

EL BENDITO MES DE RAMADÁN



DEPARTAMENTO DE TARBİYAT

ÍNDICE

01 Introducción

02 ¿Qué es el ayuno?

03 En otras religiones

04 Esencia del ayuno

05 ¿Es obligatorio?

06 Ayuno voluntario

07 Esencia del mes

08 Componentes del mes

INTRODUCCIÓN

Cada año, a medida que se acerca el bendito mes de Ramadán, los musulmanes de todo el mundo aguardan con gozosa anticipación la oportunidad de observar el ayuno, el cuarto de los cinco pilares fundamentales de la fe islámica. La oportuna llegada del Ramadán cada año despierta un interés y una conciencia que da lugar a varias preguntas: ¿qué es exactamente el ayuno? ¿Es un ejercicio de austeridad sin sentido o una disciplina religiosa que promete desarrollo moral, físico y espiritual? ¿Es esta una práctica novedosa introducida por el Islam? ¿Cómo inculcan el ayuno las diversas religiones del mundo y cuál es el verdadero concepto del ayuno dentro del Islam? En consecuencia, ¿cuál es la importancia del Ramadán en sí y cuáles son los objetivos que un musulmán se esfuerza por alcanzar en este mes?

¿Qué es exactamente el ayuno?

En primer lugar, el ayuno se define comúnmente como "abstenerse de todos o algunos tipos de comida o bebida, especialmente como una observancia religiosa".

En principio, esta definición describe el acto de mantener un ayuno, pero no logra captar la profundidad y la esencia del concepto. La incorporación del ayuno en las religiones del mundo significa que el alcance de esta práctica va mucho más allá de la simple abstención de comida y bebida. Históricamente, el ayuno también se ha utilizado como "una expresión de protesta contra lo que consideran violaciones de principios sociales, éticos o políticos".

Por ejemplo, el uso del ayuno por parte de Mahatma Gandhi para ejercer presión moral sobre sus oponentes políticos fue a menudo una táctica eficaz y ampliamente difundida. Pero, por lo general, las religiones del mundo consideran el ayuno principalmente como un modo de autorreflexión, acondicionamiento moral y avance espiritual.

El ayuno en las religiones del mundo

Curiosamente, el ayuno no es una práctica novedosa introducida por el Islam. De hecho, el Sagrado Corán lo reconoce y declara:

“¡Oh, creyentes! Se os prescribe el ayuno, como se prescribió a los que os precedieron, para que seáis justos”.

Por lo tanto, la práctica del ayuno en el Islam es una extensión de la práctica que se encuentra en religiones anteriores.

- En el hinduismo, el ayuno se conoce como Upavasa. Es una expresión común de compromiso religioso y se realiza como parte de una rutina ascética.
- En el judaísmo, también se observan varios ayunos anuales durante ciertos períodos.
- Algunos monjes y monjas budistas también creen que los períodos prolongados de ayuno son beneficiosos para su práctica y, por lo tanto, eligen someterse a un ayuno mínimo de 18 días en el que solo se toman pequeñas cantidades de agua.
- En el cristianismo, el ayuno se observa durante la Cuaresma, el período de preparación antes de la Pascua, y durante el Adviento, el período antes de la Navidad.

La esencia del ayuno en el Islam

En el Islam, la práctica del ayuno no es solo un ejercicio físico sino espiritual; cuyo objetivo final es alcanzar el placer de Dios mediante la regulación de la vida de acuerdo con Sus ordenanzas. Si un musulmán se limita a observar los requisitos externos del ayuno, simplemente logrará pasar hambre y sed y nada más. Al explicar la verdadera esencia del ayuno en el Islam, el Mesías Prometido (as) afirma:

- “El ayuno no es simplemente pasar hambre y sed; más bien, su realidad y su impacto solo se pueden obtener a través de la experiencia. Es la naturaleza humana que cuanto menos se come, más se purifica el espíritu y, por lo tanto, aumenta su capacidad para las visiones [espirituales]. La voluntad de Dios es disminuir un tipo de sustento y aumentar el otro. Una persona que está ayunando debe tener siempre presente que no solo se le exige que pase hambre. Por el contrario, debe permanecer ocupada en el recuerdo de Dios para poder romper los lazos de los deseos y entretenimientos mundanos y dedicarse totalmente a Dios. Por lo tanto, el significado del ayuno es solo este: que el hombre renuncie a un tipo de sustento que solo nutre el cuerpo y alcance el otro tipo de sustento que es una fuente de consuelo y gratificación para el alma”.

La indulgencia en un lenguaje impropio y acciones inapropiadas anula el objetivo mismo del ayuno en el Islam. Por eso el Santo Profeta del Islam (sa) enseñó:

- “Quien no abandone la mentira de palabra y de obra, debe saber que Dios no necesita su abstención de comida y bebida”.

