

# Un Día y una Noche durante Ramadán

## (parte 1 de 2): El Ayuno del Día



IslamReligion.com

Ramadán es un mes muy especial para los musulmanes, ya que en él los musulmanes de todo el mundo realizan diversos actos de adoración, el más importante de los cuales es el ayuno. El ayuno de Ramadán es uno de los cinco pilares del Islam, obligatorio para los adolescentes y adultos que poseen la capacidad física. Ramadán es también el mes en el cual el Profeta Muhammad tuvo la primera revelación, y por eso es llamado “el Mes del Corán”. Durante este mes, existe un cambio visible en la vida de las personas, así como también en las sociedades donde hay un número sensible de musulmanes. Este artículo describirá un día típico de un musulmán durante este mes.

### Una Comida Temprana

**“Toma un desayuno antes del amanecer, ya que en ello hay bendición.”**  
(*Sahih Al-Bujari*)

Aunque no es obligatorio, las familias musulmanas se levantan temprano antes de los primeros vestigios de luz y realizan una comida implementando esta enseñanza del Profeta. Generalmente, el día del musulmán comienza con la oración del amanecer, cuando se comienzan a ver los primeros vestigios de luz en el cielo, pero como es el momento en que se comienza con el ayuno absteniéndose de comida o bebida, el Profeta, que Dios le de paz, alienta a los musulmanes a que se levanten antes de ese momento para comer.

Aquí se destaca el propósito del ayuno, que no es el de sentir hambre a lo largo del día, sino el de cambiar el estilo de vida para acercarla a la adoración de Dios, una actitud que será evidente más adelante en este artículo. El que pierde la oración del amanecer en segundas ocasiones, la oración más difícil de realizar

debido a su horario, durante este bendito mes se levantará temprano para poder comer. De este modo esta persona se acostumbrará a despertarse temprano, ayudando a que realice la oración del amanecer en su tiempo correcto durante el resto del año.

La oración voluntaria mas amada es la llamada “*Qiyaam –ul-Layl*”, u oración nocturna. Esta oración se realiza antes de la oración del amanecer. Es tan amada que usualmente es llamada “La oración de los Piadosos”, una oración realizada por los devotos cuando la mayoría de las personas está aún durmiendo en sus camas. Dios describe esta oración en el Corán, diciendo:

**“Se levantan de sus lechos para invocar a su Señor con temor y anhelo ...” (Corán 32:16)**

Levantarse a estas horas antes del amanecer para comer también alienta a los creyentes a realizar esta bendita oración, que de otro modo parece una tarea ardua para algunos.

Esta comida se debe realizar justo antes del amanecer, y de este modo las personas comen hasta oír la llamada a la oración, señal de que los primeros vestigios de luz han aparecido. De este modo, los musulmanes terminan sus comidas y se preparan para atender a la oración congregacional en su mezquita local, que se realiza cinco veces al día todos los días del año.

## **El Mes del Corán**

Después de asistir a la oración del amanecer, muchos musulmanes eligen sentarse en la mezquita por unos momentos y recitar una porción del Corán. Se recomienda la recitación del Corán en todo momento, porque gracias a eso la fe en el Islam se incrementa en el corazón:

**“Ciertamente los creyentes cuando les es mencionado el nombre de Dios sus corazones se estremecen, y cuando les son leídos Sus preceptos reflexionan acrecentándoseles la fe, y siempre se encomiendan a su Señor”. (Corán 8:2)**

Siendo Ramadán el mes en el cual el Corán fue revelado, los musulmanes tienen incluso más entusiasmo para recitarlo por completo, como lo hizo el Profeta.

**“[El Profeta] lo encontraba (al ángel Gabriel) cada noche durante Ramadán y se recitaban el Corán el uno al otro.” (Sahih Al-Bujari)**

Muy a menudo durante Ramadán en el mundo musulmán, es casi imposible encontrar una mezquita vacía en cualquier horario del día. Los musulmanes intentan conseguir tiempo libre durante este mes para completar la lectura del Sagrado Corán y reflexionar acerca de sus significados.

