

# LOS BENEFICIOS ESPIRITUALES DEL AYUNO Y LA CARIDAD

**Valoración:** 5.0

**Descripción:** Breve explicación de dos de los cinco pilares del Islam, incluyendo las razones de su alto estatus y las ventajas espirituales de practicar íntegramente estos actos de adoración.

**Categoría:** [Lecciones](#) › [Actos de adoración](#) › [El ayuno](#)

**Por:** Aisha Stacey (© 2016 NewMuslims.com)

**Publicado el:** 23 May 2019

**Última modificación:** 25 May 2016

## Objetivo:

- Entender la sabiduría detrás de la legislación del *saum* y el *Zakat*, y algunos de los beneficios espirituales que se les atribuye.

## Términos árabes:

- *Du'a*: Súplica, plegaria, pedirle a Allah.
- *Hadiz* (plural: *ahadiz*): Es un relato o una historia. En el Islam se refiere a un registro narrativo de los dichos y acciones del Profeta Muhammad y sus compañeros.
- *Hadiz qudsi*: Es la narración (*hadiz*) de un mensaje de Allah, transmitido en las palabras del Profeta Muhammad; usualmente trata sobre temas espirituales o éticos.
- *Ramadán*: El noveno mes del calendario lunar islámico. Es el mes en el que se ha prescrito el ayuno obligatorio.
- *Sadaqah*: Caridad voluntaria.
- *Salah*: Palabra árabe para indicar la conexión directa entre el creyente y Allah. Más específicamente, en el Islam se refiere a las cinco oraciones diarias formales, y es el acto de adoración más importante.
- *Saum*: Ayuno
- *Sunnah*: La palabra *Sunnah* tiene varios significados según el área de estudio; sin embargo, el significado que generalmente se le atribuye es: palabras, acciones y aprobaciones del Profeta.
- *Zakat*: Caridad obligatoria.

## Introducción

El ayuno y 

la caridad son dos conceptos muy importantes en la religión del Islam. Ambos se encuentran entre los cinco pilares del Islam y ambos tienen formas voluntarias y obligatorias. La forma obligatoria de ayuno es el que los musulmanes realizan en el mes del Ramadán. Los ayunos voluntarios se pueden realizar durante todo el año (excepto en Ramadán). La forma obligatoria de caridad se conoce como *Zakat* y es una proporción fija de la riqueza de una persona que se paga anualmente. La caridad voluntaria se conoce como *Sadaqah*. El ayuno y la caridad se combinan a menudo en el Ramadán cuando los musulmanes tratan de maximizar sus recompensas. Las reglas del ayuno y la caridad se pueden encontrar en otras partes, esta lección trata sobre los beneficios espirituales que se obtienen de estos actos.

## Ayuno (*saum*)

***“¡Oh, creyentes! Se les prescribe el ayuno al igual que fue prescrito a quienes los precedieron, para que alcancen la piedad”(Corán 2:183).***

El ayuno es un acto de purificación espiritual; es un acto importante de adoración que fue legislado para acercar a una persona a Allah y permitirle experimentar los beneficios asociados con la piedad. A lo largo del día, cada vez que una persona controla su necesidad de comer o beber, recuerda a Allah. Abstenerse de comer y beber es solo una dimensión del ayuno.

Abstenerse de los comportamientos erróneos es otra dimensión que a menudo se pasa por alto. El Profeta Muhammad (que la misericordia y las bendiciones de Allah sean con él) dijo que algunas personas no ganan nada de su *saum*, excepto el hambre y la sed<sup>[1]</sup>. En otro *hadiz* dice que si una persona no renuncia a las palabras y acciones incorrectas, Allah no tiene necesidad de que renuncie a la comida y a la bebida<sup>[2]</sup>. El ayuno purifica la mente y ayuda a la persona a controlar su ego y sus deseos básicos, además de enseñarle a modificar su comportamiento y a convertir los malos hábitos en buenos. El *saum* también enseña compasión y empatía hacia aquellos que no tienen comida ni agua todos los días. La paciencia, la gratitud y la humildad son cualidades que los musulmanes se esfuerzan por perfeccionar, y el ayuno es una forma de inculcarlas en nuestra vida diaria.

