

mantuvo sin comer cuarenta días, Adán tardó otros cuarenta en desobedecer al mandato divino, en atreverse a hincar el diente a la poma de perdición.

Moisés fué, convenido, un gran ayunador, y dos veces, subiendo a un monte sin provisiones, permaneció en él los cuarenta días de rúbrica; a imitación suya, los hebreos ayunaron rigurosamente, y practicaron, diversas penitencias, yendo descalzos y llevando las cabezas cubiertas de ceniza. Ayunaban hasta los niños de pecho dejando de mamar, ¡lo cual ya me parece exceso! Verdad que, si ayunaban también sus nodrizas, no tenían otro remedio los chiquitines.

El ayuno de los judíos, como luego el de los primeros cristianos, era al traspaso, de sol a sol. Y los fariseos, a quienes dijo Cristo tan duras cosas, también se abstenerían; pero, como eran aficionados a las apariencias, andaban todo el tiempo que durasen las prácticas de su ayuno, con rostro entristecido y desaliñados, para que la gente se enterase de que se mortificaban; y también esto lo reprobó el Divino Maestro, mandando que se ayunase sin ostentación, con alegre rostro y decorosa exterioridad.

Lo mismo que Moisés, practicó Cristo el ayuno cuadragésimo, y en el desierto, adonde se retiró para realizarlo, sufrió la famosa tentación; el demonio le ofreció el señorío del mundo, si prevaricase. Pero Cristo no era Mahoma, no era el ambicioso material de reinos y pueblos; su fin era conquistar almas. La tentación fué despreciada y el enemigo vencido.

\*\*\*

El sentido del ayuno, realmente, cuando no es higiénico, es puramente espiritual. Por el ayuno, privación de lo que sostiene al cuerpo, se inculcan en el alma las virtudes estoicas, no ya sólo del cristianismo, sino, en general, de la renunciación y de la suma filosofía. Por eso se ha ayunado en todas las religiones que traían consigo una moral severa y fortificante, y hasta en aquellas que, como las del Nuevo Continente, respondían al ideal del vigor, en la guerra y en la vida toda. No hay moralista que no aconseje el ayuno, en una o en otra forma, y la Medicina, después de dar mil vueltas, ha venido a parar ahí, sometiendo a la humanidad entera, cualesquiera que sean sus ideas religiosas, a la abstinencia, a las privaciones, a la morigeración de los apetitos.

La longevidad, aspiración de nuestro siglo, que sueña con el elixir de larga vida de Altotas, no puede lograrse sin sobriedad extremada. En los conventos, cuanto mayor frugalidad y sencillez de vida impone la regla, más casos se dan de longevidad asombrosas; y es frecuente, en los mendigos, vivir larguísimos años. No sería justo que los millonarios gozasen también del privilegio de Matusalem, habiendo agotado antes las delicias y hanturas de Sardanápalo y Heliogábalo. Actualmente, muchos millonarios están sometidos a la higiene de la privación, tan donosamente descrita por Cervantes en el episodio de la Barataria.

Tanto como el ayuno cuadragésimo, que coincide con la primavera, con el hervor de la sangre, con la crisis de los humores, demuestran este sentido higiénico las cuatro épocas que reparten, en diversas épocas del año, la saludable abstinencia. Más sabia todavía era la costumbre de los primeros cristianos, de ayunar todos los miércoles y viernes del año; y sólo con esta práctica, no es calculable cuantas enfermedades se evitarían. Y, en cuanto a la abstinencia de carne, ¿quién ignora los progresos realizados en el pasado y presente siglo por la doctrina vegetariana; quién desconoce las predicaciones de los médicos, que están a mal con las carnes y las consideran depositarias de toxinas? La ciencia se ha encontrado precedida por la religión, inculcando ésta, indirectamente, verdades que la ciencia no descubre sino a la larga y después de empeñadas discusiones y desorientaciones, puesto que hace treinta años había erigido en dogma que la carne robustecía, hasta que vino a afirmarse lo contrario y más cierto.

En el siglo XIV empezó a mitigarse la rigidez del ayuno entre los cristianos. En vez de pasar el día entero sin probar bocado y comer a la puesta del sol, se estableció la costumbre de comer a mediodía y hacer por la noche lo que se llamaba colación. En el siglo XVII, más relajada la disciplina, se aclimató otra licencia: introdujose el chocolate, la «parvidad de materia» por la mañana. Y—dice un grave autor—el precepto del ayuno se deformó de modo entre los españoles, que era adagio ya vulgar que eso de ayunar era para bobos y frailes.

