

# El Ayuno

Práctica, en la que voluntariamente se renuncia a ciertos alimentos por un tiempo definido con el fin de liberarse de los apegos carnales y poner todo el corazón y la mente en Dios, como motivaciones más importantes están: El arrepentimiento, el luto, en caso de peligro, ante decisiones y actos importantes, etc. AFLIGIR, HUMILLAR EL ALMA.

## Concepto bíblico

**Lev 16:29** Y esto tendréis por **ESTATUTO perpetuo**: En el mes séptimo, a los diez días del mes, **afligiréis vuestras almas**, y ninguna obra haréis, ni el natural ni el extranjero que mora entre vosotros.

**Lev 23:27** A los diez días de este mes séptimo **será EL DÍA DE EXPIACIÓN**; tendréis santa convocación, y **afligiréis vuestras almas**, y ofreceréis ofrenda encendida a Jehová.

**Cementerio Reina Valera actualizada: Humillaréis vuestras almas.** Es decir, humillarse o negarse a sí mismo (v. también vers. [Lev 16:31](#) **El ayuno del día de la expiación era un estatuto perpetuo**). La tradición judía lo identifica con **el ayuno** ([Esd 8:21](#); [Isa 58:3](#); [5](#)). EQUIPO INTERNACIONAL E-SWORD BIBLIOTECA HISPANA.

**Jon 3:1** Vino palabra de Jehová por segunda vez a Jonás, diciendo: **2** Levántate y **vé a NÍNIVE, aquella gran ciudad**, y proclama en ella el mensaje que yo te diré. **3** Y se levantó Jonás, y fue a Nínive conforme a la palabra de Jehová. Y era Nínive ciudad grande en extremo, de tres días de camino. **4** Y comenzó Jonás a entrar por la ciudad, camino de un día, y predicaba diciendo: De aquí a cuarenta días Nínive será destruida. **5** **Y los hombres de Nínive creyeron a Dios, y PROCLAMARON AYUNO, y se vistieron de cilicio desde el mayor hasta el menor de ellos.** **6** Y llegó la noticia hasta el rey de Nínive, y se levantó de su silla, se despojó de su vestido, y se cubrió de cilicio y se sentó sobre ceniza. **7** **E hizo proclamar y anunciar en Nínive, por mandato del rey y de sus grandes, diciendo: Hombres y animales, bueyes y ovejas, NO GUSTEN COSA ALGUNA; NO SE LES DÉ ALIMENTO, NI BEBAN AGUA;** **8** **sino cúbranse de cilicio hombres y animales, y clamen a Dios fuertemente; Y CONVIÉRTASE CADA UNO DE SU MAL CAMINO, DE LA RAPIÑA QUE HAY EN SUS MANOS.** **9** **¿Quién sabe si se volverá y se arrepentirá Dios, y se apartará del ardor de su ira, y no pereceremos?** **10** Y vio Dios lo que hicieron, que se convirtieron de su mal camino; y se arrepintió del mal que había dicho que les haría, y no lo hizo. Ver también: **Joel 2:12**

**Mat 12:41** Los hombres de **NÍNIVE** se levantarán en el juicio con esta generación, y la condenarán; porque ellos **SE ARREPINTIERON** a la predicación de Jonás, y he aquí **MÁS QUE JONÁS EN ESTE LUGAR.**

**1Sa 31:6** **ASÍ MURIÓ SAÚL** en aquel día, juntamente con sus tres hijos, y su escudero, y todos sus varones. **7** Y los de Israel que eran del otro lado del valle, y del otro lado del Jordán, viendo que Israel había huido y que Saúl y sus hijos habían sido muertos, dejaron las ciudades y huyeron; y los filisteos vinieron y habitaron en ellas. **8** Aconteció al siguiente día, que viniendo los filisteos a despojar a los muertos, hallaron a Saúl y a sus tres hijos tendidos en el monte de Gilboa. **9** Y le cortaron la cabeza, y le despojaron de las armas; y enviaron mensajeros por toda la tierra de los filisteos, para que llevaran las buenas nuevas al templo de sus ídolos y al pueblo. **10** Y pusieron sus armas en el templo de Astarot, y colgaron su cuerpo en el muro de Bet-sán. **11** Mas oyendo los de Jabes de Galaad esto que los filisteos hicieron a Saúl, **12** todos los hombres valientes se levantaron, y anduvieron toda aquella noche, y quitaron el cuerpo de Saúl y los cuerpos de sus hijos del muro de Bet-sán; y viniendo a Jabes, los quemaron allí. **13** **Y tomando sus huesos, los sepultaron debajo de un árbol en Jabes, y AYUNARON SIETE DÍAS.** Ver también: **2 Sam 1:11-12**

