

LA IMPORTANCIA DEL AYUNO Y SU OBSERVANCIA HOY*

1. El ayuno es un mandamiento divino (Gn 2,16-17). Según san Basilio, el ayuno “*tiene la misma edad que la humanidad; porque fue instaurado en el paraíso*” (*De jejunio*, 1, 3: PG 31,168A). Constituye un gran combate espiritual y la mejor expresión del ideal ascético de la Ortodoxia. En conformidad fiel con las disposiciones apostólicas, con los cánones conciliares y el conjunto de la tradición patristica, la Iglesia ortodoxa ha proclamado siempre el gran valor del ayuno para la vida espiritual del hombre y su salvación. A lo largo del año litúrgico, ella exalta la tradición y la enseñanza patristica concerniente al ayuno, necesario para hacer al hombre vigilante, sin cesar y sin desfallecer, y despierta en él el ardor para el combate espiritual. El ayuno es exaltado en el *Triodion* como un don divino, gracia plena de luz, arma invencible, fundamento de las luchas espirituales, el mejor camino hacia el bien, alimento del alma, ayuda concedida por Dios, fuente de toda meditación, imitación de una vida imperecedera y parecida a la de los ángeles, “madre” de todos los bienes y de todas las virtudes.

* Traducción del texto en lengua francesa por el profesor J. M. Fernández Rodríguez (Granada), ofrecido por el departamento de relaciones públicas del Sínodo de Creta. Revisión y control teológico por el Dr. Fernando Rodríguez Garrapucho.