones sexuales, el uso de sandalias. Pero también había rabinos que decían que el ayuno promovía el desvío de la verdadera devoción expresada en la oración y la limosna. El Vaticano II en la constitución sobre la liturgia (Sacrosanctum Concilium) solo se refiere al ayuno en relación con la Pascua, en los siguientes términos: «*La penitencia del tiempo cuaresmal no debe ser sólo interna e individual, sino también externa y social... téngase como sagrado el ayuno pascual; ha de celebrarse en*

---

<sup>1</sup> Aurelio Agustín de Hipona señalaba que la Eucaristía se instituyó en medio de una cena. Los Ortodoxos siguen el texto de Juan y usan pan leudado para la Eucaristía y enfatizan no la muerte sino la resurrección de Jesús.

<sup>2</sup> En los evangelios solo aparece en el caso del niño epiléptico de quien los discípulos no logran expulsar el “espíritu impuro” (Mc 9:29).

Luis Palacios, S.J.

[Seleccione la fecha]

*todas partes el Viernes de la Pasión y Muerte del Señor»* (SC# 110). Los padres de la Iglesia (especialmente orientales) resumieron el ayuno en la frase: “*ayunar para ayudar*”, es decir, que lo que ayunas debes darlo a los demás. En el budismo, el ayuno es una técnica de control (no perfección) de las pasiones expresado en la frase aparentemente contradictoria pero lógica en su modo de pensar: «*Experimentar el placer de no comer*», es decir, disfrutar de otra manera los frutos de la tierra, con la vista, el olfato, el tacto sin destruirlos con la digestión. Aquí ya se perfilan los posibles rasgos místicos del ayuno. El movimiento de monasterios femeninos ecológico- espiritual de USA y Canadá, dice por ejemplo: «*Necesitamos prácticas espirituales como el ayuno de lo que nos anestesia con el ruido, el exceso de comida y bebida, la TV, el consumo, el exceso laboral que han producido narcotización colectiva*». Se trata de curar tanto el cuerpo de la persona como el cuerpo de la tierra o casa común como la llama Francisco en la encíclica *Laudato sí'*. En la oración por nuestra tierra de la misma encíclica, pedimos: «*Sana nuestras vidas, para que seamos protectores del mundo y no depredadores, para que sembremos hermosura y no contaminación y destrucción*». Ayunar es una manera de hacer conciencia y prestar atención en las necesidades de otros y del planeta. Los cuerpos, el humano y el de los demás seres vivos, están bajo estado de sitio por las fuerzas hostiles al medio ambiente como la polución y los tóxicos químicos. Se dice que hoy en día el 60% de las enfermedades se relacionan o se agravan por la contaminación ambiental que a su vez es producto en buena parte del prurito por consumir. Si en el pasado el exceso posible se daba en las comidas y bebidas, hoy se da en innumerables frentes mucho más lesivos de la persona y de la comunidad. La mística, un poco desdibujada por entender las experiencias místicas como de arrobamiento extático, es la capacidad por el contrario de encontrar la transparencia de la cosas como manifestación de Dios<sup>3</sup>. En la alocución de Francisco a la ONU decía que cualquier daño al medio ambiente es un daño a la humanidad porque la Casa Común no puede construirse sin una cierta sacramentalidad de la naturaleza que es fruto de una decisión amoroso del Creador. Hoy, pues, tendríamos que ampliar la frase de los padre orientales de la Iglesia en el sentido de que hay que ayunar para ayudar, con el sentido de que hay que ayunar para salvar el planeta y para penetrar en el misterio de Dios revelado en el libro de la naturaleza. Necesitamos ayuno de presencias mediáticas (hoy omnipresentes con la tecnología de las comunicaciones) que invaden nuestra privacidad y nos secuestran el espacio para encontrarnos con nuestra propia identidad, con originalidad irrepetible que es el aporte a toda la creación. Todo el sermón de la montaña muestra que Jesús tiene en su manera de pensar una orientación muy diferente a la de las prácticas fariseas de perfección. El mandato supremo, que en el Antiguo Testamento era: «*Sed santos como yo soy santo*» es reformulado en Mateo como «*sed perfectos como vuestro Padre es perfecto*» y en Lucas aún más claro «*sed misericordiosos como vuestro Padres e misericordioso*». La imagen del esposo y la fiesta de bodas, invita a un ayuno que es diferente al ascético; invita a abstenerse de lo que impida que el otro sea feliz. Es tiempo de la alegría, pero de la alegría para todos, no de unos pocos a costa del dolor y la tristeza de otros o de la naturaleza misma. El novio no será arrebatado porque ahora es el Resucitado.

---

<sup>3</sup> Con una técnica apropiada o con los sicotrópicos podemos ver estrellas pero la mística es saber convivir con las estrellas, no es ver figuras imaginarias sino saber convivir con las reales.