

الإسلام . نيو  
ISLAM.NU



# Ramadanboken

En introduktion till fastan i månaden ramadan



# Ramadanboken

En introduktion till fastan i månaden ramadan



Skreven och sammanställd av: islam.nu  
Tryck: Intigo AB  
Gåvoexemplar - ej till försäljning  
Copyright © 2020, islam.nu

## INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Förord .....	3
Fastan .....	4
Ramadan .....	4
Syftet med fastan i ramadan .....	6
När inleds ramadan? .....	7
Vem är ålagd att fasta? .....	9
Avsikten .....	10
Giltiga skäl att inte behöva fasta .....	11
Hur tar man igen missade dagar? .....	14
Vad bryter fastan? .....	14
Sådant som antas bryta fastan men inte gör det .....	16
Profetens sunnah före fastan och då den bryts .....	17
Muslimens karaktär under ramadan .....	19
Upphöjda handlingar i ramadan .....	20
Laylat-ul-qadr, ödets natt .....	26
Eid-ul-fitr .....	27
Zakat-ul-fitr .....	28
Rekommenderad fasta .....	29
Dagar det är förbjudet att fasta .....	31
Avslutning .....	32

## FÖRORD

Denna bok är en grundläggande förklaring av den fjärde pelaren i islam, nämligen fastan i ramadan. Att fasta i ramadan är en av de bästa dyrkanshandlingarna och något som leder till mycket stor belöning. Profeten (ﷺ) sade:

*”Den som fastar i månaden ramadan med tro och hopp [om belöning] kommer att få sina tidigare synder förlätna.”<sup>1</sup>*

För att kunna få ut så mycket som möjligt av sin fasta är det viktigt att lära sig om de obligatoriska och rekommenderade handlingarna under ramadan, men även vad som bryter fastan eller minskar den fastandes belöning.

Boken är baserad på klassisk sunnitisk islam och för att underlätta för läsaren har vi valt att inte fördjupa oss i de olika åsikterna som rättsskolorna och de lärda kan ha i vissa frågor. Det betyder inte att den åsikt som nämns i denna bok alltid är den enda rätta, utan vi har full respekt för muslimer som följer andra legitima åsikter.

Vi vill tacka alla som bidragit till att möjliggöra detta projekt.

---

<sup>1</sup>al-Bukhari nr 38.

## FASTAN

Fastan betyder i det arabiska språket ”att hålla sig borta ifrån något.” I islam innebär det att man från gryningen<sup>2</sup> till solnedgången,<sup>3</sup> primärt undviker följande saker:<sup>4</sup>

- Mat
- Dryck
- Samlag

## RAMADAN

Ramadan är den nionde månaden i den islamiska kalendern och den månad under vilken Koranen först uppenbarades för profeten Muhammed (ﷺ). Det är också under den månaden som muslimerna är ålagda att fasta. Allah säger:

*”Månaden ramadan är den i vilken Koranen sändes ned som vägledning för människorna och som tydliga bevis på vägledningen och urskiljningen. Den av er som bevittnar månaden skall fasta under den.”* [Koranen 2:185]

De första åren efter uppenbarelsens början utsattes profeten (ﷺ) av förföljelse och förtryck från sitt eget folk. Detta ledde till att han och ett antal andra muslimer utvandrade från Mecka till Medina. Ett år senare uppenbarades versen där Allah berättar om de tidigare samfundens föreskrivna fasta och att den nu är obligatorisk även för muslimerna. Allah säger:

*”Ni som har antagit tron! Det har föreskrivits för er att fasta, liksom det föreskrevs dem [som levde] före er, så att ni kan utöva gudsfruktan.”* [Koranen 2:183]

---

<sup>2</sup>Fajr.

<sup>3</sup>Magrib.

<sup>4</sup>Det finns fler saker som bryter ens fasta. Dessa behandlas i ett senare kapitel.

Var gång månaden inträder ser man hur muslimerna fylls av glädje och motivation eftersom fasta och bön under den utplånar synder. Profeten (ﷺ) sade:

*”Den som fastar i månaden ramadan med tro och hopp [om belöning] kommer att få sina tidigare synder förlåtna.”*<sup>5</sup>

Denna glädje ger sig tillkänna både på jorden och i mötet med Allah. Profeten (ﷺ) sade:

*”Den fastande gläds två gånger: när han bryter fastan och när han träffar sin Herre.”*<sup>6</sup>

Under ramadan upplever många att det är lättare att dyrka Allah. Detta kan delvis bero på det som sägs i hadithen där profeten (ﷺ) sade:

*”Natten till första dagen i ramadan fastkedjas djävlarerna och de upproriska djinnerna. Eldens portar stängs och hålls stängda medan paradiset öppnas och hålls öppna. Därefter förkunnas det: ”Du som strävar efter det goda, träd fram! Du som strävar efter det onda, upphör!” Var natt frigör Allah människor från Elden.”*<sup>7</sup>

De som får möjligheten att uppleva ramadan bör verkligen se till att deras fasta görs på ett korrekt sätt samtidigt som de strävar efter att göra många goda handlingar.

---

<sup>5</sup>al-Bukhari nr 38.

<sup>6</sup>al-Bukhari nr 5927. och Muslim nr 1151.

<sup>7</sup>at-Tirmidhi nr 682..

