

Diário do Ramadã

*Um diário interativo para acompanhar o seu
Ramadã*



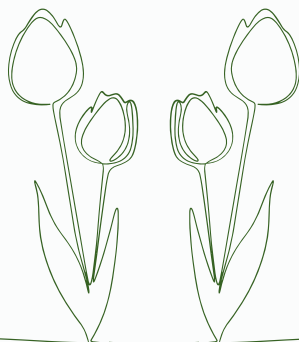
Segunda Edição

-1447-

-2026-

Diário do Ramadã

*Um diário interativo para acompanhar o seu
Ramadã*



Segunda edição: Janeiro de 2026/Shā'bān de 1447

Tradução e compilação: Umm Fāṭimah

Revisão: 'Abdul Ḥakīm Sales

Termos de uso: Este documento foi publicado por ISLAM BRASIL para ser distribuído de forma gratuita. É permitida sua reprodução e distribuição gratuita para fins de da'wah, desde que as fontes e referências originais sejam mencionadas, não sendo permitido nenhum tipo de comercialização ou de alteração de qualquer espécie sem prévia autorização.

Diário do Ramadān – Um diário interativo para acompanhar o seu
Ramadān (2ª Edição)
Publicado por ISLAM BRASIL



www.islambrasil.com
caminhodoislam@gmail.com
Janeiro/2026, Shā'bān/1447
Fortaleza/CE – Brasil

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Em Nome de Allãh, O Misericordioso, O Misericordiador

*‘Umar bin Al-Khattāb – que Allāh esteja satisfeito com ele –
relatou que o Profeta ﷺ disse:*

*“Em verdade, as ações são de acordo com as intenções e cada
pessoa terá de acordo com o que ele intencionou. Então quem
quer que cuja migração tenha sido por Allāh e Seu Mensageiro,
então sua migração é para Allāh e o Seu Mensageiro. E quem
quer que cuja migração tenha sido por ganhos mundanos ou por
uma mulher para se casar com ela, então a sua migração foi para
aquilo que ele migrou.”*

[Al-Bukhārī, n° 1 e Muslim, n° 1907]

Índice

Introdução	11
Como usar este diário	13
 Parte 1: Preparação para o Ramadân	 17
O Mês do Ramadân se Aproxima	21
O Primeiro Pilar do Şiyâm	23
O Segundo Pilar do Şiyâm	24
Alguns dos Benefícios do Jejum	27
Condições para a obrigatoriedade do Jejum	28
Início e o Fim do Mês do Ramadân	30
O Que Fazer em Casos de Doença e Idade Avançada?	31
A Alternativa ao Jejum para Idosos e Doentes	32
Quebrar o Jejum Durante Viagens: Permissões e Condições	33
Menstruação e Sangramento Pós-Parto	34
Gravidez e Amamentação	35
Coisas que anulam o Jejum	36
Recomendados Durante o Jejum	39
Atos Detestáveis Durante o Jejum	43
Compensando os Dias Perdidos de Jejum do Ramadân	44
Um Mês Abençoado	45
As Instruções de 'Umar na Primeira Noite de Ramadân	48
Pecar Enquanto Jejuando	51
A Oração do Tarāwīh	55
Os Dez Últimos Dias do Ramadân Salvando a Alma no Ramadân	59
e os Graus dos Perdedores Nesse Mês	63
Uma Breve Palavra Sobre a Celebração do 'Eid al-Fitr	67
As Regras do Zakāt Al-Fitr	71
Intenção e reflexão para o Ramadan	75
 Parte 2: Planejamento e Metas	 77
Jejum	81
Salah	82
Leitura do Qur.ân	83
Os Dez Últimos Dias	84
Sadaqah	85
Dhikr	86
Desenvolvimento Pessoal	87

Parte 3: Planejamento de Refeições	89
Dicas para Refeições Nutritivas e Hidratação no Ramadãn	93
Cardapio 1-10 dias	95
Cardapio 11-20 dias	99
Cardapio 21-30 dias	103
 Parte 4: Diário do Ramadãn	 107
Antes de quebrar o jejum: Du'a	109
Páginas diárias (30 dias)	111
Chegamos ao 'Eid	147
Preparação para o 'Eid	148
 Parte 5: Depois do Ramadãn	 151
Permanecendo Firme Depois do Ramadãn	155
 Recursos Para o Ramadãn	 161
Apoio para as Metas de Leitura do Qur.ãn	163
Adhkar selecionados: Apoio para as Metas de Dhikr	167
 Sites Recomendados e Bibliografia	 175

Introdução

O mês do Ramadã é um convite especial para voltarmos a Allāh com mais consciência, presença e intenção. É um período em que os corações se tornam mais sensíveis, as ações ganham mais peso e cada pequeno esforço pode se transformar em uma grande recompensa.

Muitas de nós aguardamos o Ramadã com alegria e boas intenções, desejando nos aproximar mais do Qur.ān, perdoar e obter o perdão, fortalecer nossa adoração e organizar melhor nosso tempo. Ainda assim, ao longo dos dias, é comum sentirmos que o mês passa rápido demais... E que nem sempre conseguimos manter o ritmo, a constância ou a presença que gostaríamos.

Este diário foi criado para acompanhar você durante o Ramadã de forma prática, acolhedora e realista. Ele não foi pensado para gerar cobranças, comparações ou perfeição, mas para servir como um apoio na sua jornada... Respeitando sua rotina, seus limites e sua fase de vida.

Ao longo destas páginas, você encontrará reflexões diárias, lembretes do Qur.ān e de aḥadīth, conselhos de estudiosos extraídos de fontes confiáveis, espaços dedicados para o planejamento, a leitura, acompanhamento das orações e registros pessoais. Tudo foi organizado com a intenção de ajudá-la a viver o Ramadã com mais consciência, organização e conexão com Allāh.

Que este diário seja um meio de aproximação, constância e reflexão, e que Allāh aceite seus esforços, por menores que pareçam, e faça deste mês um período de crescimento e transformação para o seu coração.

Que Allāh nos permita chegar nesse mês, aceite as nossas boas ações e perdoe os nossos pecados.

Āmīn.

Como Usar Este Diário

Este diário foi pensado como um companheiro ao longo do mês de Ramadã, acompanhando você desde a preparação até os dias finais, com orientação, planejamento e espaço para reflexão.

Ele está organizado em três partes que se complementam:

1. Preparação e conhecimento

A primeira parte reúne informações essenciais sobre o Ramadã: o significado do jejum, suas regras, permissões, sabedoria, virtudes e orientações práticas. Essa seção foi incluída para que o mês seja vivido com consciência e segurança, evitando dúvidas comuns e fortalecendo a intenção desde o início.

Mesmo que você já tenha familiaridade com o tema, recomendamos a leitura dessa parte. Ela ajuda a alinhar o coração, esclarecer pontos importantes e criar uma base sólida para tudo o que vem depois.

2. Planejamento

Na segunda parte, você encontrará páginas de planejamento, onde poderá definir suas intenções, metas espirituais e organização prática para o mês. Essas páginas servem como um ponto de partida, ajudando você a ter clareza sobre o que deseja alcançar e como pretende distribuir seus esforços.

Ao longo dessa parte, há sugestões de leitura do Qur.ân, listas de adhkâr selecionados e orientações que podem ser usadas como referência.

3. Diário e Reflexão

As páginas diárias foram criadas para acompanhar sua rotina dia a dia. Nelas, você encontrará espaço para:

- registrar sua intenção para o dia,
- acompanhar suas orações,
- anotar leituras e aprendizados,
- refletir sobre suas ações e sentimentos.

Alguns dias serão mais produtivos, outros mais difíceis... E isso faz parte. O objetivo do diário é incentivar continuidade, sinceridade e presença.

Use este diário como uma ferramenta de apoio: escreva quando fizer sentido, releia quando precisar, e permita que ele sirva ao seu crescimento. Releia essas páginas para observar sua rotina e refletir sobre como tem utilizado seu tempo, e ajuste o seu caminho com gentileza sempre que necessário.

*“Responsabilize-se (sobre as suas ações) antes de
ser responsabilizado e meça as suas ações antes
que elas sejam medidas para você.”
[‘Umar Ibn Al-Khattāb]*

Que Allah coloque barakah no seu tempo, aceite suas intenções e faça deste Ramadân um mês de aproximação, aprendizado e misericórdia.

Âmîn.

*É relatado de Ka'b Al-Ahbār (que Allāh tenha misericórdia dele)
que ele disse:*

*“Allāh escolheu dentre os meses, o mês do Ramaḍān; de todas as
terras, Ele escolheu Makkah; dentre as noites, Ele escolheu a
Laylat-ul-Qadr (a Noite do Decreto); e escolheu os tempos das
orações. Assim, um crente está sempre entre duas boas ações: uma
que ele já fez e outra que ele está esperando para fazer.”*

[Abū Nu'aym, Ḥilyat Al-Awliyā`, v. 2, p. 458]

Preparação para o Ramadã

*Tudo o Que Você Precisa Saber Antes do
Ramadã Começar*



Abū Sa'īd al-Khudrī relatou que o Mensageiro de Allāh ﷺ disse:

"Qualquer servo de Allāh que jejua um dia pela causa de Allāh, Allāh afastará o seu rosto do Fogo do Inferno uma distância equivalente a uma viagem de setenta anos."

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī 2840, Ṣaḥīḥ Muslim 1153]

O Mês do Ramaḍān se Aproxima

‘Abdur-Razzāq Al-Badr

Você está ciente que restam apenas alguns dias antes do início deste abençoado mês. Em breve, ele chegará trazendo consigo grandes bens, méritos nobres e benções sucessivas.

O mês do Ramaḍān está se aproximando rapidamente e sua chegada é muito importante para todos os muçulmanos. É um mês querido por eles, pois anseiam por sua vinda e aguardam ansiosamente sua chegada.

As pessoas se alegram quando este mês se aproxima e dão uns aos outros as boas novas quando ele, de fato, chega, devido ao que sabem sobre este grande mês abençoado: suas qualidades maravilhosas e únicas, que são específicas deste mês o distingue dos demais meses do ano.

Aquele a quem Allāh, O Exaltado, concede a honra de ter sua vida prolongada até alcançar este mês recebe uma grande benção. Trata-se de uma oportunidade para o servo participar junto à comunidade islâmica e colher os frutos desta grandiosa temporada. Uma temporada de obediência, fé e devoção para o Mais Misericordioso.

صِيَام

Ṣiyām

Na Shari'ah [Lei Islâmica], Ṣiyām significa abster-se de comida, bebida e qualquer coisa que quebre o jejum, com a intenção, do aparecimento do Fajr verdadeiro até o pôr do sol.

O Primeiro Pilar do Şiyām

Abster-se de qualquer coisa que quebra o jejum do aparecimento do Fajr até o pôr do sol. A prova para esse pilar é o Dito de Allāh:

“Então, agora tende relações sexuais com elas e buscai aquilo que Allāh prescreveu para vós (descendência) e comei e bebei até que o fio branco (luz) da alvorada apareça para vós distinto do fio negro (escuridão da noite); então completai o vosso jejum até o anoitecer.”
[Surah Al-Baqarah (2): 187]

O significado de “fio branco” e “fio negro” é a brancura do dia e a escuridão da noite.

O Segundo Pilar do Ṣiyām

A Intenção: A pessoa jejuando se abstém de qualquer coisa que quebre o jejum com a intenção que isso é adoração a Allāh, O Poderoso e Majestoso. Através da intenção, ações que são feitas como adoração são diferenciadas de outras ações.

De forma similar através da intenção os atos de adoração são distintos um do outro. Então o jejuador intenciona pelo seu jejum ou o jejum do Ramaḍān ou outro além dele dentre os vários tipos de jejum.

A prova para esse pilar é o dito dele ﷺ:

“Em verdade, as ações são de acordo com as intenções e cada pessoa terá aquilo de acordo com o que intencionou.”
[Al-Bukhārī e Muslim]

Allāh disse sobre a pessoa jejuando:

*“Ele deixou a sua comida, sua bebida e seus desejos sexuais pela
Minha causa. O Saum (jejum) é para Mim. Então Eu
recompensarei (o jejuador) por isso e a recompensa das boas
ações é multiplicada dez vezes.”*

[Al-Bukharī: O Livro do As-Saum, nº 1894]

Alguns dos Benefícios do Jejum

1. Purifica a alma e limpa de traços imorais e as más condutas, pois o jejum restringe os caminhos pelos quais o Shaytân circula no corpo do humano.
2. O Jejum envolve abstenção deste mundo e de seus desejos; e isso fortalece o anseio pela Vida Eterna e por sua felicidade.
3. Estimula a compaixão pelos pobres e faz com que se sinta a dor deles, pois a pessoa jejuando experimenta a dor da fome e da sede.

Condições para a obrigatoriedade do Jejum

1. **Islām:** Não é obrigatório que o incrédulo jejue, nem o jejum é aceito dele, pois o jejum é um ato de adoração, e a adoração do incrédulo não é aceita. Assim, se o incrédulo abraçar o Islām não é obrigatório que ele refaça os jejuns que deixou de cumprir anteriormente.
2. **Puberdade:** O Jejum não é obrigatório para aquele que ainda não alcançou a responsabilidade legal, conforme o hadith: “A caneta está levantada para três.” E ele ﷺ mencionou as crianças até que tenham um sonho molhado. No entanto, o jejum da criança que ainda não atingiu a puberdade é válido e correto, caso ela jejue e já tenha alcançado a idade do discernimento.
3. **Boa saúde:** Aquele que estiver doente e incapaz de jejuar, não é obrigado a jejuar. Caso jejue, seu jejum é aceito, conforme o Dito de Allāh:

*“E quem quer que esteja doente ou em uma viagem,
então o mesmo número de dias (deve ser refeito) dentre
os outros dias.”
[Surah Al-Baqarah (2):185]*

Se a doença deixar de existir, torna-se obrigatório que a pessoa refaça os dias que ela não jejuou.

