

# El ayuno

## ¿Qué es el ayuno?

El ayuno en el Islam es una forma de adoración a Allah por medio de la abstención de la comida y la bebida, como también de las relaciones sexuales y otras cosas que anulan el ayuno, desde el comienzo del alba, hasta la puesta del Sol, cuando se llama a la oración (*salat*) del *Magrib*.

## La sabiduría que encierra el ayuno:

**Alcanzar la piedad:** absteniéndonos de las cosas permitidas por un tiempo definido para adorar a Allah, ya que dejamos nuestra comida, bebida y pasiones buscando Su complacencia.

**Fortalecer nuestra fuerza de voluntad y determinación,** ya que si el musulmán consigue vencer sus pasiones y deseos absteniéndose aún de aquello que Allah le ha permitido (comida, etc.), con el objetivo de adorarle, su fuerza de voluntad se verá grandemente reforzada para no caer en lo que Allah prohibió.

**Estar siempre conscientes de Allah en nuestro actuar (Ihtisab),** ya que el ayuno es algo entre Allah y los siervos. La persona podría comer y beber a escondidas de los demás, pero si no lo hace porque busca la complacencia de Allah, entonces el ayuno le habrá enseñado una de las más valiosas lecciones de *muraqaba*.

**Recordar la situación de los pobres y necesitados:** El ayuno nos permite sentir el hambre y la sed que experimentan los necesitados día a día, esto sensibiliza nuestro corazón y nos esforzamos por consolarlos y ayudarlos.



Allah ordenó ayunar el mes de **Ramadán** e hizo de ello uno de los pilares del Islam

y nos animó a ayunar también otros días bendecidos:

## La virtud del ayuno:



**Allah se ha atribuido en persona recompensar al ayunante.** Bienaventurado sea aquél a quien Allah le ha prometido la recompensa de su obra, pues El es Generoso, Magno y Misericordioso. Dijo Allah en un *hadiz qudsi*: "Todas las obras del ser humano son para él a excepción del ayuno, que es solo para Mí, y Yo soy Quien recompenso por él" (Al Bujari 1805, Muslim 1151).

**A quien ayuna durante Ramadán con fe en Allah,** por cumplir Sus órdenes y convencido de la gran recompensa de Allah, **El le perdonará las faltas pasadas,** tal como dijo el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él): "A quien ayune durante Ramadán con fe y devoción, Allah le perdonará sus faltas anteriores" (Al Bujari 1910, Muslim 760).

**El ayunante sentirá felicidad por la recompensa y la gracia al momento de su encuentro con Allah,** merced a su ayuno, tal como dijo el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él): "El ayunante posee dos felicidades: una al momento de romper el ayuno, y la otra cuando se encuentre con su Señor" (Al Bujari 1850, Muslim 1151).

**En el Paraíso hay una puerta llamada "Puerta del Arrián", por la cual solo entran los ayunantes.** Dijo el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él): "En el Paraíso hay una puerta que se llaman Arrián, y por ella entrarán los ayunantes el Día Final, nadie más además de ellos entrará por allí..." (Al Bujari 1797, Muslim 1152).

## Qué anula el ayuno y quiénes han sido eximidos del mismo

### Qué anula el ayuno (mufat-tirát)

- Comer y beber
- Lo que está dentro del significado de la comida y la bebida
- El coito
- La menstruación (haid) y el puerperio (nifás).
- Ocasionar el vómito
- La involuntaria

Si se encuentra sangre por alguno de estos motivos, se invalida el día de ayuno de la mujer. En caso de que la mujer se purifique luego de la salida del sol, no debe ayunar ese día.

Si se encuentra sangre por alguno de estos motivos, se invalida el día de ayuno de la mujer. En caso de que la mujer se purifique luego de la salida del sol, no debe ayunar ese día.

Si se encuentra sangre por alguno de estos motivos, se invalida el día de ayuno de la mujer. En caso de que la mujer se purifique luego de la salida del sol, no debe ayunar ese día.

no anula su ayuno. Dijo el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él): "Quien vomita mientras está ayunando no debe recuperarlo; pero quien lo induce, que lo recupere" (Al-Tirmidhi: 720, Aou Dawud 238).

de que alguien coma o beba por olvido, su ayuno es correcto y no ha cometido ninguna falta, tal como dijo el Profeta (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él): "Quien se haya olvidado de que está ayunando y come o bebe, que complete su ayuno, porque ciertamente Allah lo ha alimentado y le ha dado de beber" (Al Bujari 1831, Muslim 1155).

### En el caso

Dijo Allah: "Coman y beban hasta que se distinga el hilo blanco [la luz del alba] del hilo negro [la oscuridad de la noche], luego completen el ayuno hasta la noche" (Corán 2:187).

como los sueros e inyecciones intravenosas con sustancias nutritivas que se aplican al cuerpo por deficiencia de sales o anemia, ya que reemplazan a la comida y a la bebida, por ello entran en la misma categoría. Igual que la transfusión de sangre y el fumar en cualquiera de sus formas.

### Los

inyectables que no sean para nutrir no anulan el ayuno.

### La

polución nocturna, que es la eyacuación mientras se está durmiendo, no anula al ayuno pues es involuntaria.

### La

hemorragia o sangrado causado por una enfermedad no anula el ayuno.

- Quiénes están eximidos de ayunar en Ramadán
- El enfermo
- Quien no puede realizar el ayuno
- El viajero
- La menstruante o la mujer que aún está en el puerperio
- La embarazada y la mujer que está amamantando

que puede perjudicar su estado a causa del ayuno. En este caso le está permitido no ayunar, recuperando el ayuno después de Ramadán.

por ser muy anciano o por causa de una enfermedad crónica, le está permitido no ayunar, pero debe dar de comer a un pobre por cada día no ayunado, dándole la cantidad de un kilo y medio del grano más utilizado en el país.

mientras se encuentra de viaje y en su residencia temporal por menos de cuatro días, en este caso le está permitido no ayunar, pero debe recuperar lo que no ha ayunado después de Ramadán.

si lo hace es inválido; sin embargo, deberá recuperar los días no ayunados luego de Ramadán.

están eximidas cuando temen un perjuicio para su bebé o para ellas mismas, y deberán recuperar luego esos días no ayunados.

## El ayuno en las comunidades anteriores

Allah ordenó el ayuno a las comunidades anteriores. Ese ayuno era diferente al de Ramadán en su tiempo, duración y lo que se le prohibía al ayunante, pero su objetivo era el mismo: adorar a Dios y alcanzar la piedad. Por ejemplo, Allah nos mencionó que después de nacer Jesús (la paz sea con él) se le ordenó a su madre, María (la paz sea con ella), realizar una forma de ayuno, de abstención, no de alimento sino de palabra.



Proyecto  
Concepto artístico  
Diseño y realización

Guía del nuevo musulmán  
Hasan Baharún  
Modern Guide Cía.