## SYFTET MED FASTAN I RAMADAN

Allah säger i Koranen:

*”Ni som har antagit tron! Det har föreskrivits er att fasta, liksom det föreskrevs dem [som levde] före er, så ni kan utöva gudsfruktan.”* [Koranen 2:183]

Gudsfruktan betyder att göra det Allah beordrat och att undvika det Allah förbjudit. Att vara medveten om att Allah, vår Herre och Skapare, ständigt vakar över oss är en viktig del i att uppnå gudsfruktan.

Vissa tror att huvudsyftet med fastan är att känna medlidande med de fattiga, men saken är att det främsta syftet med den är att öka i lydnad. Just detta tränar vi på under fastemånaden. Klarar vi av att hålla oss borta från sådant som i vanliga fall är tillåtet så kan vi med stor sannolikhet hålla oss borta från sådant som är förbjudet. På så sätt har vår gudsfruktan ökat.

Allah säger. *”Allah älskar de gudfruktiga.”* [Koranen 3:76]

Och Han säger:

*”Paradiset som lovats de gudfruktiga kan liknas vid [en lustgård] där bäckar flyter med vatten som alltid förblir friskt, och floder av mjölk med ofördärvad smak, och floder av det ljuvligaste vin, och floder av renaste boning, och där de skall njuta frukter av alla slag och [dessutom få] sin Herres förlåtelse.”* [Koranen 47:15]

Paradiset är alltså de gudfruktigas boning och målet med fastan i ramadan är att stärka denna gudsfruktan. Genom att öka vår dyrkan under ramadan kommer vår dyrkan vara större även efter den.



När man fastar krävs det en hel del självdisciplin. En sann muslim fuskar inte med sin fasta även om möjligheten uppstår, ty man vet att även om man lyckas dölja det för människor så ser och vet Allah precis allt. Allah säger:

*“Han har nycklarna till den dolda verkligheten; ingen känner dessa [ting] utom Han. Han vet vad som finns på marken och i havet; inte ett löv faller utan Hans vetskap och varken fröet, [dolt] i jordens mörker, eller det gröna [strået] eller det som vissnat, saknas [bland det som har upptecknats] i Allahs öppna bok.” [Koranen 6:59]*

## NÄR INLEDS RAMADAN?

Den islamiska kalendern, som utgår från månens rotation runt jorden, skiljer sig från den gregorianska kalendern, som baserar årets dagar efter jordens rotation runt solen. Detta gör att datumet för ramadan inträffar cirka tio dagar tidigare varje år, sett till den gregorianska kalendern.

Likt resterande månader infaller ramadan när nymånen skådats och avslutas när nästa månad träder in. Om månfasen inte kan fastställas,<sup>8</sup> räknar vi 30 dagar till månadens slut eftersom den islamiska kalendern aldrig kan vara längre än 30 dagar. Profeten (ﷺ) sade:

*”Fasta när ni ser den (dvs. nymånen) och bryt fastan när ni ser den. Om ni finner det oklart skall ni fullborda månaden trettio dagar.”<sup>9</sup>*

Vissa använder sig av astronomiska beräkningar för att, långt innan ramadan, besluta när den skall inträda. Lärda från alla rättsskolorna har fastställt att denna metod inte är tillåten eftersom det går emot profetens (ﷺ) uppmaning att observera månen.

---

<sup>8</sup>Vid molnighet till exempel.

<sup>9</sup>al-Bukhari nr 1909.



## VEM ÄR ÅLAGD ATT FASTA?

Allah säger:

*”Allah belastar ingen människa utöver hennes förmåga.”* [Koranen 2:286]

Denna vers är grunden till en viktig princip inom islam, nämligen: ”Vid oförmåga faller pliktskyldigheten.” När en muslim är inkapabel att utföra en specifik handling så är han inte längre ålagd att göra den.

Beträffande fastan finns det ett antal kriterier som skall uppfyllas för att den skall vara obligatorisk:

1. Att man är muslim.
2. Att man nått puberteten.<sup>10</sup>
3. Att man är vid sina sinnens fulla bruk och inte lider av mentala sjukdomar.
4. Att man inte är på resande fot.
5. Att man är kapabel att fasta. Det är alltså inte obligatoriskt att fasta för äldre och sjuka som inte orkar fasta, eller kvinnor som är gravida eller ammar.
6. Att kvinnan inte har sin mensperiod eller blödning efter förlossning.

Uppfyller man alla dessa villkor måste man fasta, annars är det inte obligatoriskt.

<sup>10</sup> Tecken på att man nått puberteten i islam är ett av följande: A) Att det börjat växa könshår.  
B) Att man fått utlösning. C) Att man nått 15 års ålder. D) Att en tjej fått sin första mens.

## AVSIKTEN

För att den obligatoriska fastan ska vara giltig krävs, utöver ovanstående villkor, att man avser att fasta innan fadjr-bönen gått in. Man får alltså inte plötsligt bestämma sig för att fasta när dagen för fastan redan har börjat. Profeten (ﷺ) sade:

*”Den som inte avser att fasta, innan gryningen, har ingen fasta.”*<sup>11</sup>

Flera lärda har nämnt att den här hadithen handlar om en obligatorisk fasta<sup>12</sup> och inte en frivillig sådan. Skulle det däremot röra sig om en frivillig fasta så har det rapporterats att profeten (ﷺ) bestämde sig för att fasta en tid efter fadjr-bönen. Aisha berättar:

*”En dag kom profeten (ﷺ) in till mig och sade: ”Har ni något [att äta].” Vi sade då: ”Nej.” Då sade han: ”Då fastar jag.”*<sup>13</sup>

Denna hadith tyder på att han inte tidigare avsett att fasta utan beslutade sig för det när det stod klart att det inte fanns någon mat hemma.