4. Residência: O jejum não é obrigatório para o viajante, conforme o Dito de Allāh, O Altíssimo:

“E quem quer que esteja doente ou em uma viagem, então o mesmo número de dias (deve ser refeito) dentre os outros dias.”
[Surah Al-Baqarah (2):185]

Caso o viajante optar por jejuar, seu jejum é aceito. Caso não jejue durante a viagem, torna-se obrigatório refazer os dias que deixou de jejuar, posteriormente.

5. Menstruação e sangramento pós-parto: Para a mulher menstruada e para a mulher no estado de sangramento pós-parto, o jejum não é obrigatório. Pelo contrário, é proibido que elas jejuem (enquanto estiverem nesse estado) conforme o dito do Profeta ﷺ:

“Não é o caso que quando ela entra no período (menstrual) dela, ela não reza nem jejuar? Isso é a deficiência na religião dela.”

E conforme o relato de ‘Āishah (radiallāhu ‘anhā):

“Quando nós ficávamos menstruadas, nós fomos ordenadas a refazer os dias perdidos de jejum, mas nós não fomos ordenadas a refazer as orações.”

Início e o Fim do Mês do Ramaḍān

“Então, quem de vós que testemunhe (a lua crescente da primeira noite de) o mês (do Ramaḍān), então que ele jejue esse mês.”
[Surah Al-Baqarah (2):185]

Jejuai quando vós virdes a lua nova e terminai o jejum (no fim do mês) quando vós a virdes. Se ela está obscurecida de vós, então completai Sha'bān com 30 dias.”
[Al-Bukhārī, n° 1909 e Muslim, n° 1081]

O Que Fazer em Casos de Doença e Idade Avançada?

É permitido que a pessoa doente, que espera se recuperar, não jejue.. Quando recuperar sua saúde, torna-se obrigatório que refaça os dias perdidos, conforme o Dito de Alláh, O Altíssimo:

“Mas se alguém dentre vós está doente ou em uma viagem, então o mesmo número de dias (deve ser refeito) dentre os outros dias.”
[Surah Al-Baqarah (2): 184]

A doença que permite a quebra do jejum é aquela que torna difícil para a pessoa doente jejuar em razão de sua condição.

No entanto, a pessoa doente que não espera se recuperar, assim como aquele que é permanentemente incapaz de jejuar (como o idoso), é permitido que se abstenha do jejum, não sendo obrigatório que refaça os dias perdidos.

Em vez disso, é obrigatório que ofereça uma expiação (como substituto), que consiste em alimentar uma pessoa pobre para cada dia não jejuado.

A Alternativa ao Jejum para Idosos e Doentes: Alimentando os Pobres em Substituição

O Imām Al-Bukhārī (rahimahullāh) disse:

“Quanto ao idoso, se ele é incapaz de jejuar, então em verdade, Anas (radiallāhu ‘anhu), quando ficou velho, alimentou os pobres por um ano ou dois para cada dia que ele não jejuou. Ibn ‘Abbās (radiallāhu ‘anhumā) disse sobre o idoso e a idosa que são incapazes de jejuar, que eles devem alimentar uma pessoa pobre para cada dia (de jejum) perdido.”

Aquele que é incapaz de jejuar devido a uma inabilidade permanente - seja devido à idade avançada ou doença que não se espera a recuperação - deve alimentar uma pessoa pobre para cada dia perdido, oferecendo meio Sā’ de trigo, tâmaras, arroz ou outro alimento semelhante dentre os alimentos comuns de sua região (ou seja, de onde vive).

Um Sā’ equivale aproximadamente a dois quilogramas e um quarto (2,250 kg). Assim, a quantidade de alimento a ser dada à pessoa pobre, para cada dia perdido é um quilograma e cento e vinte e cinco gramas (1,125 kg).

Caso a pessoa doente jejue, mesmo estando dispensada, o seu jejum é válido e aceito.

Quebrar o Jejum Durante Viagens: Permissões e Condições

“Se tu quiseses, então jejuar; e se não quiseses, então não jejuar.”
[Al-Bukhārī, nº 1943]

A viagem que permite a dispensa do jejum é aquela realizada para fins lícitos. No entanto, se a viagem for feita para propósitos pecaminosos, ou se a intenção por trás dela for apenas buscar uma desculpa para quebrar o jejum, então não é permissível se abster do jejum nessa situação.

Se o viajante optar por jejuar, seu jejum é válido e aceito, conforme o hadīth de Anas (radiallāhu ‘anhu) que disse:

“Nós costumávamos viajar com o Profeta ﷺ e aquele que estava jejuando não criticava aquele que não estava, nem aquele que não estava jejuando criticava aquele que estava.”
[Al-Bukhārī, nº 1944]

Contudo, isso se aplica desde que o jejum não seja uma dificuldade durante a viagem. Se o jejum se tornar difícil ou prejudicial para o indivíduo, então é melhor que ele não jejuar, fazendo o uso da concessão (que lhe foi concedida).

Isso se deve ao fato de que o Profeta ﷺ viu, em uma viagem, um homem que jejuava e estava sendo sombreado devido ao calor intenso e as pessoas se juntaram ao redor dele. Então o Profeta ﷺ disse:

“Não é da benevolência jejuar em uma viagem.”
[Al-Bukhārī, 1946]

Menstruação e Sangramento Pós-Parto

É obrigatório que a mulher no estado de menstruação ou de sangramento pós-parto se abstenha do jejum, sendo proibido para ela jejuar enquanto estiver nesse estado.

Caso uma mulher nessa condição jejue, seu jejum não será válido, baseado no hadīth de Abū Sa'īd Al-Khudrī (radiallāhu ‘anhu) que o Profeta ﷺ disse:

“Não é verdade que uma mulher não pode rezar nem jejuar durante sua menstruação?”

Ele disse: “Isso é a deficiência na religião dela.”

[Al-Bukhārī, n° 304]

É obrigatório que tanto a mulher menstruada quanto aquela em estado de sangramento pós-parto refaçam os dias de jejum que perderam, conforme o relato de ‘Ā.ishah (radiallāhu ‘anhā) :

“Quando nós ficávamos menstruadas, nós fomos comandadas a refazer os dias de jejum perdidos, mas não fomos comandadas a refazer a oração.”

[Muslim, n° 335]

Gravidez e Amamentação

Se a mulher estiver grávida ou amamentando e temer pelo seu próprio bem-estar ou pelo bem-estar de seu filho em razão do jejum, é permitido que ela se abstenha do jejum, conforme o que foi narrado por Anas (radiallāhu ‘anhu), que relatou que o Mensageiro de Allāh ﷺ disse:

“Em verdade, Allāh levantou para o viajante metade da oração e o jejum e da grávida e da mulher amamentando Ele levantou o jejum.”

[Relatado por al-Tirmidhī (no. 715), al-Nasā’ī (2/103), e Ibn Mājah (no. 1667). Foi declarado autêntico (ḥasan) por Shaykh al-Albānī in Ṣaḥīḥ al-Nasā’ī (no. 2145)]

As mulheres grávidas e aquelas que estão amamentando devem refazer os dias de jejum que não cumpriram quando o receio foi em relação à sua própria saúde. Por outro lado, se a mulher grávida temer pelo bem-estar do filho em seu ventre, ou se a mulher que amamenta temer pelo bem-estar da criança que está sendo amamentada, então ela deve alimentar uma pessoa pobre para cada dia de jejum perdido, além de refazer esses dias de jejum.

Isso é baseado no dito de Ibn Abbās (radiallāhu ‘anhumā):

“A mulher amamentando e a mulher grávida se elas temem pelos seus filhos, então elas podem se abster do jejum e alimentam (uma pessoa pobre para cada dia perdido).”

[Relatado por Abū Dāwūd (nº 715). Foi autenticado pelo Shaykh al-Albānī em al-Irwā’ (4/18). Algo semelhante foi transmitido por Ibn ‘Umar também.]

Coisas que anulam o Jejum

1. Comer ou beber intencionalmente
2. Relação Sexual
3. Vomitar intencionalmente
4. Hijāmah/tirar sangue
5. Presença de sangramento menstrual ou pós parto
6. Intenção de quebrar o jejum
7. Apostasia

É relatado de Abūl-‘Āliyah – que Allāh tenha misericórdia dele – que ele disse:

“Uma pessoa jejuando está em um estado de adoração, contanto que ele não fale mal (das pessoas), mesmo se ele estiver dormindo em uma cama.”

[Al-Imām Aḥmad, Al-Zuhd, Vol. 4, pág. 313]

Aumente Sua Recompensa: Atos Recomendados Durante o Jejum

1. **Suḥūr** (refeição antes da alvorada): O Profeta ﷺ recomendou fazer o suḥūr, mesmo que seja com pouca comida ou apenas um gole d'água, pois ele contém bênção. Deve-se realizá-lo até o surgimento do Fajr, sendo recomendável atrasá-lo (ou seja, o mais próximo possível do Fajr).

2. **Quebra do jejum**: Recomenda-se apressar a quebra do jejum ao pôr do sol. O Profeta ﷺ costumava quebrar o jejum com tâmaras frescas; caso não houvesse, com tâmaras secas; e se ainda assim não houvesse, com água. Se nada estiver disponível, a intenção de quebrar o jejum já é suficiente. De Sahl bin Sa'd (raḍiAllāhu 'anhu) que o Profeta ﷺ disse:

“As pessoas não cessarão de estar sobre o bem enquanto elas se apressarem para quebrar o jejum.”

3. **Súplica ao quebrar o jejum**: A súplica do jejuador ao quebrar o jejum não é rejeitada, assim como a súplica do governante justo e a do oprimido.

4. **Caridade e boas ações:** O Profeta ﷺ era mais generoso no Ramadân, recitava o Qur'ân e incentivava a prática de boas ações, como fornecer alimento para os jejuadores.
5. **Oração noturna:** Deve-se intensificar a oração noturna, especialmente nas últimas dez noites do Ramadan, buscando o perdão dos pecados anteriores.
6. **'Umrah no Ramadan:** Realizar uma 'Umrah no Ramadân tem o valor de um Hâjj.
7. **Pacificar-se durante o jejum:** Ao ser insultado ou provocado, o jejuador deve lembrar que está jejuando e evitar brigas e comportamentos impróprios.

Narrado por Ibn ‘Abbās:

"O Profeta ﷺ era o mais generoso entre as pessoas e ele costumava ser mais ainda no mês do Ramaḍān quando Jibrīl o visitava e Jibrīl costumava se encontrar com ele toda noite do Ramaḍān até o final do mês. O Profeta ﷺ costumava recitar o Nobre Qur.ān para Jibrīl e quando Jibrīl o encontrava, ele costumava ser mais generoso do que o vento favorável (sendo enviado por Allāh como boas-novas (de chuva) em prontidão e pressa para fazer ações caridosas)."

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, n° 6. e Ṣaḥīḥ Muslim, n° 2308]

Evitando Prejuízos e Protegendo a Recompensa: Atos Detestáveis Durante o Jejum

1. Lavar a boca e o nariz de forma excessiva, devido ao risco de engolir água;
2. Beijar, caso isso leve à excitação e perda de controle dos desejos;
3. Engolir catarro, por chegar ao estômago; e
4. Provar alimentos sem necessidade. Caso seja necessário provar a comida, como no caso de um cozinheiro, deve-se ter o cuidado para que nada alcance a garganta, a fim de não comprometer o jejum.

Compensando os Dias Perdidos de Jejum do Ramadã

Se um muçulmano quebra o jejum durante o Ramadã sem uma desculpa válida, é obrigatório que ele se arrependa e peça perdão a Allāh, além de refazer os dias que não jejuou imediatamente após o Ramadã.

Nos casos de quebra de jejum por desculpas válidas, como menstruação, doença ou viagem, é obrigatório refazer os dias, porém não precisa ser de forma imediata. Essa compensação pode ser realizada a qualquer momento antes da chegada do próximo Ramadã. Ainda sim, recomenda-se apressar a compensação, a fim de evitar dificuldades futuras.

Se a compensação for adiada até o próximo Ramadã sem uma desculpa válida, torna-se obrigatório refazer os dias perdidos e alimentar uma pessoa pobre por cada dia não jejuado.

Não é necessário que os dias sejam refeitos consecutivamente; eles podem ser feitos separadamente, conforme diz Allāh, o Altíssimo:

Então quem dentre vós estiver doente ou em uma viagem, então o mesmo número de dias (deve ser refeito) dentre os outros dias.”
[Surah Al-Baqarah (2):184]

Um Mês Abençoado

‘Abdur-Razzāq Al-Badr

Na Sunnah autêntica, é relatado que o Profeta ﷺ costumava dar as boas novas aos seus Companheiros com a chegada deste mês. Ele ﷺ disse:

"O Ramaḍān chegou até vocês, um mês abençoado no qual Allāh nos obrigou a jejuar. Neste mês, os portões do Paraíso são abertos, os portões do Inferno são fechados, e os demônios são acorrentados. Há uma noite neste mês que é melhor do que mil meses. Aquele que for privado da sua bondade, verdadeiramente foi privado."
[Ahmad, n° 7148]

A expressão "O Ramaḍān chegou até vocês" transmite boas novas e felicitações. Ela anuncia a chegada de algo grandioso: o mês do Ramaḍān, enquanto a pessoa se encontra em boa saúde, bem-estar, e abençoado com segurança, fé, paz e Islām.

Este é o mês do Ramaḍān que chega como uma grande oportunidade para voltar-se a Allāh, fazer uma auto-avaliação, praticar atos de obediência e se afastar daquilo que Allāh proibiu. Essa fala do Profeta ﷺ toca os corações, destacando o valor, a posição e a elevada importância deste mês. Portanto, prepare-se para sua chegada, receba-o da melhor forma possível e acolha-o com a melhor hospitalidade.

As pessoas costumam trocar boas novas quando algo importante se aproxima, a fim de que possam se preparar adequadamente. O Ramaḍān é um hóspede honrado e um visitante respeitável no coração de todo crente. Todo crente se alegra com a chegada deste que é um dos mais nobres e especiais visitantes.

Imagine um homem generoso que se alegra em ser generoso, em oferecer, gastar e agir com benevolência ao receber um hóspede de grande prestígio e elevada posição. Como ele o acolheria? Quanta alegria sentiria em sua presença? Quão hospitaleiro seria ao recebê-lo?

