



moral, y por consiguiente al logro de nuestra bienaventuranza (1).

Con objeto, pues, de hacer ver la sencillez de las semejantes acusaciones, vamos a reseñar en el presente artículo lo que la historia nos dice acerca de los ayunos que se practicaban en todos los pueblos antiguos, rebatiendo, por último, el pretexto en que apoyan sus negativas.

I

El ayuno, considerado como penitencia religiosa, es tan antiguo como el mundo en la mayor parte de los pueblos.

Los egipcios sacrificaban una vaca a Isis, después de haberse preparado con ayunos y oraciones, según dice Herodoto en el libro 11 de sus *Historias*, y más adelante (libro IV) atribuye las mismas costumbres a las mujeres de Cireno.

Los que querían hacerse iniciar en los misterios de Cibeles, estaban también obligados a prepararse con un ayuno de diez días (3). Arriabio y San Clemente de Alejandría confirman esto hecho, y trae hasta un corto fragmento de la una especie de Catecismo que debían pronunciar los novicios para ser admitidos (2).

Porfirio, que ha fondeado esta materia más que otro alguno en su *Tratado de la abstención*, adelanta más el asunto hablando de los egipcios, y pone, como un hecho constante, que los sacrificios de todas sus grandes celebridades eran precedidos de muchos días de ayuno. Algunos, y éstos que eran los más principales, duraban hasta diez, veintiún y otros siete días, durante los cuales los sacerdotes y sus oficiales, los que llevaban una vida arrugada, se abstuvieron de pan y de ciertas legumbres, añadiendo que durante toda una vida uno de sus cuidados principales era mortificarse el cuerpo con vigias, con una dieta de las más frágiles, y con ayunos continuados.

Los griegos también tenían sus abstenciones religiosas.

Aristóteles nos dice, que habiendo resuelto los laedemonios socorrer una plaza de sus aliados, ordenaron un ayuno general en todos sus dominios, sin exceptuar aún a los animales domésticos, llevando en este ayuno los dos objetos: uno el de economizar sus provisiones en favor de los sitiados. Los judíos también ayunaban con bastante frecuencia, como lo vemos en la Sagrada Escritura.

Los atenienses tenían muchas fiestas, entre otras las de Eleusina y las Tesmoforías, cuya celebración acompañaban con ayunos rigurosos, particularmente las mujeres, que paraban todo un día sentadas en el suelo con un trozo de aspecto lugubre y sin tomar alimento alguno (5). Estas solemnidades duraban muchos días, y había uno señalado con el nombre de *nestete*, porque únicamente estaba consagrado al ayuno.

Pintarco le llama por esta razón *la más triste de las Tesmoforías* (6) que era el tercer día de fiesta y del 16 del mes.

Estos usos pidiados traían su origen de Egipto, porque Eumolpo o Eresteo los había comunicado a los atenienses, y por medio de estos se fueron propagando después sucesivamente por toda la Grecia.

Júpiter tenía sus ayunos lo mismo que Céres, y sus sacerdotes en la isla de Creta, no debían seguir sus Estatutos, comer en toda su vida ni carne, ni pescado, ni noció cocido.

En general, todas las deidades de los paganos exigían esta obligación de los que querían iniciarse en sus misterios, de los sacerdotes ó sacerdotisas que pronunciaban sus oráculos, y de los que se presentaban a éstos para consultarlos.

En Italia sucedía lo mismo, con corta diferencia.

Los habitantes de Tarento, sitiados por los romanos y reducidos al último extremo, acudieron a sus vecinos de Reggio para pedirles auxilio, y éstos ordenaron al instante un ayuno de diez días en todo su territorio, con la misma intención que la de los laedemonios; esto es, con la de tener a los dioses propios y economizar sus víveres en favor de sus aliados. Su intención tuvo el efecto que deseaban, pues lograron entrar un repuesto de víveres en la plaza y hacer a los romanos levantar el sitio que tenían puesto.

Los tarontinos, en memoria de su libertad, establecieron para lo sucesivo un día de ayuno, a fin de demostrar su reconocimiento a los dioses y a sus libertadores.

Dionisio Halicarnaso refiere también que los habitantes de Alba estuvieron mucho tiempo sin tomar alimento alguno después del famoso combate de los horacios y curiosos, cuyo suceso no les fué ventajoso (7).