Además, el propósito del ayuno es enseñar a los musulmanes a controlar sus deseos y a llevar una vida constructiva. Con este objetivo en mente, el Santo Profeta (sa) enseñó una lección sencilla sobre el ayuno:

- “El ayuno es un escudo; así que el día que uno de vosotros ayune, no debe decir palabras groseras ni gritar. Y si alguien lo insulta o pelea con él, simplemente debe decirle: ‘Estoy ayunando, estoy ayunando’”.

Según el Islam, el ayuno es único entre todos los actos de adoración porque es específicamente para Alah, y Él mismo es su recompensa. Por esta razón, se le instruye al ayunante que dedique su tiempo a la adoración de Alah (como las oraciones obligatorias y el Tahajjud) y al servicio de la creación de Dios, para que se pueda lograr el verdadero propósito del ayuno. El Mensajero de Alah (la paz y las bendiciones de Alah sean con él), enfatizando la importancia de la oración de Tahajjud durante el Ramadán, dijo:

- “Quien se levante en la oración tahajjud en Ramadán con fe firme y con la intención de alcanzar el placer de Dios, todos sus pecados anteriores le serán perdonados”.

Además de la adoración y la espiritualidad, el Islam es una religión que convierte el bienestar de la sociedad en una responsabilidad de cada musulmán. Luchar por la prosperidad de la humanidad es el ideal que el Islam desea infundir en los musulmanes en cada momento, y la esencia del ayuno en Ramadán se basa en este espíritu. Al explicar las bendiciones del ayuno y su importancia para la sociedad, Hazrat Mirza Masrur Ahmad (que Alah le fortalezca con Su poderoso auxilio), el Quinto Califa del Mesías, afirma:

- “Cuando el ayuno se basa en la taqwa (rectitud), produce una sociedad hermosa, creando un espíritu de sacrificio mutuo. Uno se siente atraído por las necesidades de sus hermanos menos privilegiados y esto es muy importante porque era el modelo bendito del Santo Profeta (sa) que durante el Ramadán sus limosnas y caridad ganaban un impulso intenso como una tormenta. Esto se convierte en una fuente para eliminar la ansiedad de la sociedad y crea sentimientos de empatía por los menos afortunados entre los que están acomodados; y sentimientos de amor y agradecimiento en los corazones de los creyentes menos privilegiados por sus hermanos acomodados”.

¿Es obligatorio ayunar durante el Ramadán?

El Islam prescribe el ayuno para todos los adultos musulmanes porque es una religión que desea que cada musulmán alcance alturas espirituales y sea receptor de la Gracia de Dios. El Islam no desea que la práctica se convierta en una carga para aquellos que no pueden ayunar. Por lo tanto, aquellos que son incapaces de ayunar debido a enfermedad o viaje están exentos de ayunar en el mes de Ramadán y están obligados a completar los ayunos perdidos más tarde. Las mujeres embarazadas, las mujeres que menstrúan y las mujeres lactantes también están exentas de ayunar. Se hace una concesión adicional para aquellos musulmanes que no pueden completar los ayunos perdidos más tarde: por lo tanto, están obligados a pagar fidya (una compensación por no ayunar: alimentar a los pobres y necesitados).

Esta compensación no debe considerarse una penalización por la incapacidad de ayunar, sino que se prescribe como un pequeño sacrificio para que Dios les otorgue la capacidad y la fuerza para observar el ayuno por sí mismos.

Ayuno voluntario en el Islam

El propósito fundamental del ayuno es el autocontrol. Cuando una persona practica el abandono de lo que es lícito (halal) durante un mes, desarrolla la fuerza moral necesaria para evitar lo que es ilícito (haram). Es por esta razón que en el Islam no solo existen los ayunos obligatorios de Ramadán, sino también los ayunos voluntarios (nafl). Siguiendo la tradición (Sunnah) de los profetas y los santos, observar ayunos voluntarios es el mejor medio para obtener una cercanía especial con Alah, Sus bendiciones y un alto estatus espiritual.

Los ayunos de Ramadán son el requisito básico y mínimo para completar la fe en el Islam. Al mismo tiempo, los ayunos voluntarios son observados por aquellos que buscan la cercanía de Alah y Su gracia especial, lo que los hace aceptables como siervos veraces y piadosos. La recompensa por tal esfuerzo y sacrificio es proporcional a la entrega. Por lo tanto, en un Hadiz Qudsi, Alah el Todopoderoso afirma:

- “Lo que más ama Mi siervo con lo que se acerca a Mí, es lo que le he hecho obligatorio; y Mi siervo continúa acercándose a Mí a través del esfuerzo voluntario más allá de lo prescrito hasta que comienzo a amarlo [con un amor particular]. Cuando lo amo, me convierto en sus oídos con los que oye, y sus ojos con los que ve, y sus manos con las que agarra, y sus piernas con las que camina. Cuando Me pide, le concedo y cuando busca Mi protección, lo protejo”.