## Ayuno durante el Día

En la mayoría de los países musulmanes, la carga de trabajo y los horarios se alivianan para poder acomodarse a los acontecimientos especiales de este bendito mes. Los niños asisten a los colegios mas tarde para darse el tiempo para levantarse temprano y para las oraciones en la noche, y la mayoría de los negocios de comida cierran hasta el atardecer pero permanecen abiertos durante toda la noche.

Durante el día antes de que el sol se ponga en el horizonte, los musulmanes se abstienen de todo tipo de comida y bebida, así como también de mantener relaciones sexuales con sus cónyuges. Esto crea una sensación en los musulmanes a lo largo del día de que están obediendo las leyes de Dios, ya que dejan cosas que son perfectamente permisibles en otros momentos. Esto crea la consciencia entre los musulmanes de abandonar los actos que no están permitidos en ningún momento. Los musulmanes, con las bocas sedientas por la falta de agua y obteniéndose de todo tipo de comida desarrollan a lo largo del día, un sexto sentido – la consciencia de Dios – y esta es la meta del ayuno durante el mes de Ramadán. Dios dice en el Corán:

**“¡Oh, creyentes! Se os prescribió el ayuno al igual que a quienes os precedieron para que alcancéis la piedad”. (Corán 2:183)**

Ayunar es una veneración secreta que una persona le ofrece a Dios. Él podría comer y beber en secreto sin que nadie se entere... pero lo que impide al musulmán traicionar su ayuno es la consciencia de Dios.

Por esta razón, uno ve que muchos musulmanes que normalmente cometen pecados también dejan muchos de esos pecados de lado durante este bendito mes, debido a su sentido sagrado, y esperan que este deseo continúe en ellos durante el resto del año.

El Profeta, que Dios le de paz, advirtió a los musulmanes acerca de ciertos pecados en los que podrían llegar a caer con facilidad y así arruinar el propósito del ayuno. El Profeta dijo:

**“Quien no cese de hablar falsedades y actuar de acuerdo a ellas, Dios no necesita que deje su comida ni su bebida.” (Sahih Al-Bujari)**

Él también advirtió acerca de ser provocado y responder de manera ruda. Él fomentó a los musulmanes a responder al que los provoque diciendo:

**“Estoy ayunando, estoy ayunando.” (Sahih Al-Bujari)**

Estos dichos proféticos evidencian que el principal beneficio del ayuno de Ramadán es la rectitud espiritual y la moral.

De este modo, uno encuentra en la sociedad musulmana que el espíritu de paz vive en los corazones de los musulmanes a lo largo de Ramadán, debido a una veneración extra y la evasión de toda maldad y malos tratos. Uno encuentra que las personas son generalmente más amenas y de buen corazón, y cuando se vive durante un mes en una sociedad en la cual las personas están ayunando, el sentido de unidad y hermandad que resulta es incomparable, excepto tal vez con la Peregrinación.



## El Iftar o Desayuno

Cuando termina el día, los musulmanes se reúnen para esperar la caída del sol. Todos se toman un momento para recitar el Corán o ayudar con la preparación del desayuno. Antes de la puesta del sol, las familias se reúnen en la mesa a la espera del llamado a la oración, utilizando esos momentos para suplicarle a Dios y rogar por Su Misericordia.

**“Si, por cada persona que ayuna existe una plegaria que es respondida al terminar el ayuno”. (Tuhfat-ul-Muhtay)**

Cuando se escucha la llamada a la oración, los musulmanes se apresuran a romper su ayuno con dátiles, emulando al Profeta, que Dios le de paz.

**“La sed ha sido saciada, y las venas se han humedecido y llenado, y la recompensa es segura, si Dios quiere”. (Abu Dawud)**

Muchos musulmanes agregan:

“Oh Dios, solo por ti he ayunado, y solo en ti he creído. Con tus provisiones he roto mi ayuno, y en ti he creído”.

