

## 222064 - Algunas tradiciones proféticas sobre el ayuno recomendables para el ayunante

---

### Pregunta

¿Cuál es la Tradición Profética sobre ayunar?

### Respuesta detallada

Alabado sea Dios.

Ayunar es uno de los más grandes actos de culto, y la recompensa del que ayuna buscando con eso la recompensa de Dios, no es conocida por nadie excepto Dios. El Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo que Dios, glorificado y exaltado sea, dijo: “Cada acción del hijo de Adán es para él, excepto el ayuno. Eso es para Mí, y Yo lo recompensaré por eso”. Registrado por Al-Bujari (1904) y Muslim (1151).

El ayuno durante Ramadán es uno de los pilares del Islam, y el musulmán debe prestar atención para preservar su ayuno, ya sea obligatorio o voluntario, para que Dios le conceda abundantes recompensas.

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

1 - Está en la Tradición Profética que si alguien injuria al ayunante o intenta pelear con él, se debe rehusar su provocación y responder “Disculpa, estoy ayunando”.

2 - Está en la Tradición Profética que el ayunante coma el refrigerio de la madrugada, porque en ello hay una bendición.

# Islam Pregunta y respuesta

Pengawas Umum:  
Syaikh Muhammad Saalih al-Munajjid

3 - Está en la Tradición Profética apresurarse en romper el ayuno, y demorar el refrigerio de la madrugada.

4 - Está en la Tradición Profética 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 Allah” (la sed se ha ido, las venas se humedecieron y la recompensa es cierta, si Dios quiere)”.

Por favor, consulta la respuesta a la pregunta No. [39462](#) para consultar los textos que hablan sobre estos asuntos.

6 - Es recomendable para el ayunante ofrecer abundantes súplicas, porque el Profeta Muhámmad (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) dijo: “Hay tres de quienes la súplica no será rechazada: el gobernante justo, el ayunante hasta que rompa su ayuno, y la súplica de quien ha sido tratado injustamente”.

Registrado por Áhmad (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 Allah tenga misericordia de él) dijo:

“Es recomendable que el ayunante ofrezca súplicas mientras está ayunando, respecto de lo que concierne al Más Allá y a este mundo, que pida por sí mismo, por aquellos que ama y por los musulmanes”. Fin de la cita de 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 Dios.

# Islam Pregunta y respuesta

Pengawas Umum:  
Syaikh Muhammad Saalih al-Munajjid

- 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 Dios (que la paz y las bendiciones de Allah 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 Dios (que la paz y las bendiciones de Allah sean con él) era más generoso haciendo el bien que el viento cuando sopla".

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. No debería hacer que comer diferentes tipos de alimentos y bebidas sea su preocupación principal. Todo eso le impedirá hacer muchas buenas acciones mientras ayuna.

Para más información, por favor consulta las respuestas a las preguntas No. [12468](#) y [26869](#).

Y Allah sabe más.