



# MANIFIESTO OFICIAL DE LA LEGIÓN DE LA VOLUNTAD

"Vencer el instinto, forjar la legión."



## I. EL TRIUNVIRATO FUNDACIONAL

El liderazgo supremo y origen de esta hermandad reside en sus Padres Fundadores. Su autoridad es inquebrantable y su palabra es la ley que rige a la Legión:

- César I
- Salvador I
- Camilo I

## II. LOS 13 MANDAMIENTOS DE LA LEGIÓN

**1. La Lealtad es Absoluta** Nuestra hermandad trasciende fronteras. El compromiso es con uno mismo y con los pares; si uno de nosotros falla, fallamos todos. La deslealtad no tiene cabida.

**2. El Pan es el Enemigo** Queda estrictamente prohibido consumir el pan del rancho durante los almuerzos y cenas. El carbohidrato vacío es un ancla que detiene nuestro progreso.



**3. La Pureza del Cuerpo** Ningún miembro ingerirá grasas saturadas ni alimentos fritos. Nuestro motor funciona exclusivamente con combustible limpio y de alto rendimiento.

**4. El Protocolo de las 09:35 (Las Colaciones)** La colación de las 09:35 debe ser táctica y saludable. Solo se permite el consumo de fruta fresca. Quedan absolutamente prohibidas las galletas, golosinas e incluso los jugos de fruta que no sean sin azúcar(envasados o naturales), debido a su alta concentración de azúcar rápida.

**5. El Sacrificio del Rancho (Chorrillanas y Ranchos Felices)** En días de máxima tentación ;como los viernes de chorrillana, jueves de empanadas fritas o días de "ranchos felices" con hamburguesas, el legionario aplicará el sacrificio de voluntad. Deberá ceder sus papas y masas fritas, consumiendo estricta y únicamente la proteína (carne, huevo). La chatarra se cede, la proteína se asimila.

**6. La Trampa del Postre** El azúcar es un saboteador silencioso. A la hora del postre, la única opción legal es la fruta. Quedan severamente prohibidos los flanes, las jaleas y cualquier postre azucarado, sin excepciones, ni siquiera el tradicional mote con huesillo de los días jueves.

**7. El Nexo del Agua y la Cafeína** Las bebidas azucaradas y alcohólicas están desterradas. La hidratación será a base de agua y el vigor provendrá del café negro. Las bebidas energéticas son munición táctica, permitidas única y exclusivamente antes de una prueba física o académica de alto rendimiento.

**8. El Veto al Bartolo** Prohibida la compra y consumo de cualquier producto en el Bartolo. Ese almacén es territorio hostil y sus dulces son veneno para nuestra voluntad.

**9. Raciones Tácticas Externas** Pedir comida de afuera está permitido única y exclusivamente si los alimentos cumplen a cabalidad con las restricciones de la Legión. No hay atajos en las raciones civiles.

**10. El Honor en la Sombra** El desafío no descansa los fines de semana ni en los francos. El deber se cumple de forma inherente e intachable, incluso—y especialmente—cuando nadie más te está viendo.

**11. El Día de la Purga (El Indulto Mensual)** Una vez al mes, se otorga el derecho a "caerse a la mierda". Se podrá comer y beber sin restricción, pero este día debe ser planificado y declarado formalmente con anticipación ante el Triunvirato.

**12. La Ley de los Tres Downs** El error se castiga. Cada transgresión a estos mandamientos es un *Down*. Al cometer el tercer *Down*, el individuo queda automáticamente expulsado y despojado de su honor, activando la Cláusula de Degradación.

**13. Respeto a los Padres Fundadores** Honrar el legado y la visión de César I, Salvador II y Camilo III. Su voluntad fue la chispa; mantenerla viva es el deber de todo iniciado.



### III. ESCALAFÓN OFICIAL Y ASCENSOS

La permanencia en la Legión se mide en tiempo de resistencia, otorgando los siguientes rangos:

- **De 0 a 1 mes – El Tributo:** El novato a prueba. Es alguien que aún no ha demostrado su valor frente a la tentación de las grasas y el pan. Está en el campo de batalla, pero debe probar que su voluntad es más fuerte que sus instintos.
- **Al cumplir 1 mes – Legionario:** Los soldados jóvenes de la primera línea. Han resistido el primer choque y un mes de rigor absoluto, demostrando que tienen la verdadera voluntad para pelear.
- **Al cumplir 2 meses – Centurión:** Se ha superado el reto inicial. El cuerpo y la mente se han adaptado por completo; es ahora un soldado consagrado, firme y absoluto de la hermandad.
- **Al cumplir 3 meses – Pretoriano:** El pináculo de la disciplina. Al igual que la escolta exclusiva de élite, quien sostiene este régimen por medio año demuestra una voluntad inquebrantable, ganándose el derecho a sentarse en la mesa del Triunvirato como asesor y líder.

### IV. EL PACTO DE DESHONOR Y LA CLÁUSULA DE DEGRADACIÓN

La expulsión no es una salida silenciosa; es un acto de rendición.

Todo participante que ingrese al desafío **acepta voluntariamente y por anticipado** que, de cometer 3 *Downs* y ser expulsado, renuncia a su dignidad dentro del grupo. Queda obligado a aceptar, sin derecho a réplica, que cualquier miembro activo de la Legión se dirija a él utilizando simultánea o indistintamente los siguientes títulos de la deshonra:

1. *El Bárbaro del Bartolo*
2. *Desertor de la Gula*
3. *El Zángano*
4. *Plebeyo del Rancho*
5. *El Manteca*
6. *Prisionero del Pan*
7. *Cadete de Cristal*
8. *Esclavo del Carbohidrato*
9. *Traidor de la Fritura*
10. *Judas del Bartolo*

### FIRMADO Y RATIFICADO POR EL TRIUNVIRATO