Los musulmanes luego comen comidas ligeras con varios aperitivos y bebidas. Muchas veces se encuentran invitados o invitan a otros, pueden ser miembros de su familia extensa, amigos, o con los pobres. Las mezquitas llevan a cabo el desayuno (*iftar*) para intensificar los lazos de la comunidad, es algo muy común en países en los cuales los musulmanes son minoría. El Profeta Muhammad animó a alimentar a otros durante este bendito mes diciendo:

**“Quien alimente a alguien que esté ayunando para que rompa su ayuno, su recompensa será igual a la del ayunante...” (Al-Tirmidhi)**

Se distribuyen también raciones especiales a los pobres y necesitados en los comienzos del mes por organizaciones caritativas que sustentan las necesidades del mes.

La grata sensación al romper el ayuno es realmente indescriptible. Nunca una comida parece tan deliciosa o brinda tanta felicidad a un creyente. De hecho, el Profeta expresó una verdad cuando dijo:

**“La persona que ayuna tendrá dos momentos de alegría: uno cuando rompe el ayuno y el otro cuando se encuentra con Su Señor (y vea la recompensa de sus ayunos).” (Sahih Al-Bujari)**

No hay tiempo en este momento para comer una gran comida, ya que la puesta del sol es el momento para otra de las oraciones prescritas. Los musulmanes se preparan para asistir a la oración congregacional, y casi siempre van caminando. Después de asistir a la oración del atardecer, algunos musulmanes continúan comiendo, mientras que otros no vuelven a comer hasta que termine la oración de la noche, uno de los eventos principales de las noches de Ramadán, otra dimensión espiritual de este bendito mes de misericordia y bendiciones.

## (parte 2 de 2): Adoración durante la Noche

Después de la oración del atardecer, los musulmanes continúan con sus aperitivos o cenan. La mayoría de las personas, sin embargo, eligen no comer mucho, ya que dificulta la realización de ese acto de adoración que es tan apreciado por el creyente en Ramadán – la oración del *tarawih*- esta oración se realiza inmediatamente después de la oración de la noche, que se lleva a cabo cuando las últimas luces del día desaparecen, aproximadamente una hora y media después de la oración del atardecer.

### **Tarawih (oración nocturna)**



*Tarawih* es una oración especial realizada en congregación. Es larga, dura alrededor de una hora y media. Es realizada cada noche de Ramadán, y en ella la mayoría de los *Imames*, o líderes de la oración, buscan completar la recitación entera del Sagrado Corán. En ella los musulmanes le rezan a Su Señor, de pie, haciendo reverencias y postrándose ante Él, y tienen la oportunidad de escuchar el Corán por completo, escuchando sus versículos en una melodiosa voz como si estuviese siendo revelado ante ellos. Las mezquitas con recitadores más competentes tienden a

llenarse más rápidamente, por lo tanto los orantes llegan más temprano para reservar sus lugares. Algunas mezquitas tienen cerca de mil orantes que llegan de todos lados de la ciudad. Esta sí que es una experiencia que se espera un año entero. La oración del *tarawih* es una manera de alcanzar el perdón, tal como dijo el Profeta:

**“Quien pase la noche en oración durante Ramadán creyendo en Dios y buscando su recompensa, todos sus pecados previos le serán perdonados”. (Sahih Al-Bujari)**

Los orantes escuchan el Corán recitado en oración y reflexionan acerca de su significado, y la voz del *Imam* tiene mucho que ver con su efecto en las personas. En varias mezquitas, no es extraño ver a la gente llorar al escuchar la recitación, versículos que hablan de las bendiciones de Dios, Su misericordia y amor, el Paraíso que ha reservado para los creyentes, así como también versículos que hablan de los sufrimientos del Infierno y el castigo por los pecados. El Corán es una revelación que habla a cada individuo, por lo tanto, la persona siente que Dios se dirige directamente a él mientras lo escucha. El sentimiento que surge al escuchar la recitación es verdaderamente incomparable e indescriptible.

