Nombre: ..... **Fecha:** .....

El ayuno de Ramadán

Lección 7 · sawm

📖 **La historia: El ayuno de Ramadán**
Leed juntos, parte por parte.

Parte 1 – El primer día

Es el primer día de Ramadán. Malak tiene quince años y este año ayuna el mes entero por primera vez. A las cuatro y media se come rápido un bocadillo y bebe agua: el suhur. En el colegio huele a patatas fritas en el comedor. Le ruge el estómago. “¿Por qué lo haces?”, pregunta su amiga Emma. Malak piensa. “Allah lo pide. Y aprendo a ser fuerte. Si puedo decir no a las patatas fritas, también puedo decir no a otras cosas.” Emma se ríe. “Entonces hoy como en otro sitio.” A Malak le parece un detalle. Se siente menos sola.

☆ **El ayuno te enseña a ser fuerte y a decir no.**

suhur = la comida antes del alba · **comedor** = sala para comer en el colegio

Parte 2 – ¿Qué es ayunar?

En casa su madre le explica exactamente qué es ayunar. “Del alba a la puesta del sol no comes ni bebes. Pero también ayunas con la lengua, los ojos y las manos: nada de cotillear, mentir ni insultar.” Cuenta con los dedos quién no tiene que ayunar: los enfermos, los viajeros, las embarazadas, los mayores que no pueden y los niños que aún no son adultos. “Quien no ayuna un día, lo recupera después si puede.” A las seis menos nueve suena en el móvil el adán del magrib. Malak rompe el ayuno con un dátil y un vaso de agua, como hacía el Profeta. Ha empezado el iftar.

☆ **También ayunas con la lengua, los ojos y las manos.**

alba = la primera luz de la mañana · **iftar** = la comida a la puesta del sol

Parte 3 – Las últimas noches

En las diez últimas noches Malak se queda despierta un poco más con su madre para rezar. En alguna de esas noches está Laylat al-Qadr, la Noche del Decreto. Esa noche se reveló el Corán por primera vez. “Esa noche es mejor que mil meses”, dice su madre. Malak pide a Allah salud para su abuelo y unas prácticas. Al final del mes la familia da el zakat al-fitr, un pequeño regalo para los pobres, para que ellos también puedan celebrar. Luego llega el ‘Id al-Fitr. Malak se pone su vestido nuevo y le lleva a Emma una caja de galletas.

☆ **Laylat al-Qadr es mejor que mil meses.**

decreto = lo que Allah decide · **regalo** = algo que das gratis

💬 **Hablemos:** ¿Qué te parece lo más difícil del ayuno: la comida, la bebida o tu lengua?

💡 ¿Sabías que…? – El mes de Ramadán

- Ramadán es el noveno mes del calendario islámico. Empieza cuando se ve la luna nueva.
- Como el calendario lunar es más corto, Ramadán llega cada año unos once días antes.
- El ayuno es el cuarto pilar del islam. Quien está enfermo no tiene que ayunar: la salud es lo primero.

📖 Del Corán

Corán 2:183

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Yaa ayyuha lladhina aamanu kutiba ’alaykumu s-siyaamu kamaa kutiba ’ala lladhina min qablikum la’allakum tattaqun.

«¡Creyentes! Se os ha prescrito el ayuno, como se prescribió a los que os precedieron, para que seáis conscientes de Allah.»

El ayuno de Ramadán

Lección 7 · preguntas y escritura

✔ Preguntas

Marca la respuesta correcta.

1. ¿Cómo se llama la comida antes del alba?

- ◯ iftar
- ◯ suhur

2. ¿Qué huele Malak en el comedor?

- ◯ pizza
- ◯ patatas fritas

3. ¿Quién no tiene que ayunar?

- ◯ los enfermos y los viajeros
- ◯ todos deben ayunar

4. ¿Con qué rompe Malak el ayuno?

- ◯ con una patata frita
- ◯ con un dátil y agua

5. ¿En qué noche se reveló el Corán por primera vez?

- ◯ la noche del ‘Id
- ◯ Laylat al-Qadr

6. ¿Qué le lleva Malak a Emma?

- ◯ un vestido
- ◯ una caja de galletas

☆ **Recuerda:** El ayuno: del alba a la puesta del sol, con todo tu cuerpo.

✍ Piensa y escribe

Responde con unas frases.

1. ¿Qué aprendes del ayuno, además de no comer?

2. ¿Por qué los enfermos no deben ayunar?

Juegos

Lección 7 · El ayuno de Ramadán

🔤 Sopa de letras

Encuentra las palabras: de izquierda a derecha y de arriba abajo.

A	A	A	D	A	T	I	L	S	L	N
A	M	D	M	U	M	A	L	A	K	D
O	R	I	A	M	K	L	D	R	A	I
L	U	N	A	S	A	Y	U	N	O	A
D	Y	I	Q	I	Y	E	M	M	A	R
R	M	H	A	F	F	I	T	R	F	R
U	R	U	D	T	F	A	A	N	R	R
A	T	R	R	A	I	D	I	A	Y	A
S	U	H	U	R	M	S	L	L	N	I
L	R	A	M	A	D	A	N	F	A	R
D	A	F	A	I	A	M	K	D	A	R

☐ RAMADAN ☐ SUHUR ☐ IFTAR ☐ DATIL ☐ AYUNO ☐ MALAK ☐ EMMA ☐ QADR ☐ FITR ☐ LUNA

🔍 Encuentra las 7 diferencias

Algo falta, es más grande, más pequeño, está girado o movido.

