

# 메신저의 라마단



NEW MUSLIM  
ACADEMY

[www.newmuslimacademy.org](http://www.newmuslimacademy.org)

 /NewMuslimAcademy

 /aftershahaadah

 /NewMuslimAcadem

라마단의 달은 축복받은 달입니다. 이 달은 이슬람에서 가장 중요한 달 중 하나이며, 큰 가치와 많은 축복을 지니고 있습니다. 또한, 우리가 하나님과 가까워지고 하나님의 기쁨을 얻을 수 있는 가장 큰 기회 중 하나입니다. 하나님의 기쁨을 얻는 가장 좋은 방법은 사도 무함마드를 따르는 것입니다. 따라서 라마단 동안 사도의 행동과 습관을 살펴보는 것이 매우 중요합니다.



라마단에서 식사는 중요한 부분이므로, 사도께서 라마단 동안 어떻게 먹었는지, 언제, 무엇을, 얼마나 먹었는지를 살펴보겠습니다. 먼저, 사도께서는 꼭 정해진 시간에 식사를 했으며, 아주 빠르게 단식을 깬습니다. 이는 사도께서 마그립 예배(해질녘 기도)를 하기 전에 단식을 풀었다는 뜻입니다. 사도께서는 이때 많은 음식을 먹지 않고, 가볍게 먹었습니다. 이것이 그분의 전통이었습니다. 또한, 사도께서는 새벽 기도 시간인 파즈르 직전까지 아침 식사인 수후르(새벽 전 식사)를 미루었습니다. 이 뜻은 사도께서 이른 밤에 수후르를 먹지 않으셨다는 뜻입니다.

사도께서는 라마단 동안 무엇을 먹었을까요? 단식을 깨는 시간에 그는 완전히 익지 않은 신선한 대추야자(루탑)를 먹었습니다. 만약 그것을 찾을 수 없으면, 익은 건조한 대추야자(타무르)를 먹었습니다. 대추가 없으면, 물 몇 모금으로 단식을 종료 하셨습니다. 새벽 전 식사인 수후르 때는 대추야자(건조하고 익은 종류)를 먹을 것을 추천했습니다. 그가 먹은 음식은 양이 적고 준비가 간단하고 겸손했습니다.



사도께서는 아라비아 사막에서 살았고, 매우 더운 날씨였습니다. 그래서 그가 단식을 하고 있어도 더위가 너무 심할 때는 가끔 머리에 물을 부었습니다. 그의 추종자들 중 일부는 “그가 단식 중일 때 머리에 물을 붓는 것을 보았습니다”라고 말했습니다. 그가 그렇게 한 이유는 극심한 갈증과 더위 때문이었습니다. 이 이야기가 우리에게 무엇을 알려줍니까? 그것은 우리 몸에 지나치게 무리를 주지 말라는 것입니다. 하나님은 우리가 고통을 겪기를 원하지 않으십니다. 만약 예배를 위해 몸을 더 편안하게 유지할 수 있다면 그렇게 하세요. 필요하다면 찬물로 샤워를 하거나 에어컨을 키는 방법도 있습니다.

사도 무함마드는 라마단 동안 어떤 다른 일상적인 활동을 했을까요?

