

BREVE ESQUEMA DE LOS DIFERENTES NIVELES DE AYUNO ESPIRITUAL

Abstenerse de comer, beber y mantener relaciones conyugales desde el amanecer hasta el atardecer y realizar las cinco oraciones diarias y las oraciones de Tarawih

Antes de Ramadhan: Una persona con poco taqwa en él. Esta persona está completamente absorto en pecados. Nivel inicial de taqwa [Conciencia de Dios]

Durante Ramadhan Después del nivel 1: Hay un pequeño aumento en el nivel de taqwa en la persona. Nuevo nivel de taqwa [Conciencia de Dios]

NIVEL 1

Observar y abstenerse de los pecados de la Lengua, los Ojos y los Pies [incluyendo el nivel 1]

Corazón oscurecido debido a pecados de órganos sensoriales

Efecto de bloquear tres canales de órganos sensoriales

La enfermedad que entra en el Corazón está bloqueada, esto minimiza el efecto

Debido a la oscuridad que todavía entra en el Corazón a través de los órganos físicos del cuerpo

2 NIVEL

Observar y abstenerse de todos los pecados de los órganos sensoriales del cuerpo [Incluyendo el nivel 1 y 2]

Corazón purificado con todos los canales del mal bloqueados

Uno a uno las corrientes de la enfermedad de la oscuridad del pecado están bloqueadas. Así que el Corazón permanece limpio y el efecto de dhikr y la oración comienza a mostrarse

NIVEL 3

Usar tu corazón y llamar a Allah en toda adoración lo haces. Usa tus sensoriales órganos para hacer buenas cosas cumpliendo con los derechos de Allah y la creación

Abstenerse de pecar con otros órganos del cuerpo desarrolla aún más el nivel de taqwa (Dios Consciousness) en la persona. (nivel 3+4)

4 NIVEL

Abstenerse de los pensamientos pecaminosos [incluido el nivel 4]

El susurro maligno entra en la mente

La persona utiliza su poder de voluntad y busca refugio en Allah el Exaltado, absteniendo así de pecar con la mente

lentamente un escudo comienza a desarrollarse para proteger la mente de ser corrompido con pensamientos malignos

NIVEL 5

Usar tu corazón y tu mente para recordar y meditar en el más allá, el día del juicio y todo lo que Allah ha creado [incluyendo el nivel 5]

6 NIVEL

Usar tu corazón y tu mente para concentrarte verdaderamente en Allah y Su Amado Mensajero [Sallallahu Alaihi Wasallam] reflexiona sobre la vida del Último y Último Mensajero (Sallallahu Alaihi Wasallam) [incluyendo el nivel 6]

NIVEL 7

Ser totalmente aniquilado en el Amor de Allah y Su Amado Mensajero (Sallallahu Alaihi Wasallam) y estar en presencia de Allah con su corazón, mente y alma a través de los rápidos

La persona alcanza el nivel más alto alcanzable de taqwa a través del ayuno. (nivel 7+8)

Gráfico que muestra la relación entre taqwa [Conciencia de Dios] y rápido Aumento de Taqwa por ayuno

Niveles de Taqwa	Diferentes niveles de ayuno
0	0
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8

