

Del ayunar, pensar y esperar...

Yolanda Zamora

Al decir no comer, nos estamos refiriendo, por extensión, a estar dispuesto a renunciar a todos aquellos privilegios, comodidades, beneficios, prebendas...

En esta época cuaresmal, desde el ámbito litúrgico se exhorta al ayuno. Tomado a la ligera, el ayuno puede parecer una práctica más de forma que de esencia. Sin embargo, el ayunar reviste una profunda significación, no sólo desde el contexto de la religión católica, sino desde el punto de vista de diferentes culturas y creencias. Lamentablemente hemos perdido de vista su importancia.

¿Qué significa realmente ayunar? La respuesta más sencilla consiste en afirmar que es privarse de ciertos alimentos durante el día; del desayuno específicamente, y hacer el resto de las comidas frugalmente. Hasta aquí, parece bastante claro el concepto. Pero tratemos de profundizar un poco, quizá mencionando primero lo que no es, el ayuno.

El ayuno no es un castigo, no es una penitencia impuesta desde el exterior, no es tampoco una manera de purificarse, y mucho menos un método para reducir el peso. Ayunar significa mucho más que todo esto.

Ayunar es básicamente, un ejercicio de la voluntad.

El escritor alemán Herman Hesse, en su libro Siddhartha, ofrece unas consideraciones en relación con el ayuno. Cuando le preguntan a su personaje, un joven en busca de la verdad, probando diferentes formas de vida, ¿qué es lo que sabe hacer para sobrevivir? Él contesta muy seguro: Sé pensar, sé ayunar y sé esperar.

Estos son tres verbos. Pensar, ayunar y esperar, los tenemos bastante empolvados en nuestra cultura. Ahora, nos dicen qué y cómo pensar, y ni hablar del esperar, no hay tiempo para esperar, las satisfacciones deben ser inmediatas, entre más pronto mejor. Pero, ¿Y el ayuno, qué importancia tiene?

El ayuno, decíamos, es básicamente un acto de voluntad, tener la capacidad de renuncia que se forma a golpe de practicarlo una y otra vez. Ayuna aquel que tiene una voluntad tan firme, que está dispuesto a “no comer” con tal de no traicionar sus valores. Y al decir no comer, nos estamos refiriendo, por extensión, a estar dispuesto a renunciar a todos aquellos privilegios, comodidades, beneficios, prebendas... cuya obtención signifique hacer concesiones a la ética y a la moral. Aquí es donde se complica más el concepto del ayuno.

¡Qué fácil resulta finalmente, dejar de tomar los alimentos por la mañana, o comer frugalmente para sentir que uno cumple con la sociedad en la que está inmerso! Pero la exigencia del ayuno va bastante más allá. Ayunar significa estar dispuesto a no comer, si fuere necesario, con tal de no conceder en los ideales, de no traicionar mis creencias, de no pasar sobre aquello que me conforma existencialmente, en aras de un aparente bienestar o seguridad inmediata. ¿Verdad que aquí ya resulta bastante más complicado?

Y el ayuno no se marca desde el púlpito, ni se maneja como decreto, ni se fuerza a nadie porque perdería su carácter de ayuno.

El ayunar debe ser totalmente volitivo, en ello radica su significado. ¿Estamos dispuestos a renunciar, a ayunar, por aquello en lo que creemos? Un pueblo capaz de renunciar a ciertas necesidades creadas, con base en su ideal de libertad en relación con un país poderoso, es un pueblo libre, es un pueblo que sabe ayunar. En cambio, un pueblo empeñado, comprometido a conceder para recibir migajas, es necesariamente un pueblo esclavo. Pensar, ayunar y esperar... tres verbos que caminan de la mano. Tres acciones que se fortalecen con la práctica, tres valores que juntos, nos dan la pauta para la libertad.