

¿Qué es el Ramadán?

El ayuno del Ramadán implica abstinencia de toda comida, bebida y relaciones sexuales durante las horas comprendidas entre el alba y el ocaso

01/09/2008 - Autor: Junta de Andalucía - Fuente: JCPintoes

El ayuno es una práctica común en la mayoría de las religiones. El Islam ha prescrito también el ayuno para los musulmanes, en la forma de un período de un mes de abstinencia acompañado de una intensa actividad devocional, que constituye el tercero de los pilares del Islam. El ayuno de Ramadán ha sido prescrito para formar a los musulmanes en la autodisciplina y en la obediencia escrupulosa a los mandatos de Dios.

No es considerado como penitencia para los pecados o como un medio de apaciguar la ira de Dios. Además el ayuno del Ramadán implica una abstinencia total de toda la comida, bebida y relaciones sexuales durante las horas comprendidas entre el alba y el ocaso. El ayuno debe ser roto cada día en el ocaso y se recomienda también el tomar una comida antes del alba (*suhur*), es decir antes del inicio del ayuno diario.

Además de la abstinencia de estas necesidades ordinarias y lícitas, los musulmanes también se esfuerzan en incrementar sus actividades devocionales durante este mes sagrado. Junto a las cinco oraciones diarias habituales, se realiza una oración adicional llamada *tarawih*, que es realizada únicamente en Ramadán. Es realizada de forma individual o colectiva cada noche. Fue también una *sunnah* (práctica del Profeta) el recitar el Corán completo durante este mes, y muchos musulmanes de hoy en día siguen esta tradición. Los últimos diez días y noches de Ramadán son un período de una devoción particularmente intensa debido al hecho que entre una de tales noches se produce la conmemoración de la Noche del Destino (*Lailat al-Qadr*), en la que se produjo la primera revelación del Sagrado Corán al Profeta Muhammad.

Dar ayudas económicas a quienes tienen necesidad es otra de las obligaciones del ayunante, como también lo son el refrenar la lengua y el ejercitar el autocontrol.

El ayuno hace así al musulmán disciplinado y tenaz. Le enseña a ser flexible y adaptable en sus hábitos, a ser capaz de soportar las dificultades y a saber apreciar los dones que Dios le otorga y de los que disfruta normalmente. El ayuno capacita también al musulmán para sentir la experiencia diaria que sufre el indigente y a ser, de esta forma, activo en su compasión y ayuda hacia él.

El Islam reconoce que la comida, bebida y sexo, son necesidades que crean en el ser humano unos lazos de dependencia. Por ello, se requiere al musulmán para que durante un mes al año se despreocupa de la satisfacción de estas necesidades en las horas diurnas en orden a desarrollar su naturaleza espiritual.

Mientras un ayuno tal puede parecer difícil a aquellos que no están acostumbrados a hacerlo,

en la práctica es no solo tolerable sino incluso fácil para la mayoría de los que lo realizan. Cabe decir además que solo aquellas personas que han llegado a la pubertad y que son capacitados deben ayunar; los niños, los ancianos, los enfermos, la mujer en el período de la menstruación, la mujer embarazada y los viajeros entre otros, no están obligados a realizarlo. El mes de Ramadán finaliza con la fiesta del *Aid el-Fitr*, la fiesta de la Ruptura del Ayuno, que es una de las fiestas más importantes del calendario islámico.

En esta fiesta, que dura tres días, los musulmanes empiezan el día bañándose y vistiéndose con la mejor ropa. Después acuden a la mezquita para la oración y el gentío suele desbordar el recinto sagrado y se extiende por el exterior. Ingieren un primer alimento durante el día y celebran la superación de la prueba del ayuno de una forma colectiva. Después de las oraciones, la gente se intercambia regalos y visita a los parientes y amigos.

También están obligados a dar limosna a los pobres. A lo largo del día los musulmanes han de reflexionar sobre el significado del Islam e intentar limar las diferencias con la familia y los amigos, para poder empezar una nueva vida bajo el signo de la paz y la reconciliación.

Más adelante, el 10 del último mes Dul-Hijja, se celebra la fiesta del *Id Al-Adha*, que suele durar tres días. Los orígenes de esta fiesta se remontan al profeta bíblico Ibrahim (Abraham), que evidenció su buena disposición a acatar en todo a Dios, que incluso estuvo dispuesto a sacrificar a su hijo más querido, Ishaq (Isaac). Ese día, tanto los musulmanes que están en la Meca como en el resto del mundo, inician la fiesta con una oración en común y sacrifican un cordero, una vaca o un camello, de los cuales se quedan con una parte y el resto lo reparten entre los pobres.

El año acaba con la fiesta de fin de año o *Hijarah*, la víspera del primer día de Muharram.