



El Ayuno como una práctica Religiosa-Espiritual Ancestral

*Congreso Universal
Cd. Victoria, Tamps.
21 de abril de 2024
Eduardo R. Flores Zazueta*

El Gran Quetzalcóatl

Con relación a Quetzalcóatl, el Dr. en Filosofía Miguel León Portilla, experto en materia del pensamiento y la literatura de la cultura náhuatl, en su obra, “Filosofía Náhuatl. Estudiada en sus Fuentes”, escribió lo siguiente: *“Nadie mejor que Quetzalcóatl podría simbolizar entre los nahuas el ansia de explicación metafísica. Su figura, evocadora de mitos, hace pensar en su sabiduría, en su búsqueda de un más allá, cuando cayendo en la cuenta de que en esta vida existe el pecado y se hacen viejos los rostros, trató de irse al Oriente, hacia la tierra del color negro y rojo, a la región del saber. Aquí lo encontramos todavía en Tula, en su casa de ayunos, lugar de penitencia y oración, a donde se retiraba a meditar.”* (Pág. 45. Op. cit.).

El investigador de la cultura del México antiguo Frank Díaz, especialista en las lenguas y la literatura mesoamericana, profundiza en la vida y enseñanzas de este forjador de Culturas, en su libro: “El Evangelio de la Serpiente Emplumada. La vida y enseñanzas del gran maestro tolteca”.

El Gran Quetzalcóatl

Él escribió lo siguiente: *“Edificó también diversos templos de sombra y penitencia donde vivía, apartado de todos, en continua meditación y ayuno. Y puso guardias en las puertas, que a nadie dejaban pasar. Hizo además un gran templo con columnas en forma de serpientes emplumadas, pero lo dejó inconcluso, pues era mucha su grandeza.”*

Y más adelante: *“Y cuando algún hombre o mujer, viendo el buen ejemplo con que os hacéis merecedores, quiera unirse a vosotros, lo admitiréis con gusto. Podréis admitir a todos sin distinción, a condición de que permanezcan vírgenes, que renuncien a sus lazos familiares, que se comprometan con el trabajo común, que sean templados, que se ejerciten en el ayuno, que amen el estudio, que acepten la amonestación con entera humildad, que sojuzguen su cuerpo y no teman a la penitencia.”* (Págs. 21 y 80. Op. cit.).

La Realeza Sagrada Mexica

El rito de entronización del Tlatoani.

Tlatoani, significa "quien habla" u "orador". Es decir, el que manda, el que tiene autoridad. Fue el término usado por varios pueblos de habla náhuatl en Mesoamérica para designar a los gobernantes.

“El rito del tlatoani iniciaba cuando era presentado ante Huitzilopochtli en el Templo Mayor, pero dicha presentación no era sólo ante el dios patrono, también era mostrado a la población de Tenochtitlan, que presenciaba todo lo hecho por el gobernante (Sahagún 1975, 474). [...] Una vez ataviado, era conducido por los sacerdotes a la cima del templo donde ofrecía incienso a Huitzilopochtli. Al terminar de incensar al dios, uno de los sacerdotes le decía: Señor mío, mirad como os han honrado vuestros caballeros y vasallos, pues ya sois señor confirmado [...] Sois el que los habéis de regir y dar orden en las cosas de la guerra [...] habéis de velar mucho en hacer andar al sol e a la tierra [...] habéis de trabajar cómo no falte sacrificio de sangre y comida al dios sol, porque tenga por bien de hacer bien su curso e alumbrarnos, e a la diosa tierra también, porque nos dé mantenimientos (Benavente 1971, 336). [..]

La Realeza Sagrada Mexica

El rito de entronización del Tlatoani (cont.)

En la cosmovisión mexica, los gobernantes eran vistos como representantes del sol y su muerte era equiparada con un ocaso (Durán 1967, II, 393). El Tlacochoalco [‘casa de las flechas’, era el nombre dado a un conjunto de edificios que servían de arsenal para almacenar armas, y de templo donde se sacrificaban a los cautivos], entonces ese era el lugar donde los tlatoque (forma plural de tlatoani), pasaban sus cuatro días de penitencia. Finalizado ese tiempo, salían por el ala este para representar la salida del sol, simbolizando un nuevo amanecer. Ahora bien, cuando ingresaban al Tlacochoalco, allí estaban cuatro días sin salir del patio, y ayunaban todos los cuatro días, que no comían sino una vez al medio día, y todos los días iban a incensar y ofrecer sangre al medio día y a la media noche delante de la estatua de Huitzilopochtli [...] Y todos estos cuatro días, a la media noche, después de haber incensado y ofrecido sangre, se bañaban en una alberca por hacer penitencia (Sahagún 1975, 474).” (“El rito de entronización del tlatoani y del cazonci purépecha: analogías y discrepancias. Daniel Alatorre Reyes).

