



Los primeros cristianos procuraron revivir en sus vidas la Pasión de Cristo, tomando la propia cruz para seguirle, identificándose con Él mediante el espíritu de sacrificio y de penitencia.

Supieron encontrar la mortificación en su vida ordinaria, en el cumplimiento de sus deberes, en lo pequeño de cada día. Vivían la sobriedad.

La Iglesia de los primeros tiempos también conservó la práctica del ayuno, siguiendo el ejemplo de Jesús en el desierto. Los Hechos de los Apóstoles mencionan celebraciones de culto acompañadas de ayuno.

San Pablo, en su misión apostólica, no se conforma con sufrir hambre y sed cuando las circunstancias lo exigen, sino que añade repetidos ayunos. La Iglesia ha permanecido fiel a esta tradición, procurando mediante el ayuno disponernos a recibir mejor las gracias del Señor.

Presentamos a continuación algunos textos de los primeros escritores cristianos que reflejan cómo vivían el ayuno y la penitencia.

Necesidad de la mortificación

El alma se perfecciona con la mortificación en el comer y beber;

también los cristianos, constantemente mortificados, se multiplican más y más. Tan importante es el puesto que Dios les ha asignado, del que no les es lícito desertar. (Epístola a Diogneto, 5-6)

Hermoso es mortificar el cuerpo. De ello te persuade Pablo, que sin cesar lucha y se sujeta con violencia (cfr. 1Co 9, 27), e inspira santo temor, con el ejemplo de Israel, a cuantos confían en sí mismos y condescienden con su cuerpo. Que te persuade el mismo Jesús, con su ayuno, su sometimiento a la tentación y su victoria sobre el tentador (cfr. Mt 4, 1 ss). (San Gregorio Nacianceno, Discurso 14, 2-5)

No creamos que es suficiente un fervor pasajero de la fe, porque es preciso que cada uno lleve continuamente su cruz, para dar a entender de este modo, que es incesante nuestro amor a Jesucristo. (San Jerónimo, Comentario a San Mateo, 10, 96)

El camino por el que viene el Señor, penetrando hasta dentro del hombre, es la penitencia, por la cual Dios baja a nosotros. De aquí el principio de la predicación de Juan: haced penitencia. (San Jerónimo, Comentario sobre el libro del profeta Joel, 25)

(La mortificación...) purifica el alma, eleva el pensamiento, somete la carne propia al espíritu, hace al corazón contrito y humillado, disipa las nebulosidades de la concupiscencia, apaga el fuego de las pasiones y enciende la verdadera luz de la castidad. (San Agustín, Sermón 73, 5)

Si eres miembro de Cristo, tú, quienquiera que seas [...], debes saber que todo lo que sufres por parte de aquellos que no son miembros de Cristo es lo que faltaba a la pasión de Cristo. Por esto la completas, porque faltaba; vas llenando la medida, no la derramas; sufres en la medida en que tus tribulaciones han de añadir en parte a la totalidad de la pasión de Cristo, ya que Él, que sufrió como cabeza nuestra, continúa ahora sufriendo en sus miembros, es decir, en nosotros. (San Agustín, Comentario sobre el Salmo 61, 7)

Sobre el Ayuno

El libro del Pastor de Hermas refleja el estado de la cristiandad romana a mediados del siglo II. Tras una larga pausa de tranquilidad sin sufrir persecución, parece que no era tan universal el buen espíritu de esos primeros tiempos. Junto a cristianos fervorosos, había muchos tibios; y esto en todos los niveles de la Iglesia. No es de extrañar, pues, que el libro gire en torno a la necesidad de la penitencia y el ayuno...

Los ayunos agradables a Dios son: no hagas mal y sirve al Señor con

corazón limpio; guarda sus mandamientos siguiendo sus preceptos y no permitas que ninguna concupiscencia del mal penetre en tu corazón [...]. Si esto haces, tu ayuno será grato en la presencia de Dios. (Hermas, "El Pastor", Comparaciones, 3)

Este ayuno es sobremanera bueno, a condición de que se guarden los mandamientos del Señor. Así pues, el ayuno que vas a practicar lo observarás de este modo: ante todas las cosas, guárdate de toda palabra mala y de todo deseo malo y limpia tu corazón de todas las vanidades de este siglo. Si esto guardares, este ayuno tuyo será perfecto. (Hermas, "El Pastor", Comparaciones, 4)

Por lo demás, lo harás de esta manera: después de cumplido lo que queda escrito, el día que ayunes no tomarás sino pan y agua, y de la comida que habías de tomar calcularás la cantidad de gasto que correspondería a aquel día y lo entregarás a una viuda, a un huérfano o a un necesitado. Y te humillarás de manera que quien tomare de tu humillación sacie su alma y ruegue por ti al Señor. (Hermas, "El Pastor", Comparaciones, 5, 1-4)

Alegrad, pues, vuestros rostros. (...) ayuna, y ayuna con alegría. (San Basilio el Grande, Homilía sobre el ayuno, 1)

Así como es peligroso pasar los límites de la templanza en el comer, también está fuera de razón abatir demasiado el cuerpo con abstinencias excesivas, inutilizándole para todo lo bueno por haberle enflaquecido demasiado. Estamos, pues, obligados a cuidar de nuestros cuerpos. (San Basilio el Grande, Sobre la verdadera virginidad, 27)

En otros tiempos del año hay algunos ayunos por los cuales se merece premio si se observa: mas en Cuaresma peca el que deja de ayunar. Los otros ayunos son voluntarios; pero los de Cuaresma son de obligación: a los otros nos convidan; pero a estos nos obligan: y no tanto son precepto de la Iglesia, como del mismo Dios. (San Ambrosio, Sermón 3, 148)

Hablaba del ayuno del alimento como una práctica necesaria para ser caritativo, del ayuno constituido por la continencia con vistas a la santidad, del ayuno de las palabras vanas o detestables, del ayuno de la cólera, del ayuno de la propiedad de los bienes con vistas al ministerio, y del ayuno del sueño para dedicarse a la oración. (Benedicto XVI presenta a San Afraates el Sabio, 21 noviembre 2007)

Gabriel Larrauri en primeroscristianos.com