

¿Por qué ayunar?

Llegados a estas fechas previas al bendito mes de Ramadán, muchos nos preguntan a los musulmanes ¿por qué ayunar, para que sirve eso?

Por: Mikail Alvarez Ruiz

Todos sabemos que el ayuno en el mes de Ramadán es obligatorio, además es altamente recomendable en meses como Rayab y Sha'ban, así como en muchos otros días a lo largo del año hasta sumar más de 180 días recomendables en el presente año 2012.

Pero ciertamente, ¿para qué sirve ayunar?. La respuesta básica es que el ayuno es una vía para la formación del ser humano.

El ayuno es una práctica destinada a limpiar y purificar el alma, y un método para que el ser humano pueda dominar su propia voluntad así como para luchar contra sus deseos desenfrenados, para de este modo intentar la perfección y el acercamiento a Allah (SWT).

El ayuno por sí mismo tiene efecto en el cuerpo y el alma del ser humano, y es uno de los favores de la misericordia de Allah que permite beneficiarse a todos, ricos o pobres, por igual. Pero si este acto de culto se realiza acompañado de un sentimiento espiritual y moral correctos, sin duda el resultado del ayuno será mucho más efectivo en el propósito de acercar al ser humano a la perfección. Por ello el ayuno de una persona común es diferente al de alguien que cruzó los diversos grados de abstinencia y perfección humana, y ha obtenido la moral Divina.

El ayuno presenta efectos tanto en lo individual como en lo social. En el primero de los aspectos podemos destacar:

El fortalecimiento de la resistencia y la paciencia, siendo esta una de las virtudes morales cuya obtención más se ha enfatizado, ya que con ella se pueden enfrentar los altibajos, las dificultades, las desgracias, etc., que nos encontraremos en nuestro camino hacia la cercanía de Allah (SWT), y en nuestra vida en general.

El ayuno, en especial el ayuno del mes santo de Ramadán, ofrece tranquilidad al alma del ayunante manteniéndolo lejos de cualquier preocupación. Por una parte porque lo hace llegar al nivel de la paciencia, y hace que el ser humano paciente domine su alma y así pueda seguir lo que dicte su intelecto, pudiendo de esa manera entregarse a Allah (SWT). Por otra parte porque el ayuno es una forma de recordar y adorar a Allah en forma práctica, y el recuerdo y la adoración a Él provocan tranquilidad en las almas.

Refuerzo en la creencia en la Otra Vida, puesto que el ayunante a través del hambre y la sed que experimenta recuerda el hambre y la sed del Día de la Resurrección, alertándolo y propiciando así que este prepare los suministros y provisiones para ese día.

El ayuno igualmente ayuda a controlar las pasiones, evitando de esa manera la lejanía del favor Divino. El ayuno propicia la austeridad y la moderación lo que a su vez fortalece en el ser humano el poder de autocontrol de los pecados y lo hace dominar sobre sus deseos.

Por último, entre los aspectos individuales del ayuno, podemos citar el fortalecimiento de la devoción que el mismo provoca en sus practicantes.

Respecto a los efectos sociales del ayuno podemos mencionar:

El florecimiento del sentimiento de compasión con los necesitados. El ayunante con el hambre y sed temporal que sufre, comprende mejor la situación de aquellos cuya hambre no es algo temporal y voluntario, haciendo que el ayunante comprenda la situación de los desposeídos y abra su corazón al respeto de los derechos de estos. Allah (SWT) quiere que entre sus siervos exista igualdad y mediante el ayuno da a probar al acaudalado el sabor del hambre, de los dolores y los sufrimientos, para que se apiade de los débiles y hambrientos.

El ayuno prepara en el ser humano para los asuntos espirituales, y es un factor para alejarlo de las irregularidades sociales propiciando la buena relación con sus prójimos. Lógicamente esta influencia se manifiesta más durante el bendito mes de Ramadán por ser este el momento en el que toda la comunidad se encuentra ayunando.

La creación de un ambiente espiritual en la sociedad y la disminución de los daños sociales, pues el ayuno crea un ánimo de abstinencia y autocontrol en el ser humano que con el paso del tiempo tiene un efecto directo en la educación espiritual de cada uno de los integrantes de la sociedad. La mayoría de los pecados individuales y sociales brotan de dos raíces; la cólera y la pasión, y el ayuno impide la rebelión de estos dos instintos. Por ello provoca la disminución de la corrupción en la sociedad.

Es seguro que la sociedad en la cual la mayoría de su gente ayuna, en especial el mes santo de Ramadán, contará con un ambiente espiritual especial que propiciará la convergencia social y la disminución de los daños culturales y sociales.

Estos son, en pocas palabras, los efectos formativos que el ayuno provoca en el ser humano, cuya búsqueda debe ser el objetivo final de este ayuno.

Todo el folclore que en diferentes lugares rodea a estas fechas del bendito mes de Ramadán, no tiene sentido alguno si tras él no se persiguen los objetivos antes mencionados. Si todo queda en esas luces, decoraciones, comidas y festividad, si lo único que ansiamos tras un día de abstinencia es una suculenta mesa, el ayuno simplemente se convierte en una absurda mortificación física.

Fuente: Takbir TV

www.islamoriente.com
Fundación Cultural Oriente