Beträffande avsikten så räcker det med att du är inställd på kommande dags fasta för att det ska räknas.<sup>14</sup>

---

<sup>11</sup>Abu Dawud nr 2454.

<sup>12</sup>Några exempel på obligatorisk fasta är: Fastan under ramadan, soningsfasta eller om man ålagt en ed att fasta.

<sup>13</sup>Muslim nr 1154.

<sup>14</sup>Vissa tror att avsikten för en viss handling kräver någonting mer än själva vetskapen om att man ska göra den. Detta stämmer som sagt inte.

## GILTIGA SKÄL ATT INTE BEHÖVA FASTA

### Resenärens fasta

Allah säger:

*”Men den som är sjuk eller på resa ska istället fasta under ett motsvarande antal andra dagar.”* [Koranen 2:185]

Om man reser bort under ramadan behöver man inte fasta. Beträffande ordet ”resa”, i Koranen och sunnan, så har de lärda skilt sig åt beträffande dess exakta betydelse, men majoritetens åsikt är att det omfattar alla resor som överstiger ca 83 kilometer.

Att avsiktligt inleda en resa bara för att slippa fasta är emellertid otillåtet.

### Den sjukes fasta

Allah säger:

*”Men den som är sjuk eller på resa ska istället fasta under ett motsvarande antal andra dagar.”* [Koranen 2:185]

När man talar om sjukdom vid fasta så brukar de lärda nämna två typer:

- Kronisk sjukdom
- Övergående sjukdom

Den första typen av sjukdom är sådan som man med största sannolikhet inte blir frisk från, till exempel cancer och diabetes. De som lider av kronisk sjukdom behöver inte fasta om de inte klarar av det. Istället skänker de, för varje dag de missar, en viss mängd basvaror till fattiga. Typ och mängd basvaror behandlas i kommande kapitel.

Den andra typen avser tillfällig sjukdom, till exempel influensa och förkylning. Här gäller att man avstår från fastan tills man blir frisk. Dagarna man missat tar man igen efter ramadan.<sup>15</sup>

<sup>15</sup> Man har ändå tills nästa ramadan på sig att ta igen dessa dagar.

## De äldres fasta

Allah säger:

*”Och de som [endast med mycket stor möda] klarar av att fasta tillåts att sona genom att [för varje dag] ge mat åt en behövande.”* [Koranen 2:184]

När denna vers uppenbarades kunde muslimerna välja mellan att fasta och ge mat åt de behövande. Regeln ändrades senare och endast ålderstigna eller kroniskt sjuka kunde sona genom att ge mat.

Ibn Abbas sade: *”Den äldre personen som inte klarar av att fasta ska sona genom att ge mat åt en fattig för varje dag de missar.”*<sup>16</sup>

Man kan sona på tre olika sätt:

1. Att man skänker cirka 1,5 kilo basföda till en fattig för varje dag man missat.
2. Att man bjuder en fattig person på ett mål mat för varje dag man missat.
3. Att man skickar pengar till ett annat land där någon distribuerar maten å ens vägnar.<sup>17</sup>

Vet man att man inte kommer att fasta hela månaden kan man sona för allt samtidigt, i början eller slutet av ramadan.

Den ålderstigne som tappat förståndet, av sin höga ålder eller på grund av sjukdom som Alzheimer eller liknande, behöver varken fasta eller sona eftersom personen inte är ålagd med någonting alls. Profeten (ﷺ) sade:

*”Pennan är lyft från tre personer; den sovande tills han vaknar, den som mist förståndet tills han återfår det och barnet tills det blir könsmoget.”*<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup> al-Bukhari nr 4505.

<sup>17</sup> Det kan vara en släkting, välgörenhetsorganisation eller annat.

<sup>18</sup> Abu Dawud nr 4398.

## Barn och ungdomars fasta

Det blir obligatoriskt att fasta först när man blivit könsmogen, baserat på hadithen ovan där profeten (ﷺ) nämner att pennan är lyft från ”...*barnet tills det blir könsmoget.*”

De första generationerna muslimer brukade dock uppmuntra sina barn att fasta redan i tidig ålder så att de skulle hinna vänja sig. De tog med sig dem till moskén och underhöll dem så att de distraherades från hungern. Det här är endast rekommenderat om det inte är påfrestande för barnet.

## Den gravida & ammande kvinnans fasta

En gravid eller ammande kvinna som fruktar att hon eller barnet kan ta skada av fastan behöver inte fasta. Istället ger hon mat till en fattig för varje dag hon missat.

Vissa lärda anser att hon både ska ta igen dagarna hon missat och ge mat till en fattig för varje dag hon missat. Vill man vara på den säkra sidan så följer man denna åsikt.

## Menstruation och blödning efter förlossning

De lärda är överens om att menstruation och blödning efter förlossning hör till de saker som förbjuder kvinnan från att fasta. Beviset för det återfinns i en hadith där Aisha svarar en kvinna som frågar varför man som menstruerande inte tar igen bönen samtidigt som man måste ta igen fastan. Aisha svarade då helt enkelt att det är detta de beordrats med.<sup>19</sup>

Skulle blödningarna eller menstruationen inträffa under fastetimmarna så fullbordar kvinnan inte dagen utan tar igen den efter ramadan. Detta innebär dock inte att hon går miste om belöningen för den tid hon fastade. Dessutom kan hon göra andra goda gärningar som hör till ramadan, så som att läsa eller lyssna på Koranen, ge välgörenhet eller ägna sig åt åkallan och åminnelser.