El final de la oración del *tarawih*, el Imám y la congregación levantan sus manos suplicándole a Dios por todos los musulmanes, pidiendo el perdón de Dios por sus pecados, fuerza para practicar su fe y permanecer firme, entrar al Paraíso, salud para los enfermos, perdón por los fallecidos y todas las cosas buenas de este mundo y el próximo. También le piden a Dios que los salve del castigo del Día del Juicio, que facilite su cuenta en ese día, y también los sufrimientos de sus hermanos en el mundo. Es común encontrar la mayoría de la congregación en lágrimas pidiendo a su Señor. La oración del *tarawih* es una de las acciones destacadas del mes de Ramadán y juega un rol importante en la inspiración y la rectitud de los musulmanes.

Después de la oración del *tarawih*, los musulmanes regresan a sus hogares para cenar, y luego retirarse a sus camas preparándose para levantarse temprano para su comida antes del amanecer.

Como se puede ver, Ramadán es un mes en el cual se realizan varios tipos de actos de adoración a Dios. Ramadán es un periodo de entrenamiento en el cual los musulmanes cambian su estilo de vida de acuerdo a los mandamientos de Dios. Desde el momento en que la persona se despierta en la mañana, a lo largo del día y en la noche, el musulmán realiza varios tipos de actos de adoración, algunos obligatorios mientras que otros son voluntarios; todos para alcanzar la complacencia de su Señor. Este mes es, de hecho, un factor clave en la vida de los musulmanes, un periodo de rejuvenecimiento en el cual el creyente es inspirado para otro año en su vida, lleno de complacencia de Dios y libre de Su enojo.

Existen otras características especiales en Ramadán.

## Las últimas Diez Noches

1. Por cierto que comenzamos la revelación [del Corán] en la noche del decreto.
2. ¿Y qué te hará comprender la importancia de la noche del decreto?
3. [Adorar a Dios] La noche del decreto es mejor que [hacerlo] mil meses.
4. Esa noche descienden los Ángeles y el espíritu [el Ángel Gabriel] con la anuencia de su Señor para ejecutar todas Sus órdenes.
5. En ella hay paz hasta el comienzo del alba. (Corán: 97:1-5)

Fue en Ramadán cuando el Corán fue descendido de los cielos a la tierra. Mas específicamente, fue una de las últimas diez noches de este bendito mes. El Profeta dijo:

**“Busquen la Noche de Designio Divino en las últimas diez”. (Sahih Al-Bujari)**

En esa noche, la adoración y las buenas obras son mejores que realizarlas por miles de meses, como se mencionó en los versículos anteriores. Es por esto que el Profeta incrementaba su adoración al permanecer despierto toda la noche en oración.

**“Cuando comenzaban las (últimas) diez (noches) de Ramadán, el Profeta se “arremangaba” y daba vida a la noche, y despertaba a su familia”. (Sahih Al-Bujari)**

Los musulmanes buscan la Noche del Designio Divino para incrementar su recompensa. Los musulmanes pasan toda la noche orando, desde la oración del *tarawih* hasta la lectura del Corán, suplicando a Dios y rezando oraciones voluntarias. Durante esta noche, tiene lugar una oración congregacional extra que se realiza en las mezquitas y dura alrededor de una hora y media o dos hasta el momento de la comida antes del amanecer. Las noches se avivan con las oraciones, y las personas se esfuerzan en hacerlo durante estas diez noches, buscando haber pasado la Noche del Designio Divino adorando a Dios. El Profeta dijo:

**“Quien haya estado en oración durante la noche del Designio Divino, creyendo en Dios y esperando Su recompensa, todos sus pecados previos serán perdonados”. (Sahih Al-Bujari)**

Ramadán es un mes de perdón, y la gente espera formar parte de aquellos que serán salvados del Fuego:

**“Dios elige quien será salvado del Fuego, y esto ocurre cada noche (de Ramadán)”. (Al-Tirmidhi)**

Por esta razón, en Ramadán, la gente ayuna, reza, y busca la Noche del Designio Divino para ser perdonados por sus faltas y entrar al Paraíso.

