

# Jejuns voluntários

**Descrição:** Nesta lição será ensinado os conceitos básicos do jejum *nafl* (voluntário).

Por Imam Mufti (© 2013 NewMuslims.com)

Publicado em 30 Dec 2019 - Última modificação em 25 Jun 2019

Categoria: Lições > [Atos de Adoração](#) > [O Jejum](#)

---

## Objetivos

- Compreender a diferença entre o *nafl* e o *fard* na adoração.
- Aprender quais os jejuns *nafl* mais importantes.
- Aprender as importantes diferenças entre os jejuns obrigatórios (como no *Ramadan*) e os jejuns voluntários.

## Termos em árabe

- *Nafl* - Ato voluntário de adoração.
- *Muharram, Sha'ban, Ramadan, Shau'al, Dhul-Hijjah* - Nomes de alguns meses Islâmicos importantes. *Muharram* é o primeiro mês do calendário Islâmico, *Sha'ban* o 8.º, *Ramadan* o 9.º, *Shau'al* o 10.º e *Dhul-Hijjah* o 12.º.
- *Iaum ul-Arafah* - Dia de *Arafah*, quando os peregrinos se reúnem em um lugar chamado *Arafah*.
- *Ashura* - O décimo dia do mês Islâmico de *Muharram*.
- *Eid* - Festa ou celebração. Os Muçulmanos possuem duas grandes festividades religiosas conhecidas como *Eid ul Fitr* (realizada ao terminar o Ramadan) e *Eid ul-Adha* (realizada na época do *Hajj*).
- *Fard* - Um dever, obrigação.
- *Fajr* - Oração da manhã.
- *Hadith* - (plural - *ahadiz*) É um relato ou uma história. No Islam significa um registro narrativo dos ditos e atos do Profeta Muhammad e seus companheiros.
- *Hajj* - É a peregrinação a Meca onde o peregrino realiza um conjunto de rituais. O *Hajj* é um dos cinco pilares do Islam, e todo Muçulmano adulto deve realizá-lo pelo menos uma vez na vida caso possuir os meios econômicos e for fisicamente capaz (para realizar tal viagem).
- *Rakah* - Unidade ou ciclo de oração.

· *Ramadan* - Nono mês do calendário lunar Islâmico. É o mês em que foi prescrito o jejum obrigatório.

A primeira coisa que devemos entender é a diferença entre o que é conhecido como *fard* e o que é conhecido como *nafl*. O *fard* é obrigatório, é o que Allah exige que façamos e deixá-lo é um pecado e seremos responsabilizados por ele. Um exemplo é rezar dois *rakas* da oração do *Fajr* e jejuar no *Ramadan*.



*Nafl* significa literalmente "extra". Os atos de adoração *nafl* são voluntários, não são obrigatórios a um muçulmano, mas cabe ao indivíduo realizá-los. É opcional e voluntário. O Muçulmano não peca por negligenciar o *nafl*, mas será recompensado por fazê-lo. Portanto, a adoração *nafl* é recomendada. Exemplos de jejuns *nafl* serão abordados nesta lição.

Muitas vezes, um novo muçulmano fica ansioso para jejuar durante o mês do *Ramadan* (9.º mês Islâmico). Os jejuns voluntários são uma excelente oportunidade para se acostumar e ganhar recompensas antes da chegada do *Ramadan*. Ao mesmo tempo, é preciso lembrar de não cobrar a si mesmo demasiadamente, mas ir gradualmente sem ser negligente.

## Os jejuns *nafl* mais importantes

### 1. Seis Dias no Mês de *Shawwal* (mês seguinte ao *Ramadan* ou o décimo mês Islâmico)

O Profeta disse:

"Quem jejuar durante o *Ramadan* e logo jejuar seis dias de *Shawwal*, será (recompensado) como se tivesse jejuado o ano inteiro."[\[1\]](#)

É proibido jejuar no dia do *Eid* ou do *Eid-ul-Fitr*. Você poderá fazer esses seis dias de jejuns a qualquer momento logo após o dia do *Eid*, sendo que eles não precisam ser jejuados consecutivamente. Caso você desejar, poderá jejuá-los separadamente, desde que sejam completados dentro do mês de *Shawwal*.