”*Skulle belöningen för den som gör gott vara annat än gott?*” [Koranen 55:60]

<sup>19</sup> al-Bukhari nr 321.

## HUR TAR MAN IGEN MISSADE DAGAR?

Om man av någon anledning har missat dagar under ramadan måste man ta igen dem efter månadens slut och man har då fram till nästa ramadan på sig. Till exempel, om man missar några dagar av ramadan 2019 så har man på sig fram till ramadan 2020 att ta igen dem.

### **Vad gör man om man fortfarande har dagar att ta igen från förra året när ramadan träder in?**

Om ramadan träder in och man fortfarande har dagar att ta igen från förra året skall man tillfälligt lägga dem åt sidan och istället fasta med avsikt för den aktuella fastemånaden. Fjolårets fasta tar man igen direkt efter Eid eftersom det inte längre är tillåtet att skjuta upp på det.

Det skall nämnas här att om man medvetet skjuter upp fastan över den tillåtna tidsperioden har man fallit i synd och måste omedelbart ångra sig inför Allah.

## VAD BRYTER FASTAN?

I huvudsak är det tre saker som bryter ens fasta: mat, dryck och samlag.

Allah säger:

*”Ha nu därför samlag med dem och sök det som Allah förutbestämt för er, och ät och drick till dess att ni ser den vita strimman tydligt skilja sig från svarta strimman vid gryningen. Fullfölj sedan fastan fram till kvällen.”* [Koranen 2:187]

Det finns ytterligare saker som bryter ens fasta, nämligen:

- Näringsgivande sprutor.
- Att medvetet framkalla utlösning genom onani, förspel eller dylikt.
- Att avsiktligt kräkas.
- Menstruation och blödning efter förlossningen.



## Att avsiktligt bryta sin fasta och vad det får för konsekvenser

Att avsiktligt bryta sin fasta under ramadan utan giltig orsak är en stor synd och mycket allvarligt. Personen måste ångra sig, be Allah om förlåtelse och i vissa fall sona. Vad som åligger en beror på hur man brutit sin fasta.

1. Om fastan brutits genom samlag är man ålagd att ta igen den dagen och fasta två månader i sträck, utöver ramadan. Avbryter man följderna utan giltig orsak, såsom sjukdom eller att dagen sammanträffar med Eid-ul-adha, så måste man börja om fasteperioden från början. Om man är sjuk eller av annan anledning inte förmår att fasta, ska man istället ta igen den dagen och ge mat till sextio fattiga. Detta nämns i hadithen om mannen som kom till profeten (ﷺ) under ramadan och sade:

*“Allahs sändebud! Jag har gått under.” Profeten (ﷺ) frågade: “Vad har fått dig att gå under?”*

Han svarade: *“Jag hade samlag med min hustru medan jag fastade.”*

Profeten (ﷺ) frågade: *“Kan du frigöra en slav?”* Han svarade: *“Nej.”*

Profeten (ﷺ) frågade: *“Kan du fasta två månader oavbrutet?”* Han svarade: *“Nej.”*

Profeten (ﷺ) frågade: *“Kan du ge mat åt sextio fattiga personer?”* Han svarade: *“Nej.”*

och satte sig sedan ned. Rätt som det var kom någon med en korg med dadlar till profeten (ﷺ), som då sade till mannen: *“Ta denna och skänk den som välgörenhet.”*

Han sa: *“Till någon fattigare än mig? Det finns ingen familj mellan de två lavafälten som är fattigare än min.”* Då skrattade profeten (ﷺ) tills hans kindtänder syntes.

Därefter sa han: *“Gå och ge det till din familj [som välgörenhet].”*<sup>20</sup>

2. Om fastan brutits genom annat än samlag skall man ångra sig inför Allah och inom ett år efter ramadan endast ta igen de dagar man missat.

<sup>20</sup> Muslim nr 1111.

## SÅDANT SOM ANTAS BRYTA FASTAN MEN INTE GÖR DET

Här nämner vi sådant som lätt kan antas bryta fastan på grund av likheten med det som faktiskt gör det.

Till exempel, vad händer om man inleder dagen som fastande för att sedan, utav glömska, råkar äta eller dricka? Skulle det hända så bryter det inte fastan och man fortsätter bara fasta så fort man kommer på det. Profeten (ﷺ) sade:

*”Den som glömmet [att han fastar] under tiden han fastar och råkar äta eller dricka, skall fullborda sin fasta. Det var Allah som gav honom mat och dryck.”*<sup>21</sup>

Det finns en hel del andra saker och situationer som många tror bryter fastan, men som inte gör det. Här är några exempel:

1. **Att borsta tänderna med tandborste eller siwak.**
2. **Att använda tandkräm.**  
Man måste dock vara försiktig så att man inte sväljer tandkrämen.
3. **Ögon- och örondroppar.**  
Om de når strupen ska man spotta ut dem. Sväljer man dem avsiktligt så bryts fastan.
4. **Våta drömmar och erotiska tankar.**  
Dessa bryter inte fastan ens när de leder till utlösning.
5. **Att svälja sin saliv.**  
Inte heller bryter det fastan om man skulle svälja slem från bröstet eller näsan.
6. **Att provsmaka mat.**  
Detta är tillåtet vid behov för att exempelvis se till att maten är rätt kryddad, men man får absolut inte svälja maten.
7. **Förspel.**  
Detta bryter inte fastan så länge man inte får utlösning.<sup>22</sup>

<sup>21</sup> al-Bukhari nr 1933.

