

INTRODUCCIÓN AL AYUNO

Valoración:

Descripción: Una lección sobre la perspectiva islámica del ayuno y sus virtudes, comparada con las sociedades primitivas y otras religiones.

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

Por: Imam Kamil Mufti

Publicado el: 17 Apr 2019

Última modificación: 20 Aug 2017

Prerrequisitos

- Una introducción a los pilares del Islam y los artículos de la fe (2 partes)

Objetivos

- Comprender el concepto del ayuno entre las sociedades primitivas: el judaísmo and el cristianismo.
- Comprender el concepto del ayuno en el Islam.
- Conocer las virtudes del mes de Ramadán y el ayuno.

Términos árabes

- Ramadán:* Noveno mes del calendario lunar islámico. Es el mes en el que se ha prescrito el ayuno obligatorio.
- 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.
- Laylat Al Qader:* Una noche bendita en los últimos diez días de Ramadán, el mes del ayuno.

Un vistazo del ayuno

El ayuno no es exclusivo de los musulmanes. Ha sido practicado por siglos en conexión con ceremonias religiosas por cristianos, judíos, confucianistas, hindúes, taoístas, jainistas y otros. Allah dice:

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

Pero, al igual que con otros rituales, el ayuno fue también alterado y corrompido.

El ayuno en las sociedades primitivas

El ayuno fue hecho parte de ritos de fertilidad en ceremonias primitivas que se llevaban a cabo en los equinoccios de invierno y otoño. Algunas sociedades primitivas ayunaban para evitar catástrofes o como expiación por pecados cometidos. Los nativos norteamericanos realizaban ayunos para evitar desastres que se les avecinaban. Los aborígenes de México y los incas de Perú realizaban ayunos penitenciales para apaciguar a sus dioses. Naciones antiguas del viejo mundo, como los asirios y los babilonios, practicaban ayunos como penitencia.

El ayuno en el judaísmo y el cristianismo

Los judíos realizaban el ayuno como una forma de penitencia y purificación anualmente en el día del perdón o *Yom Kippur*, que corresponde con el día diez del mes Muharram (*Ashura*) del calendario islámico. En este día no está permitido comer ni beber.

Los cristianos primitivos asociaban el ayuno con la penitencia y la purificación. Durante los primeros dos siglos de su existencia, la iglesia cristiana estableció el ayuno como una preparación voluntaria para recibir los sacramentos de la Santa Comunión y el bautismo, y para la ordenación de sacerdotes. Posteriormente, estos ayunos fueron hechos obligatorios, así como fueron agregados otros días a los primeros. En el siglo VI, la cuaresma se aumentó a cuarenta días, en cada uno de los cuales solo se permitía comer una comida. Después de la llegada de la reforma, el ayuno fue conservado por la mayoría de las iglesias protestantes y fue hecho opcional en algunos casos. Sin embargo, los protestantes más estrictos, como los puritanos, condenaron no solo los festivales de la iglesia católica sino también los ayunos tradicionales.

En la Iglesia Católica Romana, el ayuno suele significar la abstinencia parcial de comida y bebida o una abstinencia total. Los días de ayuno de los católicos romanos son el miércoles de ceniza y el viernes santo.

En los Estados Unidos, el ayuno es practicado principalmente por episcopales y luteranos entre los protestantes, por los judíos ortodoxos y conservadores, y por los católicos.

El ayuno secular: la huelga de hambre

De ser un ritual vacío, el ayuno se fue a otro extremo en Occidente: la huelga de hambre, una forma de ayuno que en tiempos modernos se ha convertido en un arma política, luego de haber sido popularizada por Mohandas Gandhi, líder del movimiento independentista indostano, que realizaba ayunos para obligar a sus seguidores a atenerse a su principio de la no violencia.

El ayuno en el Islam

El Islam ha prescrito y mantenido el ritual del ayuno a través de los siglos como un medio para purificar el alma humana impedida de acercarse a su Creador por las motivaciones egoístas y los instintos básicos. Tiene un estatus especial entre los rituales de adoración por lo difícil de su realización. Pone un freno a las más salvajes y descontroladas emociones humanas, de las cuales las más difíciles de someter son el orgullo, la avaricia, la gula, la lujuria, la envidia y la ira. Estas emociones, por su naturaleza, son difíciles de controlar, por lo que la persona debe esforzarse mucho para disciplinarlas. El ayuno ayuda a lograrlo.

