

El ayuno  
**Autor: Arend Remmers**

**Texto bíblico:**  
Mateo 6:16-18

# El ayuno

## **Ningún mandamiento**

El ayuno en la Biblia es mencionado varias veces, y hoy en día, son muchos los cristianos que lo practican. Sin embargo, no hallamos ningún mandamiento referente a esto, ni en el Antiguo, ni en el Nuevo Testamento. En los versículos del capítulo 6 del evangelio de Mateo, el Señor Jesús no mandó a sus discípulos que ayunasen como tampoco que diesen limosna. Simplemente suponía que sus discípulos practicaban el ayuno.

Sin embargo, ¿cuál es el verdadero significado del ayuno bíblico? La mayoría de nosotros, sin duda debemos confesar que nos hemos preocupado poco de esto. No obstante, es algo que no debemos dejar pasar por alto. Veamos pues de cerca el alcance de ese corto pasaje del Sermón del monte.

## **El ayuno en el Antiguo Testamento**

En Éxodo 34:28, leemos que Moisés no comió ni bebió durante los cuarenta días que estuvo sobre el monte de Dios para recibir la ley para Israel. Es la primera vez que se menciona el ayuno en la Palabra de Dios. También podemos notar que el Señor Jesús comenzó su servicio en la tierra ayunando durante cuarenta días (Mateo 4:2). Como pueblo, Israel ayunó por primera vez durante el combate fratricida contra la tribu de Benjamín (Jueces 20:26).

En numerosos pasajes vemos que si hombres piadosos ayunaban, era para orar insistentemente (Nehemías 1:4; Daniel 9:3), o para humillarse en la aflicción y en el arrepentimiento (1 Samuel 7:6; 1 Reyes 21:27; 2 Crónicas 20:3; Esdras 8:21). Después de la cautividad de Babilonia, fueron instituidos varios períodos de ayuno al año, en memoria de la transportación de Judá (véase Zacarías 7:5; 8:19).

El Salmo 35:13 muestra con toda claridad el significado del ayuno: “Pero yo, cuando ellos enfermaron, me vestí de cilicio; afligí con ayuno mi alma”. El ayuno que Dios apreciaba consistía pues en la manifestación pública de una profunda humillación interior. Por consiguiente, aunque no sea una cosa expresamente demandada, los judíos han interpretado en todo tiempo las palabras de Levítico 16:29: “afligiréis vuestra alma”, como un mandamiento de Dios de ayunar durante el gran día de las propiciaciones.

Sin embargo, el profeta Isaías ya entonces debió denunciar públicamente el abandono del verdadero ayuno y hacer volver al pueblo a un ayuno según Dios y a un verdadero arrepentimiento (Isaías 58:1-7). Los israelitas ayunaban pero practicaban al mismo tiempo los peores pecados. Dios odiaba esos hipócritas comportamientos.

### **El ayuno en el Nuevo Testamento**

En el Nuevo Testamento, también encontramos la costumbre del ayuno entre los Judíos. Ana la profetisa servía a Dios de día y de noche con ayunos y oraciones (Lucas 2:37). Contrariamente a los discípulos del Señor, los de Juan el Bautista y los fariseos ayunaban con frecuencia (Mateo 9:14).

En la parábola de Lucas 18:11-12, el Señor Jesús imputa a los fariseos satisfechos de sí mismos las palabras siguientes: “Dios, te doy gracias porque no soy como los otros hombres, ladrones, injustos, adúlteros, ni aun como este publicano; ayuno dos veces a la semana, doy diezmos de todo lo que gano”. Resalta de estos versículos que el ayuno era un ejercicio religioso en boga, tal como ocurre hoy en día en ciertas denominaciones cristianas y en diversas religiones (por ejemplo en el islam).

### **“Cuando ayunéis...”**

Este mismo pasaje muestra que el Señor Jesús no prohíbe el ayuno, pero tampoco lo ordena. Deja que esto brote de un ejercicio de corazón personal. No obstante, llama la atención, —al igual que lo hizo para la limosna y la oración— contra toda forma de hipocresía. Para aparentar ser piadoso dentro de lo posible, el hipócrita pone cara de tristeza, de tal manera que la gente tome con seriedad su piedad. Pero, como ya lo hemos constatado en los versículos 2 y 5, nuestro Dios y Padre no podrá ni querrá recompensarnos si buscamos la aprobación de los que nos rodean, y sobre todo si se trata de una piedad de apariencia sin realidad interior.

El verdadero manantial de una vida de fe se encuentra en la íntima relación con nuestro Dios y Padre. No podemos servir públicamente al Señor si de antemano y en secreto no hemos doblado nuestras rodillas ante su presencia. Por eso, el Señor condena con toda severidad esa inclinación de querer impresionar a nuestros hermanos y hermanas, o a nuestro prójimo en general, por un comportamiento aparente carente de piedad que no corresponde al estado de nuestra alma y nuestro corazón.

Dios dijo a Samuel: “Jehová no mira lo que mira el hombre; pues el hombre mira lo que está delante de sus ojos, pero Jehová mira el corazón” (1 Samuel 16:7). En cuanto a esto, el Señor Jesús dice en Mateo 6:17-18: “Pero tú, cuando ayunes, unge tu cabeza y lava tu rostro, para no mostrar a los hombres que ayunas, sino a tu Padre que está en secreto; y tu Padre que ve en lo secreto te recompensará en público”. El Señor no precisa cuándo ni cómo el Padre recompensará. Sin embargo, sabemos que Dios “es galardonador de los que le buscan” (Hebreos 11:6).

### **El ayuno: ¿una práctica aún actual?**

El hecho de que el ayuno haya venido a ser hoy en día, en ciertos medios de la cristiandad, un simple ejercicio religioso, no debe hacernos olvidar que los primeros cristianos lo practicaban con toda sinceridad y seriedad (2 Corintios 6:5). Antes del primer viaje misionero de Pablo y Bernabé, los hermanos ayunaron y oraron (Hechos 13:3). Y cuando estos dos siervos, durante su viaje de regreso, constituyeron ancianos en cada iglesia del Asia Menor, oraron con ayunos y encomendaron a los creyentes al Señor (Hechos 14:23).