El ayuno voluntario busca la elevación espiritual y se realiza bajo las mismas reglas del Ramadán, permitiéndose en cualquier momento excepto en días festivos o de alegría, como los viernes o el Eid, para no interferir con su carácter celebratorio.

Esencia del mes de Ramadán

La palabra 'Ramadán' proviene de la raíz árabe 'Ramad', que significa 'calor intenso' o 'ardiente'. Este mes recibió su nombre por tres razones principales:

1. El ayunante siente el calor de la sed.
2. La adoración y la rectitud durante este mes queman los rastros de los pecados.
3. La devoción realizada en este mes genera en el corazón humano el calor necesario de amor hacia el Creador y Su creación.

Ramadán fue elegido para el ayuno y el progreso espiritual debido a su profunda relación con la revelación del Sagrado Corán. El Corán afirma: 'El mes de Ramadán es aquel en el que se reveló el Corán como guía para la humanidad y con pruebas claras de dirección y discernimiento'. Esto puede significar que la revelación del Corán comenzó en Ramadán, o puede referirse a que el ángel Gabriel repasaba el Corán con el Santo Profeta (la paz y las bendiciones de Alah sean con él) cada Ramadán. Es este el mes en el que los musulmanes intentan organizar sus vidas especialmente de acuerdo con los mandamientos y la guía coránica.

Las bendiciones de este mes pueden comprenderse a través de las siguientes palabras del Santo Profeta (la paz y las bendiciones de Alah sean con él): 'Cuando comienza el mes de Ramadán, se abren las puertas del Paraíso, se cierran las puertas del Infierno y los demonios son encadenados'. Esto significa que cuando el espíritu de este mes penetra en el corazón del hombre, las puertas del Infierno se cierran y aquel Satanás que invita al mal queda encadenado. Con un tiempo y una oportunidad tan benditos, también surgen responsabilidades igualmente grandes. Por lo tanto, Hazrat Mirza Ghulam Ahmad, el Mesías Prometido (la paz sea con él), afirma:

- “Durante ese mes uno debe descartar su preocupación por comer y beber; y rompiendo con estas necesidades debe dirigirse totalmente hacia Dios. Desdichada es la persona a quien se le otorga el pan material y no presta atención al pan espiritual. El pan material fortalece el cuerpo, y el pan espiritual sostiene el alma y agudiza las facultades espirituales. Busquen la Gracia de Dios, ya que todas las puertas se abren por Su gracia”.

Componentes del mes de Ramadán

Un día típico en la vida de un musulmán durante el Ramadán es activo, atractivo y disciplinado. A continuación, se presenta una lista de los componentes del Ramadán que un musulmán observa, practica y anhela experimentar durante el mes y después de él.

- **Oraciones Tahajjud (supererogatorias):** Oraciones ofrecidas individualmente después de la medianoche y antes de la oración del alba, temprano en la mañana.
- **Oraciones Taraweeh (supererogatorias):** Oraciones ofrecidas por la noche en congregación. Estas se pueden ofrecer en lugar del tahajjud.
- **Suhoor (Sehri):** La comida tradicional islámica que se toma antes de comenzar el ayuno.
- **Iftar (Iftari):** La comida tradicional islámica que se toma al abrir el ayuno.
- **Dars-e-Qur'an:** Sermones especiales sobre versículos del Sagrado Corán que se dan en las mezquitas durante el Ramadán. Asistir a estos sermones especiales brinda una visión de las enseñanzas coránicas y complementa el viaje espiritual de uno durante el mes.
- **I'tikaaf (reclusión):** Se observa durante los últimos diez días de Ramadán, preferiblemente en una mezquita.

- **Laylatul Qadr (la noche del destino):** Una noche particularmente bendecida entre las noches impares de los últimos diez días de Ramadán.
- **Eid-ul-Fitr:** La festividad islámica para marcar la finalización del Ramadán. Se celebra con oraciones congregacionales seguidas de un sermón. Los musulmanes se regocijan por haber recibido la fuerza para cumplir con su obligación del ayuno.
- **Ayuno en Shawwal (el mes siguiente al Ramadán):** Se puede seguir el día de Eid-ul-Fitr con seis días de ayuno voluntario, durante el mes islámico de Shawwal. Se informa que el Santo Profeta (sa) dijo que quien lo haga será recompensado como si hubiera ayunado perpetuamente.



JAZAKALLAH!

**"¡Que Allah nos permita a nosotras beneficiarnos
espiritualmente durante el mes de Ramadán!
¡Ameen!"**