La Realeza Sagrada Mexica

El rito de entronización de los Tecuhtli.

Los Tecuhtli adquirirían funciones militares, judiciales, religiosas, políticas y administrativas.

“El rito que ejecutaba el tecuhtli, se componía de cuatro fases: su presentación pública en el templo del dios patrono; un periodo de ayuno y penitencia de un año; la entrega de insignias de su nuevo rango y una celebración. El rito no solo involucraba deidades de la guerra, también era notoria la presencia de dioses relacionados con el sol, la tierra y la lluvia, númenes cuya manifestación no era casualidad, pues reflejaban la preocupación de los tlaxcaltecas por alimentarlos para que continuaran ofreciendo sus favores y protección.” (“El rito para acceder al rango de tecuhtli entre los tlaxcaltecas. El rito para acceder al rango de tecuhtli entre los tlaxcaltecas”).

Los Tlamacazque

Prácticas ascéticas.

Los Tlamacazque: “Los que proveen”. Eran sacerdotes de culto.

“Otra de las prácticas rituales comunes en la sociedad mexicana fue la del ayuno, el cual era observado principalmente por los tlamacazque. Algunos de ellos cobraban mayor significado por anteceder alguna festividad. Ciertos ayunos consistían en solo comer un tamal, sal y agua. Los tlamacazque de Cholula no solo purificaban su cuerpo, también eran los encargados de purificar los templos con incienso y escobas de plumajes. [...] Además, solían hacerse cargo de los sacrificios humanos y del tratamiento ritual de los huesos y cabellera de las víctimas.

Una hecho sobresaliente es que entre la casta sacerdotal mexicana, existían jóvenes ascetas con cualidades muy semejantes a las de un yogui de la India. Este tipo de tlamacazque permanecía en un ayuno riguroso por cuatro años: no comían carne, pescado, sal ni chile. Su dieta consistía en comer una vez al mediodía, una tortilla acompañada con atole. Estos jóvenes eran célibes y permanecían recluidos en una ermita de la cual no tenían permitido salir. No podían consumir dulces o frutos, salvo en los festivales de sus divinidades en las cuales participaban en las danzas con atuendos y maquillaje especiales para la celebración. En la cotidianidad, los tlamacazque ermitaños vestían una túnica austera que renovaban una vez al año.

Los Tlamacazque

Prácticas ascéticas (cont.).

El retiro espiritual era muy estimado por los emperadores. Por ejemplo, Moctezuma era altamente versado en el tema, practicaba el ayuno y tomaba en cuenta las visiones que los oráculos vivientes tenían. [Recordemos el nombre del Tlatoani de Texcoco, el gran Nezahualcóyotl, cuyo nombre significa: "Coyote que ayuna"].

Las mujeres no estaban excluidas de las prácticas monásticas. Era requisito que fueran vírgenes y bajo pena capital no podían romper sus votos. Las monjas vivían y dormían en comunidad, estaban bajo la dirección de una maestra espiritual y sus prácticas eran muy semejantes a la de los varones. Una de sus características exteriores era rapar su cabellera." ("México desconocido. Tlamacazque: los 'yoguis' prehispánicos que ayunaban y realizaban rituales").

Tiempos de Penitencia entre los Mexicas

Penitencias.

La lengua náhuatl poseía varios términos para referirse de manera directa o indirecta a la penitencia.

- ▶ *Ayunar: zahua (nino). Algunas palabras han sido compuestas con el radical zahua, como nezahualiztli ('ayuno'), Nezahualcóyotl y Nezahuapilli ('Coyote que ayuna' y 'Noble que ayuna', nombre de reyes de Texcoco) y monauhxiuhzahuaqueh, ('los que ayunan durante cuatro años', Motolinía, I, 25: 70). Usado en su sentido literal, el verbo zahua significa: 'no comer'. Sin embargo, por metonimia el término podía llegar a designar la penitencia en su conjunto.*
- ▶ *Velar: tozoa. La práctica penitencial así designada consistía en 'no dormir'. El mismo radical se encuentra en el nombre tozoztli, 'vela', con el cual se han formado los nombres de dos fiestas del calendario solar: Tozoztontli ('pequeña vela') y Huey Tozoztli ('gran vela'). Si los penitentes velaban, los dueños de esclavos por sacrificar los 'vigilaban', acto designado con el verbo ixtozoa, 'velar con los ojos'.*

Tiempos de Penitencia entre los Mexicas

Penitencias (cont.).

