

# El espíritu y Ramadán

الروحانيات في رمضان

[ Español – Spanish – إسباني ]

[www.islamreligion.com](http://www.islamreligion.com) website

موقع دين الإسلام

2013 - 1434

IslamHouse.com

Cada año, musulmanes de todas partes del mundo y de todos los grupos étnicos y económicos, comienzan a ayunar desde el alba hasta el ocaso cada día durante un mes bendito en la tradición islámica, conocido como Ramadán. Pero, ¿qué hace de Ramadán un mes bendito? ¿Por qué los musulmanes ayunan durante este mes? ¿Cuáles son los beneficios espirituales del ayuno? Todas estas preguntas y otras más se abordan en este artículo que presenta al lector un viaje espiritual de un mes en el que participan 1 400 millones de musulmanes en todo el mundo<sup>1</sup>.

El Corán dice (lo que significa):

“En el mes de Ramadán fue revelado el Corán como guía para la humanidad y evidencia de la guía y el criterio”. (Corán 2:185)

Todo el mes de Ramadán es, en esencia, una celebración de la revelación del Corán, que es descrito como **“Guía y misericordia para quienes hacen el bien” (Corán 31:3)**. Ramadán celebra la Misericordia de Dios por la que Él envió una luz guía en el Corán, que lleva a la vida humana por el camino del bien y la virtud, y protege el alma humana del mal y el vicio.

Los musulmanes muestran su gratitud a Dios por su guía absteniéndose de comer, beber y tener relaciones sexuales durante el día en Ramadán, como forma de acercarse a Dios y desarrollar una profunda conciencia interior de la presencia de Dios en la vida. Este mecanismo interno de sentir la presencia de Dios lleva al alma a hacer el bien incluso bajo las situaciones más difíciles de la vida, y la protege contra los malos actos, incluso cuando es el camino más fácil o tentador a tomar.

Es por esto que el Corán cambia a una relación más íntima entre Dios y Su siervo inmediatamente después de mencionar el pasaje del ayuno en Ramadán (Corán 2:183-185).

---

1 Según un informe del Centro Pew de Religión y Vida Pública, publicado en 2009, hay más de 1 500 millones de musulmanes en el mundo, y sólo el 20% de ellos vive en Medio Oriente y África del Norte. [Nota del Traductor]

“Y si Mis siervos te preguntan por Mí [¡Oh, Muhammad!, diles] ciertamente estoy cerca de ellos. Respondo la súplica de quien Me invoca. Que me obedezcan, pues, y crean en Mí que así se encaminarán”. (Corán 2:186)

Cuando el alma entra en un estado de gratitud y sumisión hacia su Señor a través del ayuno, hay un reconocimiento de que la vida ha sido dada por Dios como un regalo y un préstamo a ser utilizado para las buenas obras que reflejan la misericordia, la compasión, el amor y la generosidad de Dios. De hecho, el Corán dice que la inclinación natural de nuestras almas es someterse a la Voluntad de Dios, teniendo una creencia sincera en un Dios único y haciendo obras buenas de adoración (Corán 30:30). Como tal, el concepto de pecado en la tradición islámica es conocido como un acto de injusticia contra la propia alma, al forzarla hacia un estado que es antiético a su propia naturaleza y al propósito con el que fue creada (Corán 3:117, entre otros muchos versículos). Cuando un alma persiste en el pecado, se convierte en esclava de sus bajos deseos, prisionera de sus propias pasiones (Corán 25:43).

El ayuno, entonces, busca liberar el alma de estas cadenas suprimiendo el yo inferior del deseo y elevando la conciencia de Dios en el alma, la cual tiene la tendencia natural a aspirar al bien. Al privar al alma de las necesidades básicas de la vida por algunas horas, uno es capaz de enseñarle la moderación y el autocontrol de aquellos males como la ira, la venganza, la mentira, el robo, la inmoralidad sexual y demás. Es por esto que el Profeta Muhammad dijo que **“cuando alguno de ustedes ayuna un día, no debe caer en el lenguaje obsceno ni debe levantar su voz; y si alguno lo insulta o trata de pelear con él, debe decir: ‘Estoy ayunando’”**. El Profeta también advirtió a los musulmanes que no hicieran del ayuno un ritual que no influya en nada el carácter y los hábitos de la persona. **“Si alguien no se abstiene de mentir y de la conducta falsa, Dios no necesita que se abstenga de comer y beber”**.

