

UM DIA E UMA NOITE NO RAMADÃ (PARTE 1 DE 2): O JEJUM DO DIA

Classificação: 3.4

Descrição: Um dia típico na vida de um muçulmano no Ramadã.

Categoria: [Artigos](#) [Adoração e Prática](#) [Os Cinco Pilares do Islã e Outros Atos de Adoração](#)

Por: M. Abdulsalam (IslamReligion.com)

Publicado em: 04 Jan 2009

Última modificação em: 04 Mar 2025

O Ramadã é um mês muito especial para os muçulmanos, e nele os muçulmanos em todo o mundo realizam vários tipos de adoração, dos quais o mais importante é o jejum. Esse jejum de Ramadã é um dos cinco pilares do Islã, obrigatório para todos os adolescentes e adultos que estiverem em condições de fazê-lo. O Ramadã também é um mês no qual a primeira revelação veio ao Profeta Muhammad e, portanto, é chamado o “Mês do Alcorão”. Durante esse mês, existe uma mudança perceptível nas vidas das pessoas e nas sociedades. Esse artigo descreverá um dia típico de um muçulmano durante esse mês de perdão.



Uma Refeição Antecipada

“Façam uma refeição antes da alvorada, porque nela existem bênçãos.” (Saheeh Al-Bukhari)

Embora não seja obrigatório, as famílias muçulmanas acordam bem cedo no Ramadã, antes dos primeiros traços de luz, e compartilham uma refeição leve implementando esse ensinamento do Profeta. Geralmente o dia de um muçulmano começa com a oração da alvorada realizada quando os primeiros **traços de luz aparecem no céu, mas como esse é o horário de começar a jejuar se abstendo de comida ou bebida, o Profeta, que Deus o exalte, encorajou os muçulmanos a levantarem antes desse horário e compartilharem uma refeição.**



A partir disso fica óbvio que o ponto em jejuar não é sentir fome ao longo do dia mas, ao contrário, mudar o estilo de vida de modo a estar mais inclinado à adoração de Allah, um fato que ficará bem claro. Aquele que frequentemente perde o horário da oração da alvorada, a mais difícil de executar das cinco orações devido ao seu horário, nesse mês abençoado levanta cedo para compartilhar da refeição. Assim essa pessoa se acostuma a acordar cedo, o que a ajudará a realizar a oração da alvorada pelo resto do ano.

A mais amada das orações voluntárias é chamada “Qiyaam-ul-Layl”, ou a oração do meio da noite. Essa oração é realizada antes da oração da alvorada de forma individual. Ela é tão amada que é geralmente apelidada de “a Oração dos Virtuosos”, uma oração realizada pelos devotos quando a maioria das pessoas continua dormindo. Deus descreveu essa oração no Alcorão, dizendo:

“Seus lados se afastam de (seus) leitos, suplicando ao seu Senhor com temor e esperança...” (Alcorão 32:16)

Acordar nas primeiras horas antes da alvorada para fazer uma refeição também encoraja os crentes a realizarem essa oração abençoada, o que de outra forma seria uma tarefa árdua para alguns.

Essa refeição antes da alvorada deve ser feita próximo da alvorada, e assim as pessoas continuam a comer até que ouçam o muezzin, ou chamador da oração, fazer o azaan na mesquita local, sinalizando que os primeiros traços de luz **apareceram**. Assim, os muçulmanos terminam sua refeição e se preparam para comparecer à oração congregacional em sua mesquita local, feita cinco vezes ao dia ao longo do ano.

O Mês do Alcorão

Após comparecer à oração da alvorada, muitos muçulmanos escolhem sentar na mesquita por um tempo e recitar uma parte selecionada do Alcorão. A recitação do Alcorão é recomendada em todos os momentos e devido a isso a fé no Islã aumenta:



“Os verdadeiros crentes são aqueles que, quando Allah é mencionado, seus corações estremecem, e quando Seus versículos são recitados, eles (os versículos) aumentam sua Fé; e eles confiam em seu Senhor (somente).” (Alcorão 8:2)

Por ser o mês no qual o Alcorão foi revelado, os muçulmanos são ainda mais zelosos em recitá-lo na sua totalidade, e isso foi feito pelo Profeta.

“[O Profeta] o encontrava (Gabriel) toda noite no Ramadã e eles recitavam o Alcorão um para o outro.” (Saheeh Al-Bukhari)

Durante o Ramadã, no mundo muçulmano, dificilmente se encontrará uma mesquita vazia a qualquer hora do dia. Os muçulmanos tentam reservar um tempo esse mês para completar o Alcorão e ponderar sobre seus significados.

Jejum do Dia

Na maioria dos países muçulmanos, a carga e o horário de trabalho são aliviados de modo a acomodar as características especiais desse mês. As crianças vão para escola um pouco mais tarde para acomodar o fato de acordarem mais cedo e fazerem a oração da noite, e a maioria dos negócios fecha antes do anoitecer. Muitas lojas permanecem abertas ao longo da noite.