## **Umrah (Peregrinación menor a la Meca)**

El Profeta animó a la gente a visitar la Ka'aba y realizar una peregrinación menor o *Umrah*. Él dijo:



**“Realizar una Umrah en Ramadán es igual a realizar una peregrinación (Hayy) conmigo”. (Sahih Al-Bujari)**

De este modo, millones de personas van a la Meca para realizar la peregrinación menor, la mayoría en los últimos diez días para ganar la recompensa del Hayy y también para ser testigos de las oraciones frente a la

Ka'aba, una experiencia estimulante para todo creyente. Se encuentran musulmanes de todas partes de mundo, de todas las culturas y razas, y todos se han congregado en el mismo santuario, ayunando a lo largo del día y adorando a Dios lo largo de la noche, todo para ganar la complacencia de su Creador.

## **Un Mes de Perdón**

Mencionaremos dichos Proféticos que hablan de diferentes tipos de adoración en Ramadán que son formas de alcanzar el perdón. Ayunar, la oración del *tarawih*, y rezar en la Noche del Designio Divino son todas formas de alcanzar el perdón de Dios.

**“Quien ayune en el mes de Ramadán creyendo en Dios y buscando Su recompensa, todos sus pecados previos serán perdonados.” (Sahih Al-Bujari)**

**“Quien pase la noche en oración durante Ramadán creyendo en Dios y buscando Su recompensa, todos sus pecados previos serán perdonados”. Bujari)**

**“Quien haya estado en oración durante la Noche del Designio Divino, creyendo en Dios y esperando Su recompensa, todos sus pecados previos serán perdonados”.**

Ramadán en general es un mes de salvación del Fuego del Infierno:

**“Dios elige quien será salvado del Fuego (en Ramadán), y esto ocurre cada noche.” (Al-Tirmidhi)**



## Un Mes de Caridad

Como ya se ha mencionado, la gente busca alimentar a otros para romper el ayuno y dona raciones de comida a familias necesitadas para el mes entero de Ramadán. Además de esto, las personas son más caritativas en general durante el mes de Ramadán, una caridad es considerada adoración por lo cual Dios lo recompensará generosamente. El compañero del Profeta, Abdulah b. Abbas, dijo:

**“El Profeta era la persona mas generosa, y era aun mas generoso en Ramadán”.** (*Sahih Al-Bujari*)

Para incrementar las buenas acciones, algunos musulmanes eligen ofrecer su Zakaah<sup>[1]</sup>, o caridad obligatoria anual, también durante este mes.

## Retiro espiritual

Existe un tipo especial de devoción en el Islam en el cual uno se dedica a la adoración en la mezquita por un periodo de tiempo, sea por un día o un mes, y pasa su tiempo recitando el Corán y alabando a Dios, otro entrenamiento para que una persona se acostumbre a vivir la vida rodeado de adoración a Dios. Al retirarse por un día de la rutina y satisfacer la adoración de Dios, aprende a ver las prioridades de su vida y le da menos importancia a la vida mundanal. El Profeta mismo, que Dios le de paz, practicaba este acto de devoción, llamado *I'tikaaf*, durante los últimos días de Ramadán. Ingresaba a la mezquita y se recluía en ella, ocupándose de varios tipos de adoración individual.

## Conclusión

Como se puede ver, Ramadán es un momento especial para los musulmanes de todo el mundo. Es un mes de adoración en el cual los pecadores se arrepienten y regresan a Dios, y los creyentes rejuvenecen su fe. En un periodo de entrenamiento en el cual las personas se acostumbran a llevar una vida de acuerdo a los mandamientos de Dios y buscar Su Complacencia. Es un tiempo en el cual se fortalecen las relaciones con el Creador. Es un tiempo en el cual las personas se entrenan para realizar actos voluntarios de adoración además de los obligatorios. El mes de Ramadán es sin igual, y los sentimientos de los musulmanes en este mes son difíciles de explicar en palabras. Por esta razón, los compañeros del Profeta le pedían a Dios las bendiciones para alcanzar Ramadán seis meses antes de su llegada, y por seis meses después de su partida, buscaban perdón de Dios por sus defectos durante el ayuno. Le pedimos a Dios que acepte el ayuno y la oración de todos los musulmanes en este bendito mes, y que guíe a las otras personas para poder ayunar como musulmanes.

---

**Footnotes:**

[1] ver (<http://www.islamreligion.com/articles/46>).