

## 33749 - Consejo para las mujeres que pasan la mayoría de su tiempo en la cocina

---

### Pregunta

Muchas mujeres pasan la mayoría de su tiempo en la cocina, ocupadas preparando diferentes tipos de comidas, lo que les lleva mucho tiempo. Quisiera que le dieran algún consejo a la mujer musulmana en cuanto a esto.

### Respuesta detallada

El creyente debería abocarse a aprovechar su tiempo de la mejor manera y no desperdiciarlo. Muchas mujeres, como menciona la pregunta, pasan horas y horas preparando diferentes tipos de comidas.

El creyente debe reducir su ingesta de alimentos y su principal preocupación no debería ser disfrutar todo lo que desea en comidas y demás, aunque esté permitido. 'Umar ibn al-Khattaab encontró a su hijo 'Abd-Allaah comiendo carne y le dijo: "¿Por qué estás comiendo esa carne?" Su hijo respondió: "Porque tenía ganas". 'Umar le dijo: "¿Cada vez que tienes ganas de comer algo lo comes?! ¿Es una extravagancia que un hombre coma todo lo que tenga ganas de comer!" Que Allah esté complacido con ellos. El musulmán debe limitarse a lo que necesita de alimentos, y no ir más allá de eso.

Además, el tiempo que una mujer musulmana pasa preparando comidas se puede utilizar en recordar a Allah o recitar el Corán mientras trabaja. También debería subrayarse que si su intención al preparar la comida es sana, es decir servir a su esposo e hijos, entonces lo que hace es un acto de adoración por el que será recompensada.

El Sheij Abd al-Aziz Aal al-Sheij dijo:

Su trabajo en su hogar es un acto de adoración hacia Allah. Hacer las tareas del hogar y cuidar a los niños son actos de adoración hacia Allah, por lo tanto está en un estado de

adoraci3n, in sha Allaah. Como consecuencia debe aprovechar bien el tiempo para recordar a Allah. Es l3cito recordar a Allah mientras se prepara la comida, alabado sea Allah.

Majallat al-Buhuth, 58/81.