

## Varför är fastan föreskriven särskilt i månaden Ramadan för muslimer?

Månaden Ramadan är den nionde månaden i den islamiska månkalendern. Eftersom ett månad är ungefär en och en halv vecka kortare än ett solår, så kretsar månaden Ramadan bakåt genom årtiderna. Det är en helig månad eftersom Gud bestämt det genom uppenbarelsen av heliga texter. Imam Ja'far as-Sadiq citerar den helige profeten, fred vare med honom och hans familj, som sade:

*“Abrahams böcker uppenbarades den första natten i månaden Ramadan, Toran uppenbarades på den sjätte dagen i månaden Ramadan, Evangeliet uppenbarades den trettonde i månaden Ramadan. . . , Och den heliga Koranen på den tjugotredje i månaden Ramadan.”*

Den anses också helig eftersom den innehåller Allmaktens Natt (Laylatul Qadr). "Qadr" betyder bokstavligen öde, och under denna natt bestämmer Gud varje händelse som ska inträffa under nästa år för alla hans skapelser.

Imam as-Sadiq, fred vare med honom, informerar oss om:

*"Under Laylatul Qadr stiger änglarna, anden och de betrodda skriftlärda ner till de lägre himlarna och skriver ner vad Gud bestämmer det året, och om Gud vill påskynda eller skjuta upp något eller lägga till något, beordrar Han ängeln att radera det och ersätta det med vad Han bestämmer. "*

Den heliga profeten inom islam, fred vare med honom och hans familj, berättar om de stora välsignelser i månaden Ramadan:

*"[Månaden Ramadan är] överfyllda med fördelar och barmhärtighet. Var redo att erkänna dina synder för Gud för att få hans förlåtelse. Dess dagar, nätter och timmar är mer raffinerade och viktigare i Guds uppskattning än dagar, nätter och timmar i andra månader. Den överträffar alla månader i meriter och favörer ..... Så var uppriktigt fri från det onda och syndiga tankar och handlingar, med gott samvete, be och begär att Gud kan ge dig hjärta och självförtroende att fasta ... under denna månad .. "*

### Avslutning:

Muslimer fastar som en form av hängivenhet, att söka närhet till Gud, söka Hans glädje och förlåtelse, och generera en anda av fromhet i människan. Fastan i denna månad hedrar uppenbarelsen av Guds ord och renar en inför dekret natten och i hopp om förlåtelse. Fastan är en årlig andlig förnyelse med tanke riklig belöning i denna månad av Guds barmhärtighet som är en del av den islamiska vägen till det perfekta jaget.

**För att ta reda på mer om islam, besök:**

**<http://al-islam.org/faq/>**

v1.0

*TROENDE! Det är en plikt för er att fasta, liksom det var en plikt för dem som levde före er - kanske skall ni frukta Gud.*

*[Fastan skall vara] ett begränsat antal dagar...*

(Koranen: Kapitel 2, Vers 182-183)

# Vad är fastan i månaden Ramadan?

Varje år i nionde månvarvet i den islamiska kalendern, avstår muslimer runt om i världen från mat, dryck, fåfängt prat och vissa andra handlingar från före solens uppgång till efter solnedgången.

## Fasta föreskrivs i abrahamitiska religioner

De judiska, kristna och muslimska religioner påbjuder alla fasta. Moses fastade fyrtio dagar på berget Sinai vid tiden av uppenbarelsen av de tio budorden. (Andra Moseboken 24:18) Även om det är mindre vanligt nu, är det judisk tradition att fasta när man sörjer eller när man är i fara. De flesta praktiserande judar fastar fortfarande på Försoningsdagen och i en vecka till minnet av förstörelsen av Jerusalem år 597 f.Kr. Jesus från Nasaret, frid vare med honom, fastade även på Försoningsdagen och i fyrtio dagar under Moses fasta för att avvärja sataniska frestelser.

*"Sedan fördes Jesus av Anden ut i öknen för att frestas av djävulen. Efter fastan i fyrtio dagar och fyrtio nätter blev han hungrig." (Matteus 4:2)*

Många kristna fastar under en 40 dagars fasta innan påsken, men nu omfattar det att avstå från endast vissa matvaror istället för all mat och dryck. Muslimer fastar under månaden Ramadan och kan, eventuellt, frivilligt fasta på de flesta andra dagar på året.

