## ×

## 222064 - Algunas sunnahs recomendables sobre el ayuno

## **Pregunta**

¿Cuál es la sunnah sobre ayunar?

## Respuesta detallada

Alabado sea Dios.

Ayunar es uno de los más grandes actos de adoración, y la recompensa del que ayuna buscando la complacencia de Al-lah no es conocida por nadie excepto por Él, Glorificado sea. El Profeta Muhammad (que la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él) informó que Al-lah dijo: "Cada acción del hijo de Adán es para él, excepto el ayuno, que es para Mí y Yo lo recompensaré por eso" (registrado por Al Bujari, 1904; Muslim, 1151).

El ayuno durante Ramadán es uno de los pilares del Islam, y el musulmán debe esforzarse por preservar su ayuno, sea obligatorio o voluntario, para que Al-lah le conceda abundantes recompensas.

Hay muchas sunnas con respecto al ayuno, de las que mencionaremos algunas:

- 1. Es *sunnah* que si alguien injuria al ayunante o intenta pelear con él, debe rehusar su provocación y responder: "Estoy ayunando".
- 2. Es *sunnah* que el ayunante coma el refrigerio de la madrugada (*suhur*), porque en ello hay una bendición.
- 3. Es sunnah apresurarse a romper el ayuno y demorar el refrigerio de la madrugada.
- 4. Es *sunnah* romper el ayuno con dátiles frescos; si no puede encontrar ninguno, entonces debe romper su ayuno con dátiles secos. Si no puede encontrar ningún dátil, entonces debe romper su

×

ayuno con agua.

5. Es recomendable para el ayunante decir, cuando rompe su ayuno: "Dháhaba az-zama' wa abtalat al 'uruq wa zábata al ayr, in sha Al-lah" (la sed se ha ido, las venas se han humedecido y la recompensa es cierta, si Al-lah quiere)".

Por favor, consulte la respuesta a la pregunta número 39462 para ver los textos que hablan sobre estos asuntos.

6. Es recomendable para el ayunante realizar abundantes súplicas, porque el Profeta Muhammad (que la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él) dijo: "Hay tres cuyas súplicas no serán rechazadas: el gobernante justo, el ayunante hasta que rompa su ayuno, y la súplica de quien ha sido tratado injustamente" (registrado por Ahmad, 8043; clasificado como auténtico por los comentaristas en *Al Musnad*, teniendo en cuenta todas las cadenas de transmisión y la evidencia que lo corrobora).

An-Nawawi (que Al-lah lo tenga en Su misericordia) dijo: "Es recomendable que el ayunante haga súplicas mientras está ayunando, pidiendo por lo que concierne al Más Allá y a este mundo, que pida por sí mismo, por aquellos que ama y por los musulmanes" (*Al Maymu*', 6/375).

- 7. Si es un ayuno de Ramadán, entonces es recomendable hacer lo siguiente:
- Sentarse en la mezquita a leer el Corán y recordar a Al-lah.
- Observar el retiro espiritual en los últimos diez días.
- Rezar las oraciones voluntarias nocturnas.
- Dar abundantemente en caridad y hacer abundantes buenas obras.
- Estudiar el Corán.

Al Bujari (6) y Muslim (2308) registraron que Ibn 'Abbás dijo: "El Mensajero de Al-lah (que la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él) era el más generoso de las personas, y era más generoso en



Ramadán cuando se encontraba con Gabriel. Se encontraba con él todas las noches en Ramadán y revisaba el Corán con él, y el Mensajero de Al-lah (que la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él) era más generoso haciendo el bien que las brisas que traen lluvia y misericordia".

El ayunante no debe perder su tiempo haciendo cosas que son inútiles o que no traen ningún beneficio, y que pueden afectar su ayuno negativamente, como dormir mucho, pasarse el tiempo en bromas, etc. Comer diferentes tipos de alimentos y bebidas no debe ser su preocupación principal. Todo eso le impedirá hacer muchas buenas acciones mientras ayuna.

Para más información, por favor, consulte las respuestas a las preguntas 12468 y 26869 .

Y Al-lah sabe más.