Da mesma forma, o dito do Profeta ﷺ, "O Ramadân chegou até vocês", nos convida a nos prepararmos para receber este nobre hóspede, acolhendo-o da melhor maneira e eumprindo os seus direitos. Pois, assim como chega rapidamente, também se vai rapidamente.

Portanto, prepare-se e disponha-se a realizar boas ações, os excelentes atos de obediência e as formas de adoração a Allāh com as quais você se orgulharia de encontrar o seu Senhor.

O muçulmano deve receber o mês do Ramadân de maneira adequada. Contudo, as pessoas diferem amplamente na forma como dão as boas-vindas a este mês:

O Primeiro Grupo de Pessoas

Um grupo de pessoas se dedica a frequentar os mercados, comprando grandes quantidades de alimentos, como se o mês fosse dedicado a comer e beber. Compram muito mais do que o necessário, resultando em desperdício e extravagância.

O Segundo Grupo de Pessoas

Outro grupo se prepara com jogos, diversão e distrações, ocupando seu tempo precioso com coisas sem benefício, e muitas vezes até prejudiciais. Eles passam a se ocupar com isso ainda antes da chegada do Ramadân, desperdiçando o tempo que poderia ser aproveitado de maneira mais proveitosa.

Aqueles a Quem Allāh Concedeu o Sucesso

Há um terceiro grupo, agraciado por Allāh com sucesso, que se prepara para o Ramadân de forma adequada. Eles refletem sobre como praticar o bem, reservando tempo para o Qur.ān, lembrança de Allāh, oração noturna, auxílio aos pobres e a busca por conhecimento. Para eles, o mês parece curto diante das inúmeras oportunidades de adoração e obediência.

Aqueles que tratam o Ramadan como qualquer Mês

Infelizmente, há também aqueles que tratam o Ramaḍān como qualquer outro mês. As noites do Ramaḍān, incluindo a noite abençoada que é melhor do que mil meses, passam para eles sem qualquer distinção. Isso é um grande desperdício e uma perda imensa.

Na Sunan de Al-Tirmidhī, é narrado por Abu Hurayrah (que Allāh esteja satisfeito com ele) que o Profeta ﷺ disse:

"Quando a primeira noite do Ramaḍān chega, os demônios e os jinns rebeldes são acorrentados, os portões do Inferno são fechados e nenhum deles se abre, os portões do Paraíso são abertos e nenhum deles se fecha. E um chamador grita: 'Ó buscador do bem, venha adiante; ó buscador do mal, pare.' E Allāh liberta pessoas do Inferno todas as noites."

Refletir sobre o dito "Ó buscador do bem, venha adiante" significa compreender que você encontrou um tempo abençoado para se dedicar, com empenho, aos atos de obediência. Não perca essa oportunidade, pois o Ramaḍān é um tempo valioso, e quando uma oportunidade como essa é desperdiçada, ela não retorna.

Por outro lado, o dito "Ó buscador do mal, pare" nos ensina que não é apropriado que aquele que busca o mal continue persistindo em seus erros durante este mês abençoado. Se a alma de alguém não se inclina a se voltar para Allāh neste período, então quando se inclinará?

Para muitos, as distrações da vida tornam-se um obstáculo ao arrependimento e o retorno sincero a Allāh. Eles vivem imersos na opulência, no desperdício e na preguiça, perdendo as oportunidades de arrependimento e adoração que o Ramaḍān oferece. Se a alma não deseja se arrepender neste mês abençoado, quando desejará? Se o servo não se volta para Allāh agora, quando o fará?

As Instruções de ‘Umar na Primeira Noite de Ramadân

É relatado que na primeira noite de Ramadân, ‘Umar – que Allāh esteja satisfeito com ele – rezava o Maghrib e então dizia:

“*Sentai.*”

Então ele daria um pequeno discurso:

“Em verdade, o jejum desse mês foi tornado obrigatório para vós; e quanto à oração noturna, ela não foi tornada uma obrigação sobre vós; no entanto, aqueles dentre vós que forem capazes de se levantar (ou seja, ficar) para a oração devem fazê-lo, pois isso é parte das boas ações voluntárias sobre as quais Allāh nos informou. Portanto, quem não for capaz de se levantar para a oração, que durma em sua cama.

E cuidado ao dizer: ‘eu jejuarei se fulano jejuar’ ou ‘eu me levantarei para a oração noturna se fulano se levantar para a oração.’ Quem quer que jejue ou se levante para oração, que o faça por Allāh. E sabeis que estais em oração enquanto aguardais pela próxima oração.

Reduzi toda fala vã ou falsa nas casas de Allāh (as mesquitas; ele disse isso duas ou três vezes). Que nenhum de vós jejue alguns dias antes do início do mês (a fim de evitar perder o começo do mês; ele disse isso duas ou três vezes). E não jejueis até que vejais (a lua nova do novo mês), a menos que o céu esteja nublado. Se estiver nublado, completai (o mês anterior ao Ramadân) como 30 dias. E não quebreis o jejum, até que vejais a noite sobre a montanha (ou seja, até que tenhais certeza de que o sol se pôs).“

[‘Abd Al-Razzāq Al-Ṣan’ānī, Al-Muṣannaf artigo 7748]

O Mensageiro de Allāh ﷺ disse: "Allāh, exaltado seja, disse:

“Todo ato do filho de Adão é para ele, exceto o jejum; ele é para Mim, e Eu recompensarei por ele.” O jejum é um escudo. No dia em que alguém de vocês estiver jejuando, não deve falar obscenidades nem levantar a voz. Se alguém o insultar ou tentar brigar com ele, diga: 'Estou jejuando.' Por Aquele em cuja mão está a alma de Muhammad, o hálito do jejuador é mais agradável a Allāh do que o aroma do almíscar. O jejuador tem duas alegrias: uma quando ele quebra o jejum, e a outra quando ele encontra seu Senhor e se alegra com seu jejum.”

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, n°1904 e Ṣaḥīḥ Muslim, n° 1151]

Pecar Enquanto Jejuando

É relatado que ‘Umar (que Allāh esteja satisfeito com ele) disse:

*“Jejuar não significa afastar-se somente da comida e da bebida.
Jejuar também significa manter-se afastado da mentira,
falsidade, futilidade e de jurar (por Allāh sem necessidade).”*

É relatado que Ibrāhim An-Nakha’ī (que Allāh tenha misericórdia dele) disse:

“Eles costumavam dizer: mentir quebra o jejum.”

É relatado que Mujāhid (que Allāh tenha misericórdia dele) disse:

*“Existem duas práticas que se uma pessoa pode se manter
afastado delas, seu jejum estará seguro para ele: difamação e
mentira.”*

Abul-‘Āliyah (que Allāh tenha misericórdia dele) disse:

*“A pessoa que jejua permanece em adoração enquanto não
difamar.”*

Ibn Taymīyah (que Allāh tenha misericórdia dele) explicou que, se alguém jejua, mas não abandona palavras e ações falsas, Allāh não necessita que essa pessoa apenas se abstenha de comida e bebida. Assim, pecados como mentir e difamar reduzem (ou até anulam) a recompensa do jejum, mesmo que o ato físico do jejum continue. Portanto, para alcançar plenamente o objetivo do jejum, é necessário se abster não só de comida e bebida, mas também de comportamentos pecaminosos.

Sulayman b. Musā [m. 119 d.H.] – que Allāh tenha
misericórdia dele – disse:

*“Quando jejuares, tua audição e visão também devem jejuar e
tua língua deve jejuar se afastando de mentiras; e não causes mal
ao teu escravo. Não deixes o dia que tu jejuas ser igual ao dia que
tu não jejuas..”*

[Tārīkh Dimishq Vol. 22, pág. 389]

A Oração do Tarāwīh

Shaykh Sālih Al-Uthaymīn

A palavra Tarāwīh refere-se à realização da oração noturna em congregação durante o mês de Ramaḍān. Essa oração pode ser realizada a partir do término da oração do ‘Ishā até o início do Fajr. O Profeta ﷺ nos incentivou a realizar a oração noturna durante o Ramaḍān, dizendo:

"Quem quer que realize a oração noturna no Ramaḍān com fé e buscando recompensa, terá todos os seus pecados passados perdoados."

[Sahīh Al-Bukhārī, n° 2009]

Em um relato do Sahīh Al-Bukhārī, ‘Ā'ishah, raḍiAllāhu 'anhā, relatou que:

"O Profeta ﷺ realizou a oração noturna certa noite na mesquita e liderou as pessoas em oração. Então ele orou na noite seguinte, e o número de pessoas aumentou. Depois, na terceira ou quarta noite, as pessoas se reuniram, mas ele ﷺ não saiu para se juntar a elas. Na manhã seguinte, ele disse: 'Eu vi o que vocês fizeram (ontem à noite), e nada me impediu de sair para vocês, exceto o temor de que se tornasse uma obrigação para vocês.'"

[Sahīh Al-Bukhārī, n° 2012 e Sahīh Muslim, n° 761]

Isso aconteceu durante o Ramaḍān. A Sunnah é limitar a Oração Noturna a onze rak'āt, fazendo o taslīm após cada duas rak'āt. Isso porque, quando ‘Ā'ishah (raḍiAllāhu 'anhā) foi questionada sobre a oração do Profeta ﷺ durante o Ramaḍān, ela respondeu:

"Ele ﷺ não excedia onze rak'āt, tanto no Ramaḍān quanto fora dele."

[Sahīh Al-Bukhārī, n° 1138 e Sahīh Muslim, n° 764]

Se alguém optar por exceder o número de onze rak'āt, não há problema nisso, pois certa vez, quando o Profeta ﷺ foi perguntado sobre a Oração Noturna, ele respondeu:

“Ela é (realizada) em duas em duas rak'āt. Então, se alguém temer que o amanhecer se aproxime, deve orar uma rak'ah, que fará o que ele orou se tornar Witr (um número ímpar).”
[Al-Bukhārī, n° 990 e Muslim, n° 749]

Contudo, preservar e manter-se no número de unidades de oração relatado na Sunnah, realizando a oração de forma tranquila e prolongada, de uma maneira que não sobrecarregue as pessoas, é melhor e mais completo.

Quanto ao que algumas pessoas fazem, como orar de maneira extremamente rápida, isso é contrário ao que foi prescrito na Religião. Se a oração for realizada dessa forma a ponto de se negligenciar algum de seus requisitos ou pilares, ela se torna inválida.

Muitos dos Imāms que lideram a congregação nos dias de hoje não realizam a oração do Tarāwīh com a devida tranquilidade, e isso é incorreto. O Imām não está conduzindo apenas a si mesmo na oração, mas também aqueles que o seguem. Ele é como um líder, e deve agir da maneira mais benéfica e apropriada. Os sábios mencionaram que é reprovável que o Imām se apresse na oração a ponto de os seguidores não conseguirem cumprir os atos obrigatórios.

As pessoas devem perseverar em estabelecer a Oração do Tarāwīh e não a deixá-la de lado, indo de mesquita em mesquita. De fato, quem realiza a oração noturna com o Imām até ele terminar, tem escrito para si (em seu livro de ações) como se tivesse orado a noite toda, mesmo que vá dormir após o término da oração.

Não há problema em as mulheres participarem da Oração do Tarāwīh, desde que não haja receio de fitnah, e com a condição de que saiam de suas casas devidamente cobertas, sem expor seus adornos e sem estarem perfumadas.

Abū Hurayrah, que Allah esteja satisfeito com ele, relatou que o Mensageiro de Allāh ﷺ costumava exortar as pessoas a fazer a oração opcional do tarawīh a noite no mês do Ramaḍān. Ele não os ordenou ou fez obrigatório sobre eles. Ele disse:

“Quem quer que faça a oração opcional do tarāwīh a noite durante o Ramadān com fé e esperança de receber a recompensa de Allāh, terá seus pecados passados perdoados.”

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, n° 37 e Ṣaḥīḥ Muslim, n° 759]

Os Dez Últimos Dias do Ramaḍān

'Abdullah bin Ṣāliḥ Al-Fawzan

'Āishah (raḍillāhu 'anhā) disse:

"Quando os dez últimos dias (do Ramaḍān) chegavam, o Profeta ﷺ passava sua noite em adoração, acordava sua família (à noite), se esforçava e apertava seu Izār (roupa que envolve da cintura para baixo)."

[Al-Bukhārī (4/269) e Muslim (1174)]

Esse ḥadīth é uma prova de que os dez últimos dias do Ramaḍān possuem uma virtude especial sobre os demais. Nesse período, a pessoa deve intensificar os atos de obediência e adoração, tais como a oração, o dhikr (lembança de Allāh) e a recitação do Qur.ān. 'Āishah (raḍillāhu 'anhā) descreveu o nosso Profeta e modelo a ser seguido, Muḥammad ﷺ com quatro atributos:

1. Ele ﷺ "passava sua noite em adoração", o que significa que ele não dormia durante a noite. Assim, ele ﷺ permanecia acordado ao longo da noite em adoração, fortalecendo sua alma ao dedicar-se à vigília. Isso porque o sono é considerado o irmão da morte.

O significado de "passar a noite" é que ele ﷺ passava toda a noite em estado de qiyām (em pé, na oração noturna) e realizando atos de adoração feitos pela causa de Allāh, o Senhor de tudo o que existe. Devemos lembrar que os dez últimos dias do Ramaḍān são dias limitados e contados.

Quanto ao que foi relatado sobre a proibição de permanecer a noite inteira em oração, que foi mencionado no ḥadīth de 'Abdullāh bin 'Amr (raḍillāhu 'anhumā), isso se refere àquele que faz isso de forma contínua, ao longo de todas as noites do ano.

2. Ele ﷺ "acordava sua família", o que significa que despertava suas esposas (as Mães dos Crentes), para que pudessem participar da recompensa, do dhikr (lembração de Allāh) e dos atos de adoração durante esses tempos abençoados.

3. Ele ﷺ "se esforçava", o que significa que ele ﷺ perseverava e se empenhava intensamente na adoração, aumentando seus atos de obediência em relação ao que havia feito nos primeiros vinte dias (do Ramaḍān). Ele ﷺ fazia isso porque a Noite de Al-Qadr ocorre nesses (dez últimos) dias.