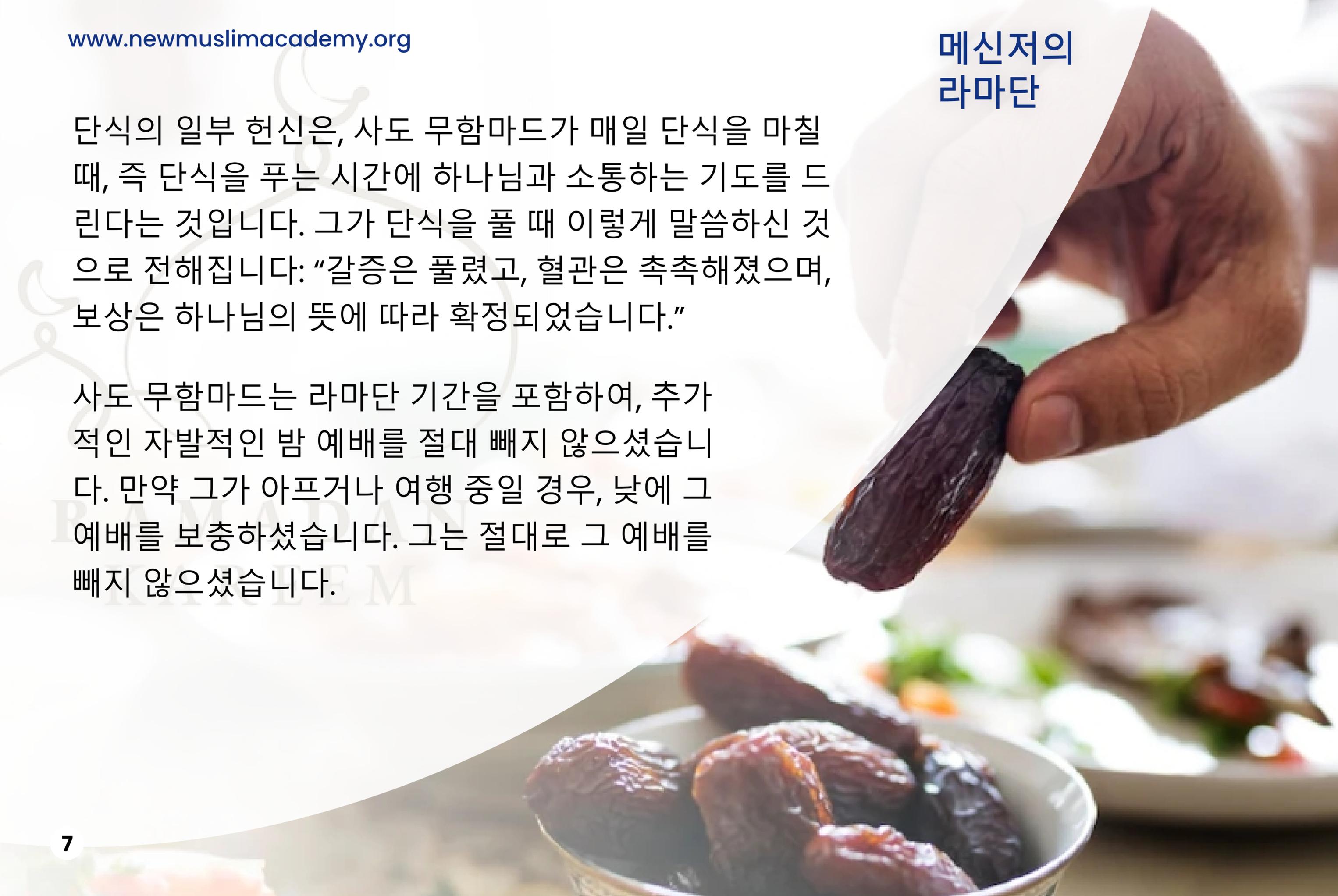
그는 자선 활동을 늘리고, 꾸란을 읽고 공부하는 데 시간을 보냈습니다(천사 가브리엘과 함께). 또한, 미스왁(이빨 닦는 도구)을 사용하여 구강 위생을 챙겼습니다.

사도 무함마드는 라마단 동안 가끔 여행을 가셨습니다. 때로는 단식을 하셨고, 때로는 여행 중에 단식을 깨기도 하셨습니다. 이는 편리함과 용서를 보여주는 행위였습니다. 그의 제자 중 한 명은 이렇게 말했습니다. “하나님의 사도께서는 여행 중에도 단식을 하셨고, 여행 중에 단식을 풀기도 하셨습니다.” 그의 본을 따르려는 사람은 단식을 풀 수도, 안 풀 수도 있습니다. 두 가지 방법 모두 자신에게 맞는 상태에 따라 적합합니다.