### 2. Jejum do nono dia de *Dhul-Hijjah* (12.º mês Islâmico)

O mês Islâmico em que o *Hajj* é realizado se chama *Dhul-Hijjah*. *Iaum ul-Arafah* ou o "Dia de *Arafah*" é o nono dia desse mês.

É recomendado, para aqueles que não estão realizando o *Hajj*, jejuar nesse dia, como disse o Mensageiro de Allah: **"Jejuar no dia de *Arafah* é uma expiação por dois anos, o ano anterior e o ano seguinte."**[\[2\]](#)

### 3. Jejum do décimo dia do mês Islâmico de *Muharram* (1.º mês Islâmico)

*Muharram* é o primeiro mês do calendário lunar Islâmico. O décimo dia desse mês tem um nome especial - "*Ashura*". Qual a recompensa para quem jejuar nesse dia? O Profeta nos informou:

"Jejuar o dia da *Ashura* é uma expiação do ano anterior." [3]

### 4. Jejuar às segundas e quintas-feiras

Abu Hurairah, um companheiro bem próximo ao Profeta Muhammad, relatou que o Profeta jejuava às segundas e quintas-feiras. Quando perguntado sobre isso, o Profeta, que a paz e as bênçãos de Allah estejam com ele, disse: **"As ações são apresentadas todas as segundas e quintas-feiras. Allah perdoa todo muçulmano ou todo crente, exceto aqueles que estão em inimizade entre si. Ele disse (sobre eles): 'Deixe-os.'"** [4]

Quando o Profeta foi questionado sobre o jejum às segundas-feiras, disse: "Esse é o dia em que nasci e o dia em que recebi a revelação." [5]

### 5. Jejuar a maior parte do mês de *Sha'ban* (8.º mês Islâmico)

*Sha'ban* é o nome do mês Islâmico que vem antes do *Ramadan*. O Profeta jejuava a maior parte do mês de *Sha'ban*.

'Aisha, a esposa do Profeta, disse: "Nunca vi o Mensageiro de Allah jejuar um mês inteiro, exceto o *Ramadan*, e nunca o vi jejuar tanto em um mês do que em *Sha'ban*." [6]

## Diferenças entre o jejum do *Ramadan* e o jejum voluntário

1. A intenção do jejum voluntário pode ser feita durante o dia

Digamos que você acordou e rezou o *Fajr*. Porém, não tinha a intenção de jejuar nesse dia e, nele, tampouco comeu, bebeu, teve relações sexuais ou fez qualquer coisa que pudesse quebrar o jejum.

Mais tarde, no mesmo dia, você poderá fazer a intenção de um jejum voluntário se não tiver feito nenhuma das coisas que quebram o jejum. Isso é baseado no *hadith* de 'Aishah: **"O Profeta veio até nós um dia e disse: 'Temos algo (para comer)?' Ela disse: 'Não.' Ele disse: 'Então, estou jejuando.'"** [7]

Todavia, quando se trata do jejum no mês do *Ramadan*, a intenção de jejuar deve ser feita na noite anterior do início do mês.

2. É permitido para quem está realizando um jejum voluntário interromper seu jejum

O Profeta disse: "Aquele que está jejuando voluntariamente está encarregado de si mesmo. Se desejar, poderá jejuar, e se assim quiser, poderá quebrar seu jejum." [8]

Abu Sa'id al-Khudri disse: "Preparei comida para o Profeta. Ele veio até mim com alguns de seus companheiros. Quando a comida foi servida, um dos homens disse: 'Estou jejuando.' O Mensageiro de Allah disse: 'Seu irmão o convidou e teve gastos em seu nome.' Quebre seu jejum e jejue outro dia compensando, se quiseres." [9]

Por outro lado, quebrar um dia de jejum durante o mês do *Ramadan* sem uma razão legítima, é um pecado grave, mesmo que a pessoa o reponha mais tarde.

---

Notas de rodapé:

[1] *Sahih Muslim*

[2] *Sahih Muslim*

[3] *Sahih Muslim*

[4] *Musnad*

[5] *Sahih Muslim*

[6] *Sahih Al-Bukhari, Sahih Muslim*

[7] *Sahih Muslim, Abu Dawud*

[8] *Musnad*

[9] *Baihaqi*

Endereço da web deste artigo:

<http://www.newmuslims.com/pt/lessons/191>

Copyright (Direitos Autorais) © 2011-2022 [NewMuslims.com](http://www.NewMuslims.com). Todos os direitos reservados.

ajsultan