- ▶ *Sangrase: ihzo (nino). Este verbo derivado de eztli, 'sangre', designa prácticas de autosacrificio; se utiliza como sinónimo de tequi, 'cortar', como en la voz: monacaztequiyah mihzoyah, 'se cortaban las orejas, se sangraban' (FC, L. IV, 6).*
- ▶ *Merecer: mahcehua. Este verbo transitivo tiene dos sentidos. El primero es 'hacer penitencia'; el segundo se refiere a la obtención de un don. A la diferencia de los otros términos que describen las actividades de penitencia, mahcehua es un término genérico que subraya la relación existente entre la penitencia en general y la obtención de un don (Dehouve, 1995).*

Estos cuatro términos, aparecían a menudo como sinónimos, como en esa voz: 'para que vea bien su labor de bordado, hacía penitencia, ayunaba, se sangraba cuando llegaba el signo 1 Flor'. (fc, L. IV, 25)." ("La aritmética de los tiempos de penitencia entre los mexicas". Danièle Dehouve).

Sacralización de la Vida Cotidiana

Cada acto diario que realices, dale un sentido sagrado, trascendente, espiritual: conviértelo en un Acto Sagrado.



Lo que vivas, que sea una manifestación consciente de tu Espíritu.

El Ayuno

Lo realizamos al evitar cualquier alimento al que estamos acostumbrados. Existen dos formas de hacerlo: el semi ayuno o ayuno parcial: comiendo frutas, verduras crudas, jugos y agua; y propiamente el ayuno, que consiste en beber agua, nada más. A nivel físico, los motivos para realizarlo, también son duales, como desintoxicación o terapéutico. El primero, como su nombre lo indica, sirve para desintoxicar el organismo, revitalizarlo y reactivar su correcto funcionamiento. El segundo, se realiza para curar alguna enfermedad; que en realidad el ayuno no cura, sino que al desintoxicar el organismo, la enfermedad no tiene un ambiente propicio para manifestarse y se elimina.

El ayuno tiene beneficios en los aspectos: físico, emocional, mental y espiritual. Se han realizado diversos estudios y se han comprobado los siguientes beneficios:

- ▶ Es el mayor agente curativo natural conocido.
- ▶ Purifica el torrente sanguíneo.

El Ayuno

Beneficios (cont.).

- ▶ Libera el cuerpo de prácticamente todos los elementos nocivos por intoxicación.
- ▶ Elimina enfermedades. Cuando se alimenta a un cuerpo enfermo, se alimenta a la enfermedad.
- ▶ Mejora la circulación y limpia la obstrucción de los vasos sanguíneos.
- ▶ Restaura el bienestar del estómago, así como el de que casi todas las demás partes del cuerpo.
- ▶ Conserva la energía. Las personas enfermas no pueden recuperarse a menos que tengan reservas energéticas. Muchas veces los alimentos reducen o eliminan la poca energía que se tiene al enfermar.
- ▶ Cura el 99% de las dolencias funcionales.
- ▶ Cura rápidamente enfermedades leves, como forúnculos, manchas en la piel, indigestión, dispepsia, estreñimiento, fiebre, anemia o asma.

El Ayuno

Beneficios (cont.).

- ▶ Ayuda a curar a largo plazo enfermedades graves causadas por impurezas en el sistema.
- ▶ Revitaliza el cuerpo.
- ▶ Elimina los dolores de cabeza y otros malestares provocados por un consumo habitual de toxinas como la cafeína.
- ▶ Es un gran restaurador natural de la juventud; se recupera la elasticidad y tersura de la piel.
- ▶ Retrasa el envejecimiento celular y prolonga la vida.
- ▶ Ayuda a acabar con tumores, úlceras y bocios, y revitaliza las glándulas.
- ▶ Elimina el mal sabor de boca y purifica el aliento.
- ▶ Restaura el tracto intestinal y lo devuelve a su estado natural.

El Ayuno Sana