El calendario islámico consiste de doce meses lunares. Los musulmanes calculan su año por los ciclos de la luna en vez de los solares, así que el año lunar islámico es once días más corto que el solar cristiano. Los musulmanes tienen prohibido ajustar su año agregando un mes extra como hacen los judíos para mantener su año lunar en sincronía con las estaciones. Entonces, los meses del año islámico no se relacionan con las estaciones del año. Cada mes dura 29 o 30 días y puede llegar en cualquier estación del año. Un nuevo mes inicia cuando se avista la luna nueva de noche. El noveno mes es llamado Ramadán y está dedicado al ayuno. Los indios y pakistaníes lo pronuncian *Ramazán*.

A continuación, enumeraremos las virtudes y recompensas de este mes y el ayuno en general. En la siguiente lección aprenderemos cómo ayunar. En la tercera entrega, analizaremos los aspectos sociales de Ramadán. En la cuarta y última lección, aprenderemos sobre el final de las actividades de este mes.

Virtudes del mes de Ramadán

Para motivarnos y prepararnos para este mes de Ramadán, conozcamos sus virtudes como las describe el Corán y el Profeta Muhammad (que la misericordia y las bendiciones de Allah sean con él).

(1) Ayunar en Ramadán es uno de los cinco pilares del Islam, como el *salah*. Es el único mes islámico mencionado por nombre en el Corán.

(2) El Sagrado Corán inició su revelación en Ramadán.

(3) Una sola noche, que cae en los últimos diez días de Ramadán, es tan virtuosa que la adoración realizada en ella es superior a la de mil meses. Un capítulo entero del Corán recibe su nombre por esta noche especial llamada *Laylat Al Qader*.

(4) Ayunar en Ramadán es considerado equivalente a ayunar diez meses^[1].

(5) A quien ayuna en Ramadán con devoción y esperanza en su recompensa, se le perdonan todos sus pecados pasados^[2].

(6) Cuando Ramadán empieza, las puertas del Paraíso se abren y las del Infierno se cierran, como indicación de la gracia divina intensificada en este mes; además, los demonios principales son encadenados y el mal se reduce[3].

Virtudes del ayuno

(1) Allah ha elegido para Sí el ayuno y lo recompensará de modo inmensurable y multiplicado[4].

(2) El ayuno no tiene equivalente[5].

(3) Las plegarias del que ayuna no serán rechazadas[6].

(4) El que ayuna tiene dos momentos de felicidad: el primero cuando rompe su ayuno y el segundo cuando se encuentre con su Señor y se llene de gozo por haber ayunado[7].

(5) El olor que emite la boca del ayunante es más placentero para Allah que la esencia del almizcle[8].

(6) El ayuno es protección y defensa contra el fuego del Infierno[9].

(7) Allah aleja setenta años del fuego del infierno de quien ayunó un día por devoción sincera a Allah[10].

(8) Quien ayuna un día por devoción a Allah entrará al Paraíso si ese día es el último de su vida[11].

(9) Una de las puertas del Paraíso, *Ar-Rayyan*, está dedicada a los ayunantes y nadie más la atravesará después de ellos, pues será sellada[12].

(10) En el momento de romper el ayuno, Allah, en Su infinita gracia, elige gente para liberar del fuego del Infierno[13].

Notas de pie:

[1] *Sahih Muslim.*

[2] *Sahih Al Bujari.*

[3] *Sahih Al Bujari.*

[4] *Sahih Al Bujari.*

[5] *Nisai.*

[6] *Baihaqi.*

[7] *Sahih Muslim.*

[8] *Sahih Muslim.*

[9] *Sahih Ahmad.*

[10] *Sahih Muslim.*

[11] *Sahih Ahmad.*

[12] *Sahih Al Bujari.*

[13] *Ahmad.*

La dirección *web* de este artículo:

<https://www.newmuslims.com/es/articles/41/introduccion-al-ayuno>

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