139126 - Normas sobre tomar la “tableta de Ramadán” durante el refrigerio de la madrugada, que reduce los efectos del hambre durante el mes de ayuno

Pregunta

La gente conversa mucho acerca de una medicina que controla y reduce el hambre y la sed. Algunas personas usan esta medicina durante el mes de Ramadán. ¿Cuáles son las normas sobre tomarla? Para más información, por favor vea el siguiente sitio web: http://fasting.ramadantablet.com

Respuesta detallada

Alabado sea Dios.

Los eruditos han definido el ayuno como adorar a Dios absteniéndose de cosas que lo interrumpen, como la comida, la bebida o las relaciones maritales, desde que despunta el alba hasta que el sol se pone. Como Dios dijo (traducción del significado):

“…y comed y bebed hasta que se distinga el hilo blanco [la luz del alba] del hilo negro [la oscuridad de la noche]” (al-Báqarah 2:187).

Y de acuerdo a un reporte de Abu Hurairah (que Dios esté complacido con él) el Mensajero de Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “El ayuno es un escudo, por lo tanto no debe haber palabras obscenas ni discursos ignorantes, y si alguien intenta pelear contigo o insultarte, dile “Estoy ayunando”, dos veces. Por Aquél en Cuya mano está mi alma, que el aroma de la boca de un ayunante es mejor para Dios que la fragancia del musk. “Él abandonó su comida, su bebida y su deseo por mi causa. El ayuno es para Mí, y Yo lo recompensaré, diez veces por cada buena obra”. Narrado por al-Bujari, 1795.

El Shéij Muhámmed ibn al-‘Uzaimín (que Allah tenga misericordia de él) dijo:

“El principio básico es que las cosas que interrumpen el ayuno son tres, que fueron mencionadas por Dios, glorificado y exaltado sea, en el verso (traducción del significado):

“Ahora podéis mantener relaciones con ellas y buscar lo que Allah os decrete [hijos]; y comed y bebed hasta que se distinga el hilo blanco [la luz del alba] del hilo negro [la oscuridad de la noche]”

(al-Báqarah 2:187).

Los eruditos están unánimemente de acuerdo en que estas tres cosas interrumpen el ayuno”. Shárh al-Mumti’, 6/235.

Con respecto a la medicina a la que te refieres en tu pregunta, de acuerdo al sitio web mencionado, contiene hierbas y sustancias permisibles para consumo humano, y la llaman la ‘tableta de Ramadán”. Contiene diferentes tipos de vitaminas (B1, B2, B6, B12) y otras sustancias beneficiosas para el organismo, que proveen energía al cuerpo durante el día y reduce el apetito, porque estas sustancias favorecen los procesos cerebrales que motivan al organismo a buscar nutrición en las grasas acumuladas, en lugar de la ingestión de alimentos.

No hay duda de que tomar estas tabletas y medicinas durante el día en Ramadán interrumpe el ayuno y lo invalidan, nadie puede disputar eso, porque es una forma de nutrición que llega al estómago directamente por la boca.

Al parecer tu pregunta es acerca de las normas sobre tomar estas tabletas por la noche, antes de la aurora, porque esta medicina le da al cuerpo energía durante las horas de ayuno y ayuda a prevenir la sensación de hambre. Algunos hermanos pueden pensar que no es permisible tomar esto durante la noche, porque produce un efecto que dura a lo largo del día. Pero esto es un error. Más bien, es permisible usarla, en tanto haya sido tomada en el momento en que es permisible consumir alimentos.

Con respecto a los efectos duraderos que tenga durante el día, esto no significa que no deban tomarse. No hay diferencia entre esto y la comida que comemos durante el alba. Una de las

razones importantes para demorar el refrigerio de la madrugada, es precisamente fortalecer el cuerpo para que sea capaz de soportar las horas de ayuno durante el día.

Se narró que Anas ibn Málik (que Dios esté complacido con él) dijo: “El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Coman el refrigerio de la madrugada, coman el refrigerio de la madrugada, porque hay una gran bendición en él”. Narrado por al-Bujari (1823) y Muslim (1095).

Al-Háfiz ibn Háyar dijo:

“En el reporte de Anas “Coman el refrigerio, coman el refrigerio…”, lo que significa la bendición es la recompensa, o que está bendito porque le da fuerzas a uno y energías para ayunar, y lo hace menos dificultoso.

Y se ha dicho que las bendiciones provienen de levantarse temprano y ofrecer una súplica durante la noche, antes de la aurora.

Es más probable que las bendiciones del refrigerio de la madrugada provengan de diversas cosas: de seguir el ejemplo del Profeta y diferir de la Gente del Libro, del hecho de que fortalece el cuerpo e incrementa la energía, de evitar la mala actitud que puede resultar de quedar hambriento, haciendo que uno dé en caridad a quien pide en ese momento o lo invite a comer, de recordar a Dios e invocarle en momentos en que la súplica muy probablemente sea respondida, de prepararse psicológicamente para el ayuno con la intención correcta antes de irse a la cama”. Fáth al-Bári, 4/140.

El Shéij Muhámmed ibn al-‘Uzaimín (que Allah tenga misericordia de él) dijo, discutiendo el refrigerio de la madrugada:

“Una de las bendiciones es que provee alimento al cuerpo a lo largo del día y nos ayuda a ser pacientes al abstenernos de la comida y la bebida, aún durante los largos y calientes días de verano, mientras que cuando la persona no está ayunando uno la ve bebiendo cinco o seis veces al día, y comiendo dos veces. Pero Dios ha concedido una gran bendición al refrigerio de la

madrugada, por lo tanto permite al cuerpo pasar todo el día ayunando”. Fin de la cita de Liqá' al-Bab al-Maftuh (introducción No. 223).

En resumen: no hay nada de malo con tomar estas tabletas.

Para más información sobre la permisibilidad de tomar hormonas para deportistas durante el refrigerio de la madrugada, por favor consulte la pregunta No. 49686.

Y Allah sabe más.