

RAMADÁN Y EL AYUNO (PARTE 1 DE 2): AYUNO

Clasificación: 3.4

Descripción: Un vistazo general acerca del ayuno y el mes de Ramadán.

Categoría:

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

Por : Dr. M.. Amir Ali (Editado por IslamReligion.com)

Publicado: 02 Nov 2009

Última modificación: 15 Feb 2026

Ramadán, el noveno mes del calendario lunar islámico, puede durar entre 29 y 30 días. Un mes islámico comienza con el avistamiento de la luna nueva creciente en el horizonte inmediatamente después de la puesta de sol. Los musulmanes divisan el horizonte occidental en búsqueda de la luna nueva en el día 29 de Sha'ban, el octavo mes (lunar). Si la luna nueva es divisada, entonces Ramadán se inicia con la puesta de sol; sin embargo, se procede con el ayuno recién en el próximo amanecer. Si la luna nueva no es divisada en el día 29 los musulmanes completan Sha'ban (el mes previo) en 30 días, y Ramadán empieza al día siguiente.



El Significado de Ramadán y el Ayuno

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)

“En el mes de Ramadán fue revelado el Corán como guía para la humanidad y evidencia de la guía y el criterio. Quien de vosotros presencie la aparición de la luna [correspondiente al comienzo del noveno mes] deberá ayunar; y quien estuviere enfermo o de viaje [y no ayunase] deberá reponer posteriormente los días no ayunados y así completar el mes. Dios desea facilitaros las cosas y no dificultáros la; engrandeced a Dios por haberos guiado y así seréis agradecidos”. (Corán 2:185)

Es por esto que a Ramadán se lo llama el mes del Corán, y por ello los musulmanes recitan el Corán frecuentemente en dicho mes.

Sawm o Ayuno

Sawm (el ayuno) comienza al amanecer y termina con la puesta de sol. Los musulmanes se levantan antes del amanecer, comen su *Suhur* (comida antes del amanecer) y beben una cantidad de líquidos suficientemente abundantes para prepararse para el ayuno. El comer y beber cesa al amanecer. Durante el día no se admite ninguna actividad sexual, comer o beber. Además, el musulmán debe adherirse estrictamente a los códigos de ética del Islam ya que su violación puede infringir los requisitos del ayuno.

Ayunar mientras se lleva a cabo el mes de Ramadán es un acto de adoración requerido para todos los musulmanes una vez alcanzada la pubertad. Las mujeres que estén atravesando su ciclo menstrual o que aún se estén recuperando del período postparto posponen el ayuno hasta que terminen de atravesar dichas situaciones. También, pueden elegir posponer su ayuno quienes estén enfermos o se encuentren de viaje.

Los musulmanes ayunan porque Dios les ordenó que lo hicieran. Así mismo, pueden reflexionar acerca de los beneficios del ayuno, los cuales incluyen el desarrollo del control sobre el hambre, la sed y los impulsos sexuales; esforzarse por ser una persona de buena moral y fortalecer su sinceridad con el Creador. Durante el ayuno los musulmanes pueden realizar sus negocios y labores como de costumbre.

El ayuno es interrumpido tras la puesta de sol, generalmente comiendo dátiles y tomando agua o jugo. Sin embargo, cualquier comida o bebida lícita puede utilizarse para interrumpir el ayuno. A esto le sigue el *Salat Al-Maghrib* (oración posterior a la puesta de sol) y luego una comida completa. Después de un breve descanso, los musulmanes van a la mezquita para ofrecer el *Salat Al-'Isha* (oración de noche) y más tarde una oración especial llamada *Tarawih*.

Tarawih

Esta oración nocturna en congregación es efectuada luego de la oración regular de la noche. Tradicionalmente, un *Hafid* del Corán –una persona que ha memorizado el Corán completo (en árabe)– conduce la oración. Todas las noches recita el Corán en pequeñas porciones siguiendo el orden del mismo, y antes de la conclusión del mes de Ramadán termina la recitación del Corán completo. Por consiguiente, cada musulmán que asista con regularidad a las reuniones de este grupo de oración tiene la oportunidad de escuchar la recitación completa del Corán al final del mes. Si un *Hafid* del Corán no está disponible, entonces el musulmán del grupo que más haya memorizado del Corán conduce la oración y recita de acuerdo a su habilidad. Muchos eruditos Islámicos citan la Sunnah del Profeta (la tradición del Profeta Muhammad) –la paz y las bendiciones de Dios sean con él– que él siempre rezaba durante las noches

en su casa, fuese Ramadán o no; el mismo hábito tenían varios de sus notables compañeros.

Generosidad de Ramadán

El mes de Ramadán tiene una bendición multiplicada para quienes hacen el bien. Durante ese mes las personas son más generosas, cordiales, amistosas y mejor predispuestas que en el resto del año para llevar a cabo buenas acciones. Los pobres y necesitados reciben comida, ropa y dinero provenientes de las personas mejor acomodadas de la comunidad. Mucha gente se dirige a la mezquita de su vecindario, tanto en el momento de interrumpir el ayuno como para las comidas. Los vecinos envían fruta, comida y bebidas a la mezquita –el ambiente que se reproduce cada noche del mes es el de una cena amena y amigable–.

Conocidas personas de la comunidad que colaboran con los más necesitados son contactadas durante ese mes para hacer donaciones. El *Zakat*, una limosna que purifica la riqueza, y todo tipo de donaciones son realizadas y entregadas en esta época del año, ya que muchos musulmanes desean aprovechar las oportunidades de la multiplicación de las recompensas de Dios.

The web address of this article:

<https://webcache001.islamreligion.com/es/articles/624/ramadan-y-el-ayuno-parte-1-de-2>

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