<sup>22</sup> Detta betyder självklart inte att man ska ta lätt på sin fasta och därmed äventyra den med handlingar som kan leda till att den bryts.

8. **Att man blöder.**  
Det bryter inte fastan oavsett om det kommer från munnen, tanden eller någon annanstans.
9. **Simning och dykning.**  
Dessa två bryter inte fastan så länge man inte avsiktligt sväljer något vatten.
10. **Klippa hår och naglar.**
11. **Parfym.**
12. **Tandläkar- och gynekologbesök.**

## PROFETENS SUNNAH FÖRE FASTAN OCH DÅ DEN BRYTS

Till fastan hör viss etikett som inte är obligatorisk, men som ökar välsignelsen och belöningen för den fastande, såsom:

### 1. Att äta en bit mat innan man fastar.

Sahur kallas den mat man äter innan tiden för fastan går in. Om denna sade profeten (ﷺ):

*”Ät sabur för sannerligen är den välsignad.”*<sup>23</sup>

Många muslimer slutar äta en stund innan fadjr *”för säkerhets skull”*. Profeten (ﷺ) lärde oss emellertid att äta tills fadjr gått in. Han sade:

*”Tre saker hör till profetskapets ädla karaktärsdrag: Att påskynda brytandet av fastan, att skjuta upp på sabur samt att lägga den högra handen på den vänstra i bönen.”*<sup>24</sup>

<sup>23</sup> al-Bukhari nr 1923. Muslim nr 1095.

<sup>24</sup> at-Tabarani, Majma' az-Zawaid nr 2611. Sahih al-Jami nr 3038.



## 2. Att bryta fastan så fort man vet att maghrib gått in.

Profeten (ﷺ) sade:

*"Människorna kommer att vara i gott tillstånd, så länge de påskyndar brytandet av fastan."*<sup>25</sup>

## 3. Att bryta fastan med dadlar eller vatten.

Profeten (ﷺ) sade:

*"När någon av er bryter fastan så låt det vara med dadlar, och om man inte får tag på dadlar så med vatten; det är renande."*<sup>26</sup>

## 4. Att säga denna dua så fort man avbrutit fastan:

كَهَبَ الظَّمَا، وَابْتَلَّتِ العُرُوقُ، وَثَبَّتَ الأَجْرُ إِنْ شَاءَ اللهُ.

Dhabadh-dhama' u wabtallatil-'urûqu, wa thabatal-adjru inshâ' Allah.

Törsten har försvunnit, vena återfuktats och belöningen bekräftats, om Allah vill.<sup>27</sup>

## MUSLIMENS KARAKTÄR UNDER RAMADAN

Profeten (ﷺ) sade:

*"Allah är inte i behov av att en person låter bli att äta och dricka om han inte lämnar lögnaktigt tal och handling."*<sup>28</sup>

<sup>25</sup> al-Bukhari nr 1957. Muslim nr 1098.

<sup>26</sup> at-Tirmidhi nr 695.

<sup>27</sup> Abu Dawud nr 2357.

<sup>28</sup> al-Bukhari nr 1903.

Profeten (ﷺ) sade också:

*”När någon av er fastar skall han vare sig tala oanständigt eller bete sig dåligt. Om någon bråkar eller grälar med honom, skall han säga: ”Jag fastar. Jag fastar.”*<sup>29</sup>

Som fastande får man inte gräla, tala oanständigt eller alls bete sig dåligt. Skulle man hamna i en sådan situation informerar man personen om att man fastar, och undviker sedan situationen. På så sätt blir fastan ett ypperligt tillfälle att förbättra sin karaktär.

God karaktär gäller inte bara under ramadan, utan är en av de viktigaste sakerna i islam. Profeten (ﷺ) sade:

*”Det finns ingenting som väger så tungt i en troendes vågskål på Domedagen, som sin karaktär.”*<sup>30</sup>

## UPPHÖJDA HANDLINGAR I RAMADAN

Vissa handlingar under ramadan bör man värna extra mycket om eftersom de är i enlighet med profetens (ﷺ) vägledning. Här är några exempel:

### Att åkalla Allah

Den fastande har större chans att få sin åkallan besvarad. Profeten (ﷺ) har sagt:

*”Tre människors åkallan avfärdas inte: en rättvis ledare, den fastande tills det att han bryter fastan, och den förtrycktes åkallan.”*<sup>31</sup>

<sup>29</sup> al-Bukhari 1904. Muslim nr 1151.

<sup>30</sup> Abu Dawud nr 4799.

<sup>31</sup> Ibn Majah nr 1752.