\*\*\*

Una de las curiosidades de la historia del ayuno es que hayan sido sus impugnadores acérrimos, pri-

mero, Arrio, el hereje enemigo del dogma de la divinidad de Cristo, y luego un famoso médico inglés. Para decir la verdad, lo que impugnaba el britano, fiel a los gustos y aficiones de su raza, no era el ayuno, sino la abstinencia de carnes. De Inglaterra nos ha venido la moda de atracarse de tajadas de buey gordo, asado en la parrilla o en su propio jugo. De Inglaterra, el engullir tajada fría a las nueve de la mañana, hora en que nuestros estómagos de latinos sólo transigen con la ligera parvidad, el chocolate perfumado y confortador. De Inglaterra, el culto del sebo, del pesado pudding, de la violenta mostaza, que arranca lágrimas, y no de contrición, a los ojos. De Inglaterra, el arroz con la rabiosa sazón de Cayena, y la salsa de pan, y los condimentos de jengibre y ruibarbo, que no diré que sean desagradables, pero que llaman por el trago, y son por varios estilos fatales para el artrismo y la gota. Y así, bajo la apariencia de una discusión de teología, lo que se debatió fué el espíritu de dos razas, la una inclinada a la sobriedad, la otra a la gula.

Es de leer cómo el carmelita Díaz Bravo, defensor del ayuno, se adelanta, en el siglo XVII, a los modernos vegetarianos, diciendo: «Coma uno media libra de lechuga o escarola, sin cocción alguna; tome en otra ocasión igual cantidad de carne bien cocida sin salsa, u otro guisado; examine en ambas ocasiones su estómago, después de dos horas, y aunque pasen cuatro, y advertirá que después de haber comido la carne, tendrá el estómago gravado, la boca desabrida, la lengua viscosa; y en la ocasión que tomó sólo hortalizas, a las dos horas se hallará sin pesadez en el estómago, hábil para volver a comer.»

He aquí cómo, en una cuestión de alimentos, se agita el problema histórico de los orígenes de la civilización humana. Mientras el hombre, por necesidad, porque todavía no conoce la agricultura, porque vive nómada o en cuevas de troglodita, es un carnívoro más, y acaso una fiera, la civilización no asoma. Cuando el hombre conquista los animales domésticos, y Triptólemo, o quien quiera que haya sido, eso está por averiguar, le enseña el uso del arado, habiéndole enseñado primero el del hierro (no del todo necesario para el asunto, ya que en América, antes de conocerse el hierro, se labraban los campos perfectamente), cuando, repito, surgen los pueblos agricultores, la civilización es conquista definitiva; porque, si bien el hombre no deja de ser carnívoro, y se mantiene con los despojos de sus rebaños, también come el pan; y del pan, y no de la carne, se ha hecho el símbolo de la vida y del trabajo con el cual la vida se gana.

En otro punto estaba muy adelantado de noticias el carmelita Díaz Bravo, como precursor de la actual Medicina: a saber, en lo que dice contra el caldo de carne, entonces sacrosanto. No se conocía a la sazón la dieta láctea, hoy prescrita a la inmensa mayoría de los enfermos, pero ya este monje trueno contra el caldo, que casi se prohibe, en el día. Recomienda caldos o sustancias de verduras, aceite y calabaza, y refiere infinidad de curaciones obtenidas al substituirlos al de puchero.

Todo esto quiere decir que, si el ayuno religioso se suprime, el ayuno médico lleva trazas de convertirse en institución. Y váyase lo uno por lo otro. Con la diferencia de que el ayuno médico será severamente guardado. Nadie se atreverá a quebrantarlo, porque hay pena de la vida, o al menos, de la salud.

Lo indudable es que la Medicina, que ha realizado grandes progresos, pero que tiene aún muchas cosas por averiguar, ignora con qué cantidad mínima de alimento puede sostenerse la vida humana. Afirma, eso sí, que todos comemos mucho más de lo que necesitamos para su sostén. Y yo digo que ello será así, pero también hay quien come menos de lo conveniente, y hasta quien se muere de inanición. A cada paso se leen en los periódicos tristes casos. Hay países enteros, por ejemplo la India, donde no es un individuo, son centenares de miles de hombres los que sucumben a la falta de alimento. Sobrios como son las gentes de esas tierras, que tienen por base de su alimentación el arroz, no basta el hábito de la sobriedad para infundirles el de no comer. Espantan las fotografías de esos espectros.

