26811 - ¿Cómo controlar los impulsos durante el ayuno?

Pregunta

Mi pregunta está relacionada con el ayuno. Pero no está relacionada con el mes del Ramadán. Me refiero a la abstinencia cuando uno quiere casarse pero no puede hacerlo por el momento. Sé que el Islam lo ha prescripto con este propósito, pero no conozco cuáles son las reglas correctas sobre ello. Quisiera saber cuál es el momento exacto para realizar el iftar y el suhur, cuántos días en el mes se debe ayunar, y cuál es el día exacto de la semana en el que se debe hacer. Por favor, otórguenme la mayor cantidad de detalles posible sobre el asunto. Y Allah sabe mejor. Que Su paz y Sus bendiciones desciendan sobre todos ustedes.

Respuesta detallada

Alabado sea Dios.

Esta religión puramente monoteísta surgió para enseñarles a las personas cómo controlar los instintos, para que cada individuo musulmán que sea distinguido por su carácter y comportamiento no sea prisionero de sus deseos como un animal. El Islam prescribe reglas, que son tanto obligatorias (wayib) como recomendadas (mustahabb), para proteger al musulmán de los malos efectos del hecho de ser manejado por sus deseos y pasiones. Dentro de estas reglas se encuentra la prescripción de la abstinencia para los que no pueden encontrar una vía de escape natural para estos deseos en el matrimonio, como ‘Abd-Allaah ibn Mas’ud (que Allah esté complacido con él) narró: “Éramos muchachos jóvenes con el Profeta (la paz y las bendiciones de Allah desciendan sobre él) y no teníamos nada (es decir, no podíamos costear el matrimonio). El mensajero de Allah (la paz y las bendiciones de Allah desciendan sobre él) nos dijo: “Muchachos, si hay uno de ustedes que pueda contraer matrimonio, que lo haga, porque es efectivo para proteger las miradas y cuidar la castidad. Y si hay uno de ustedes que no pueda costearlo, que ayune, porque eso será un escudo para él.” (al-Bujari, 5066; Muslim, 1400). La abstinencia reduce los

efectos que producen los deseos en los jóvenes.

Aunque estas reglas están dirigidas a los hombres jóvenes, puede convertirse en esencial cuando existe más tentación y aumentan los medios y motivos para cometer el mal, especialmente para quienes viven en sociedades en las que hay gran cantidad de exposición y promiscuidad. Entonces, ellos deberían realizar estos actos de adoración para proteger su castidad y su compromiso religioso. Además de practicar la abstinencia, una persona debe buscar ayuda a través de la plegaria a Allah, para que proteja su compromiso religioso y su honor, y para que facilite su matrimonio, ya que el matrimonio protege la castidad. También debería ayudarse recordando la recompensa en el Paraíso que Allah ha preparado para quienes cumplen Sus mandamientos fielmente y cuidan su castidad, es decir su al-hur al-‘iyn.