

Modales islámicos para comer (parte 2 de 2)

Descripción: Los modales al comer. Parte 2.

Por Aisha Stacey (© 2012 NewMuslims.com)

Publicado el 17 Apr 2019 - Última modificación 07 Dec 2017

Categoría: Lecciones > [Estilo de vida, valores morales y prácticas islámicas](#) > [Leyes alimentarias](#)

Objetivos

- Apreciar las bendiciones en la comida.
- Aprender más sobre los modales islámicos, incluyendo las acciones que se deben llevar a cabo después de comer.
- Conocer la importancia de la higiene bucal en el Islam.
- Aprender los modales islámicos sobre beber agua.

Términos árabes

- *Wudú*: Ablución.

Antes de comenzar la parte 2 de modales islámicos para comer, refresquemos nuestra memoria de la parte 1.

- El Islam es una forma de vida holística.
- Todas las acciones, grandes o pequeñas, pueden convertirse en actos de adoración.
- La limpieza es importante.
- Realizar toda acción en el nombre de Allah.
- Comer con la mano derecha.
- Demostrar buenos modales.

Bendición en la comida

El Islam enseña que podemos enviar y recibir bendiciones mientras comemos y bebemos, sin embargo, no debemos olvidar que Allah provee bendiciones en la comida misma. El Profeta Muhammad (que la misericordia y las bendiciones de Allah sean con él) nos aconsejó que recogiéramos, desempolváramos y comiéramos cualquier trozo de comida que cayera al suelo, para estar seguros de no perder ninguna bendición o dejar la comida para Satanás.

"Cuando alguno de ustedes deja caer un bocado, debe recogerlo y quitar toda la suciedad que haya en él, y luego comerlo, y no dejarlo para Satanás. Uno no debería limpiarse la mano con un paño hasta que haya lamido sus dedos, pues no sabe en qué porción de la comida yace la bendición"[1].

Si es posible, para recibir aún más bendiciones, un musulmán debe tratar de compartir sus alimentos y no comer solo. Compartir las comidas con la familia, los amigos, los seres queridos y los vecinos crea lazos entre los creyentes. Nunca debería ser un problema si la cantidad de comida parece demasiado pequeña, ya que la bendición se extiende a la cantidad de comida requerida.

"La comida de dos personas es suficiente para tres, y la comida de tres personas es suficiente para cuatro"[2].

"Coman su comida juntos, porque hay más bendiciones cuando comen juntos"[3].

Comer con moderación

La etiqueta de comer incluye comer con moderación y no comer en exceso, sin importar cuán apetitosa sea la comida. El Profeta Muhammad nos recordó que mantener el cuerpo ligero y saludable es mejor que tener sobrepeso, ser perezoso y estar ocioso.

"Un hombre no llena ningún recipiente peor que su estómago. Basta para el hijo de Adán que coma lo que es suficiente para su cuerpo. Pero si quiere más que eso, entonces que reserve un tercio [de su estómago] para su comida, un tercio para su bebida y un tercio para su aire"[4].

"[...] Coman y beban con mesura, porque Dios no ama a los derrochadores" (Corán 7:31).

De la *Sunnah* del Profeta Muhammad aprendemos que debemos evitar comer o beber de recipientes de plata o de oro.

"No vistan de seda y no beban de vasijas ni coman platos de oro y plata. Son para ellos (los incrédulos) en este mundo y para nosotros en el más allá"[5].

Después de comer

En la primera parte aprendimos a mencionar el nombre de Dios antes de comer, y ahora terminamos alabándolo y agradeciéndole de manera adecuada a Su majestad. Decimos *Alhamdulillah* (todas las alabanzas y gracias son para Allah) para reconocer que Dios es el que provee todo nuestro sustento. Ya sea que tengamos poco o mucho, Le damos gracias y Lo alabamos.

"No existe criatura en la Tierra sin que sea Dios Quien la sustenta [...]" (Corán 11:6).

El Profeta Muhammad dijo que **"Allah se complace cuando uno de Sus siervos**

come algo y Lo alaba por ello, o bebe algo y Lo alaba por ello"[\[6\]](#), y eso es lo que un verdadero creyente trata de lograr: agradar a Dios en todas sus obras.

El Profeta Muhammad nos aconsejó a todos que nos laváramos las manos antes y después de comer, sin importar si estamos en estado de pureza ritual o no. Es aceptable lavarse solo con agua, pero es preferible usar jabón o un líquido limpiador. También se recomienda enjuagarse la boca después de comer.

Una vez en una expedición, el Profeta Muhammad dirigió la oración de la tarde y luego pidió comida. La comida fue traída y todos comieron. Llegó entonces el momento de la oración del anochecer, el Profeta Muhammad se levantó, se enjuagó la boca con agua, al igual que sus compañeros, y luego rezó sin renovar su *wudú* (ablución ritual)[\[7\]](#).

De este relato aprendemos dos cosas: que es preferible enjuagarse la boca después de comer y que el acto de comer (a menos que sea bajo circunstancias muy específicas) no rompe el *wudú* de una persona.

Higiene oral

Aunque no es obligatorio limpiar los dientes después de comer, el Islam concede gran importancia a la higiene bucal. El Profeta Muhammad recomendó el uso de un palillo de dientes llamado *miswak* o *siwak*. Nos informó que purifica la boca y agrada a Dios. El *miswak* es una ramita de un árbol fortificado con minerales: limpia los dientes, previene el sangrado de las encías, mata las bacterias y refresca el aliento. Si no se dispone de *miswak*, se puede utilizar un cepillo y pastas de dientes, ya que son aceptables. El Profeta (que la misericordia y las bendiciones de Allah sean con él) dijo:

"Usen el *miswak*, pues purifica la boca y agrada al Señor. Si no hubiera sido por miedo a hacer las cosas demasiado difíciles para mi *Ummah* (nación), les habría ordenado que usaran el *miswak* antes de cada oración"[\[8\]](#).

El Profeta Muhammad también enseñó la forma en que los creyentes deben beber agua. Aconsejó que se beba el agua en tres respiraciones en lugar de tragarla de una sola vez, advirtió que no se debe respirar en el vaso del cual se beba porque contamina el agua con saliva, y que es mejor beber estando sentado.

Finalmente, como hemos mencionado, el Islam es una forma completa de vida; incluso los actos mundanos como comer o beber pueden convertirse en grandes oportunidades para adorar a Dios.

Notas de pie:

[\[1\]](#) *Sahih Muslim*.

[\[2\]](#) *Sahih Al Bujari*.

[3] *Abu Dawud, At-Tirmidhi.*

[4] *Ibn Mayah.*

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

[6] *Sahih Muslim.*

[7] *Sahih Al Bujari.*

[8] *Ibid.*

La dirección *web* de este artículo:

<http://www.newmuslims.com/es/lessons/116>

Copyright © 2011-2022 [NewMuslims.com](http://www.NewMuslims.com). Todos los derechos reservados.

ajsultan