4. Ele ﷺ "apertava seu Izār (vestimenta que cobre da cintura para baixo)", o que indica que ele ﷺ se dedicava com ainda mais seriedade e esforço à adoração. Também foi dito que isso significa que ele ﷺ se afastava de suas esposas. Essa interpretação parece ser mais correta, pois está em conformidade com o que foi mencionado anteriormente e com o ḥadīth de Anas (raḍillāhu 'anhu):

Ele (ﷺ) iria enrolar sua cama e se retirar das mulheres (i.e. suas esposas)."

[Latā'if Al-Ma'ārif, pág. 219]

Ele também ﷺ observava o I'tikāf durante os dez últimos dias do Ramaḍān, e a pessoa que se encontra em estado de I'tikāf está restrita de manter relações conjugais.

Portanto, ó, irmão muçulmano, se esforce para se caracterizar com esses atributos. Persevere na oração realizada nas profundezas da noite (taḥajjud) juntamente com o Imām, além da oração do Tarāwīḥ (que é realizada nas primeiras partes da noite), para que o seu empenho nessas dez últimas noites possam ir além daquele das vinte primeiras. Assim, você poderá alcançar o atributo de "passar a noite em adoração" por meio da oração.

Seja paciente na sua obediência a Allāh, pois, em verdade, a oração do taḥajjud (à noite) é difícil, mas sua recompensa é imensa.

Por Allāh, esta é uma grande oportunidade na vida de uma pessoa e um imenso ganho para aquele a quem Allāh a concede. A pessoa não sabe se, talvez, venha alcançar umas das muitas recompensas de Allāh durante a oração noturna, tornando-se isso um auxílio para ela nesta vida e na Vida Eterna.

Os Predecessores Virtuosos (Salaf uṣ-Ṣāliḥ) dessa Ummah costumavam prolongar a oração noturna, esforçando-se nela. As-Sā'ib bin Yazīd disse:

"Umar bin Al-Khaṭṭāb (raḍillāhu 'anhu) ordenou Ubay bin Ka'b e Tamīm Ad-Dārī (raḍillāhu 'anhumā) a liderarem as pessoas na oração com onze rak'āt. O recitador recitava cem versículos, ao ponto de que nós nos apoiávamos nos nossos cajados de madeira devido ao longo tempo em pé. E nós não parávamos até as primeiras partes do Fajr."
[Al-Muwatṭa, vol. 1, pág. 154]

Abdullāh bin Abī Bakr relatou:

"Eu ouvi meu pai (Abū Bakr) dizer: 'Durante o Ramaḍān, nós terminávamos tarde (a oração noturna) e apressávamos os serventes para apresentarem a comida (do Suḥūr) por medo de que o Fajr chegasse até nós.'"
[Al-Muwatṭa, vol. 1, pág. 156]

Há dois grandes esforços da alma que o crente encontra durante o Ramaḍān: o esforço durante o dia, por meio do jejum, e o esforço durante à noite, por meio do qiyām (oração noturna). Aquele que reúne esses dois esforços e cumpre os seus direitos, está entre os pacientes, aqueles que:

"Receberão sua recompensa completamente, sem prestar contas."
[Sūrah Az-Zumar (39):10]

Esses dez últimos dias correspondem à parte final do mês, e as ações de uma pessoa são baseadas nas suas últimas ações. Assim, pode ser que ele encontre a noite de Al-Qadr enquanto está em pé em oração para Allāh e, desse modo, tenha todos os seus pecados passados perdoados.

A pessoa deve incentivar, encorajar e motivar sua família a praticar atos de adoração, especialmente nesses momentos grandiosos, nos quais ninguém os negligencia, exceto aquele que foi privado (do seu bem). O que é ainda mais surpreendente é que, enquanto as pessoas estão em oração e realizando o taḥajjud, alguns indivíduos passam seu tempo em ajuntamentos proibidos e eventos pecaminosos. Isso é, de fato, a maior das perdas! Pedimos a Allāh por Sua proteção.

Portanto, aproveitar esses últimos dias significa ingressar nos benefícios das ações virtuosas durante o que resta do mês. Dentre as situações lamentáveis, está o fato de ver algumas pessoas se destacarem em atos de adoração, tais como a oração e a recitação do Qur.ān, na primeira parte do mês, mas, em seguida, demonstrarem sinais da fadiga e cansaço, especialmente quando chegam os dez últimos dias do Ramaḍān. E isso ocorre apesar de esses dez últimos dias possuírem uma posição mais elevada do que os primeiros.

Assim, uma pessoa deve perseverar no empenho e no esforço, intensificando sua adoração à medida que o fim do mês se aproxima. Devemos sempre ter em mente que as ações de uma pessoa são baseadas nas suas últimas.

Salvando a Alma no Ramadān e os Graus dos Perdedores Nesse Mês

Por Shaykh Ṣāliḥ ibn Fawzān al-Fawzān

Aproveite esse mês, que Allāh tenha misericórdia de nós, pois, para muitos, ele não retornará. Agarre essa oportunidade conforme a capacidade que Allāh lhe concedeu e de acordo com os meios que Ele (subḥānahu wa ta’ālā) lhe facilitou para praticar atos de obediência. Reconheça o valor e posição deste mês e dê-lhe o direito que merece, por meio da obediência a Allāh, o Exaltado.

Aumente as súplicas, a busca pelo perdão e arrependimento sincero, pois a chegada deste mês é um grande bem para o muçulmano. Aquele que já se esforça em obedecer a Allāh ao longo do ano encontra neste mês um acréscimo e fortalecimento do bem que já vinha praticando.

Quanto àquele muçulmano que tem sido negligente na obediência a Allāh ao longo do ano, este mês é uma oportunidade para se arrepender sinceramente e iniciar uma nova etapa em sua vida, perseverando na obediência a Allāh mesmo após o fim do Ramadān. E se a pessoa estiver entre aqueles para quem o castigo do Fogo se tornou merecido devido a grandes pecados ou atos destrutivos, então que ela se arrependa sinceramente perante a Allāh (subḥānahu wa ta’ālā), pois Allāh a perdoará e a livrará do Fogo. Há uma narração atribuída ao Profeta ﷺ em que é dito:

“O começo do mês do Ramadān é uma misericórdia; seu meio é perdão; e seu final é a libertação do Fogo.”

Todo o mês é uma misericórdia de Allāh, perdão para os servos e libertação do Fogo para os pecadores. O muçulmano não deve se privar da bem desse mês: seja aumentando as ações virtuosas que precederam este mês, como era o hábito dos Predecessores Virtuosos (os Salaf); seja arrependendo-se de suas próprias deficiências e compensando essas deficiências com atos de piedade e obediência; ou arrependendo-se sinceramente perante Allāh dos pecados maiores e transgressões graves que poderiam levá-lo ao Fogo, para que Allāh o livre dessa punição.

Assim, este é um mês extraordinário, um período de generosidade e misericórdia. Portanto, dê a ele o seu verdadeiro valor e sua devida posição por meio da obediência e da piedade. Allāh, tabāraka wa ta'ālā , disse:

Ó vós que credes! Estai-vos prescritos Aş-Şiyām (o jejum) como ele foi prescrito para aqueles antes de vós, para que tenhais Taqwā [i.e. a piedade das pessoas que temem muito a Allāh (se abstém de todos os tipos de pecados e más ações que Ele proibiu) e amam muito a Allāh (realizam todos os tipos de boas ações que Ele ordenou)]. [Jejuareis] por um número fixado de dias, porém quem de vós estiver doente ou em uma viagem, então o mesmo número de dias [deve ser refeito depois]. E para aqueles que podem jejuar com dificuldade (como um homem velho, etc.) eles tem a escolha de jejuar ou alimentar um Miskīn (pessoa pobre) para cada dia. Mas quem quer que faça o bem pela própria vontade (além do que é obrigatório), isso é melhor para ele. E que vós jejueis, isso é melhor para vós, se vós ao menos soubésseis. O mês do Ramaḍān foi o mês que foi revelado o Qur'ān, uma orientação para a humanidade e evidência clara para a orientação e o critério (entre o certo e o errado).Então, quem quer de de vós que ver a lua crescente da primeira noite do mês do Ramaḍān ele deve jejuar. E quem quer que esteja doente ou em viagem, [deverá jejuar] depois o mesmo número de dias. Allāh vos deseja a facilidade e Ele não vos deseja a dificuldade, mas cumpri o mesmo número (de dias) e glorificai Allāh [i.e. dizendo o Takbīr (Allāhu Akbar – Allāh é o Maior)] por ter vos orientado, a fim de que sejais gratos a Ele.
[Sūrah Al-Baqarah (2):183-185]

Seja agradecido a Allāh, pois Ele lhe concedeu a oportunidade de alcançar esse abençoado mês. Para muitos muçulmanos virtuosos, este mês é uma benção, e uma causa de salvação do Fogo, além de elevação de sua posição, pois se mantêm ocupados na obediência a Allah e em Sua adoração.

E entre as pessoas, há aquelas que entram neste mês arruinadas, tendo sido injustas consigo mesmas por meio de pecados e más ações. Elas não se arrependem perante a Allāh, nem dão atenção a este mês e ao que ele contém de bondade e bênçãos. Assim, passam por ele da mesma forma que passam pelos outros meses. Essas pessoas são privadas de suas bênçãos e saem dele da mesma maneira que entraram, sem obter qualquer benefício:

“Eles são aqueles cujos corações, audição (ouvidos) e visão (olhos) Allāh selou! E eles são os desatentos!” [Sūrah An-Nahl (16): 108]

E disse:

*“E não seja como aqueles que esqueceram a Allāh (i.e. tornaram-se desobedientes) e Ele os fez esquecerem-se de si mesmos (i.e. deixou-os esquecerem de fazer ações virtuosas). Esses são os Fāsiqūn (i.e. rebeldes, desobedientes a a Allāh).”
[Sūrah Al-Hashr (59): 19]*

Assim, essas pessoas não são elevadas durante este mês, não reconhecem a sua importância nem seu valor, e com isso, privam a si mesmas do bem. Nós pedimos a Allāh que nos conceda proteção e bem-estar.

Há também aqueles que não veem esse mês senão como um mês da comida, bebida e excessos, frequentando restaurantes, enchendo os seus estômagos, exagerando nas compras e na alimentação. Eles se esquecem de que este é um mês de jejum, e não um mês para seguir desejos.

Este é um mês de jejum, de permanecer em oração durante à noite e de adoração. Nele, a pessoa come apenas o que lhe é suficiente e se dedica aos diversos atos de obediência.

E há outros que são piores do que esses: passam as noites deste mês acordados fofocando, assistindo filmes de fantasias, discutindo, jogando cartas, envolvidos em conversas vãs, inúteis e tolices. E quando chega o Fajr, dormem e permanecem assim até o pôr do sol. Não realizam a oração e não se lembram de Allāh (‘azza wa jall). Para essas pessoas, este

mês é um mês de permanecer acordado durante a noite e dormir durante o dia. Eles perdem as orações obrigatórias e desperdiçam o seu tempo. Isto é o que o mês do Ramadân significa para eles, do início até o fim. Então, qual benefício alcançaram? Pelo contrário, apenas acumularam para si mesmos pecados e perda. Nós pedimos a Allāh segurança e bem-estar.

Portanto, aquele que se encontra nessas condições deve se arrepender sinceramente perante a Allāh (subḥānahu wa ta'ālā) e apressar-se no arrependimento, retificando sua alma antes que ela lhe seja tomada. Pois perder riqueza, bens, família ou filhos é uma aflição grande; porém perder a religião e a própria alma é algo muito mais grave. E buscamos refúgio em Allāh contra isso.

“Então adorai o que quiserdes em vez d’Ele! Dize (ó Muḥammad ﷺ): “Os perdedores são aqueles que perderão a si mesmos e suas famílias no Dia da Ressureição. Inquestionavelmente, isso é a perda evidente.”
[Sūrah Az-Zumar (39): 15]

Então, temei a Allāh o Poderoso e Majestoso, ó, servos de Allāh, e atentai para a excelência deste mês. Aproveitai aquilo que vos beneficia e vos aproxima de Allāh (tabāraka wa ta'ālā). Fazei deste mês uma causa para elevar vossa posição perante a Allāh e um meio de expiar e purificar os vossos pecados.

Uma Breve Palavra Sobre a Celebração do ‘Eid al-Fitr: Após o Jejum do Ramaḍān

O ‘Eid al-Fitr começa quando o Ramaḍān termina e ocorre no dia 1º de Shawwāl do calendário islâmico, todos os anos. Ele celebra a “quebra do jejum”, marcando o fim da estrita disciplina do jejum durante o dia.

A oração do ‘Eid é realizada ao ar livre, sempre que o tempo permitir, para que o maior número possível de pessoas possa realizá-la em congregação. Todos vestem suas melhores roupas, e muitos compram vestimentas novas para a ocasião. No caminho para a oração do ‘Eid, as pessoas recitam em voz alta e repetidamente:

*Allāhu ‘akbar (Allāh é o Maior),
Alḥamdullilāh (todos os louvores são para Allāh),
Lā ilāha illallāh (não há ninguém digno de
adoração exceto Allāh)*

Após a oração, que consiste em duas rak’ahs, o Imām faz um sermão (khutbah), no qual lembra o povo da importância de obedecer a Allāh, lembrá-Lo, adorá-Lo, temê-Lo, de evitar os pecados, de agir com bondade, fraternidade e generosidade; e de ajudar os necessitados, por meio de caridade.

Os muçulmanos devem sair do sermão com o desejo de serem adoradores melhores, mais obedientes a Allāh, firmes na Sunnah, comprometidos em aliviar o sofrimento e em seguir a verdade. Ao final, quando o Imām conclui, as pessoas se cumprimentam, muitas vezes se abraçando e fazendo súplicas umas pelas outras.

