

UN DÍA Y UNA NOCHE DURANTE RAMADÁN (PARTE 1 DE 2): EL AYUNO DEL DÍA

Clasificación: 3.4

Descripción: Un día típico en la vida del musulmán durante Ramadán.

Categoría:

[Artículos](#) [Actos de adoración y ritos](#) [Los cinco pilares del Islam y otros actos de adoración](#)

Por : M. Abdulsalam (IslamReligion.com)

Publicado: 01 Sep 2008

Última modificación: 04 Mar 2025

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 obedeciendo 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 se 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 evasiva 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.

The web address of this article:

<https://webcache001.islamreligion.com/es/articles/415/un-di-y-una-noche-durante-ramadan-parte-1-de-2>

Copyright © 2006 - 2026 IslamReligion.com. Todos los derechos reservados.