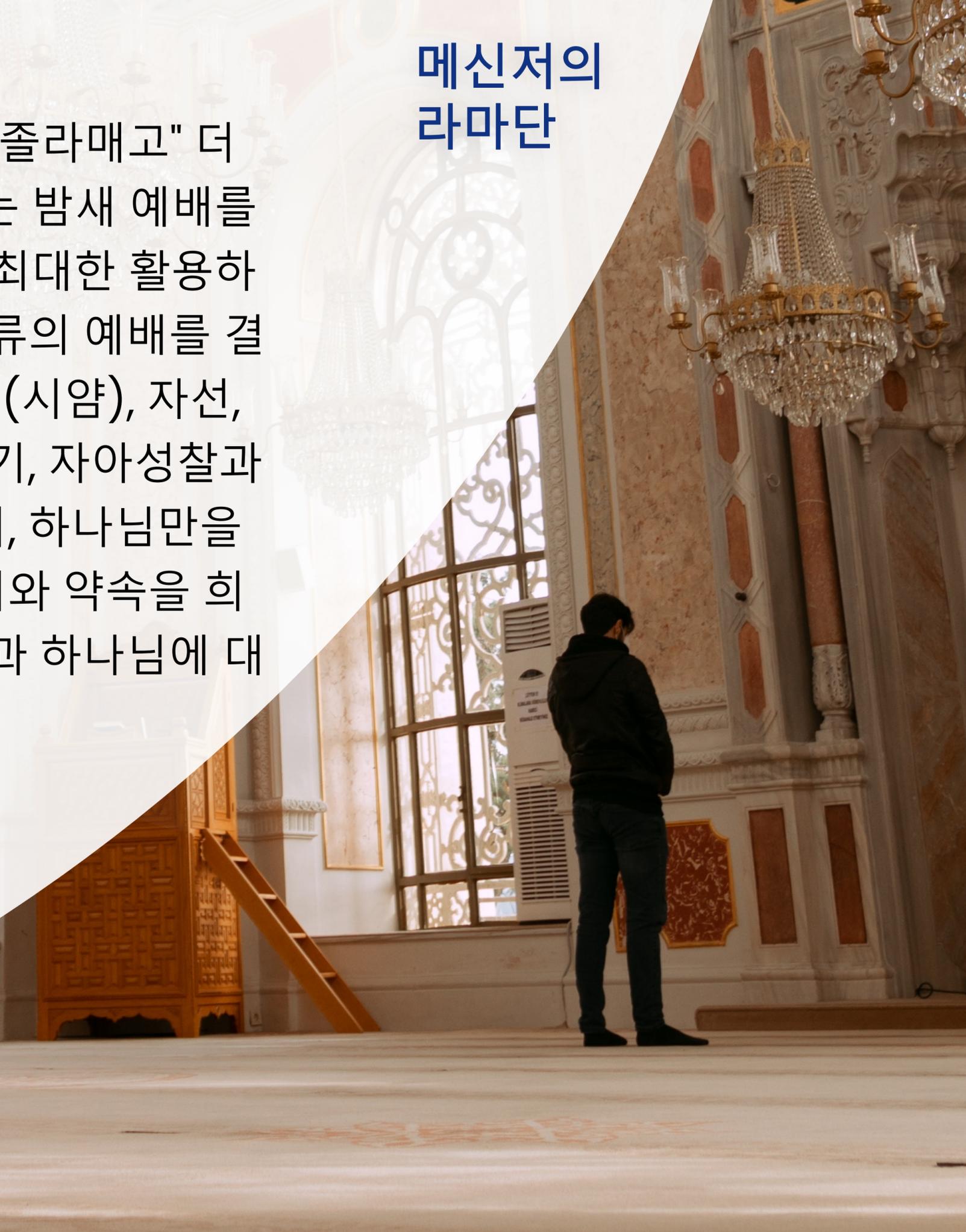


단식의 일부 헌신은, 사도 무함마드가 매일 단식을 마칠 때, 즉 단식을 푸는 시간에 하나님과 소통하는 기도를 드린다는 것입니다. 그가 단식을 풀 때 이렇게 말씀하신 것으로 전해집니다: “갈증은 풀렸고, 혈관은 촉촉해졌으며, 보상은 하나님의 뜻에 따라 확정되었습니다.”

사도 무함마드는 라마단 기간을 포함하여, 추가적인 자발적인 밤 예배를 절대 빠지 않으셨습니다. 만약 그가 아프거나 여행 중일 경우, 낮에 그 예배를 보충하셨습니다. 그는 절대로 그 예배를 빠지 않으셨습니다.