## Att vara givmild

I islam uppmantras man att vara givmild året om men i synnerhet under ramadan. Ibn Abbas berättade att profeten (ﷺ) var den mest givmilda människa han någonsin träffat och att han var det som mest under ramadan.<sup>32</sup>

En fin handling är att bjuda hem sina muslimska syskon för att bryta fastan tillsammans. Detta stärker syskonbanden och ger dessutom en enorm belöning. Profeten (ﷺ) sade:

*”Den som ger mat till en fastande person kommer att få samma belöning som den fastande personen utan att dennes belöning minskar.”*<sup>33</sup>

## Umrah

Umrah innebär att vallfärda till den heliga staden Mecka för att utföra specifika ritualer. Delar av umrah liknar den årliga vallfärden (hadj) och kallas därför även för ”den lilla vallfärden”. Det har nämnts i en hadith att belöningen för att utföra umrah under ramadan motsvarar belöningen för hadj. Profeten (ﷺ) sade:

*“Se till att göra umrah när ramadan inträder då den motsvarar hadj [i belöning].”*<sup>34</sup>

## Läsa Koranen

Att ägna tid åt Koranen under ramadan är något muslimerna alltid gjort. Profeten (ﷺ) och ängeln Djibril brukade recitera Koranen för varandra och studera den tillsammans under kvällarna i ramadan.<sup>35</sup>

Man får en enorm belöning för att läsa Koranen. Profeten (ﷺ) sade:

*”Den som läser Koranen får tio belöningar för varje bokstav. Jag säger inte att Alif, Lâm och Mîm är en bokstav. Alif är en bokstav, Lâm är en bokstav och Mîm är en bokstav.”*<sup>36</sup>

<sup>32</sup> al-Bukhari nr 1902.

<sup>33</sup> at-Tirmidhi nr 807.

<sup>34</sup> al-Bukhari nr 1782.

<sup>35</sup> al-Bukhari nr 1902.

<sup>36</sup> at-Tirmidhi nr 2910.





## Nattbönen - Tarawih

Tarawih är en föreskriven nattbön under ramadan som muslimerna, redan tidigt i islams historia, utfört tillsammans. Tarawih kan man be när som helst efter isha-bönen ända fram till fadjr. Att delta i nattbönen är något stort och den som gör det kan få sina tidigare synder förlåtna. Profeten (ﷺ) har sagt:

*”Den som ber nattbönen i ramadan med tro och hopp (om belöning) kommer att få sina tidigare synder förlåtna.”*<sup>37</sup>

Han (ﷺ) har även sagt:

*”Den som ber med imamen tills att han är färdig belönas som om han bett hela natten.”*<sup>38</sup>

Det är bäst att be i moskén men de som inte kan ta sig dit kan be tarawih själva eller hemma med sin familj.

## Hur många böne-enheter ska man be?

Profeten (ﷺ) bad elva böne-enheter i nattbönen.<sup>39</sup> Han brukade be två enheter åt gången fram till den tionde, för att därefter avsluta med en sista (*witr*).<sup>40</sup>

På många ställen i den muslimska världen ber man mer än elva enheter i tarawih. De flesta lärda anser att det är tillåtet, baserat på profetens (ﷺ) generella uppmaning: *“Nattbönen ska bes två enheter åt gången.”*<sup>41</sup> Han satte alltså ingen övre gräns utan gav oss möjligheten att välja själva hur mycket vi vill be.

## I'tikaf

I'tikaf innebär att man under några dygn uppehåller sig i moskén. Man kan göra i'tikaf när som helst på året, men Aisha berättade att profeten (ﷺ) brukade göra i'tikaf de tio sista dagarna i ramadan. Hans fruar fortsatte göra i'tikaf även efter hans död.<sup>42</sup>

<sup>37</sup> Al-Bukhari nr 37.

<sup>38</sup> Abu Dawud nr 1375.

<sup>39</sup> Se Böneboken för mer information om bönen.

<sup>40</sup> al-Bukhari nr 1123..

<sup>41</sup> al-Bukhari nr 472.

<sup>42</sup> al-Bukhari nr 2025.

Meningen med i'tikaf är att stänga ute det världsliga och sysselsätta sig med olika former av dyrkan precis som det rapporterats att profeten (ﷺ) gjorde. Därför är det viktigt att man spenderar större delen av sin tid i bön, koranläsning, åminnelser, åkallelser eller kanske genom att reflektera över Allahs skapelse och nästa liv etc. Det är viktigt att den som gör i'tikaf har som mål att använda tiden till just detta och inte låter sig distraheras för mycket av annat.

I'tikaf är precis som all dyrkan något man belönas för, så länge det uppriktigt görs för Allah. För att belöningen skall tillräknas en krävs det emellertid att man verkligen håller sig till moskén under i'tikafperioden. Man kan endast lämna moskén om man absolut måste; för att köpa mat, gå på toaletten eller utföra någon religiös föreskriven plikt. Går man ut ur moskén utan behov upphävs ens i'tikaf. Aisha sade:

*”Sunnan för den som gör i'tikaf är att inte besöka den sjuke. Han ska inte heller gå på begravning, röra en kvinna eller ha samlag. Han ska inte gå ut för ärenden förutom för det absolut nödvändiga.”*<sup>43</sup>

Däremot krävs det inte att man fastar under vistelsen, vilket gör att om man är resande och av den anledningen inte fastar, skulle det också vara tillåtet att göra i'tikaf.

Alla moskéer är möjliga platser att utföra i'tikaf i, dock är det viktigt att moskéns styrelse tillåter det.

<sup>43</sup> Abu Dawud nr 2473. Förbudet mot just samlag finns i Allahs ord: "Men ha inte samlag med dem (era hustrur) medan ni gör i'tikaf i moskéerna." [Koranen 2:187] Det kanske kan låta märkligt att man skulle ha samlag i en moské, men förr i tiden så kunde de slå upp tält inne moskén när de gjorde i'tikaf och då kunde ett sådant förbud vara mer relevant än hur situationen ser ut idag.



