

## ¿Es El Ayuno Un Mandamiento Para El Cristiano?

Jesús Martínez

Hay una gran cantidad de textos bíblicos que nos hablan del “ayuno”. Esta palabra y práctica la encontramos desde el Antiguo Testamento, hasta llegar al Nuevo; donde no solamente nuestro Señor enseña acerca del ayuno (**Mateo 6:16**), sino que miramos también a la iglesia del primer siglo practicándolo (**Hechos 13:1-2**). Así que, al hacer la pregunta “¿habla la Biblia del ayuno?” nuestra respuesta tiene que ser un rotundo ¡sí! No hay ninguna duda de que la Biblia trate con este tema. En esta ocasión trataremos de una manera breve pero intentaré el ser claro en el desarrollo del tema, pero lo basaré en la pregunta “¿Es el ayuno un mandamiento para el cristiano?” ya que no hay ninguna duda de que la Biblia nos hable de este tema, pero sí la cuestión de que si es mandamiento para los cristianos.

**Ayuno**, del griego *‘nesteía’* que indica el abstenerse de alimento voluntariamente. El ayuno consiste en abstenerse del alimento por cierto tiempo. A los judíos les fue mandado por Jehová en la ley de Moisés el ayunar “un día” (24 horas) como lo podemos ver en **Levítico 23:32**. Este ayuno era con la intención de buscar reconciliarse con Jehová (**Levítico 23:26-32**). La Biblia nos habla de tres hombres en particular que ayunaron por un periodo de cuarenta días, Moisés (**Éxodo 34:28**); Elías (**1 Reyes 19:8**), y el Señor Jesús (**Mateo 4:2**). Mientras que los judíos lo hicieron por un día y esto por mandato de Jehová y luego esto tres hombres lo hacen por un periodo más largo, nos podemos dar cuenta que el periodo dependía de la ocasión. Hay más ejemplos en los cuales encontramos que el ayuno se practicó por diferentes lapsos de tiempo.

¿Por qué se debe ayunar? En los ejemplos anteriores vemos que el ayuno se practicó por diferentes razones. Los judíos lo hicieron por mandamiento de Jehová; mientras que los otros tres lo hicieron por estar delante de la presencia de Jehová (Moisés); luego tenemos a Elías que es alimentado y por causa de su viaje está en ese ayuno hasta llegar al monte Horeb, y el Señor Jesús quien estando en el desierto para ser probado se encuentra con la tentación. Al igual que la práctica del ayuno difiere en duración de tiempo, así difiere en la razón de practicarlo. Los ejemplos que vemos del ayuno en las Escrituras mayormente son para mostrarse delante de Dios con “un corazón contrito y humillado”, para buscar el favor de Dios y buscando su ayuda a causa de alguna devastación nacional o dificultad personal. El principio primordial es para estar delante de Dios con un corazón humillado y buscando su ayuda. Consideremos estos ejemplos que muestran una variedad de razones por la cual se practicaba el ayuno. Israel había combatido contra sus hermanos los de Benjamín y perdido la batalla dos veces, y es hasta la tercer vez que se sientan delante de Jehová llorando y ayunando (**Jueces 20:18-26**). Los valientes de Jabes de Galaad ayunaron por luto (**1 Samuel 31:11-13**). Los hijos de Israel buscaron el favor de Jehová arrepentidos (**Jeremías 14:10-12**). Nehemías se duele de la condición en la que Jerusalén se encuentra y se pone en oración y ayuno para pedir ayuda a Jehová al presentarse él delante del rey (**Nehemías 1:4-11**). Muchos más ejemplos encontramos en las Escrituras que nos muestran diferentes razones por la cuales se practicaba el ayuno.

Ahora la contestación a nuestra pregunta, ¿es el ayuno un mandamiento para el cristiano? Hemos mirado que solamente una ocasión se muestra en las Escrituras que Jehová demandó el ayuno por un periodo de 24 horas y esto a los hijos de Israel en el día de la expiación (**Levítico**

23:32), pero en ninguna otra parte encontraremos que Jehová lo demandó de ellos. El Nuevo Testamento nos habla del ayuno pero en ninguna parte nos presenta el tal como un mandamiento. Es aquí en este punto donde el mundo denominacional y algunos en la iglesia asumen que el “ayuno” DEBE ser practicado por la iglesia, ya que ejemplos suficientes tenemos en la Biblia. Verdad dicen en cuanto a los ejemplos, pero desafortunadamente en ninguno de ellos vemos “el mandamiento” de parte de Dios. Si hiciéramos todas las cosas tal como se leen en la Biblia, nos encontraríamos en grave problema. Por ejemplo: Si la gran comisión se le dio a aquellos once hombres de “IR POR TODO EL MUNDO” y predicar el evangelio (**Marcos 16:15**), ¿cuántos de nosotros estaríamos fallando en este punto? Ya que nos sería imposible a cada uno de nosotros de ir por todo el mundo para predicar este evangelio; pero es obvio que el Señor habla de la importancia de predicar sin prejuicio ni haciendo acepción de personas, el mandamiento es “ir y predicar” como podamos, hasta donde podamos. **Mateo 28:19** da el mandamiento de “HACED DISCÍPULOS DE TODAS LAS NACIONES”, otra vez ¿Cuántos estaríamos fallando en este punto? Ya de igual manera a las personas que lleguemos a predicar serían a las mismas de nuestra nacionalidad pues nos miraríamos imposibilitados en los recursos, y en el idioma. El Señor nos manda a predicar a toda persona de la manera que podamos y como podamos, por lo tanto, debemos considerar que en cuanto al ayunar Dios no nos da UN MANDAMIENTO pero sí vemos el ejemplo del Señor cuando trata con el tema y dice: “*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*” (**Mateo 6:16**). Si podemos notar, Jesús está diciendo: “**si vas ayunar**” no lo hagas como los hipócritas; pero no está dando un mandamiento, pues si lo fuera lo diría así: “tu pues DEBES ayunar...” Jesús no da un mandamiento, pero tampoco lo impide. Incluso en una de las ocasiones los fariseos acusan a sus discípulo del Señor por no ayunar como los discípulos de Juan y los fariseos (**Lucas 5:33-35**), pero el Señor les responde que sus discípulos no tienen por qué ayunar, pues aun él está con ellos, en otras palabras, no tiene razón del porqué estar tristes. El ayuno recordemos que en la mayoría de los casos se hace por “luto, aflicción, devastación nacional, o personal y para presentarse delante de Dios buscando su favor.”