**Mat 9:14** Entonces vinieron a él los discípulos de Juan, diciendo: **¿Por qué nosotros y los fariseos ayunamos muchas veces, y tus discípulos no ayunan?** **15** Jesús les dijo: **¿Acaso pueden los que están de bodas TENER LUTO entre tanto que el esposo está con ellos? Pero vendrán días cuando el esposo les será quitado, y entonces AYUNARÁN.**

**Est 4:12** Y dijeron a Mardoqueo las palabras de Ester. **13 Entonces dijo Mardoqueo que respondiesen a Ester: No pienses que escaparás en la casa del rey más que cualquier otro judío. 14 Porque si callas absolutamente en este tiempo, respiro y liberación vendrá de alguna otra parte para los judíos; mas tú y la casa de tu padre pereceréis.** ¿Y quién sabe si para esta hora has llegado al reino? **15** Y Ester dijo que respondiesen a Mardoqueo: **16** Vé y reúne a todos los judíos que se hallan en Susa, **y AYUNAD POR MÍ, Y NO COMÁIS NI BEBÁIS EN TRES DÍAS, NOCHE Y DÍA; YO TAMBIÉN CON MIS DONCELLAS AYUNARÉ IGUALMENTE,** y entonces entraré a ver al rey, aunque no sea conforme a la ley; y si perezco, que perezca. **17** Entonces Mardoqueo fue, e hizo conforme a todo lo que le mandó Ester.

**2Co 6:5** en azotes, en cárceles, en tumultos, en trabajos, en desvelos, EN AYUNOS;

**Éxo 34:27** Y Jehová dijo a Moisés: **Escribe tú estas palabras; porque conforme a estas palabras he hecho pacto contigo y con Israel. 28** Y él estuvo allí con Jehová cuarenta días y cuarenta noches; **NO COMIÓ PAN, NI BEBIÓ AGUA;** y escribió en tablas las palabras del pacto, los diez mandamientos.

**Hch 13:1** Había entonces en la iglesia que estaba en Antioquía, profetas y maestros: Bernabé, Simón el que se llamaba Níger, Lucio de Cirene, Manaén el que se había criado junto con Herodes el tetrarca, y Saulo. **2 Ministrando éstos al Señor, Y AYUNANDO, dijo el Espíritu Santo: Apartadme a Bernabé y a Saulo para la obra a que los he llamado. 3** Entonces, habiendo **AYUNADO** y orado, les impusieron las manos y los despidieron. Ver también: **Hch 14:23**

## Jesús y el ayuno

Como vimos atrás en el **Concepto bíblico, Jesús y los apóstoles confirman las motivaciones para el ayuno.**

**JESÚS AYUNO: Mat 4:1** Entonces Jesús fue llevado por el Espíritu al desierto, para ser tentado por el diablo. **2 Y después de haber AYUNADO cuarenta días y cuarenta noches, tuvo hambre.**

**Luc 4:1** Jesús, lleno del Espíritu Santo, volvió del Jordán, y fue llevado por el Espíritu al desierto **2** por cuarenta días, y era tentado por el diablo. **Y no comió nada en aquellos días, pasados los cuales, tuvo hambre.**

**El maestro enseña cómo se debe ayunar para obtener recompensa del Padre.**

**Mat 6:16** Cuando **AYUNÉIS**, no seáis austeros, como los hipócritas; porque ellos demudan sus rostros para mostrar a los hombres que ayunan; de cierto os digo que ya tienen su recompensa. **17 PERO TÚ, CUANDO AYUNES**, unge tu cabeza y lava tu rostro, **18** 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 recomienda **EL AYUNO SECRETO**, y esto concuerda con lo dicho por Dios a través del profeta Isaías: **Isa 58:4** He aquí que para contiendas y debates ayunáis y para herir con el puño inicuaamente; **NO AYUNÉIS COMO HOY, PARA QUE VUESTRA VOZ SEA OÍDA EN LO ALTO.**