Durante as horas do dia até que o sol se ponha no horizonte os muçulmanos se abstêm de todos os tipos de comida e bebida, assim como de relações sexuais com seus cônjuges. Isso cria um sentimento no muçulmano ao longo do dia de que ele está obedecendo os mandamentos de Deus, quando deixa de lado coisas que são perfeitamente permissíveis em outras épocas, e cria uma consciência que os encoraja a deixar as ações que são sempre proibidas. Os muçulmanos, com a boca seca pela falta de água e abstendo-se de todos os tipos de alimento durante o dia, adquirem um sexto sentido – a consciência de Deus – e esse é o objetivo de jejuar o mês de Ramadã. Deus diz no Alcorão:

“Jejuar foi prescrito a vós com foi prescrito àqueles antes de vós, de modo que adquiram consciência de Deus.” (Alcorão 2:183)

Jejuar é uma adoração secreta que uma pessoa oferece a Deus. Ele pode muito bem comer e beber em privado sem que ninguém venha a saber disso... mas a característica que impede o muçulmano de fazê-lo é sua consciência de Seu Senhor.

Por essa razão, muitos muçulmanos pecadores abandonam muitos de seus pecados durante esse mês abençoado, devido à sua sacralidade, e espera-se que isso faça com que eles sejam mais conscienciosos ao longo do resto do ano.

O Profeta, que Deus o exalte, alertou os muçulmanos contra certos pecados nos quais eles poderiam incorrer facilmente e arruinar o objetivo do jejum. O Profeta disse:

“Aquele que não pára de falar inverdades e de agir de acordo com elas, Deus não precisa que abandone sua comida e bebida.” (Saheeh Al-Bukhari)

Ele também alertou sobre ser provocado a agir de maneira rude. Ele encorajou os muçulmanos a responder a quem possa provocá-los dizendo:

“Estou jejuando, estou jejuando.” (Saheeh Al-Bukhari)

Esses ditos proféticos deixam claro que o benefício principal do Ramadã é a retidão espiritual e moral.

Nas sociedades muçulmanas o espírito de paz reside nos corações dos muçulmanos durante o Ramadã, devido à adoração adicional e prevenção de todos os males e más condutas. As pessoas estão geralmente mais despreocupadas e fáceis de lidar, e quando se vive em uma sociedade por um mês no qual a maioria das pessoas está jejuando, o sentido de unidade e irmandade resultante não pode ser equiparado por qualquer outra ocasião exceto, talvez, o Hajj.

Iftar, ou Quebra do Jejum

Quando o dia termina, os muçulmanos se reúnem em suas casas e esperam pelo pôr-do-sol. As mães e filhas estão geralmente ocupadas nesse horário preparando a quebra do jejum e jantar, enquanto os homens geralmente retornam dos seus trabalhos e adotam roupas mais confortáveis, tirando um tempo para recitar o Alcorão ou ajudando na preparação da quebra do jejum. Antes do pôr-do-sol, a família se reúne em uma mesa de jantar e espera pelo muezzin, usando esse momento para suplicar a Allah e pedir a Ele por Sua Misericórdia.



“Para cada pessoa jejuando existe uma oração que é atendida quando quebra seu jejum.” (Tuhfat-ul-Muhtaj)

Quando a chamada para a oração é ouvida, os muçulmanos se apressam para quebrar seu jejum com tâmaras, imitando o Profeta, e oferecem palavras de gratidão ensinadas pelo Profeta, que Deus o exalte.

“A sede foi saciada, e as veias ficaram úmidas e cheias, e a recompensa é certa, se Deus quiser.” (Abu Dawood)

Muitos muçulmanos acrescentam:

“Ó Allah, por Ti somente eu jejei, e em Ti somente eu acreditei. Com Tuas provisões eu quebrei o meu jejum, e em Ti eu confiei.”

Os muçulmanos então fazem uma refeição leve composta de aperitivos e bebidas variadas. Muitas vezes os muçulmanos convidam, ou são convidados, membros da

família estendida, amigos, ou os pobres. A maioria das mesquitas também oferece comida para aliviar o sofrimento dos pobres. Muitas mesquitas oferecem o *iftar* para fortalecer os laços da comunidade, comum em países nos quais os muçulmanos são minorias. O Profeta Muhammad encorajou a alimentar outras pessoas durante esse mês abençoado em seu dito:

“Aquele que alimentar uma pessoa em jejum, terá uma recompensa igual à pessoa que jejuou...” (Al-Tirmidhi)

Porções especiais também são distribuídas aos pobres no início do mês por organizações de caridade, para que supram as suas necessidades.

A satisfação sentida na quebra do jejum é verdadeiramente indescritível. Em nenhuma outra ocasião a mais frugal das refeições parece tão saborosa ou traz tanta alegria a um crente. De fato o Profeta falou a verdade quando disse:



“A pessoa que jejua terá dois momentos de alegria: um quando quebra seu jejum e outro quando encontra seu Senhor.” (Saheeh Al-Bukhari)

Não tem sentido comer uma grande refeição nesse momento, porque o pôr-do-sol é o momento para outra oração prescrita. Os muçulmanos se preparam para comparecer à oração congregacional, geralmente em uma mesquita nas proximidades. Após comparecer a oração, alguns muçulmanos jantam, enquanto outros retardam a refeição até a oração da noite terminar, um evento que é uma das principais características da noite do Ramadã, uma outra dimensão espiritual desse mês abençoado de Misericórdia e Bênçãos.

O endereço web deste artigo:

<https://webcache001.islamreligion.com/pt/articles/415/um-dia-e-uma-noite-no-ramada-parte-1-de-2>

Copyright © 2006-2015 Todos os direitos reservados. © 2006 - 2026 IslamReligion.com. Todos os direitos reservados.