Una de las cualidades más importantes que el ayuno busca desarrollar dentro de un individuo es la humildad ante Dios y la creación de Dios. El hambre y la sed hacen que uno se dé cuenta de que si no fuera por la Misericordia y la Dotación de Dios, uno estaría en un estado más difícil e indeseable de cosas. Ayunar es una experiencia de humildad, que es una característica importante de un alma justa, pues el falso orgullo y la arrogancia nunca pueden vivir lado a lado con la piedad sincera.

El acto de ayunar, entonces, provee también a los miembros afortunados y pudientes de la sociedad, la posibilidad de experimentar por un tiempo el dolor y el sufrimiento que padecen millones de personas cada día, sin agua ni alimentos ni otras necesidades básicas de la vida. Ayunar establece puentes que reducen la brecha entre ricos y pobres, pudientes y necesitados, satisfechos y menesterosos. Esta experiencia debe inspirarles compasión y misericordia, que se manifiesta en la generosidad con la riqueza y el tiempo para ayudar a aquellos que lo necesitan. Los musulmanes son alentados especialmente en este mes, a salir y sentir hambre, y gastar su riqueza en causas buenas, como construir escuelas, hospitales, comedores comunitarios y demás. Esto es parte de la tradición del Profeta Muhammad, que la misericordia y las bendiciones de Dios sean con él, cuya generosidad se incrementaba por diez durante Ramadán. En la tradición islámica, Dios promete devolver todos los actos de bondad y generosidad en este mes bendito multiplicados por diez, tanto en este mundo como en el más allá.

Debido a las bendiciones y recompensas asociadas con Ramadán, los musulmanes son animados a compartir su comida con sus vecinos y a tener invitados en su casa para comenzar el ayuno al alba y para romper el ayuno al ocaso. Los musulmanes también son animados a incrementar significativamente su adoración a Dios durante este mes y, por tanto, se ofrecen oraciones especiales en cada mezquita bien entrada la noche, con la mayoría de las mezquitas llenas de fieles. Como tal, Ramadán

siempre trae consigo una atmósfera comunitaria y, como resultado, los lazos entre la comunidad son fortalecidos en gran medida. La mayoría de los musulmanes, por tanto, se entristecen mucho al ver que el mes de Ramadán llega a su fin y su regreso es muy esperado.

En conclusión, Ramadán es una celebración de la guía de Dios a la humanidad a través del Corán, que es una guía para hacer el bien y una advertencia contra el mal. Con el fin de llevar al alma a la armonía con los ideales coránicos de fe y virtud, el ayuno está prescrito como un medio para que los individuos se acerquen a Dios y levanten sus almas hacia nuevos niveles de piedad. Al hacer esto, todo el cuerpo humano es capaz de transformarse en un agente de moral y cambio social positivo, que busque reemplazar la miseria con la generosidad, la ira con la paciencia, la venganza con el amor, y la guerra con la paz, es decir, reemplazar el mal con el bien en el mundo.

Un dicho de Dios transmitido a través del Profeta Muhammad, conocido como *hadiz qudsi*, explica mejor la transformación que tiene lugar en un individuo a través de las buenas obras, que son inspiradas en parte por el ayuno: **“Y la cosa más querida con que Mi siervo se acerca a Mí es lo que Yo le he ordenado, y Mi siervo sigue acercándose a Mí a través de la realización de obras buenas adicionales (voluntarias), hasta que lo amo. Cuando lo amo, me convierto en los oídos con que escucha, los ojos con que ve, las manos con que actúa y las piernas con que camina; y si Me pide le doy, y si pide Mi protección, lo protejo”.**