

O Quarto Pilar do Islã: O Jejum de Ramadã

Descrição: Uma introdução ao quarto pilar do Islã, o jejum de Ramadã, seus benefícios espirituais, e o conceito de jejum nas religiões mundiais.

Por IslamReligion.com

Publicado em 09 Feb 2009 - Última modificação em 19 Apr 2020

Categoria: [Artigos](#) > [Adoração e Prática](#) > [Os Cinco Pilares do Islã e Outros Atos de Adoração](#)

Jejuar não é exclusivo dos muçulmanos. Tem sido praticado por séculos em conexão com cerimônias religiosas por cristãos, judeus, confucionistas, hindus, taoístas e janistas. Deus menciona esse fato no Alcorão:



"Ó vós que credes! O jejum está prescrito para vós, como foi prescrito àqueles antes de vós, para serdes piedosos." (Alcorão 2:183)

Algumas sociedades nativas americanas jejuaram para evitar catástrofe ou para servir como penitência para o pecado. Nativos norte-americanos mantêm jejuns tribais para evitar desastres ameaçadores. Os nativos americanos do México e os incas do Peru observavam jejuns penitenciais para satisfazer seus deuses. Nações passadas do Velho Mundo, como os assírios e os babilônicos, observavam o jejum como uma forma de penitência. Os judeus observam o jejum como uma forma de penitência e purificação anualmente no Dia do Perdão ou Yom Kippur. Nesse dia não é permitido comer e beber.

Os cristãos primitivos associavam o jejum com penitência e purificação. Durante os dois primeiros séculos de sua existência, a igreja cristã estabeleceu o jejum como uma preparação voluntária para receber os sacramentos da Eucaristia e batismo e para a ordenação de sacerdotes. Posteriormente, esses jejuns se tornaram obrigatórios, quando outros dias foram subseqüentemente acrescentados. No século 6, o jejum da Quaresma foi expandido para 40 dias, onde apenas uma refeição por dia era permitida. Após a Reforma, o jejum foi mantido pela maioria das igrejas protestantes e se tornou opcional em alguns casos. Protestantes mais estritos, entretanto, condenam não apenas as festas da igreja, mas seus jejuns tradicionais também.

Na Igreja Católica Romana, o jejum pode envolver abstinência parcial ou total de comida e bebida. Os dias de jejum da Igreja Católica Romana são a quarta-feira de cinzas e a Sexta-feira Santa. Nos Estados Unidos, o jejum é observado principalmente pelos episcopalianos e luteranos entre os protestantes, pelos judeus ortodoxos e conservadores e pelos católicos romanos.

O jejum assumiu uma outra forma no Ocidente: a greve de fome, uma forma de jejum, que em tempos modernos se tornou uma arma política após ser popularizado por Mohandas Gandhi, líder do esforço pela liberdade da Índia, que fez jejuns para compelir seus seguidores a obedecerem ao seu preceito de não-violência.

O Islã é a única religião que reteve a dimensão espiritual e a dimensão externa do jejum através dos séculos. Motivos egoístas e desejos básicos alienam o homem de seu Criador. As emoções humanas mais ingovernáveis são orgulho, avareza, gula, luxúria, inveja e raiva. Essas emoções por sua natureza não são fáceis de controlar, portanto uma pessoa deve se empenhar muito para discipliná-las. Os muçulmanos jejuam para purificar sua alma, e isso coloca um freio na maioria das emoções humanas selvagens, incontroláveis. As pessoas foram a dois extremos com relação a elas. Algumas deixam essas emoções comandarem suas vidas o que levou à barbárie entre os antigos, e ao puro materialismo das culturas consumistas em tempos modernos. Outras tentam se privar completamente dessas características humanas, o que por sua vez leva ao monasticismo.

O quarto Pilar do Islã, o Jejum de Ramadã, ocorre uma vez por ano durante o nono mês lunar, o mês de Ramadã, o nono mês do calendário islâmico no qual:

**"...o Alcorão foi revelado como orientação para a humanidade."
(Alcorão 2:185)**

Deus em Sua infinita misericórdia isentou os doentes, os viajantes e outros que são incapazes de jejuar no Ramadã.

Jejuar ajuda os muçulmanos a desenvolverem o autocontrole, obter melhor entendimento das dádivas de Deus e maior compaixão em relação aos desprovidos. Jejuar no Islã envolve abster-se de todos os prazeres do corpo entre a alvorada e o pôr do sol. Não apenas a comida é proibida, mas também qualquer atividade sexual. Todas as coisas que são consideradas como proibidas são ainda mais nesse mês, devido a sua sacralidade. A cada momento durante o jejum, a pessoa suprime suas paixões e desejos em amorosa obediência a Deus. Essa consciência de dever e espírito de paciência ajudam no fortalecimento de nossa fé. Jejuar ajuda a pessoa a obter autocontrole. Uma pessoa que se abstém de coisas permissíveis como comida e bebida está mais inclinada a ser consciente de seus pecados. Um senso de espiritualidade elevado ajuda a quebrar os hábitos da mentira, de olhar com desejo para o sexo oposto, de fofocar e de perder tempo. Ficar com fome e sede por apenas uma parte do dia permite sentir a miséria de 800 milhões que passam fome ou de uma em cada dez moradias nos Estados Unidos, por exemplo, que estão vivendo com fome ou sob o risco de passarem fome. Afinal de contas, por que alguém se preocuparia com a fome se nunca a tivesse sentido? Pode-se ver por que o Ramadã também é um mês de caridade e doação.

No pôr do sol, o jejum é quebrado com uma refeição leve popularmente chamada de *iftaar*. Familiares e amigos compartilham uma refeição tardia especial juntos, freqüentemente incluindo alimentos e doces especiais servidos apenas nessa época do ano. Muitos vão para a mesquita para a oração da noite, seguida de orações especiais recitadas somente durante o Ramadã. Alguns recitarão o Alcorão inteiro como um ato

especial de devoção, e recitações públicas do Alcorão podem ser ouvidas durante toda a noite. As famílias se levantam antes do nascer do sol para fazer sua primeira refeição do dia, que os sustentará até o pôr do sol. Próximo do fim do Ramadã os muçulmanos comemoram a "Noite do Poder" quando o Alcorão foi revelado. O mês de Ramadã termina com uma das duas maiores celebrações islâmicas, a Festa da Quebra do Jejum, chamada de Eid al-Fitr. Nesse dia, os muçulmanos celebram alegremente a conclusão do Ramadã e é costume distribuir presentes para as crianças. Os muçulmanos também são obrigados a ajudar os pobres a desfrutarem do espírito de relaxamento e alegria distribuindo o zakat-ul-fitr, um ato especial e obrigatório de caridade na forma de algum alimento básico, de modo que todos possam desfrutar da euforia geral do dia.

O endereço web deste artigo:

<http://www.islamreligion.com/pt/articles/47>

Copyright © 2006-2015 www.IslamReligion.com. Todos os direitos reservados.