Como ya hemos mencionado, el ayuno fue practicado por la iglesia del primer siglo (La iglesia ayunó antes de enviar a Pablo y Bernabé para cumplir su ministerio **Hechos 13:1-2**; Pablo hacía del ayuno una parte de su ministerio **2 Corintios 6:5; 11:27**), pero en ninguna parte miramos que el Señor Jesucristo, ni los apóstoles, lo impusieron a la iglesia. Hago referencia a las palabras del hermano Wayne Jackson, quien dijo: “*El ayuno para el cristiano es una cuestión estrictamente voluntaria. Debe nacer de una intensa necesidad, y no como un mero resultado de formalidad*”<sup>1</sup> El ayuno practicado por falsa promoción de religión, y por mera exaltación propia es condenada por Dios. El pueblo de Israel en tiempos del profeta Isaías mostraba una actitud altiva y arrogante, pues reclamaban a Jehová por no contestarles sus peticiones, ya que ellos ayunaban, pero Jehová les reprocha su actitud. Los judíos se gloriaban de ayunar pero su ayuno al igual que su adoración a Jehová era más que un hábito (**Isaías 58:3-5**). Luego tenemos a los mismos judíos que después del cautiverio vienen a consultar a Jehová haciendo una pregunta, ¿ayunaremos como lo hemos hecho ya por muchos años? Para ellos el ayuno era ya un hábito, y Jehová no se complacía de ello, pues les hace saber diciendo: “Cuando ustedes ayunaban ¿lo

---

<sup>1</sup> Wayne Jackson: Is Fasting for Christians Today? ¿Es El Ayuno Para El Cristiano de Hoy?  
<https://www.christiancourier.com/articles/231-is-fasting-for-christians-today>

hacían para mí? ¿no comían y bebían para ustedes? (**Zacarías 7:1-6**). Ahora tenemos a los fariseos quienes ya hemos mencionados (**Mateo 6:16**) los cuales hasta se pintaban el rostro para mostrar que ellos ayunaban; tal ayuno no fue aceptable delante de Dios. Los religiosos de nuestro tiempo dicen que el cristiano DEBE ayunar y ellos en ocasiones entran en esta misma condición que los ejemplos que hemos visto, pues se glorían de su ayuno, gritan que ellos ayunan varias veces y que los demás no; pero la pregunta es ¿se agrada Dios de este ayuno? La respuesta es ¡no! El ayuno no es para mostrarme superior a los hombres, para promover mi religión, ni mucho menos para requerir algo de Dios (esto es, para mi propio placer).

En **Mateo 17:20-21** nos encontramos con el milagro que Jesús hace a un joven, echando fuera un demonio, el cual sus discípulos no pudieron echar fuera. Los religiosos hacen referencia a esta Escritura para intentar mostrar la importancia del ayuno, ya que nuestro Señor Jesús dice: *“Pero este género no sale sino con oración y ayuno”* (v. 21). Pero, ¿a qué se refería con esto el Señor? Primero, miremos lo siguiente, si el Señor está promoviendo el ayuno, entonces el ayuno es “para echar fuera demonios” lo cual ya no existe, entonces ya no necesito ayunar ¿no creen? Segundo, los discípulos no pudieron echar fuera el demonio “Por su POCA FE” (v. 20). Los discípulos habían empezado a confiar en ellos mismos antes que depender de Dios. Tercero, la oración es para comunicarme con Dios, mantener esa relación viva con mi Dios, el Señor Jesús la utilizó durante todo su ministerio; en el Nuevo Testamento encontramos un sin número de textos bíblicos que nos amonestan a continuar en la oración (**1 Tesalonicenses 5:17; Efesios 6:18; 1 Pedro 4:7**) y como ya hemos visto el ayuno es para 1) humillarnos delante de Dios y mostrar nuestro dolor y 2) para buscar el favor de Dios y Su socorro. Así que, parece ser que los discípulos se habían olvidado de esto, de “la dependencia de Dios”. Pero este pasaje no nos habla en ninguna forma de que el cristiano debe ayunar hoy día.

El ayunar nos sería de beneficio, siempre y cuando lo hagamos por las razones correctas, de **voluntad** y por los propósitos que nos muestran las Escrituras; no sea que buscando ayunar caigamos en la misma posición que los judíos en tiempos de los profetas o como los fariseos en tiempos del Señor Jesús. La pregunta, ¿Es el ayuno un mandamiento para el cristiano? Debemos contestarla con un rotundo ¡no!