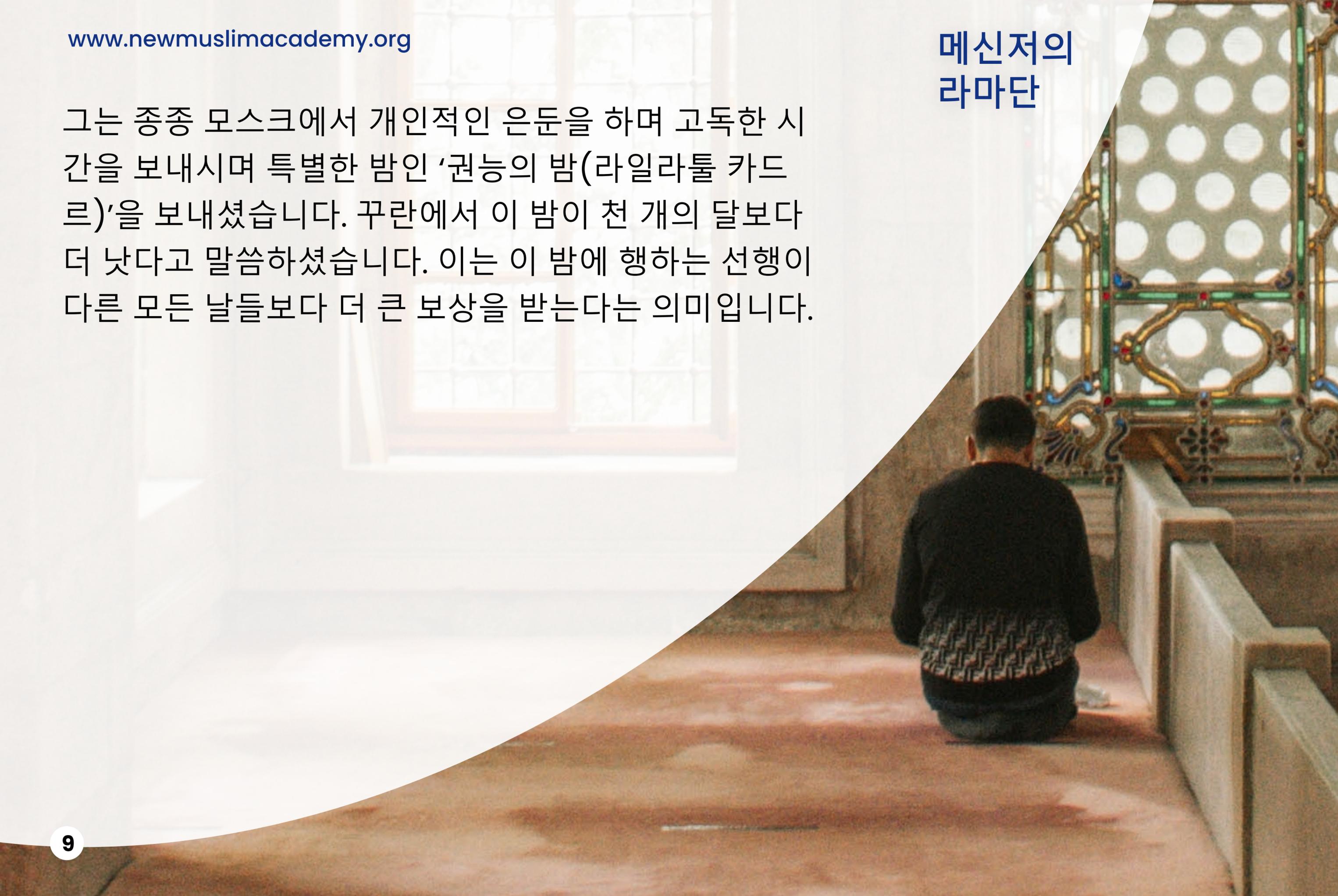


마지막 10일 동안, 사도께서는 "허리띠를 졸라매고" 더욱 엄격히 경건한 생활을 하셨습니다. 그는 밤새 예배를 드리며, 자신과의 싸움을 통해 이 시간을 최대한 활용하셨습니다. 겸손과 헌신으로, 그는 모든 종류의 예배를 결합하셨습니다: 의무적인 기도(살라), 단식(시얌), 자선, 꾸란 읽기, 하니님을 기억하기, 기도 드리기, 자아성찰과 하니님을 사랑하기, 하니님께 가까이 가기, 하니님만을 믿고 존경하며 두려워하기, 하니님의 자비와 약속을 희망하기, 회개하기, 결국 모든 마음의 집중과 하니님에 대한 몰두가 그의 삶의 방식이었습니다.



## 메신저의 라마단

그는 종종 모스크에서 개인적인 은둔을 하며 고독한 시간을 보내시며 특별한 밤인 '권능의 밤(라일라툴 카드르)'을 보내셨습니다. 꾸란에서 이 밤이 천 개의 달보다 더 낫다고 말씀하셨습니다. 이는 이 밤에 행하는 선행이 다른 모든 날들보다 더 큰 보상을 받는다는 의미입니다.



이를 통해 우리는 사도 무함마드가 라마단 동안 어떻게 생활하시며 시간을 보내셨는지를 알 수 있습니다. 우리는 그분의 행적을 통해 많은 부분을 배울 수 있으며 그분이 단식을 통해 최대한의 선한 일을 실천하셨다는 것 과 수많은 선행들을 실천하셨고, 오직 하나님의 기쁨과 경배에 몰두하셨으며 금지된 것들은 피하셨습니다.

우리는 하나님께서 라마단 기간 뿐만 아니라 항상 사도의 의 본보기를 따르고 실천할 수 있도록 인도해 주시기를 기도합니다.