Tito Livio nos dice que, habiendo consultado los desviados, por orden de los dioses, los libros de la Biblia con motivo de muchos prodigios que tuvieron lugar sucesivamente, declararon que para contrarrestar las consecuencias funestas que las amenazaban era preciso establecer un ayuno público en honor de Céres, y observarlo de cinco en cinco años (8).

También en Roma parecía haber instituido algunos en honor de Júpiter, pues Horacio nos habla de una mujer que, hambrienta muy asida por la falta de salud de un hijo suyo que estaba con cuartos, dirigió sus oraciones a este Padre de los dioses, y le prometió que si su hijo sanaba, él mismo iría al momento a purificarse en el Tíber en la misma mañana del día de ayuno que lo estaba consagrado.

Frigida si fueran quattuor reliquerit, illa Mane dix, tua quod induit fijentia, nudus In Tiberi stabit.

Además, es preciso creer que en algunas ocasiones era entre los romanos una especie de obligación, pues ni siquiera los Reyes y Emperadores estaban dispensados de ella.

Varios historiadores nos aseguran que Numa Pompilio observaba ayunos periódicos para prepararse a los sacrificios que él mismo ofrecía todos los años, impidiendo la fertilidad de las cosechas; y Julio César, a pesar de ser muy devoto que Numa, no dejaba, según los mismos historiadores, de abstinencia de una comida todos los meses por principio de religión, contentándose aquello días con una ligera colación por la noche.

Augusto hacia gala, según Suetonio, de una abstención semejante y de haber pasado todo un día en ayuno riguroso, a la manera de los judíos, que no rompía hasta principio de la noche (9).

Lo mismo, según dichos historiadores, hacían los emperadores Vespasiano, Marco Aurelio y Severo, quienes guardaban dieta una vez al mes.

(1) ¿Qué cosa lleva este útil y más efecto que el ayuno para asesinar al enemigo de la salud? La respuesta es en el alimento de la virtud, insiste el autor, y es asombroso que el virgo de la carne se someta a un ayuno de diez días.

(2) Aristóteles. *En ayuno*.

(3) Ateneo, lib. vi.

(4) Plutarco. *In vita Demosthenis*.

(5) Lib. iii, pag. 108.

(6) Decada IV, lib. VI.

(7) No Judaeus quidem tam diligenter sahatis jejunum servat, quam ego hodie servari, qui in balneis denunciat pot horum primam noctis bucas duas manducavi.

Juliano el Apóstata, no sólo ayunaba como sus predecesores, sino que se distinguía de los sacerdotes y filósofos más rigurosos en guardar los ayunos; tanto, que díb motivo a creer á los que veían de cerca su austeridad que alabaron el impari y volvieron a abrazar la vida filosófica, de que había hecho profisión (1).

Como se ve, no tenían ningún reparo en seguir la costumbre establecida en todos los pueblos, pues, en los primeros tiempos de la antigüedad las personas que llevaban una vida arrugada no comían más que una vez al día, teniendo por un gran exceso el hacer dos comidas: *duis die saturum fieri*.

No se trataba, pues, entre ellos ni de almohar, ni de comer; como se contestaban con la cena; y si alguna vez les ocurría el comer algo extraordinario durante el día, no era sino una simple colación, la que consistía en panecillo, sin acompañarlo de la salsa de los diez comidas.

Arriabio y San Clemente de Alejandría confirman esto hecho, y trae hasta un corto fragmento de la una especie de Catecismo que debían pronunciar los novicios para ser admitidos (2).

Porfirio, que ha fondeado esta materia más que otro alguno en su *Tratado de la abstención*, adelanta más el asunto hablando de los egipcios, y pone, como un hecho constante, que los sacrificios de todas sus grandes celebridades eran precedidos de muchos días de ayuno. Algunos, y éstos que eran los más principales, duraban hasta diez, veintiún y otros siete días, durante los cuales los sacerdotes y sus oficiales, los que llevaban una vida arrugada, se abstuvieron de pan y de ciertas legumbres, añadiendo que durante toda una vida uno de sus cuidados principales era mortificarse el cuerpo con vigias, con una dieta de las más frágiles, y con ayunos continuados.

Los griegos también tenían sus abstenciones religiosas.

Aristóteles nos dice, que habiendo resuelto los laedemonios socorrer una plaza de sus aliados, ordenaron un ayuno general en todos sus dominios, sin exceptuar aún a los animales domésticos, llevando en este ayuno los dos objetos: uno el de economizar sus provisiones en favor de los sitiados.

Los judíos también ayunaban con bastante frecuencia, como lo vemos en la Sagrada Escritura.