Gud föreskriver fasta för de troende, och det har många fördelar. Materiella nöjen kan generaliseras till mat och dryck, sexuella njutningar och fåfänga. Fastan kräver att man avstår från dessa, att gå mot människans naturliga instinkt att följa Guds befallning. Detta bygger och stärker en persons självbehärskning, närmar dem till deras Skapare. Andra fördelar med fastan inkluderar:

- Fastan ingjuter tålmod, lär en självkontroll och disciplin.*
- Fastan ökar medkänsla för de behövande.*
- Fastan lägger fokus på andlighet och minskar fokus från materialism.*
- Fastan har bra påverkan på hälsan.*
- Fastan kan vara en försoning för synder och ha en rik belöning.*
- Fastan är en del av en stark andlig och fysisk förnyelse plan.*
- Fastan firar viktiga heliga religiösa händelser.*

Den muslimska fastan i månaden Ramadan är en fortsättning på den långa historia av fastande i Abrahams tro. Självförbättrings fördelarna med fasta gör det ett viktigt sätt att förbättra sin tro.

*“De män och de kvinnor som fastar... har Gud i beredskap förlåtelse för deras synder och en rik belöning.”  
(Koranen 33:35)*

## Vad innebär fastan under månaden Ramadan?

I korthet innebär fastan att avstå från all mat, dryck, fåfängt prat, och sexuellt umgänge för gifta par, från tiden före gryningen när himlen blir tillräckligt ljus att skilja en svart tråd från den vita tråden i horisonten, till efter solnedgången då rodnaden lämnar den östra delen av himlen. Vissa människor kan inte fasta på grund av ålder, hälsa, barn förhållanden, etc., och ger istället välgörenhet, och/eller tar igen fastan de dagar de missade vid ett senare tillfälle.

Men den sanna andan av fastan i månaden Ramadan är mer än att bara avstå från några saker. Det är en tid av ihållande och ökade ansträngningar för att nå andlig fullkomlighet.

*“Törst och hunger genomgår du, känner och lever i, här och nu, för att ta ditt sinne till svårigheten av torka och svält som kommer att gälla på Domedagen.*

- Ge allmosor till de fattiga och nöd lidande.*
- Behandla dina föräldrar och äldre med respekt.*
- Var snäll och kärleksfull mot dina barn och de små .*
- Ta hand om och vårda dina släktingar.*
- Håll från att ge tungan det som inte ens får viskas.*
- Stäng dina ögon till vad som är oanständigt att ha ett öga för.*
- Slå dövörat till det som är alldeles förtalande för att ha öron till.*
- Var barmhärtig, mild och välvillig mot föräldralösa så att efter dig, får dina barn om så krävs, samma behandling från andra.*
- Vänd er ångerfulla till Gud och sök Hans närhet..”*

- *Heliga profeten (fred vare med honom och hans familj)*

Förutom att fasta och strävan mot god moral, så ägnar muslimer mycket tid och energi som möjligt under månaden Ramadan på bön och åkallan till den Ende Guden. Under några av nätterna i denna månad kommer muslimerna vara vakna hela natten i dyrkan.

Efter sista dagen i månaden Ramadan, firar muslimerna Eid ul Fitr då de firar fullbordandet av fastan. De träffas för bön, mat och gåvo utbyten (särskilt för barn). Det är dock en dag av blandade känslor, eftersom den mest välsignade månaden Ramadan med alla dess möjligheter till förlåtelse och belöning är borta i ytterligare ett år.

*“Åh Herre, jag söker skydd hos Din barmhärtiga fallenhet, av fruktan att denna natt bryter ut, eller månaden Ramadan kommer till ett slut, ochatt jag fortfarande kommeratt stå som en anklagad (oförlåten) syndare, och kan komma att straffas, på Dagen jag står inför dig.”*

*[Från en bön från den sista natten i månaden Ramadan, lärd av Imam Jafar as-Sadiq, fred vare med honom]*