Em seguida, as pessoas visitam amigos e familiares para compartilhar esta alegre ocasião – comem, bebem juntos e trocam presentes. A segregação entre homens e mulheres é obrigatória no Islâm, embora, infelizmente, nem sempre seja observada. As mulheres batem o ‘duff’ (um tambor simples) e cantam canções permitidas, as meninas gostam de cantar! Há um forte espírito de comunidade, no qual ninguém é deixado de fora: os idosos são tratados com carinho e respeito, enquanto os mais jovens recebem brinquedos e atenção

Nenhum ato ilícito é permitido neste dia abençoado, como flertar com o sexo oposto, fumar, beber álcool, entre outros. Também é esperado que os muçulmanos realizem um pagamento especial de caridade em forma de alimento (arroz, trigo, cevada etc) em agradecimento a Allâh e como expiação por possíveis deficiências ocorridas durante o jejum. Este pagamento deve ser feito antes da oração do ‘Eid.

Anas ibn Malik (radiyallahu 'anhu) disse:

"O Mensageiro de Allāh ﷺ não saía na manhã do 'Eid al-Fitr até que comesse tâmaras, e ele as comia em número ímpar."

[Sunan Abu Dawud, n°1134 e Sunan al-Tirmidhi, n° 536]

As Regras do Zakāt Al-Fitr no Final do Ramadān: O que pagar, quando pagar, como pagar e para quem pagar?

Abu Khadeejah

Allāh legislou, ao final do Ramadān, atos de adoração que aumentam a proximidade do servo com Ele [1]. Entre eles, prescreveu a Şadaqat al-Fitr, que purifica os jejuadores de palavras vãs e pecados. Allāh tornou essa caridade obrigatória para todos: jovens e idosos, homens e mulheres, livres e escravos. Trata-se de uma caridade obrigatória relacionada à pessoa, destinada a auxiliar os pobres e necessitados.

O Mensageiro de Allāh ﷺ determinou o Zakāt-Fitr ao final do Ramadān no valor de um sâ' de tâmaras secas ou farinha, "obrigatória para jovens e idosos, livres e escravos" [3], Ele ﷺ também ordenou que fosse entregue antes das pessoas saírem de suas casas para a oração do 'Eid. [4]

Ibn 'Abbās, radiyAllāhu 'anhumā, disse:

"O Mensageiro de Allāh obrigou o Zakāt al-Fitr como uma purificação para o jejuador de conversa fiada, fala indecente e para alimentar os pobres."[5]

Abu Sa'id, raḍiAllāhu 'anhu, disse:

"Costumávamos dar quatro punhados em concha (um sâ') de grãos ou cevada ou tâmaras ou coalhada seca ou passas"[6]

*Um sâ' profético é aproximadamente 2,4kg e meio sâ' é aproximadamente 1,2kg.[7].

O muçulmano deve pagar o Zakât al-Fiṭr por si mesmo e por aqueles pelos quais é responsável, como a esposa, filhos e quaisquer pessoas que ele seja obrigado a sustentar.[8] Também é recomendável pagá-lo em nome do bebê ainda não nascido. Deve ser pago em alimentos e não em dinheiro ou roupas.

É para ser entregue aos pobres da localidade onde ele passou o Ramaḍān. Não é permitido enviá-lo para outro país enquanto houver pessoas necessitadas e merecedoras em sua própria região. Caso não houver pessoas necessitadas em sua localidade, é permitido enviá-lo aos pobres da região mais próxima. Nesse caso, a pessoa pode nomear alguém para distribuí-lo em seu nome.

O período para a distribuição inicia-se a partir do pôr-do-sol da noite anterior ao 'Eid e vai até o estabelecimento da oração do 'Eid. Também é permitido antecipar o pagamento por um ou dois dias antes do 'Eid. [9] No entanto, é melhor entregá-lo na manhã do 'Eid, antes da oração.

Não é permitido atrasar o pagamento do Zakât al-Fiṭr para depois da Oração do 'Eid, sem desculpa válida. Caso isso ocorra, a pessoa ainda deve pagá-lo durante esse mesmo dia. E se o pagamento for adiado para depois do dia do 'Eid, ele ainda deverá ser feito como compensação (qadā), e a pessoa será considerada pecadora por ter atrasado sua entrega.

Isso deixa claro que o Zakât al-Fiṭr deve ser dado por todo aquele que tenha a capacidade e que deve ser entregue antes da oração do 'Eid, ainda que seja antecipada em um ou dois dias.

Assim, o melhor momento para oferecê-lo é entre o pôr do sol da noite anterior ao 'Eid e a oração do 'Eid. O período permitido para quem possui uma desculpa válida estende-se até o final do dia do 'Eid, após a oração. Já o pagamento feito após o dia do 'Eid é considerado compensação (qadā), e aquele que o atrasou incorre um pecado por essa demora.

Os que têm direito a receber a Zakât al-Fiṭr são os pobres, os destituídos e outros necessitados. O alimento pode ser entregue diretamente aos necessitados, ou a pessoa pode delegar alguém para fazê-lo em seu nome, ou ainda entregá-lo a quem esteja designado para distribuí-lo.

A quantidade que obrigatória a ser dada é um sâ' (صاع) de trigo, cevada tâmaras, passas ou queijo duro (ou aquilo que é o alimento básico de acordo com a região, como arroz, milho, painço e semelhantes). Um sâ' em quilogramas é aproximadamente 2,4kg.

Não é permitido pagar dinheiro aos pobres em substituição ao alimento pois isso é contrário aos textos. Da mesma forma, não é permitido dar dinheiro para pessoas em outros países para esta finalidade. Conforme mencionado anteriormente, os pobres da sua região têm mais direito de receber o seu Zakât al-Fitr, e aqueles elegíveis para receber devem recebê-lo em forma de alimento e não dinheiro.

Caso não haja pessoas pobres ou merecedoras na própria região, é permitido enviá-lo para outras localidades na forma de alimentos. Isso pode ser feito nomeando alguém que compre os alimentos e os distribua aos necessitados. Não há relato de que o Profeta ﷺ, nem qualquer um de seus Companheiros, tenham alguma vez dado dinheiro como o Zakât al-Fitr aos pobres.

O Imām Ahmad bin Hanbl, rahimahullāh, declarou:

*“O pagamento em dinheiro não deve ser dado
(como fitr para os pobres).”*

Foi dito a ele:

“Algumas pessoas dizem que ‘Umar ibn ‘Abdul-‘Azīz o recebeu em dinheiro.” Ele respondeu: “Eles abandonam as palavras do Mensageiro de Allāh ﷺ e, em vez disso, dizem: ‘O fulano disse’. Em verdade, ‘Umar disse: ‘O Mensageiro de Allāh ﷺ obrigou um sâ’ (de comida) como Zakât al-Fitr.”

Além disso, Allāh legislou para você no final deste mês, a prática do Takbīr (glorificação de Allāh), que deve ser recitado desde o pôr-do-sol na noite anterior ao ‘Eid até a realização da oração do ‘Eid. Allāh, o Altíssimo, disse:

*“...E que você deve mencionar a grandeza de Allāh
(Allāhu akbar) por tê-lo guiado para que você seja
grato a Ele.”
[Surah Al-Baqara (2):185]*

*“Em verdade, Allāh ordena a justiça, a boa conduta e
a caridade generosa aos parentes. E Ele proíbe a
imoralidade, más ações e a opressão. “Ele te adverte
para que talvez sejas lembrado.”
[Al-Nahl (16): 90]*

Todos os louvores pertencem a Allāh, o Senhor de toda a criação. Quea paz e as bênçãos estejam sobre o Mensageiro, sobre sua família, seus Companheiros e sobre todos aqueles que o seguem com sinceridade até o Dia da Ressureição.

[1] Veja Majālis Shahr Ramaḍān Al-Mubārak do Shaykh al-Fawzān.

[2] Abu Dawūd (n° 1622).

[3] Abu Dawūd (n° 1620).

[4] Al-Bukhārī e Muslim.

[5] Abu Dawūd.

[6] Al-Bukhārī.

[7] Referência: Al-Allāmah Ahmad bin Yahyā Na-Najmi, rahimahullāh, datado de: 27/07/1425H.

[8] De Ibn ‘Umar, raḍiyAllāhu ‘anhumā, relatado por Ibn Abi Shaybah em Al-Musannaf (4/37).

[9] Ibn Khuzaimah (4/83)

Intenção e Reflexão para o Ramaḍān

Reserve um momento para refletir sobre o que Allāh diz no Qur.ān sobre o Ramaḍān. Pense nas palavras do Profeta ﷺ sobre este mês abençoado e em como os Salaf se preparavam e se esforçavam para colher seus benefícios, buscando sinceramente o agrado de Allāh, subḥānahu wa ta'ālā, apenas. Considere também os conselhos que os estudiosos deram acerca do valor e da importância do Ramaḍān

Agora, reflita sobre suas próprias ações e sobre o seu relacionamento com Allāh. O que você deseja alcançar neste Ramaḍān, in shā Allāh? Como este ano pode ser diferente? Quais os benefícios que você deseja obter do jejum e de sua adoração este mês, bi'ithillāh? Como você pretende alcançar esses benefícios, e quais dificuldades ou desculpas você antecipa que possam surgir e impedir que você os atinja?

Pare e reflita sobre os obstáculos que você enfrentou nos anos anteriores. O que você pode fazer de forma diferente este ano para superar esses desafios, in shā Allāh? Após essa reflexão, escreva suas metas, os possíveis obstáculos e as soluções para superá-los.

Lembre-se, o objetivo deste exercício não é criar um compromisso fixo, mas sim uma ferramenta que lhe ajude a se manter firme ao longo do Ramaḍān, in shā Allāh. Mesmo que você não consiga superar todos os obstáculos, al-ḥamdu lillāh, você está se esforçando. O mais importante é que você está tentando e, se for sincero em sua intenção de agradar a Allāh ao estabelecer esses objetivos, você certamente se beneficiará disso, in shā Allāh.

Planejamento de Metas

Intenções claras, passos possíveis



Narrado por 'Āishah (رضي الله عنها): O Profeta ﷺ foi perguntado: "Quais atos são mais amados por Allāh?" Ele respondeu:

"Os mais regulares e constantes, mesmo que sejam poucos." Ele acrescentou: "Pratiquem os atos que vocês podem suportar."

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Livro 76, Hadith 18]

Jejum

Selecione um ḥadīth ou ayah relacionado ao jejum no Ramaḍān e escreva abaixo:

Minhas metas de jejum, in shā Allāh:

Estratégias para alcançar essas metas, in shā Allāh:

Dificuldades potenciais ou desculpas que podem surgir:

Possíveis soluções que posso adotar:

Salah

Selecione um ḥadīth ou ayah relacionado à oração no Ramaḍān e escreva abaixo:

Minhas metas de oração, in shā Allāh:

Estratégias para alcançar essas metas, in shā Allāh:

Dificuldades potenciais ou desculpas que podem surgir:

Possíveis soluções que posso adotar:

Leitura do Qur.ān

Selecione um ḥadīth ou ayah relacionado ao Qur.ān no Ramaḍān e escreva abaixo:

Minhas metas de leitura do Qur.ān, in shā Allāh:

Estratégias para alcançar essas metas, in shā Allāh:

Dificuldades potenciais ou desculpas que podem surgir:

Possíveis soluções que posso adotar:

Você encontrará sugestões de apoio na seção Recursos para o Ramaḍān

Os Dez Últimos Dias

Selecione um ḥadīth ou ayah relacionado aos dez últimos dias do Ramadān e escreva abaixo:

Minhas metas para os dez últimos dias, in shā Allāh:

Estratégias para alcançar essas metas, in shā Allāh:

Dificuldades potenciais ou desculpas que podem surgir:

Possíveis soluções que posso adotar:

Sadaqah

Selecione um ḥadīth ou ayah relacionado à caridade no Ramaḍān e escreva abaixo:

Minhas metas para caridade, in shā Allāh:

Estratégias para alcançar essas metas, in shā Allāh:

Dificuldades potenciais ou desculpas que podem surgir:

Possíveis soluções que posso adotar:

Dhikr

Selecione um ḥadīth ou ayah relacionado à lembrança de Allah no
Ramaḍān e escreva abaixo:

Minhas metas para dhikr (lembrança de Allah), in shā Allāh:

Estratégias para alcançar essas metas, in shā Allāh:

Dificuldades potenciais ou desculpas que podem surgir:

Possíveis soluções que posso adotar:

* Há uma seleção de adhkār disponível na seção Recursos para o Ramaḍān*

Desenvolvimento Pessoal

Selecione um ḥadīth ou ayah relacionado à uma meta pessoal que você deseja desenvolver no Ramaḍān e escreva abaixo:

Minhas metas pessoais, in shā Allāh:

Estratégias para alcançar essas metas, in shā Allāh:

Dificuldades potenciais ou desculpas que podem surgir:

Possíveis soluções que posso adotar:

Planejamento de Refeições

Cuidar do corpo para sustentar a adoração



Narrado por Ibn ‘Umar, que Allāh esteja satisfeito com ele,
que relatou que o Mensageiro de Allāh ﷺ disse:

*"Um crente come em um intestino (fica satisfeito com pouca
comida); e um kafir (descrente) ou um hipócrita come em sete
intestinos (come muito)."*

[Al-Bukhārī, n° 5393 e Şaḥīḥ Muslim, n° 2060]

Dicas para Refeições Nutritivas e Hidratação no Ramadã

- **Inicie com Tâmaras e Água:** Comece o Iftar com tâmaras e água, seguindo a prática do Profeta ﷺ. Isso ajuda a restaurar a energia e a hidratar o corpo rapidamente.
- **Inclua Frutas e Vegetais:** Adicione uma variedade de frutas e vegetais às suas refeições. Eles são ricos em vitaminas, minerais e fibras, essenciais para a saúde.
- **Consuma Proteínas:** Inclua fontes de proteína, como carne, frango, peixe, ovo, lentilhas ou grão-de-bico. Isso ajuda a manter a saciedade e fornece energia duradoura.
- **Evite Alimentos Processados:** Reduza o consumo de alimentos ultraprocessados, que muitas vezes são ricos em açúcar e sódio, e pobres em nutrientes.
- **Mantenha a Hidratação:** Beba água regularmente entre o Iftar e o Suhoor. O ideal é consumir pelo menos 8 copos de água durante esse período.
- **Faça Refeições Balanceadas:** Cada refeição deve incluir carboidratos complexos (como arroz integral ou quinoa), proteínas e gorduras saudáveis (como azeite ou abacate) para garantir um aporte nutricional adequado.