## LAYLAT-UL-QADR, ÖDETS NATT

Allah säger:

*”VI har sannerligen sänt ned denna [beliga Skrift] under ödets natt. Och vad kan låta dig förstå vad ödets natt betyder. Ödets natt är mer värd än tusen månader; då stiger änglarnas härskaror och Anden ned med sin Herres tillstånd tillsammans med varje beslut. Den är full av frid ända till gryningens framkomst.”* [Koranen 97:1–5]

Att ödets natt är värd mer än tusen månader betyder att dyrkan under den motsvarar tusen månaders dyrkan. Detta gör den till årets mest efterlängtrade natt. Hela det muslimska samfundet runt om i världen ser fram emot den med förhoppning om nåd och belöning.

### När infaller ödets natt?

Faktum är att ingen kan veta med säkerhet vilket datum ödets natt infaller, bara att det är under någon av ramadans tio sista nätter. Profeten (ﷺ) sade:

*”Sträva efter att finna den under de tio sista nätterna i ramadan, i synnerhet de udda.”*<sup>44</sup>

Vissa lärda nämner att profeten (ﷺ) lät bli att fastställa ett exakt datum för ödets natt så att muslimerna ägnar alla sista nätterna åt dyrkan. Hade människor vetat vilken natt det var hade de kanske bara dyrkat Allah under denna enda natt och gått miste om mycket belöning.

### Vad ska man säga och göra under ödets natt?

Eftersom ödets natt är en så speciell natt är det viktigt att man passar på att göra många goda handlingar som till exempel bön, koranläsning, åminnelser och välgörenhet. Generellt sett så är natten ett stort tillfälle för åkallan, särskilt den sista tredjedelen av natten. Herren kommer då ner till den lägsta himlen och säger: *”Vem tillber Mig så att Jag må bönhöra honom? Vem ber Mig om något så att Jag må ge honom? Vem ber Mig om förlåtelse så att Jag må förlåta honom?”*<sup>45</sup>

<sup>44</sup> al-Bukhari nr 2016. En del lärda säger till och med att ödets natt förflyttar sig mellan de tio sista nätterna. Den infaller med andra ord under olika nätter från år till år.

<sup>45</sup> al-Bukhari nr 1145.

En dag frågade Aisha profeten (ﷺ) vad hon skulle säga under de nätter hon strävar efter att finna ödets natt. Han svarade då: ”Säg: *O Allah! Du är förlåtande och tycker om förlåtelse. Förlåt därför mig.*”<sup>46</sup>

Den som gör goda handlingar under den natten har möjligheten att uppnå hela tusen månaders belöning, vilket motsvarar mer än 83 år! Må Allah låta oss uppleva och ta till vara på denna natt varje ramadan.

## EID-UL-FITR

När ramadan går mot sitt slut tittar man återigen på himlen för att se om nymånen kan skådas, denna gång för att fastställa Eid-ul-fitr, en av islams två högtider. Om nymånen skådas på kvällen efter den 29:e dagen så är ramadan över och dagen efter blir då Eid. Om nymånen inte kan skådas så fullbordar vi fastan genom att även fasta den 30:e dagen. Dagen efter blir då Eid-ul-fitr, en efterlängtdag fylld av glädje och firande.

### Eid-bönen

Eid-bönen bes i samband med de två muslimska högtiderna, Eid-ul-adha och Eid-ul-fitr. Den bes på en för ändamålet utsedd böneplats eller i moskén. Bönen består av två enheter i vilka man reciterar Koranen med hörbar röst, och den enda skillnaden mellan denna och andra böner är att man säger de inledande orden *Allahu Akbar* hela sju gånger i första enheten och fem i den andra.

Profeten (ﷺ) brukade samla muslimerna på en och samma böneplats så att de kunde be Eid-bönen tillsammans. Det bästa är att alla muslimerna i staden samlas på en och samma plats för att be Eid-bönen. Skulle det inte vara möjligt är det tillåtet att be den i flera moskéer. Både män och kvinnor skall närvara vid Eid-bönerna.

Efter bönen följer en predikan, som kan liknas vid den predikan som görs vid fredagsbönen. Det är frivilligt att närvara på den.

<sup>46</sup> at-Tirmidhi nr 3513.

## Förberedelser inför Eid-bönen

Inför Eid-bönen finns en del saker man kan göra innan det är dags att be. De är inte obligatoriska men något som vi uppmuntrats till.

- Att utföra den större tvagningen, *ghusl*, på morgonen innan man går till Eid-bönen.
- Att göra sig fin och klä sig i rena, fina kläder.
- Att männen parfymerar sig.
- Att äta något innan man beger sig till Eid-bönen.<sup>47</sup>
- Att efter bönen ta en väg hem, annan än den man kom från.<sup>48</sup>

## Vad man bör säga innan och under Eid

Efter maghrib-bönen, kvällen innan Eid brukade profetens följeslagare, var för sig, prisa Allah med följande ord: *Allâhu Akbar, Allâhu Akbar, Allâhu Akbar, lâ ilâha illal-lâh, wallâhu Akbar, Allâhu Akbar, wa lillâhil hamd*, vilka betyder:

Allah är större, Allah är större, Allah är större. Ingen har rätt att dyrkas förutom Allah. Allah är större, Allah är större, och all pris hör till Allah.

Detta pågick ända fram till Eid-bönen.

