

Etiqueta al comer (parte 2 de 2): Después de comer

Descripción: Consejos que llevan a agradar a Dios.

Por Aisha Stacey (© 2011 IslamReligion.com)

Publicado 29 Aug 2011 - Última modificación 29 Aug 2011

Categoría: [Artículos](#) > [Actos de adoración y ritos](#) > [Ética Islámica](#)

Antes de que un musulmán inicie cualquier tarea o acción, él o ella, menciona el nombre de Dios. Dice *Bismillah* (comienzo en el nombre de Dios) para invocar las bendiciones de Dios sobre cualquier cosa que esté por hacer, desde los momentos de grandes cambios en la vida, hasta las tareas mundanas diarias, como lavarse las manos o comer. La primer cosa que un musulmán hace cuando termina de comer es alabar y agradecer a Dios. Dice *Alhamdulillah* (todas las alabanzas y agradecimientos son para Dios) como reconocimiento de que Dios es Quien provee todo nuestro sustento. Ya sea mucho o poco, Le agradecemos y Lo alabamos.

**"Y no existe criatura en la tierra cuyo sustento no dependa de Dios".
(Corán 11:6)**

La comida es una parte importante de nuestra vida diaria, nos sostiene y nos da energía; y una gran parte de nuestro tiempo está dedicado a adquirir, preparar y consumir alimentos. Dios provee a algunos con mucho y a otros con muy poco. La razón de esto está más allá de nuestra comprensión, pero sabemos que las condiciones bajo las cuales sobrevivimos son parte de una prueba, no una indicación de honor o humillación. Dios nos pone a prueba para determinar quién es paciente y agradecido por las bendiciones que Él provee. Un musulmán entiende que debe ser igualmente agradecido por un bocado de comida que por un banquete.

Es parte de las enseñanzas del Profeta Muhammad el alabar a Dios y suplicar después que se ha terminado de comer. El Profeta, que la misericordia y las bendiciones de Dios sean con él, decía: **"Alabado sea Dios, todas las alabanzas son para Él. Lo que hemos comido ahora no nos es suficiente a perpetuidad (aunque Tus gracias son continuas sobre nosotros) ni es suficiente al punto de ser lo último que comamos. Nosotros, ¡oh Señor nuestro!, no podemos prescindir de Tu favor ni apartarnos de él"**^[1]. También decía: **"¡Oh Dios!, bendice esta comida para nosotros y aliméntanos con lo mejor de ella"**^[2]. El Profeta Muhammad también nos dijo que **"Dios se complace cuando uno de Sus siervos come algo y Lo alaba por ello, o bebe algo y Lo alaba por ello"**^[3], y que es a eso a lo que aspira un creyente verdadero, ¡a agradar a Dios!

La higiene es parte de la fe

El Islam pone mucho énfasis en la higiene. Las oraciones no se realizan hasta que el cuerpo está en un estado de limpieza, y las enseñanzas del Profeta Muhammad contienen consejos referentes a mantener limpios el cuerpo y la mente. El Islam es una forma de

vida holística y Dios dice en el Corán que Él **"ama a los que se arrepienten y purifican"** (Corán 2:222). Con este fin, es importante limpiarse después de comer lavándose las manos, la boca y, si es posible, cepillándose los dientes.

El Profeta Muhammad nos aconsejó lavar nuestras manos antes y después de comer, independientemente de si estamos en estado de pureza ritual o no. Es aceptable enjuagarse con agua, pero los eruditos del Islam han dicho que es preferible utilizar jabón o algún líquido de limpieza. También, se recomienda enjuagarse la boca después de comer. Cuando el Profeta Muhammad estaba en un lugar llamado Al Sahba, pidió comida pero sólo encontró papilla de cebada; el Profeta y sus Compañeros la comieron y después se enjuagaron la boca[4].

El Islam concede gran importancia a la higiene oral y hace más de 1 400 años, el Profeta Muhammad enseñó a sus seguidores la importancia de limpiar sus dientes. Recomendó usar un palillo de dientes llamado *miswak* o *siwak*. Es una rama natural enriquecida con minerales que limpian los dientes, previene el sangrado de las encías, es antibacterial y refresca el aliento. El Profeta Muhammad dijo: **"Usa *siwak*, pues purifica la boca y complace al Señor"**, y **"si no hubiera sido por temor a dificultar demasiado las cosas a mi *Ummah* (nación), habría ordenado que usaran el *siwak* antes de cada oración"**[5].

Un buen consejo es una bendición

El Profeta Muhammad fue enviado al mundo como misericordia, vino a completar la única religión de Dios, y para enseñarnos en forma práctica cómo agradar y adorar a Dios.

"Él [el Profeta Muhammad] cree en Allah, confía en [la palabra de] los creyentes y es una misericordia para quienes verdaderamente creen de vosotros". (Corán 9:61)

Sus consejos respecto a la etiqueta de comer son parte importante de su guía. Como hemos visto, la etiqueta de comer implica acciones antes, durante y después de comer, y el Profeta Muhammad sugirió también formas para que los creyentes beban agua. Aconsejó que el agua debe ser bebida en tres sorbos en lugar de engullirla de un solo sorbo, y advirtió contra respirar dentro del vaso, ya que esto contamina el agua con la gérmenes[6]. La etiqueta correcta es una parte importante de la religión del Islam.

Al leer sobre la buena moral y los buenos modales que son inherentes a la fe islámica, es posible ver que el Islam es una forma de vida completa, y que cada acto que realiza un musulmán es una posibilidad de agradar a Dios y ganar recompensas. Incluso los actos mundanos, como el comer o el beber, son vistos como oportunidades para adorar a Dios, por lo que la etiqueta para comer y beber se ha desarrollado a partir de Sus palabras en el Corán y las tradiciones de Su Profeta, Muhammad.

Endnotes:

[1] *Sahih Al Bujari.*

[2] *At-Tirmidhi.*

[3] *Sahih Muslim.*

[4] *Sahih Al Bujari.*

[5] *Sahih Al Bujari, Sahih Muslim.*

[6] *Sahih Al Bujari.*

Dirección web del artículo:

<http://www.islamreligion.com/es/articles/2101>

Copyright © 2006-2011 [IslamReligion.com](http://www.IslamReligion.com). Todos los derechos reservados.