**La pregunta sobre el ayuno (Mr. 2.18-22; Lc. 5.33-39)**

**Mat 9:14** Entonces vinieron a él los discípulos de Juan, diciendo: **¿POR QUÉ NOSOTROS Y LOS FARISEOS AYUNAMOS MUCHAS VECES, Y TUS DISCÍPULOS NO AYUNAN?** **15** Jesús les dijo: **¿Acaso pueden los que están de bodas TENER LUTO entre tanto que el esposo está con ellos? Pero vendrán días cuando el esposo les será quitado, Y ENTONCES AYUNARÁN.** **16** Nadie pone remiendo de paño nuevo en vestido viejo; porque tal remiendo tira del vestido, y se hace peor la rotura. **17** Ni echan vino nuevo en odres viejos; de otra manera los odres se rompen, y el vino se derrama, y los odres se pierden; pero echan el vino nuevo en odres nuevos, y lo uno y lo otro se conservan juntamente.

**Claramente vemos que aquí Jesús relaciona el ayuno con EL LUTO, y que este, EL AYUNO no era una práctica continua entre sus discípulos.**

## Dos textos que merecen especial atención

Comentarios tomados de la biblia textual, **sobre la ausencia del vr. 21 en Mateo 17 y de la palabra ayuno en Marcos 9:29.**

**Mat 17:21** Pero este género no sale sino con oración y ayuno.

**Mateo 17:21** M↓ Manuscritos inferiores añaden v.21

**17.21 EL NTG omite este versículo.** Pero esta clase de demonio no sale sino con oración y ayuno. **Mateo 17.20 pone fin a una narrativa en su evangelio y el siguiente versículo (21) es una conclusión duplicada tomada del texto paralelo en Mr 9.29, en donde, aun allí, la lectura es secundaria. El texto original de Marcos termina con: Sino con oración,** por lo que las palabras **Y AYUNO SON SECUNDARIAS Y ESPURIAS.** La relativa falta de respaldo por la lectio brevior (lectura más corta) no debe sorprender aquí, en vista del significado del ayuno y el respeto a sus características, no solo en la iglesia primitiva, sino también en el tiempo del monaquismo a través del periodo medieval. Pero aun así, **(A) EL CODICE SINAITICO, (B) EL CODICE VATICANO Y CLEMENTE DE ALEJANDRÍA CONFIRMAN UN APROPIADO RESPALDO TEXTUAL A LA LECTURA MÁS CORTA.** Es significativo que en **Mateo 17.21** la frase con NADA PUEDE SALIR, tomada de Marcos fue cambiada en la mayoría de los mss. Por la más suave no sale. Igualmente, merece mencionarse que, aparte de la tradición contiene las lecturas sacar, partir, marchar. indicación adicional del carácter secundario de **Mateo 17.21** es la inferencia del texto de Marcion que aparece varias veces de distintas maneras **A y B**, así como la preponderancia de la tradición Copta, **constituyen una evidencia más que adecuada a favor de la originalidad de esta omisión en el texto de Mateo.** Por otra parte, ninguno se habría atrevido a omitir una clausula de tan atractivo significado, y los relativamente numerosos mss. De su omisión (particularmente asombroso es el respaldo de la tradición antigua Siria y Copta, representantes de culturas donde el monaquismo y el ayuno eran estimados especialmente) ofrecen confirmación adicional de la férrea tenacidad que caracteriza a la tradición textual del nuevo testamento. **De haber estado presente no existen razones por las cuales el pasaje hubiera sido omitido.**