- **Evite Excessos:** Apesar da fome após o jejum, evite comer em excesso no Iftar. Opte por porções moderadas para evitar desconfortos digestivos.
- **Prepare Snacks Saudáveis:** Tenha à disposição opções de lanches saudáveis, como nozes, sementes ou iogurte natural, para saciar a fome entre as refeições.
- **Priorize o Suhūr:** Não pule o Suhūr, pois é uma refeição fundamental. Escolha alimentos que liberam energia lentamente, como aveia ou pães integrais.
- **Evite Bebidas Açucaradas:** Limite o consumo de refrigerantes e sucos industrializados, que podem causar desidratação. Opte por água, água de coco ou chás sem açúcar.
- **Descanse Adequadamente:** Uma boa noite de sono é vital. O descanso ajuda na recuperação e na manutenção da energia durante o jejum.
- **Seja Grato e Refletivo:** Ao se alimentar, lembre-se de agradecer a Allah por Suas bênçãos. Agradecer pela comida é uma prática importante que reforça a conexão espiritual.

Cardápio

Dia	Suḥūr	Iftar	Lanches
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08			
09			
10			

Lista de Compras

Narrado por Abu Hurayrah, que Allāh esteja satisfeito com ele, relatou que o Mensageiro de Allāh ﷺ disse:

“A comida de duas pessoas é suficiente para três e a comida para três pessoas é suficiente para quatro pessoas.”

[Şaḥīḥ al-Bukhārī, n° 5392 e Şaḥīḥ Muslim, n° 2059]

Cardápio

Dia	Suḥūr	Iftar	Lanches
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

Lista de Compras

☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____

☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____

Narrado por Ibn ‘Abbās, que Allāh esteja satisfeito com ele, que relatou que o Profeta ﷺ disse:

“Quando você comer, não limpe as mãos até que a tenha lambido ou que alguém a tenha lambido.”

[Sunan Ibn Majah, n° 3349 e Sunan Abu Dawud, n° 3763]

Cardápio

Dia	Suḥūr	Iftar	Lanches
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

Lista de Compras



Narrado por Sahl bin Sa'd, que Allāh esteja satisfeito com ele, relatou que o Mensageiro de Allāh ﷺ disse:

"O povo permanecerá no caminho certo, desde que apressem o Iftar (quebra do jejum)"

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, n° 1957 e Ṣaḥīḥ Muslim, n° 1098]

Diário do Ramadã

Acompanhe sua jornada com gentileza



Antes de Quebrar o Jejum, Não se Esqueça de Fazer o Du'a:

ذَهَبَ الظَّمَأُ، وَابْتَلَّتِ الْعُرُوقُ،
وَوَثَّتَ الْأَجْرُ إِن شَاءَ اللَّهُ

Transliteração:

Dhahaba adh-dhama'u, wabtallati al-'urooqu, wa thabata al-ajru insha'Alla

Tradução:

*“A sede se foi, as veias se hidrataram, e a recompensa está garantida,
se Allah quiser”*

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

"Suplicai-Me, Eu vos atenderei."

[Surah Ghafir 40:60]

02 Ramadân 1447

Eu jejei hoje? ☐ Sim ☐ Não

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

“Ofereçam presentes uns aos outros e vocês se amarão.”

[Al-Adab al-Mufrad, Hadith 594]

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Quem não agradece às pessoas, não agradece a Allāh.”

[Sunan Abi Dawud, Livro 41, Hadith 4811]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____
 Ayah: _____
 Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

"Tema a Allāh onde quer que você esteja, e siga uma má ação com uma boa, pois ela a apagará. E trate as pessoas com boas maneiras."

[Sunan al-Tirmidhī, Livro 27, Hadith 1987]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

"Quem der alívio ao seu devedor ou perdoar sua dívida completamente, Allāh o colocará sob a sombra de Seu Trono no Dia da Ressurreição."

[Sunan al-Tirmidhī, Livro 14, Hadith 1306]

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

"Uma palavra bondosa é caridade."

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Livro 56, Hadith 141]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Quem encobre (as falhas de) um muçulmano, Allāh encobrirá suas falhas neste mundo e no Além. E Allāh ajuda o servo enquanto ele ajudar seu irmão.”

[Ṣaḥīḥ Muslim, Livro 45, Hadith 2699]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

*“Quem construir uma mesquita para Allāh, Allāh construirá
para ele uma casa semelhante no Paraíso.”*

[Sahih al-Bukhari, Hadith 450; Sahih Muslim, Hadith 533]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Quem der comida para um jejuador quebrar o jejum terá uma recompensa igual à dele, sem que isso diminua em nada a recompensa do jejuador.”

[Jami' at-Tirmidhi, Hadith 807; Sunan Ibn Majah, Hadith 1746]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
☐ Adhkar da noite
☐ Leitura do Qur.ān
☐ Estudo Religioso
☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Quem disser: ‘SubhanAllāhi wa bihamdihi’ (Glorificado é Allah e louvado seja Ele) cem vezes por dia, terá seus pecados perdoados, mesmo que sejam como a espuma do mar.”

[Sahih al-Bukhari, n° 6405; Sahih Muslim, n° 2691]

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____
 Ayah: _____
 Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

“Alimentem o faminto, visitem o doente e libertem os cativos.”

[Sahih al-Bukhari, n° 5649 e Sahih Muslim , n° 4092]

12 Ramadân 1447

Eu jejei hoje? ☐ Sim ☐ Não

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____
Ayah: _____
Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

“Os sinais de um hipócrita são três: sempre que fala, mente; sempre que promete, quebra sua promessa; e sempre que lhe é confiado algo, trai (se mostra desonesto).”

[Sahih al-Bukhari, nº 33 e Sahih Muslim, nº 59]

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____
 Ayah: _____
 Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Quem suprime sua raiva, mesmo que pudesse agir conforme sua ira se desejasse, Allâh o chamará diante de toda a criação no Dia da Ressurreição e permitirá que ele escolha entre as Hūr al-'Ayn o que desejar.”

[Sunan Abi Dawud, nº 4777]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____
 Ayah: _____
 Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Quem orar o Fajr em congregação, depois se sentar lembrando de Allāh até o sol nascer, e depois orar duas unidades de oração, terá a recompensa completa de um Hajj e uma 'Umrah, completa, completa, completa.”

[Sunan at-Tirmidhi, n° 586]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____
 Ayah: _____
 Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“As duas Rak'ah antes da oração do Fajr são melhores do que este mundo e tudo o que ele contém.”

[Sahih Muslim, nº 725]

16 Ramadân 1447

Eu jejei hoje? ☐ Sim ☐ Não

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____
Ayah: _____
Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

“Não há nenhum muçulmano que visite outro muçulmano ao amanhecer, exceto que setenta mil anjos rezam por ele até a noite, e se ele o visitar à tarde, setenta mil anjos rezam por ele até a manhã, e ele terá uma colheita no Paraíso.”

[Sunan al-Tirmidhi, n° 969 e Sunan Ibn Majah, Hadith 1442]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Quem jejuar durante o Ramadān com fé e esperança de recompensa, seus pecados passados serão perdoados.”

[Al-Bukhari, n° 38; Muslim, n° 760]

18 Ramadān 1447

Eu jejei hoje? ☐ Sim ☐ Não

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____
Ayah: _____
Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

“Em verdade, no Paraíso há um portão chamado Ar-Rayyan, pelo qual entrarão os que jejuaram no Dia da Ressurreição, e ninguém além deles entrará por ele.”

[Sahih al-Bukhari, nº 1896 e Sahih Muslim, nº 1152]

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____
 Ayah: _____
 Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

*“O Profeta ﷺ se esforçava nas últimas dez noites (de Ramadān)
 de uma forma que não fazia em outras noites.”*

[Sahih Muslim, nº 1175]

Narrado por "Āishah bint Abi Bakr (رضي الله عنها) que:

"Quando começavam as últimas dez noites de Ramaḍān, o Profeta ﷺ apertava seu izar (se preparava com mais empenho), passava a noite em adoração e acordava sua família."

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Livro 32, n° 2024 e
Ṣaḥīḥ Muslim, Livro 13, n° 1174]

20 Ramadân 1447

Eu jejei hoje? ☐ Sim ☐ Não

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

"Um homem disse: "Ó Mensageiro de Allāh ﷺ, quais direitos os pais têm sobre os seus filhos?" Ele respondeu: "Eles são o seu Paraíso e o seu Inferno."

[Sunan Ibn Majah, nº 3662]

21 Ramadân 1447

Eu jejei hoje? ☐ Sim ☐ Não

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____
Ayah: _____
Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

“Procurem a Noite do Decreto nas noites ímpares dos últimos dez dias do Ramadân.”

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, Livro 32, Hadith 7]

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____
 Ayah: _____
 Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“O Profeta ﷺ costumava fazer i'tikaf nos últimos dez dias de cada Ramadān. No ano em que faleceu, ele fez i'tikaf por vinte dias.”

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, n° 2044]

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“As pessoas mais amadas por Allāh são as que trazem mais benefícios para as outras pessoas.”

[Al-Mu'jam al-Awsat de At-Tabarani, n° 6192]

24 Ramadān 1447

Eu jejei hoje? ☐ Sim ☐ Não

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____
Ayah: _____
Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

“Sabei que o revelamos (o Alcorão), na noite do Decreto. E o que te fará entender o que é a noite do Decreto? A noite do Decreto é melhor do que mil meses.”

[Surah Al-Qadr 97:3]

Na autoridade de Abū Hurairah, que Allāh tenha
misericórdia dele, que o Profeta ﷺ disse:

*“Quem quer que se levante em oração na noite do Decreto Divino
com fé verdadeira e esperando a sua recompensa, então seus
pecados anteriores serão perdoados. Quem quer que jejue no mês
do Ramadān com fé verdadeira e esperando a sua recompensa,
então seus pecados anteriores serão perdoados.”*

[Al-Bukhārī, n° 2014 e Muslim, n° 759]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____
 Ayah: _____
 Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Aishah perguntou: “Ó Mensageiro de Allāh, o que devo dizer se souber qual é a noite de Laylat al-Qadr?” Ele respondeu: “Diga: ‘Ó Allah, Tu és Perdoador e amas o perdão, então perdoa-me.’”

[Jami’ at-Tirmidhi, n° 3513]

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
'Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
'Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____
 Ayah: _____
 Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

“O seu sorriso para o seu irmão é uma caridade.”

[Al-Tirmidhi, n° 1956]

27 Ramadān 1447

Eu jejei hoje? ☐ Sim ☐ Não

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)



Reflexões

“Certamente, Allāh ama aqueles que se arrependem constantemente e ama os que se purificam.”

[Surah Al-Baqarah 2:222]

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ân
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Quando o Mensageiro de Allah ﷺ realizava uma ação, ele a tornava constante.”

[Sahih Muslim, n° 746]

Monitoramento da Salah:**Intenção para o dia:**

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Monitoramento de Leitura:**Check-list do dia:**

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Aquele que gostaria que sua provisão fosse aumentada e sua vida prolongada, que mantenha seus laços de parentesco.”

[Sahih al-Bukhari, Livro 78, Hadith 206]

Monitoramento da Salah:

	Fardh	Sunnah	
Fajr	☐	☐	☐ Tahajjud
Zuhr	☐	☐	☐ Duha
‘Asr	☐	☐	
Maghrib	☐	☐	
‘Isha	☐	☐	☐ Tarawih/Witr

Intenção para o dia:

Monitoramento de Leitura:

Surah: _____

Ayah: _____

Página: _____

Check-list do dia:

- ☐ Adhkar da manhã
- ☐ Adhkar da noite
- ☐ Leitura do Qur.ān
- ☐ Estudo Religioso
- ☐ Boa ação (atitude)

**Reflexões**

“Remover algo prejudicial do caminho é uma caridade.”

[Al-Bukhārī, n° 2989 e Muslim, n° 1009]

‘An Umm ‘Atiyyah, raḍiAllāhu ‘anhā , disse:

"O Mensageiro de Allāh ﷺ nos ordenou que as levássemos (as mulheres) para o 'Eid al-Fitr e 'Eid al-Adha: as jovens, as menstruadas e as reclusas em seus aposentos. Quanto às menstruadas, elas devem se afastar da oração, mas testemunharão o bem e a súplica dos muçulmanos."

[Sunan Abu Dawud, n° 1130 e Sunan Ibn Majah, n° 1280]

Chegamos ao 'Eid

O Takbīr recitado no dia do 'Eid (tanto no 'Eid al-Fitr quanto no 'Eid al-Adha) é o seguinte:

الله أكبر، الله أكبر، الله أكبر،
لا إله إلا الله،
الله أكبر، الله أكبر، والله الحمد

Transliteração:

Allāhu Akbar, Allāhu Akbar, Allāhu Akbar, La ilaha illa Allāh, Allāhu Akbar, Allāhu Akbar, wa li-Llahi al-hamd.

Tradução:

“Allāh é o Maior, Allāh é o Maior, Allāh é o Maior. Não há divindade digna de adoração exceto Allāh. Allāh é o Maior, Allāh é o Maior, e a Allāh pertence todo o louvor.”

Este Takbīr é recitado repetidamente no dia de 'Eid, começando no Fajr até a oração do 'Eid e até que o Khutbah (sermão) termine.

Preparação Para o ‘Eid

Lista de afazeres no Eid:

- Recitar o Takbir do Maghrib no último dia do Ramadã até o Eid:

*Allaahu Akbar, Allaahu Akbar (Allahu Akbar), laa ilaaha ill-Allaah,
Allaahu Akbar, Allaahu Akbar (Allahu Akbar), wa Lillaahi'l-hamd*

**Pode dizer Allahu Akbar 2 ou 3 vezes, ambas são permitidas.*

- Fazer ghusl, alguns dos salaf costumavam fazer isso
- Usar Miswaak
- Vestir as melhores roupas, mas garantindo a modéstia
- Passar perfume (somente homens)
- Ir para o local da oração do Eid cedo e comer um número ímpar de tâmaras antes de fazer isso.
- Dar Sadaqah al Fitr (Zakat al Fitr) antes da oração do Eid.
- Caminhar até o local da oração do Eid e retornar por uma rota diferente
- Ouvir a Khutbah (Sermão) após a oração
- Cumprimentar e parabenizar os irmãos e irmãs:

تقبل منا ومنكم

(Taqabbal Minna wa Minkum)

“Que Allah aceite de nós e de vocês (as nossas boas ações)”

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

'Abdullah ibn 'Umar, que Allāh tenha misericórdia dele,
disse:

"O Mensageiro de Allāh ﷺ fazia o Takbīr no dia de 'Eid al-Fitr desde o momento em que saía de sua casa até chegar ao local da oração."

