



El ayuno se ha convertido en una práctica ambigua. En la antigüedad no se conocía más que el ayuno religioso; hoy existe el ayuno político y social (ihuelgas de hambre!), un ayuno saludable o ideológico (vegetarianos), un ayuno patológico (anorexia), un ayuno estético (para mantener la línea). Existe sobre todo un ayuno impuesto por la necesidad: el de los millones de seres humanos que carecen de lo mínimo indispensable y mueren de hambre.

Por sí mismos, estos ayunos nada tienen que ver con razones religiosas y ascéticas. En el ayuno estético incluso a veces (no siempre) se «mortifica» el vicio de la gula sólo por obedecer a otro vicio capital, el de la soberbia o de la vanidad.

Es importante por ello intentar descubrir la genuina enseñanza bíblica sobre el ayuno. En la Biblia encontramos, respecto al ayuno, la actitud del «sí, pero», de la aprobación y de la reserva crítica. El ayuno, por sí, es algo bueno y recomendable; traduce algunas actitudes religiosas fundamentales: reverencia ante Dios, reconocimiento de los propios pecados, resistencia a los deseos de la carne, solicitud y solidaridad hacia los pobres... Como todas las cosas humanas, sin embargo, puede decaer en «presunción de la carne». Basta con pensar en la palabra del fariseo en el templo: «Ayuno dos veces por semana» (Lucas, 18, 12).

Si Jesús nos hablara a los discípulos de hoy, ¿sobre qué insistiría más? ¿Sobre el «sí» o sobre el «pero»? Somos muy sensibles actualmente a las razones del «pero» y de la reserva crítica. Advertimos como más importante la necesidad de «partir el pan con el hambriento y vestir al desnudo»; tenemos justamente vergüenza de llamar al nuestro un «ayuno», cuando lo que sería para nosotros el colmo de la austeridad -estar a pan y agua- para millones de personas sería ya un lujo extraordinario, sobre todo si se trata de pan fresco y agua limpia.

Lo que debemos descubrir son en cambio las razones del «sí». La pregunta del Evangelio podría resonar, en nuestros días, de otra manera: «¿por qué los discípulos de Buda y de Mahoma ayunan y tus discípulos no ayunan?» (es archisabido con cuánta seriedad los musulmanes observan su Ramadán).

Vivimos en una cultura dominada por el materialismo y por un consumismo a ultranza. El ayuno nos ayuda a no dejarnos reducir a puros «consumidores»; nos ayuda a adquirir el precioso «fruto del Espíritu», que es «el dominio de sí», nos predispone al encuentro con Dios que es espíritu, y nos hace más atentos a las necesidades de los pobres.

Pero no debemos olvidar que existen formas alternativas al ayuno y a la abstinencia de alimentos. Podemos practicar el ayuno del tabaco, del alcohol y bebidas de alta graduación (que no sólo al alma: también beneficia al cuerpo), un ayuno de las imágenes violentas y sexuales que televisión, espectáculos, revistas e Internet nos echan encima a diario. Igualmente esta especie de «demonios» modernos no se vencen más que «con el ayuno y la oración».

*Comentario del padre Raniero Cantalamessa –predicador de la Casa Pontificia– a las lecturas de la liturgia de la Misa del domingo anterior al miércoles de Ceniza, inicio del tiempo de Cuaresma en la Iglesia. VIII Domingo del Tiempo ordinario B (Oseas 2,14b.15b19-20; 2 Corintios 3, 1b-6; Marcos 2, 18-22).*

Imagen: Duane Keiser