Júpiter tenía sus ayunos lo mismo que Céres, y sus sacerdotes en la isla de Creta, no debían seguir sus Estatutos, comer en toda su vida ni carne, ni pescado, ni noció cocido.

En general, todas las deidades de los paganos exigían esta obligación de los que querían iniciarse en sus misterios, de los sacerdotes ó sacerdotisas que pronunciaban sus oráculos, y de los que se presentaban a éstos para consultarlos.

En Italia sucedía lo mismo, con corta diferencia.

Los habitantes de Tarento, sitiados por los romanos y reducidos al último extremo, acudieron a sus vecinos de Reggio para pedirles auxilio, y éstos ordenaron al instante un ayuno de diez días en todo su territorio, con la misma intención que la de los laedemonios; esto es, con la de tener a los dioses propios y economizar sus víveres en favor de sus aliados. Su intención tuvo el efecto que deseaban, pues lograron entrar un repuesto de víveres en la plaza y hacer a los romanos levantar el sitio que tenían puesto.

Los tarontinos, en memoria de su libertad, establecieron para lo sucesivo un día de ayuno, a fin de demostrar su reconocimiento a los dioses y a sus libertadores.

Dionisio Halicarnaso refiere también que los habitantes de Alba estuvieron mucho tiempo sin tomar alimento alguno después del famoso combate de los horacios y curiosos, cuyo suceso no les fué ventajoso (7).

Tito Livio nos dice que, habiendo consultado los desviados, por orden de los dioses, los libros de la Biblia con motivo de muchos prodigios que tuvieron lugar sucesivamente, declararon que para contrarrestar las consecuencias funestas que las amenazaban era preciso establecer un ayuno público en honor de Céres, y observarlo de cinco en cinco años (8).

También en Roma parecía haber instituido algunos en honor de Júpiter, pues Horacio nos habla de una mujer que, hambrienta muy asida por la falta de salud de un hijo suyo que estaba con cuartos, dirigió sus oraciones a este Padre de los dioses, y le prometió que si su hijo sanaba, él mismo iría al momento a purificarse en el Tíber en la misma mañana del día de ayuno que lo estaba consagrado.

Frigida si fueran quattuor reliquerit, illa Mane dix, tua quod induit fijentia, nudus In Tiberi stabit.

Además, es preciso creer que en algunas ocasiones era entre los romanos una especie de obligación, pues ni siquiera los Reyes y Emperadores estaban dispensados de ella.

Varios historiadores nos aseguran que Numa Pompilio observaba ayunos periódicos para prepararse a los sacrificios que él mismo ofrecía todos los años, impidiendo la fertilidad de las cosechas; y Julio César, a pesar de ser muy devoto que Numa, no dejaba, según los mismos historiadores, de abstinencia de una comida todos los meses por principio de religión, contentándose aquello días con una ligera colación por la noche.

Augusto hacia gala, según Suetonio, de una abstención semejante y de haber pasado todo un día en ayuno riguroso, a la manera de los judíos, que no rompía hasta principio de la noche (9).

Lo mismo, según dichos historiadores, hacían los emperadores Vespasiano, Marco Aurelio y Severo, quienes guardaban dieta una vez al mes.

(1) ¿Qué cosa lleva este útil y más efecto que el ayuno para asesinar al enemigo de la salud?

La respuesta es en el alimento de la virtud, insiste el autor, y es asombroso que el virgo de la carne se someta a un ayuno de diez días.

(2) Aristóteles. *En ayuno*.

(3) Ateneo, lib. vi.

(4) Plutarco. *In vita Demosthenis*.

(5) Lib. iii, pag. 108.

(6) Decada IV, lib. VI.

(7) No Judaeus quidem tam diligenter sahatis jejunum servat, quam ego hodie servari, qui in balneis denunciat pot horum primam noctis bucas duas manducavi.

(8) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(9) Epist. LXXXIII.

(10) Lib. vi, cap. viii, vers. 6.

(11) Lib. vi, cap. viii, vers. 20.

(12) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(13) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(14) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(15) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(16) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(17) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(18) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(19) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(20) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(21) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(22) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(23) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(24) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(25) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(26) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(27) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(28) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(29) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(30) Julianus temperantia fuit, parsimonia cibis et somni, quibus donum fortis tenacius utebatur, in pace quis multus atque temerarius est? R. Amiano Marcelino, libro XXXV, pag. 602.

(31) Julianus temperantia