Verdad que la India es la patria de los genuinos ayunadores. Es allí donde los faquires se ríen de las leyes naturales, obturan la glotis revolviendo la lengua, y sumidos en sueño cataleptico o en éxtasis misterioso, pasan años y años sin sustentarse. Y esto no lo hizo ni el propio Moisés, fundador de nuestros rituales ayunos.

LA CONDESA DE PARDO BAZÁN.

## LA VIDA CONTEMPORÁNEA

Todos los años se dice que ha muerto el Carnaval, y el caso es que resucita. Se ven pocas y desabridas máscaras, pero las carrozas han llegado a ser una institución, y a cada paso se construyen con más lujo, con más ciencia escenográfica, porque las carrozas pertenecen a la decoración, son algo teatral.

En otro tiempo, no había carrozas, ni se adornaban los carruajes con una mala flor, ni natural ni de trapo. En cambio, todas las señoras, lo mejorcito de la sociedad, iban al Prado en sus coches, sin adorno ni requilorio alguno; allí, los amigos les daban bromas, disfrazados, generalmente con dominó negro, blanco guante, y un lazo azul en los hombros. Y había una alegría franca, y la diversión era vibrante de juventud y de buen humor castizo. Ahora el aspecto es carnavalesco, y la *mise en scène* la forman los confetti, las carrozas, los engalanados millores y pitters, pero, en las almas, se estancía un tedio, una indiferencia infinita hacia el Carnaval. Y, por extraño contraste, el único día en que se advierte verdadera animación de Carnestolendas, es el miércoles que la Iglesia consagra al recuerdo de la nada de la vida; el de Ceniza, día en que todo Madrid, es decir, el todo Madrid de la juerga y del bronce, se lanza a la Pradera del Canal, a comer, beber, danzar y reír. ¡Y qué comida! De promiscuación, alternando el salchichón y el chorizo con las rajadas de merluza frita y los «soldaditos de Pavía» clásicos. ¡Y qué bebida! No el agua clara y fresca, sino el morapio azul y el aguardiente bala rasa. ¡Y qué danzas! Las que sugieren el diablo y el alcohol. Es una saturnal, se diría antaño. Es una orgía, dijérase en tiempo de Espronceda. Es una expansión, decimos ahora, cuando para todo hay nombres benévolos.

Como diariamente se hace caso omiso de los preceptos de la Iglesia, en lo que se refiere al ayuno y a las vigiliadas, parece que el Padre Santo piensa en la supresión de tales preceptos. Hoy sí que el docto fray Lorenzo del Santísimo Sacramento, rector de los Carmelitas Descalzos de Pamplona, pudiera exclamar con razón: que el precepto se ve decaído, y la vigilia lastimada; lo cual, con fundamento también, (porque los tiempos se parecen) escribía allá en 1753.

Por este santo varón sabemos que los primeros ayunadores que hubo en el mundo, fueron Moisés y Elías; pero este dato histórico pudiera recusarse, atendido que en el continente americano, en sus religiones sombrías y mágicas, existían desde los primeros albores ayunos rituales.

Cuando leemos a estos frailes de antaño, que disertan sobre el ayuno, sentimos la impresión de que las actuales prescripciones de la Medicina eran ya conocidas o presentadas al menos. Otro carmelita, fray Juan de Espinosa, nos dice cómo, para el morbo artético, así lo llama, es eficazísimo el remedio de la abstinencia. Lo propio os dirá el más pintado galeno de nuestros días.

\*\*\*

El fundador del ayuno, como sabemos, fué Moisés, cuyo talento de higienista viene reconociéndose por todos los historiadores. Los preceptos de Moisés y sus prohibiciones, tenían por objeto conservar al pueblo hebreo la salud, evitarle la lepra y otras dermatosis a que siempre fué propenso. Algunos sutiles teólogos, no pareciéndoles abolengo lo bastante antiguo para el ayuno descender de Moisés, lo remontan al Paraíso, y hacen de Adán el primero que recibió el precepto y cometió la primer transgresión, al no obedecer al mandato de abstenerse del fruto del árbol consabido. Y añaden que, así como Cristo se