**Mar 9:29** Y les dijo: Este género con nada puede salir, sino con oración y ayuno.

**Mar 9:29** Les dijo: Esta clase no sale sino con oración.

A la luz del creciente énfasis de la iglesia primitiva por el ayuno, es perfectamente comprensible que la glosa y ayuno, encontrara camino abierto en la mayoría de los mss. Entre los que resistieron el crecimiento se encuentran importantes representantes de los tipos de textos alejandrino, occidental y cesariense. **La lectura más corta es firme en > A y B > Mateo 17.21**

M↓ Manuscritos inferiores  
A Códice sinaitico  
B Códice vaticano

No podemos dejar a un lado la enseñanza de:

## “EL VERDADERO AYUNO”

**Isa 58:1** Clama a voz en cuello, no te detengas; alza tu voz como trompeta, y anuncia a mi pueblo su rebelión, y a la casa de Jacob su pecado. **2 Que me buscan CADA DÍA, y quieren saber mis caminos, como gente que hubiese hecho justicia, Y QUE NO HUBIESE DEJADO LA LEY DE SU DIOS; me piden justos juicios, y quieren acercarse a Dios. 3 ¿POR QUÉ, DICEN, AYUNAMOS, Y NO HICISTE CASO; HUMILLAMOS NUESTRAS ALMAS, Y NO TE DISTE POR ENTENDIDO? HE AQUÍ QUE EN EL DÍA DE VUESTRO AYUNO BUSCÁIS VUESTRO PROPIO GUSTO, Y OPRIMÍS A TODOS VUESTROS TRABAJADORES. 4 HE AQUÍ QUE PARA CONTIENDAS Y DEBATES AYUNÁIS Y PARA HERIR CON EL PUÑO INICUAMENTE; NO AYUNÉIS COMO HOY, PARA QUE VUESTRA VOZ SEA OÍDA EN LO ALTO. 5 ¿ES TAL EL AYUNO QUE YO ESCOGÍ, QUE DE DÍA AFLIJA EL HOMBRE SU ALMA, QUE INCLINE SU CABEZA COMO JUNCO, Y HAGA CAMA DE CILICIO Y DE CENIZA? ¿LLAMARÉIS ESTO AYUNO, Y DÍA AGRADABLE A JEHOVÁ?**

**Isa 58:6 ¿NO ES MÁS BIEN EL AYUNO QUE YO ESCOGÍ, Desatar las ligaduras de impiedad, soltar las cargas de opresión, y dejar ir libres a los quebrantados, y que rompáis todo yugo?**

**7 ¿no es que partas tu pan con el hambriento, y a los pobres errantes albergues en casa; que cuando veas al desnudo, lo cubras, y no te escondas de tu hermano?**

**8** Entonces nacerá tu luz como el alba, y tu salvación se dejará ver pronto; e irá tu justicia delante de ti, y la gloria de Jehová será tu retaguardía. **9** Entonces invocarás, y te oír Jehová; clamarás, y dirá él: Heme aquí. Si quitares de en medio de ti el yugo, el dedo amenazador, y el hablar vanidad; **10** y si dieres tu pan al hambriento, y saciases al alma afligida, en las tinieblas nacerá tu luz, y tu oscuridad será como el mediodía. **11** Jehová te pastoreará siempre, y en las sequías saciará tu alma, y dará vigor a tus huesos; y serás como huerto de riego, y como manantial de aguas, cuyas aguas nunca faltan. **12** Y los tuyos edificarán las ruinas antiguas; los cimientos de generación....

Compare  
con  
Luc 4:16-21

Compare  
con  
Mat 25:  
34-40

### Enseñanza

Jesús recomienda **el ayuno secreto**, La iglesia primitiva lo practicó, tenemos su ejemplo, la práctica moderna de algunas iglesias del ayuno donde se toca trompeta es contraria a esto, no debemos hacer uso indebido de **Mat 17:21** y **Mar 9:29**; no es un mandamiento para la salvación.

### Más textos para analizar en toda la biblia sobre el ayuno

**1Re 21:9** Y las cartas que escribió decían así: Proclamad **ayuno**, y poned a Nabot delante del pueblo; **12** Y promulgaron **ayuno**, y pusieron a Nabot delante del pueblo.

**2Cr 20:3** Entonces él tuvo temor; y Josafat humilló su rostro para consultar a Jehová, e hizo pregonar **ayuno** a todo Judá.

