142274 - Teme enfermarse si baja mucho de peso por el ayuno, ¿está permitido que no ayune durante Ramadán?

Pregunta

Yo tengo 19 años, y peso 41 kilogramos. Para mí sería muy fácil perder más peso corporal si ayuno. Ayunar siempre me hace sentir débil, y comienzo a palidecer. Además de esto, la semana siguiente voy a comenzar mis estudios en la universidad, que está a una hora de viaje desde donde yo vivo. Más aún, el día es muy largo aquí en Canadá, y también trabajo durante el fin de semana. Mi pregunta es, ¿es obligatorio ayunar en mi caso? ¿O es permisible que no ayune y lo reponga luego, en los días que piense que serán más apropiados?

Respuesta detallada

Alabado sea Dios.

Alabado sea Allah

Hay una concesión legal que permite romper el ayuno en Ramadán a quien está enfermo o es incapaz de ayunar, o quien teme que pueda enfermarse o que su enfermedad empeore. Dios dijo (traducción del significado):

“y quien estuviere enfermo o de viaje [y no ayunase] deberá reponer posteriormente los días no ayunados y así completar el mes” (al-Báqarah 2:185).

Ibn Qudamah (que Allah tenga misericordia de él) dijo en al-Mugni (4/403):

“La persona saludable que teme enfermarse al ayunar es como quien teme que su enfermedad empeore, con respecto a la licencia que le permite romper el ayuno, porque la persona enferma sólo le está permitido no ayunar si teme que el ayuno pueda empeorar su enfermedad o hacer que dure más. Por lo tanto el temor de caer enfermo cae bajo la misma categoría”. Fin de la cita.

Az-Zaila’i dijo: “La persona saludable que teme que pueda enfermarse al ayunar cae bajo la

misma categoría que la persona enferma”. Fin de la cita, Tabin al-Haqá'iq, 1/333.

Basándonos en esto:

Si ayunar definitivamente hará que te enfermes, te cause algún daño físico o baje dramáticamente tu peso corporal, entonces en este caso está permitido que no ayunes, pero debes reponerlo cuando seas capaz de hacerlo.

Para decidir sobre este asunto, es esencial consultar a doctores confiables.

Sobre simplemente quedar cansado o exhausto, o sentirse débil a causa el ayuno, esto no es una excusa para no ayunar, porque ayunar, especialmente en los días largos, no está libre de alguna dificultad.

Los eruditos han afirmado que aquellos que realizan trabajo duro (físico) deben comenzar su día ayunando, entonces si sufren una sed muy severa o hambre y temen sufrir algún perjuicio por eso, es permisible que rompan el ayuno, pero deben reponer los días en que rompieron su ayuno. Debe señalarse que el estudio y el trabajo no son excusas para no ayunar. Ayunar es uno de los pilares del Islam y uno de los grandes deberes obligatorios de nuestra religión. Por lo tanto, no es permisible para los musulmanes descuidarlo dándole precedencia al estudio o el trabajo, que no constituyen un impedimento urgente y que uno puede realizarlos de todas formas.

Para más información, por favor consulta la respuesta a las preguntas No. 43772 y 65803.

Y Allah sabe más.