[Ṣaḥīḥ al-Bukhārī, n° 956]

Depois do Ramadān

*Colhendo os Frutos: Tudo o que você precisa
para continuar após o Ramadān*



Abu Ayyub relatou que o Mensageiro de Allāh ﷺ disse:

“Aquele que observa o jejum no mês do Ramadān e também observa o jejum por seis dias no mês de Shawwal, é como se tivesse observado o jejum pelo ano todo.”

[Ṣaḥīḥ Muslim, n° 1164]

Permanecendo Firme Depois do Ramaḍān

Por Shaykh Ṣāliḥ ibn Fawzān al-Fawzān

Extraído de: Aḥādīth as-Ṣiyām: Aḥkām wa Ādāb, págs. 155-157

Abu Ayyub relatou que o Mensageiro de Allāh ﷺ disse:

"Ó Mensageiro de Allāh, diga-me algo sobre o Islām, de modo que eu não precise perguntar a mais ninguém além de você (sobre isso)."

Ele ﷺ disse:

"Diga: Eu creio em Allāh (Āmantu biAllāh), e então permaneça firme nisso (thumma istaqim)."

[Ṣaḥīḥ Muslim, n° 38]

Este ḥadīth é uma evidência de que o servo, após ter Īmān (fé) em Allāh, é obrigado a perseverar e permanecer firme em obedecê-Lo, cumprindo os atos obrigatórios e evitando aquilo que é proibido. Isso é alcançado ao seguir o Caminho Reto (aṣ-Ṣirāṭ al-Mustaḳīm), que é a Religião firme, sem se desviar para a direita nem para a esquerda.

Se um muçulmano viveu o Ramaḍān, jejuou em seus dias e orou durante suas noites, e neste mês se acostumou a realizar boas ações, então ele deve continuar nessa obediência a Allāh em todos os momentos. Este é o verdadeiro estado do servo (‘abd), pois, de fato, o Senhor dos meses é Um (Allāh) e Ele está sempre vigilante e testemunhando Seus servos em todos os instantes.

Certamente, a firmeza após o Ramaḍān e a retificação das palavras e ações de uma pessoa são dos maiores sinais de que ela realmente se beneficiou do mês de Ramaḍān e que se esforçou em obediência. Estes são indícios de aceitação e sinais de sucesso.

Além disso, as ações do servo não chegam ao fim com o término de um mês e o início de outro. Em vez disso, elas continuam e se estendem até que ele alcance a morte, pois Allāh disse:

"E adore ao seu Senhor até que chegue a certeza (ou seja, a morte)."
[Surat-ul-Hijr: 99]

Quando o jejum de Ramaḍān chega ao fim, o jejum voluntário continua sendo prescrito ao longo do ano, e todo louvor é devido a Allāh. Da mesma forma, quando a oração noturna (Qiyām al-Layl) realizada durante o Ramaḍān termina, ainda assim todo o ano é um tempo para estabelecer a oração noturna. E quando o Zakāt al-Fiṭr se encerra, ainda existem o Zakāh obrigatório, bem como a caridade voluntária, que continuam ao longo de todo o ano.

O mesmo se aplica à recitação do Alcorão (Qur.ān) e à reflexão sobre seus significados, bem como todas as demais boas ações que são desejáveis, pois elas podem ser praticadas em qualquer momento. Entre as muitas bênçãos que Allāh concedeu aos Seus servos está o fato de Ele ter estabelecido diversos tipos de atos de adoração e inúmeros meios para a prática do bem. Por isso, o entusiasmo e o zelo do muçulmano devem ser constantes, e ele deve continuar a servir ao seu Senhor.

É lamentável encontrar algumas pessoas que realizam diversos atos de adoração durante o Ramaḍān (preservam rigorosamente as cinco orações diárias na mesquita, recitam o Qur.ān abundantemente e oferecem caridade de seus bens. Porém, quando o Ramaḍān termina, tornam-se negligentes em sua adoração. Em alguns casos, chegam até a abandonar as obrigações, tanto de forma geral, como a oração em congregação, quanto de forma específica, como a oração do Fajr!

Além disso, passam cometer atos proibidos, como dormir além do tempo das orações, frequentar lugares de futilidade e entretenimento, e misturar-se livremente em ambientes públicos (livre interação entre os gêneros), especialmente no dia do 'Eid!

Livrar-se desses males só é possível pela Graça de Allāh. Caso contrário, essas pessoas acabam destruindo o que construíram e desfazendo o que estabeleceram. Isso é um sinal de privação e um indício de perdição. Pedimos a Allāh por Sua proteção e salvaguarda!

Certamente, há pessoas que consideram o arrependimento e o abandono dos pecados como algo específico e restrito ao mês de Ramaḍān. Assim, quando o mês termina, deixam de praticar boas ações. É como se tivessem abandonado os pecados por causa do Ramaḍān e não por temor a Allāh. Quão lamentável é a condição daqueles que parecem conhecer Allāh apenas durante o Ramaḍān!

Na verdade, o sucesso que Allāh concede ao Seu servo está no fato de Ele tê-lo auxiliado a jejuar o Ramaḍān. Esse auxílio é uma grande bênção de Allah e exige que o servo seja grato a seu Senhor. Esse significado é indicado na fala de Allāh, após Ele ter completado o favor do mês de jejum:

*"E completai o número de dias, e glorificai Allāh
(dizendo Allāhu Akbar) por tê-los guiado, para
que possais ser agradecidos a Ele."
[Surah Al Baqarah: 185]*

Assim, aquele que é grato por ter jejuado permanece nessa condição e continua a praticar boas ações.

De fato, a verdadeira conduta de um muçulmano é a de alguém que louva e agradece ao seu Senhor por ter sido agraciado com o jejum e com a realização do Qiyām (oração noturna). Sua condição após o Ramaḍān torna-se melhor do que antes dele: está mais disposto à obediência, mais desejoso de praticar boas ações e mais diligente no cumprimento dos atos obrigatórios. Isso ocorre porque ele se beneficiou desse grande instituto de aprendizado. Ele se comporta como alguém que teme que seu jejum não tenha sido aceito, pois, de fato, Allāh aceita apenas daqueles que possuem Taqwā (temor a Allāh).

Os piedosos predecessores (as-Salaf aṣ-Ṣāliḥ) esforçavam-se para completar e aperfeiçoar suas ações, esperando que fossem aceitas e temendo que fossem rejeitadas. Entre os relatos de 'Alī (que Allāh esteja satisfeito com ele) consta que ele disse:

*"Preocupe-se mais em ter suas ações aceitas do que com a ação em
si. Você não ouviu Allāh dizer: 'Certamente, Allāh só aceita
daqueles que têm Taqwā'?"
[Surat-ul-Mā'idah: 27], [Laṭā'if al-Ma'ārif, pág. 246]*

‘Āishah (que Allāh esteja satisfeito com ela) disse:

"Perguntei ao Mensageiro de Allāh ﷺ sobre o versículo: 'E aqueles que dão aquilo que dão (ou seja, caridade e outras boas ações), enquanto seus corações tremem de medo.' São eles aqueles que bebem álcool e roubam?" Ele (ṣallallāhu ‘alayhi wa sallam) respondeu: "Não, ó filha de aṣ-Ṣiddīq. Pelo contrário, são aqueles que jejuam, oram e dão caridade, mas temem que isso não seja aceito deles. São aqueles que se apressam em realizar boas ações e são os primeiros a fazê-las."

[Relatado por at-Tirmidhī e autenticado por al-Albānī em seu Ṣaḥīḥ.]

Portanto, seja advertido, e novamente advertido, contra o retrocesso após ter alcançado a orientação, e contra o desvio após a perseverança! E peça a Allāh que lhe conceda firmeza na prática das ações justas e continuidade na realização das boas obras. Suplique também para que Ele lhe conceda um bom final, e aceite de nós o nosso Ramaḍān.

É relatado que Mu'lā b. Al-Faḍl – que Allāh tenha misericórdia dele – disse:

“Eles (os Salaf) costumavam suplicar para Allāh por seis meses pedindo a Ele para fazê-los chegar até o mês do Ramadān. E eles costumavam suplicar por seis meses para que Allāh aceitasse (o jejum e a adoração deles no Ramadān).”

Abūl-Qāsim Al-Aṣbahānī, At-Targhīb wa At-Tarhīb, artigo 1761

Recursos Para o Ramadã

*Páginas pensadas para te acompanhar com leveza
ao longo do Ramadã*



Cenário 1: Leitura em 30 dias

DIA	JUZ	SURAH INÍCIO	AYAH	SURAH FIM	AYAH
1	1	AL-FATIHA (1)	1	AL-BAQARAH (2)	141
2	2	AL-BAQARAH (2)	142	AL-BAQARAH (2)	252
3	3	AL-BAQARAH (2)	253	AL-IMRAN (3)	92
4	4	AL-IMRAN (3)	93	AN-NISA (4)	23
5	5	AN-NISA (4)	24	AN-NISA (4)	147
6	6	AN-NISA (4)	148	AL-MA'IDAH (5)	81
7	7	AL-MA'IDAH (5)	82	AL-AN'AM (6)	110
8	8	AL-AN'AM (6)	111	AL-A'RAF (7)	87
9	9	AL-A'RAF (7)	88	AL-ANFAL (8)	40
10	10	AL-ANFAL (8)	41	AT-TAWBAH (9)	92
11	11	AT-TAWBAH (9)	93	YUNUS (10)	25
12	12	HUD (11)	6	YUSUF (12)	52
13	13	YUSUF (12)	53	IBRAHIM (14)	52
14	14	AL-HIJR (15)	1	AN-NAHL (16)	128
15	15	AL-ISRA (17)	1	AL-KAHF (18)	74
16	16	AL-KAHF (18)	75	MARYAM (19)	98
17	17	AL-ANBIYA (21)	1	AL-HAJJ (22)	78
18	18	AL-MU'MINUN (23)	1	AL-FURQAN (25)	20
19	19	AL-FURQAN (25)	21	AN-NAML (27)	55
20	20	AN-NAML (27)	56	AL-ANKABUT (29)	45
21	21	AL-ANKABUT (29)	46	AL-AHZAB (33)	30
22	22	AL-AHZAB (33)	31	YA-SIN (36)	27
23	23	YA-SIN (36)	28	AZ-ZUMAR (39)	31
24	24	AZ-ZUMAR (39)	32	FUSSILAT (41)	46
25	25	FUSSILAT (41)	47	AL-JATHIYAH (45)	37
26	26	AL-AHQAF (46)	1	ADH-DHARIYAT (51)	30
27	27	ADH-DHARIYAT (51)	31	AL-HADID (57)	29
28	28	AL-MUJADILA (58)	1	AT-TAHIM (66)	12
29	29	AL-MULK (67)	1	AL-MURSALAT (77)	50
30	30	AN-NABA (78)	1	AN-NAS (114)	6

Cenário 2: Leitura a cada 10 dias

DIA	JUZ	SURAH INÍCIO	AYAH	SURAH FIM	AYAH
1	1-3	AL-FATIHA (1)	1	AL-IMRAN (3)	92
2	4-6	AL-IMRAN (3)	93	AL-MA'IDAH (5)	81
3	7-9	AL-MA'IDAH (5)	82	AL-ANFAL (8)	40
4	10-12	AL-ANFAL (8)	41	YUSUF (12)	52
5	13-15	YUSUF (12)	53	AL-KAHF (18)	74
6	16-18	AL-KAHF (18)	75	AL-FURQAN (25)	20
7	19-21	AL-FURQAN (25)	21	AL-AHZAB (33)	30
8	22-24	AL-AHZAB (33)	31	FUSSILAT (41)	46
9	25-27	FUSSILAT (41)	47	AL-HADID (57)	29
10	28-30	AL-MUJADILA (58)	1	AN-NAS (114)	6

Cenário 3: Leitura a cada 3 dias

DIA	JUZ	SURAH INÍCIO	AYAH	SURAH FIM	AYAH
1	1-10	AL-FATIHA (1)	1	AT-TAWBAH (9)	92
2	11-20	AT-TAWBAH (9)	93	AL-ANKABUT (29)	45
3	21-30	AL-ANKABUT (29)	46	AN-NAS (114)	6

Durante o Ramadãn, a melhor forma de completar a leitura do Qur.ãn é aproveitando momentos chave do dia. Estas são algumas sugestões de horários ideais:

1. **Após o Fajr:** Esse é um dos melhores momentos, pois a mente está fresca e o ambiente é tranquilo. Aproveite de 30 a 60 minutos para ler com concentração.
2. **Antes ou após o Dhuhr:** Um período calmo entre a manhã e a tarde. Dedique de 30 a 60 minutos para a leitura nesse momento.
3. **Antes de dormir, depois do Tarāwih:** Se ainda não tiver concluído a leitura do dia, esse é o momento ideal. Leia por cerca de 30 minutos em um ambiente calmo.

O segredo está no planejamento e na disciplina, mantendo uma rotina constante, mesmo que em pequenas porções. Como sabemos, as ações mais amadas por Allāh são aquelas que são feitas de forma contínua, ainda que sejam pequenas. Dessa forma, você consegue atingir suas metas diárias e aproveitar ao máximo este mês abençoado.

Aishah, que Allāh esteja satisfeita com ela, relatou que o Mensageiro de Allāh ﷺ disse:

“Aquele que é proficiente na recitação do Qur.ān estará com os escribas honoráveis e obedientes (anjos), e aquele que recita o Qur.ān e encontra dificuldades na recitação, esforçando-se para recitar da melhor maneira possível, terá uma recompensa dupla.”