**Esd 8:21** Y publiqué **ayuno** allí junto al río Ahava, para afligirnos delante de nuestro Dios, para solicitar de él camino derecho para nosotros, y para nuestros niños, y para todos nuestros bienes.

**Neh 9:1** El día veinticuatro del mismo mes se reunieron los hijos de Israel en **ayuno**, y con cilicio y tierra sobre sí.

**Est 4:3** Y en cada provincia y lugar donde el mandamiento del rey y su decreto llegaba, tenían los judíos gran luto, **ayuno**, lloro y lamentación; cilicio y ceniza era la cama de muchos.

**Sal 35:13** Pero yo, cuando ellos enfermaron, me vestí de cilicio; Afligí con **ayuno** mi alma, Y mi oración se volvía a mi seno.

**Sal 69:10** Lloré afligiendo con **ayuno** mi alma, Y esto me ha sido por afrenta.

**Sal 109:24** Mis rodillas están debilitadas a causa del **ayuno**,

Y mi carne desfallece por falta de gordura.

**Isa 58:3** ¿Por qué, dicen, ayunamos, y no hiciste caso; humillamos nuestras almas, y no te diste por entendido? He aquí que en el día de vuestro **ayuno** buscáis vuestro propio gusto, y oprimís a todos vuestros trabajadores. **5** ¿Es tal el **ayuno** que yo escogí, que de día aflija el hombre su alma, que incline su cabeza como junco, y haga cama de cilicio y de ceniza? ¿Llamaréis esto **ayuno**, y día agradable a Jehová? **6** ¿No es más bien el **ayuno** que yo escogí, desatar las ligaduras de impiedad, soltar las cargas de opresión, y dejar ir libres a los quebrantados, y que rompáis todo yugo?

**Jer 36:6** Entra tú, pues, y lee de este rollo que escribiste de mi boca, las palabras de Jehová a los oídos del pueblo, en la casa de Jehová, el día del **ayuno**; y las leerás también a oídos de todos los de Judá que vienen de sus ciudades.

**9** Y aconteció en el año quinto de Joacim hijo de Josías, rey de Judá, en el mes noveno, que promulgaron **ayuno** en la presencia de Jehová a todo el pueblo de Jerusalén y a todo el pueblo que venía de las ciudades de Judá a Jerusalén.

**Dan 6:18** Luego el rey se fue a su palacio, y se acostó **ayuno**; ni instrumentos de música fueron traídos delante de él, y se le fue el sueño.

**Dan 9:3** Y volví mi rostro a Dios el Señor, buscándole en oración y ruego, en **ayuno**, cilicio y ceniza.

**Joe 1:14** Proclamad **ayuno**, convocad a asamblea; congregad a los ancianos y a todos los moradores de la tierra en la casa de Jehová vuestro Dios, y clamad a Jehová.

**Joe 2:12** Por eso pues, ahora, dice Jehová, convertíos a mí con todo vuestro corazón, con **ayuno** y lloro y lamento.

**15** Tocad trompeta en Sion, proclamad **ayuno**, convocad asamblea.

**Zac 7:1** Aconteció que en el año cuarto del rey Darío vino palabra de Jehová a Zacarías, a los cuatro días del mes noveno, que es Quisleu,

**Zac 8:19** Así ha dicho Jehová de los ejércitos: El **ayuno** del cuarto mes, el **ayuno** del quinto, el **ayuno** del séptimo, y el **ayuno** del décimo, se convertirán para la casa de Judá en gozo y alegría, y en festivas solemnidades. Amad, pues, la verdad y la paz.

**Luc 2:37** y era viuda hacía ochenta y cuatro años; y no se apartaba del templo, sirviendo de noche y de día con **ayunos** y oraciones.

**Luc 18:12** **ayuno dos veces a la semana, doy diezmos de todo lo que gano.**

**Hch 27:9** Y habiendo pasado mucho tiempo, y siendo ya peligrosa la navegación, por haber pasado ya el **ayuno**, Pablo les amonestaba,

**Dios nos guie y nos ayude.**

Carlos Henao

<http://elevangelioolvidado.jimdo.com/>