Ayunar es un acto muy especial de adoración porque es algo que está entre la persona que ayuna y Allah. Él dice en un *hadiz qudsi*: "El ayuno es para Mí y solo Yo lo recompensaré"<sup>[3]</sup>.

La *du'a* de la persona que ayuna no será rechazada<sup>[4]</sup>. Por lo tanto, hacer muchas *du'as* al ayunar y al romper el ayuno es muy recomendable. Al romper el ayuno, Allah selecciona personas para que sean salvadas del Infierno<sup>[5]</sup>. El final del ayuno es también uno de los dos momentos de alegría asociados con él; el otro será cuando una persona se encuentre con su Señor y celebre su ayuno exitoso<sup>[6]</sup>. El ayuno es también una fortaleza fuerte que mantiene a la persona a salvo del fuego del Infierno<sup>[7]</sup> y además, en el Día del Juicio, el ayuno mismo intercederá por el ayunante<sup>[8]</sup>.

## Caridad (*Zakat*)

**“Los creyentes que obran correctamente, cumplen la oración prescrita y pagan el Zakat, serán recompensados por su Señor, y no sentirán temor ni tristeza” (Corán 2:277).**

La palabra *Zakat* se menciona aproximadamente 30 veces en el Corán y se asocia con el *salah* en casi todas ellas. Es un gran acto de adoración que, como el ayuno, ofrece la oportunidad de purificación espiritual; sin embargo, el *Zakat* purifica el corazón tanto del que da como del que recibe y separa a la persona de la avaricia y la mezquindad que a menudo se asocian con la riqueza. Una persona que paga puntualmente su *Zakat* siente cercanía con Allah y responsabilidad por los pobres y necesitados. Recibir el *Zakat* también es un derecho dado por Allah. La persona que recibe el *Zakat* encuentra su corazón purificado de la envidia y el odio que los pobres suelen tener por los ricos y poderosos. Así se refuerzan los lazos de hermandad.

La palabra *Zakat* significa literalmente "lo que purifica", y fue legislado por Allah por varias razones. Distribuye la riqueza y fomenta la justicia y la responsabilidad social. El erudito musulmán Ibn Taimiah dijo que el alma de la persona que da *Zakat* es bendecida y también lo es su riqueza. Dar y recibir *Zakat* tiene el beneficio espiritual de permitir que una persona sienta la felicidad asociada con el placer, el perdón y las bendiciones de Allah. Mientras que el *Zakat* puede parecer una disminución en la riqueza o capital de una persona, es realmente una fuente de bendición y, como tal, lleva a un aumento en la riqueza financiera y espiritual.

**“¿Quién hará a Allah un préstamo generoso? Allah se lo devolverá multiplicado” (Corán 2:245).**

No pagar el *Zakat* es un gran pecado y, como tal, provoca la ira de Allah. El Profeta Muhammad nos dice que en el Día del Juicio la riqueza de una persona que no fue redistribuida justamente se envolverá alrededor de su cuello en la forma de una serpiente venenosa, le morderá las mejillas diciendo "yo soy tu tesoro y riqueza"<sup>[9]</sup>. El Profeta Muhammad también nos recuerda que es el *Zakat* el que se interpondrá entre nosotros y la calamidad<sup>[10]</sup>.

---

Notas de pie:

[1] *Ibn Mayah.*

[2] *Sahih Al Bujari.*

[3] *Sahih Al Bujari.*

[4] *Al Baihaqi.*

[5] *Imam Ahmad.*

[6] *Sahih Muslim.*

[7] *Imam Ahmad.*

[8] *Ibid.*

[9] *Sahih Al Bujari.*

[10] *At-Tirmidhi.*

La dirección *web* de este artículo:

<https://www.newmuslims.com/es/articles/320/los-beneficios-espirituales-del-ayuno-y-la-caridad>

Derechos de autor © 2011 - 2023 NewMuslims.com. Todos los derechos reservados.