[Sahih Al-Bukhāri, Volume 6, Livro 61, Hadith 568 e
Sahih Muslim, Livro 4, Hadith 1780]

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا
 نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا
 الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا
 خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ
 وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ
 حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

Transliteração:

*Alláhu Lá Iláha Illá Hu Al Haiyul Qaiyum Lá Ta'khuzúhu Sinatun Wa Lá Naum
 Lahú Má Fis-Samáwáti Wa Má Fil Ardh Manzal-lazi Yashfa'u Indahú Illá Bi
 Iznih Yá'lamu Má Baina Aidihim Wa Má Khalfahum Wa Lá Yuhituna Bishai Im-
 min Ilmihi Illá Bi Má Shá' Wa Si'a Kurssiy-yuhus Samáwáti Wal Ardh Wa Lá
 Ya'u Duhu Hifzuhuma Wa Hurwal Aliyul Azim*

Tradução:

*“Allah, não existe deus senão Ele, O Vivente, Aquele que subsiste por Si mesmo.
 Não O tomam nem sonolência nem sono. DEle é o que há nos céus e o que há na
 terra. Quem intercederá junto dEle senão com Sua permissão? Ele sabe seu
 passado e seu futuro, e nada abarcam de Sua ciência senão aquilo que Ele quer.
 Seu Trono abrange os céus e a terra e não O afadiga custodiá-los. E Ele é O
 Altíssimo, O Magnífico.”*

Ayat-ul-Kursī [Surah Al-Baqarah 2:255]

Recitar esta āyah pela manhã e à noite protege contra o mal.

[An-Nasā'ī (984), Ṣaḥīḥ al Albānī]

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ۝ ١ اللَّهُ الصَّمَدُ ۝ ٢ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ۝ ٣
وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ۝ ٤

Transliteração:

1. Qul huwallahu ahad 2. Allahus samad 3. Lam yalid walam yulad 4. Walam yakun
lahu kufurwan ahad

Tradução:

“1. Diga: “Ele é Allah, Único 2. Allah! O Absoluto! 3. Jamais gerou ou foi gerado! 4. E
ninguém é comparável a Ele!.

[Sūrah al-Ikhlāṣ (112)]

Recitar três vezes pela manhã e à noite protege contra todo o mal.

[Abu Dāwūd (5082), At-Tirmidhī (3575)]

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ۝ ١ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ۝ ٢ وَمِنْ شَرِّ
غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ۝ ٣ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ ۝ ٤
وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ۝ ٥

Transliteração:

1. Qul aaoothu bi rabbil falaq 2. Min sharri ma khalaq 3. Wa min sharri ghaasiqin
itha waqab 4. Wa min sharrin naffathati fil uqad 5. Wa min sharri haasidin itha
hasad

Tradução:

“1. Dize: Amparo-me no Senhor da Alvorada 2. Do mal de quem por Ele foi criado 3. Do mal da tenebrosa noite, quando se estende 4. Do mal dos que praticam ciências ocultas 5. Do mal do invejoso, quando inveja!”

[Sūrah al-Falaq (113)]

Recitar três vezes pela manhã e à noite protege contra todo o mal.
[Abu Dāwūd (5082), At-Tirmidhī (3575)]

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ۝ ١ مَلِكِ النَّاسِ ۝ ٢ إِلَهِ النَّاسِ ۝ ٣
مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ۝ ٤ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي
صُدُورِ النَّاسِ ۝ ٥ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ۝ ٦

Transliteração:

1. Qul aaoothu birabbin naas 2. Malikin naas 3. Ilaahin naas 4. Min sharril waswasil khannas 5. Allathee yuwaswisu fi suduurin naas 6. Minal jinnati wan naas

Tradução:

“1. Dize: Amparo-me no Senhor dos humanos 2. O Rei dos humanos 3. O Deus dos humanos 4. Contra o mal do sussurro do malfetor 5. Que sussurra aos corações dos humanos 6. Entre gênios e humanos!”

[Sūrah an-Naas (114)]

Recitar três vezes pela manhã e à noite protege contra todo o mal.
[Abu Dāwūd (5082), At-Tirmidhī (3575)]

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّهُ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا
فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

Transliteração:

*Bismi-llāhi alladhī lā yaḍurru ma'a ismihi shay'un fī-l-arḍi wa-lā fī-s-samā', wa
huwa as-Samī'u al-'Alīm.*

Tradução:

*“Em nome de Allāh, com cujo nome nada pode causar dano na terra nem nos céus, e
Ele é o Oniouvinte, o Onisciente.”*

[At-Tirmidhī (3388), Aḥmad (446)]

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ

Transliteração:

Subḥānallāh wa biḥamdihi

Tradução:

“Glorificado seja Allāh e todos os louvores são para Ele.”

Quem recitar 100 vezes terá todos os pecados perdoados, mesmo que sejam
como a espuma do mar.
[Muslim (2692)]

رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيًّا

Transliteração:

Radītu bi-llāhi rabban wa bil-islāmi dīnan wa bi-Muḥammadin nabiyyan

Tradução:

“Estou satisfeito com Allāh como meu Senhor, com o Islām como minha religião e com Muḥammad como meu Profeta.”

[At-Tirmidhī (3389), Aḥmad (18967)]

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ،
وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

Transliteração:

Lā ilāha illa-llāhu waḥdahu lā sharika lah, lahu-l-mulku wa lahu-l-ḥamdu wa huwa ‘alā kulli shay’in qadīr

Tradução:

“Não há divindade além de Allāh, Único, sem parceiros. A Ele pertence o domínio e a Ele o louvor, e Ele é sobre todas as coisas Poderoso.”

[At-Tirmidhī (3464)]

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ

Transliteração:
Astaghfirullāh wa atūbu ilayh.

Tradução:
“Peço perdão a Allāh e retorno a Ele em arrependimento.”

[Muslim (2702)]

حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ، عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ
الْعَرْشِ الْعَظِيمِ

Transliteração:
Ḥasbiya-llāhu lā ilāha illā huwa, ‘alayhi tawakkaltu wa huwa Rabbu-l-‘arshi-l-‘azīm.

Tradução:
“Allah é suficiente para mim. Não há ninguém digno de adoração exceto Ele. Nele eu coloco minha confiança, Ele é o Senhor do Trono Majestoso.”

Allāh concederá àquele que recita 7x de manhã ou a noite o
que quer que ele deseje neste mundo ou no Próximo.
[Ibn as-Sunnī, n° 71 e Abū Dāwūd, 4/321.]

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ، وَزِنَةَ
عَرْشِهِ، وَمَدَادَ كَلِمَاتِهِ

Transliteração:

*Subhāna-llāhi wa biḥamdihi, ‘adada khalqihi, wa riḍā nafsihi, wa zinata ‘arshihi,
wa midāda kalimātihi.*

Tradução:

*“Glorificado seja Allah e louvor a Ele, pelo número de Suas criaturas, pela satisfação
de Sua Essência, pelo peso de Seu Trono e pela extensão de Suas Palavras.”*

Saḥiḥ Muslim, 4/2090

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّبًا، وَعَمَلًا مُتَقَبَّلًا

Transliteração:

*Allāhumma innī as’aluka ‘ilman nāfi‘an, wa rizqan ṭayyiban, wa ‘amalan
mutaqabbalan.*

Tradução:

“Ó Allah, peço-Te conhecimento benéfico, sustento puro e ações aceitas”

[Ibn as-Sunnī, n° 54 e Sunan Ibn Mājah, n° 925.]

اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ
 عَافِنِي فِي بَصَرِي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ
 مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ
 الْقَبْرِ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ

Transliteração:

Allāhumma ‘āfinī fī badanī, Allāhumma ‘āfinī fī sam‘ī, Allāhumma ‘āfinī fī baṣarī, lā ilāha illā anta. Allāhumma innī a‘ūdhu bika mina-l-kufri wa-l-faqri, Allāhumma innī a‘ūdhu bika min ‘adhābi-l-qabri, lā ilāha illā anta.

Tradução:

“Ó Allah, concede-me saúde em meu corpo. Ó Allah, concede-me saúde em minha audição. Ó Allah, concede-me saúde em minha visão. Não há ninguém digno de adoração exceto Tu. Ó Allah, busco refúgio em Ti contra a incredulidade e a pobreza. Ó Allah, busco refúgio em Ti contra o castigo do túmulo. Não há ninguém digno de adoração exceto Tu.”

[Abū Dāwūd, n° 5090 autenticado por Shaykh al-Albānī em Ṣaḥīḥ Abī Dāwūd]

اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ

Transliteração:

Allāhumma ṣalli wa sallim ‘alā nabiyyinā Muḥammad

Tradução:

“Ó Allah, envia Tuas bênçãos e paz sobre o nosso Profeta Muḥammad.”

[Ṣaḥīḥ at-Targhib wa at-Tarhib 1/273]

Sites Recomendáveis

- Em Português -

<https://al-muminun.net/portal/>
<https://al-muminun.net/portal/forum/>
<https://nuralislampublicacoes.com/>
<https://islaoriginal.org/>
<https://povodohadith.com/>

- Em Inglês -

www.mpubs.org
www.salafipublications.com
www.sunnahpublishing.net
www.miraathpublications.net
www.bakkah.net
www.ah-sp.com
www.abukhadeejah.com
www.troid.ca
www.islaam.ca
www.learnaboutislam.co.uk
www.islamagainstextremism.com
www.salaficentre.com
www.sayingsofthesalaf.net
www.dusunnah.com
www.Aboutatheism.net/
www.Salaf.com
www.salafitalk.co
www.germantownmasjid.com/
www.mtws.posthaven.com/
www.followthesalaf.com/

Bibliografia

- [1] Shaykh Ṣāliḥ Āl al-Shaykh. The Fiqh of Fasting Ramaḍān Workbook. Tradução: Hassan Somali. 1a. ed. Philadelphia, PA: Hikmah Publications, 2015.
- [2] Al-Badr, ‘Abdur-Razzāq. Ramaḍān Has Arrived: A Month in Which the Gates of Paradise are Opened and the Gates of Hellfire are Locked. Philadelphia, PA: Hikmah Publications, 2014.
- [3] AL-UTHAYMĪN, M. BIN S. Lessons on Fasting, Taraaweesh & Zakaat + 48 Questions & Answers on Fasting. Tradução: Isma’eel Alarcon. 1a. ed. New York, NY: Al-Ibaanah Book Publishing , 2006.
- [4] AL-HĀSHIMĪ, O. Chosen opportunities from Allah. Disponível em: <<https://www.sayingsofthesalaf.net/opportunities-from-allah/>>. Acesso em: 25 nov. 2024.
- [5] AL-HĀSHIMĪ, O. The whole year for Ramadan. Disponível em: <<https://www.sayingsofthesalaf.net/whole-year-ramadan/>>. Acesso em: 25 nov. 2024.
- [6] AL-HĀSHIMĪ, O. Umar’s instructions on the first night of Ramadan. Disponível em: <<https://www.sayingsofthesalaf.net/umars-instructions-on-the-first-night-of-ramadan/>>. Acesso em: 24 nov. 2024.
- [7] AL-HĀSHIMĪ, O. Make fasting different. Disponível em: <<https://www.sayingsofthesalaf.net/make-fasting-different/>>. Acesso em: 25 nov. 2024.
- [8] AL-HĀSHIMĪ, O. Fasting and backbiting. Disponível em: <<https://www.sayingsofthesalaf.net/fasting-and-backbiting/>>. Acesso em: 25 nov. 2024b.
- [9] AL-HĀSHIMĪ, O. Sinning while fasting [does it break the fast?]. Disponível em: <<https://www.sayingsofthesalaf.net/sinning-while-fasting-does-it-break-the-fast/>>. Acesso em: 25 nov. 2024a.
- [10] AL-FAWZAAN, ‘ABDULLAAH IBN SAALIH. The Last Ten Days of Ramadaan. Disponível em: <<https://www.salafipublications.com/sps/sp.cfm?subsecID=ibd09&articleID=IBD090010&pfriend=>>>. Acesso em: 25 nov. 2024.

[11] ABDUL-WAHID, A. K. The Rulings of Zakāt Al-Fitr at the end of Ramadān: What to pay, when to pay, how to pay and who to pay? Disponível em: <<https://abukhadeejah.com/the-rulings-of-zakat-al-fitr/>>. Acesso em: 7 fev. 2026.

[12] ABDUL-WAHID, A. K. Saving one's soul in Ramadān and the grades of losers in this month: Benefits from Shaikh al-Fawzān. Disponível em: <<https://abukhadeejah.com/saving-ones-soul-in-ramadan-and-the-grades-of-losers-in-this-month-benefits-from-shaikh-al-fawzan/>>. Acesso em: 6 fev. 2026.

[13] AL-FAWZĀN, ṢĀLIḤ IBN FAWZĀN. Remaining Steadfast After Ramadan. Disponível em: <<http://www.salafitalk.net/st/viewmessages.cfm?Forum=6&Topic=7033>>. Acesso em: 8 fev. 2026.

*"Ó vocês que creem (alladhīna āmanū), temam (ittaquū) a Allāh
como Ele deve ser temido (haqqa tuqātih), e não morram
(tamūtunna) senão como muçulmanos (wa-antum muslimūn)."*

[Sūrah Āl 'Imrān (3:102)]

Diário do Ramadã

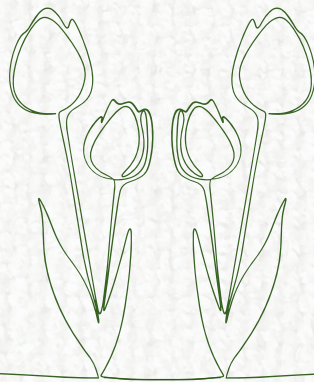
Um diário interativo para acompanhar o seu Ramadã

Este diário foi criado para acompanhar o seu Ramadã com intenção, organização e reflexão.

Ao longo destas páginas, você encontrará espaços para planejamento, leitura, acompanhamento das orações e reflexões diárias: tudo pensado para apoiar a sua jornada neste mês abençoado.

Que este diário seja um meio de aproximação, constância e consciência.

*“Ó Allah, me ajude a lembrar de Ti, a agradecer-Te e adorar-Te da melhor maneira possível.”
Âmîn.*



Segunda Edição

-1447-

-2026-