8 NIVEL

AMALS SE REPRESENTARÁ DURANTE
EL MES DE RAMDHAN

- 1) Cuando Ramadhan entre, ofrezca 2 rakaats de Salatut Taubah [oración de arrepentimiento]. presente sus pecados a Allah Azzawajal y suplica Su perdón y diga que se ha hecho mal a sí mismo y a los demás; hacer la intención de que usted no va a pecar; al menos no en este mes.
- 2) Adoptar el estilo de vida, prácticas proféticas, la Tradición Profética del Profeta (Sallallahu Alaihi Wasallam] especialmente el método de comer y beber
- 3) Ofrezcan a Salatut Taubah [arrepentimiento] y a Salahtus Shukr [agradecimiento] todas las mañanas y noches, que pidan perdón y que den gracias a nuestro Señor por damos este mes de misericordia a esta nación
- 4) Realizar Salatut Tasbih todos los días después de Zuhr Salah.
- 5) Traten de estar siempre en el recuerdo de Allah al menos en el comienzo y el fin de todas las acciones.
- 6) Tener las tres llaves en su mente
Crear y sentir que Allah te está viendo, escuchándolos y siempre está presente contigo, estas son las llaves que abrirán tu ibaadah [adoración y la mantendrán sincera.
- 7) Sean conscientes de Dios y ayuden en las necesidades de sus conciudadanos y de los que tienen derecho sobre ustedes.
- (8) Dar a la caridad y ayudar en las necesidades de aquellos que no tienen nada más que se les ha dado todo.
- 9) Recita diariamente el Masnoon Adhkars por la mañana y por la noche y reflexiona sobre su significado.
- 10) Trate de mantener un ayuno espiritual sea cual sea el nivel que haga usando una hoja de ayuno para mantener un registro.
- 11) Ofrezca a los tarawih oraciones con devoción y felicidad solo para complacer a nuestro Señor
- 12) Recita el Corán al menos durante 30 minutos a una hora todos los días y medita en su significado.
- 13) Utilice su tiempo sabiamente, ya que este mes sólo viene una vez al año, a veces vendrá una vez para aquellos que no lo verán de nuevo.
- 14) Durante 15 minutos debes hablar y comunicarte con Allah y presentar vuestros pecados. El buscador debe usar su corazón para hablar con su Señor pidiendo perdón, ya que El El Todo poderoso es el oyente y dador de aquellos que se arrepienten
- 15) Usted debe recitar Durood 300 veces por la mañana y por la noche. Como profeta (Sallallahu Alaihi Wasallam) es quien habia transmitido a esta nación la conciencia de este mes glorioso.
- 16) Actualizar el conocimiento de fiqh con respecto a rápido, por ejemplo, los anulación de rápido. etc
- 17) Aquellos hermanos y hermanas que hagan el curso de la auto-purificación deben duplicar el tiempo que realizan su dhikr
- 18) Ofrece al menos 8 rakaats de Tahajjud Salah. Promogue alargando su arco [rukoo] y postra do [sujood]. Recita el Masnoon Adhkars para Tahajjud 100 veces cada uno. Piensa que estás sentado en presencia de Allah el Más Exaltado.

اللَّهُ أَكْبَرُ [x100] الْحَمْدُ لِلَّهِ [x100] سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ [x100]
سُبْحَانَ الْمَلِكِ الْقُدُّوسِ [x100] أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ [x100] لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ [x100]
اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ ضَيْقِ الدُّنْيَا وَضَيْقِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ [x100]

Observar el ayuno espiritual durante el mes de Ramadán

"Hay muchos que ayunan y no ganan nada con el Ayuno, salvo hambre y sed". (Significado del hadiz)

Marque cada día que ayune, si por el contrario, viola la(s) pauta(s), entonces se clasificará como que no está cumpliendo con el ayuno espiritual y deberá comenzar de nuevo, también escriba el número del día junto al tipo de órgano del cuerpo en la columna del órgano.

Órganos del cuerpo	Intento	Número de días																														Directrices		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Nivel	Día/Noche	
Corazón	1																																1	D/N
	2																																2	D/N
Ojos	3																																3	D/N
	4																																4	D/N
Lengua	5																															5	D/N	
Oídos	6																															6	D/N	
	7																															7	D/N	
Estómago	8																															8	D/N	
Manos	9																																	
	10																																	
Pies	11																																	
	12																																	
Partes privadas	13																																	
	14																																	
	15																																	
	16																																	
	17																																	
	18																																	
	19																																	
	20																																	

Si desea más información o asesoramiento, póngase en contacto con:
 Muhammadiyah House of Wisdom, 33 Ridling Lane, Hyde, Cheshire, SK14 1NP Tel: 0161 351 1975 / 07790 550 360