

Al lovprisning tilkommer Allah

Ramadan er fastens måned, samt den niende måned i den islamiske kalender. Muslimer i hele verden faster denne måned, da Allah har befaleet os at gøre det. Allah siger i koranen (i en meningsmæssig oversættelse):

”O I, der tror! Fasten er forskrevet jer, ligesom den var foreskrevet dem før jer; så I måtte blive gudfrygtige” Koranen 2:183

At faste i den hellige måned af ramadan er en handling, som er obligatorisk for enhver muslim med undtagelse af personer, som er kronisk syge, rejsende, gravide, personer, som ikke har nået puberteten og menstruerende kvinder.

Fasten starter ved daggry og slutter ved solnedgang og i det tidsrum er indtagelsen af væske og mad, rygning og samleje ikke tilladt. Et måltid inden solopgang (suhur) er stærkt anbefalet. Fasten brydes lige så snart den fjerde bøn (maghrib) går ind, som er ved solnedgang. Fasten brydes typisk med dadler og vand, som profeten Muhammad (Må Guds fred og velsignelse være med ham) plejede at gøre. De præcise tider for, hvornår fasten starter og hvornår den slutter, kan ses på en ramadankalender, som kan fås i den lokale moske i dit område eller via digitale medier.

Hvis vi reflekterer over de fem søjler i islam; trosbekendelsen, bønnen, almissen, fasten og pilgrimsrejsen, så vil vi indse, at nogle af handlingerne kun er fysiske handlinger, andre er finansielle handlinger og andre er en blanding af begge, således at den nærige vil blive adskilt fra den generøse, og den handlende vil blive afskilt fra den dovne.

Det vil for nogen være let at udføre et tusind rak'ah, men det er svært for dem at give en enkel krone og så er der andre, hvor det er let for dem at give et tusind kroner, men det er svært for dem at udføre en enkelt rak'ah. Så islam har forskrevet en række tilbedelseshandlinger for at afgøre, hvem der er lydige overfor Allah og hvem der er ulydige overfor Allah. Dette gælder også fasten.

Der er to former for påbud; Der er påbud om at afholde sig fra ting, som mennesket er tilbøjelig til at hælde imod og så er der påbud om at spendere det, som man har kært. Fasten hører under påbuddet om at holde sig fra det, som mennesket er tilbøjelig til at hælde mod.

De lærde inden for islam har nævnt nogle af dyderne bag fasten og hvilke spirituelle fordele den troende kan opnå deraf. Disse punkter er blandt andet nævnt for at tydeliggøre de mange fordele, som der findes ved at faste og det skal motivere den fastende, så de bliver ivrige efter at opnå dem. Det er følgende punkter:

1. Fasten er et middel, som gør, at vi er taknemmelige og vi værdsætter de velsignelser og privileger, som der er i vores liv. At faste betyder at opgive at spise, drikke og samleje, som er blandt de største fornøjelser i denne verden. Ved at opgive disse fornøjelser og glæder for en kort tid, vil vi værdsætte deres værdi, da vi har tendens til at glemme Allahs velsignelser, så når vi afstår fra dem i en kort tid, vil vi kende til deres værdi, og det vil motivere os til at være taknemlig for dem og sætte pris på disse glæder.

2. Fasten er et middel til at opgive haraam handlinger. Hvis et individ er villig til at opgive gerninger, som er tilladt med intentionen om at behage Allah og ud af frygt for Hans straf, så vil den person være mere tilbøjelig til at holde sig fra haram-handlinger og opgive haraam handlinger. Så fasten er et middel for at opgive anliggende, som Allah har gjort forbudt.
3. Fasten gør det muligt for os at kontrollere vores begær, da en persons begær vokser, når en person er mæt, så hvis en person er sulten, så svækkes hans begær. Derfor sagde profeten (må Guds fred og velsignelse være med ham):

”O unge mænd. Hvem iblandt jer, der har mulighed for at blive gift, bør gifte sig, for det er mere sænkende for blikke, og mere beskyttende for de private dele. Og hvem iblandt jer, der ikke har mulighed for det, bør faste, for det er et skjold for ham.” [al-Bukhari 4779 & Muslim 1400]

4. Fasten gør, at vi føler medfølelse og empati overfor de fattige, da en fastende person vil smage smerten af at være sulten i en kort stund og han vil huske dem, da han finder sig selv i denne situation. Den fastede vil skynde sig og være ivrig efter at udføre gode gerninger overfor de fattige og sultne og vise dem medfølelse, samt empati. Så fasten er et middel til at skabe medfølelse og empati overfor de fattige og sultne.
5. Fasten ydmyger og svækker shaytaan. Det svækker virkningen af hans hvisken (waswaas) hos en person og reducere hans synder. Dette skyldes, at shaytaan ”flyder igennem Adams sønner som blod”, som Profeten (Guds fred og velsignelse være med ham) berettet. Fasten indsnævrer de passager, hvorigennem shaytaan flyder, så hans indflydelse svækkes.

(Majmoo’ al-Fataawa, 25/246)

Vi ved uden tvivl, at blod skabes ved hjælp af mad og drikke, så når en person spiser og drikker, vil de passager, hvori shaytaan flyder – som er blod – blive brede, men hvis en person faster, vil passagerne, hvori shaytaan flyder, indskrænkes. Hjertet vil blive motiveret til at gøre gode gerninger og til at opgive de onde gerninger.

6. Den fastende person træner sig selv til at huske, at Allah er vidne til alt, så den fastende opgiver de ting, som han ønsker og begære, selvom han er i stand til at udføre dem, da han ved, at Allah ser ham.
7. At faste betyder at udvikle og forbedre en tilgang, som tillader dig at frasige de verdslige behov og dens fristelser og tilsigte at opnå Allahs tilfredshed og belønning.
8. Fasten hjælper desuden individet til at udføre flere tilbedelseshandlinger, da den fastende person udføre flere former for tilbedelseshandlinger og dette bliver en del af individet.

Ramadan er en god mulighed for mange mennesker at forbedre deres forhold til Allah, at fokusere og rense sit hjerte og sjæl fra forkerte vaner og synder. Der er udover de mange spirituelle fordele, så er der også fysiske fordele ved fasten såsom, at det styrker ens immunforsvar, renser kroppen fra

giftstoffer og det hjælper også en med komme af med skadelige vaner såsom rygning. Fasten er en god måde for os at mestre selvdisciplin.

Og Allah ved bedst.

Vi spørger Allah om at acceptere vores faste og gøre os blandt de gudsfrygtige.

Se Tafseer al-Sa'di, s. 116; Ibn al-Qayyim's fodnoter i al-Rawd al-Murabba', 3/344; al-Mawsoo'ah al-Fiqhiyyah, 28/9.