## ZAKAT-UL-FITR

Mot slutet av ramadan är det obligatoriskt för alla muslimer att skänka en allmosa till de behövande och fattiga så att de också kan få en fin Eid. Allmosan kallas zakat-ul-fitr och består av ca tre kilo dadlar, korn, ris eller annan form av spannmål. Föräldrarna betalar å sina barns vägnar.

Det är viktigt att tänka på tidsperioden i vilken man skänker sin zakat. Meningen är att den skall användas till Eid. Därför ska man skänka den tidigast två dagar innan Eid och senast innan Eid-bönen.

<sup>47</sup> Profeten (ﷺ) brukade äta några dadlar innan han gick till Eid-bönen i samband med Eid-ul-fitr.

<sup>48</sup> På Eid brukade profeten (ﷺ) ta en annan väg hem [än den han tog till Eid-bönen]. al-Bukhari nr 986.

## Varför är vi ålagda att skänka denna zakat?

- Det gör det möjligt även för fattiga att glädjas åt Eids ankomst.
- Det är ett uttryck för tacksamhet till Allah för att man har fastat hela månaden.
- Det renar den fastande och hans pengar.<sup>49</sup>

## REKOMMENDERAD FASTA

Fastan i islam kan delas upp i obligatorisk och rekommenderad. Obligatorisk fasta är den vi beordrats med. Vi belönas för den och att lämna den utan giltig anledning är en synd. Rekommenderad fasta belönas man också för, men det är ingen synd att låta bli den.

Nedan följer några föreskrivna typer av frivillig rekommenderad fasta.

### De vita dagarna

“De vita dagarna” beskriver dagar under vars nätter månen är full. Dessa infaller den 13:e, 14:e och 15:e i varje månad, enligt den islamiska kalendern.

Abu Dharr sade: ”Allabs sändebud (ﷺ) befallde oss att fasta tre dagar varje månad: den trettonde, den fjortonde och den femtonde.”<sup>50</sup>

Kan man inte fasta just dessa datum så är det fortfarande sunnah att fasta tre dagar i varje månad, utan kravet att det sker i följd. Abu Hurayrah<sup>51</sup> sade:

”Min nära vän [profeten (ﷺ)] gav mig rådet att hålla fast vid tre saker; att fasta tre dagar i varje månad, att be duha-bönen<sup>52</sup> två bönenbeter, och att be witr, en böne-enbet, innan jag sover.”<sup>53</sup>

<sup>49</sup> Zakat kommer från verbet zakka, vilket betyder ”att rena” på arabiska. Zakat renar dels kapitalet från eventuell otillåten inkomst, dels fastan, från sådant som kan ha befleckat den av eventuella synder och brister.

<sup>50</sup> at-Tirmidhi nr 761.

<sup>51</sup> En av profetens (ﷺ) närmaste följeslagare och den person som återberättat flest hadither från honom.

<sup>52</sup> En sunnah-bön som man kan be på förmiddagen.

<sup>53</sup> al-Bukhari nr 1981.

## Måndagar och torsdagar

Profeten (ﷺ) sade:

*”Under dessa två dagar presenteras våra handlingar inför världarnas Herre. Jag vill att mina handlingar presenteras medan jag fastar.”*<sup>54</sup>

## Sex dagar i månaden Shawwal

Shawwal kallas månaden efter ramadan. Profeten (ﷺ) sade:

*”Den som fastar i ramadan och därefter fullföljer sin fasta med sex dagar i shawwal, har fastat motsvarande ett år.”*<sup>55</sup>

Man kan fasta dessa dagar i följd men det är inte ett måste, så länge det är inom shawwal.

## Ashura-dagen

Ashura-dagen kallas den tionde dagen av den islamiska månaden muharram. Det är starkt uppmuntrat att fasta denna dag. Profeten (ﷺ) frågades om att fasta Ashura-dagen och han svarade: *”Det förlåter det föregående årets synder.”*<sup>56</sup>

## Arafah-dagen

Under Arafah-dagen utför muslimerna en av de viktigaste riterna under hadj, då de ställer sig vid Arafah-platån för att åkalla Allah. De som inte gör hadj bör fasta denna stora dag för den utlovade belöningen i det. Profeten (ﷺ) brukade själv fasta under denna dag och sade om det att:

*”Det förlåter det föregående årets och det resterande årets synder.”*<sup>57</sup>

Dessutom berättade Aisha att profeten (ﷺ) sade:

*”Det finns ingen dag där Allah friger så många människor från Elden som under 'Arafah-dagen.”*<sup>58</sup>

<sup>54</sup> at-Tirmidhi nr 747.

<sup>57</sup> Muslim nr 1162.

<sup>55</sup> Muslim nr 1164.

<sup>58</sup> Muslim nr 1348.

<sup>56</sup> Muslim nr 1162.



## DAGAR DET ÄR FÖRBJUDET ATT FASTA

Precis som profeten (ﷺ) uppmanade oss att fasta vissa dagar så förbjöd han oss att fasta andra. Under följande dagar är det förbjudet för en muslim att fasta:

### Eid dagarna (al-adha & al-fitr)

Dessa är dagar av glädje då man firar och äter. Därför är det föreskrivet att inte fasta under dem. Abu Sa'id al-Khudri sade:

*”Profeten förbjöd fastan under följande två dagar: Eid-ul-fitr och dagen Eid-ul-adha”*<sup>59</sup>

### Tashriq-dagarna

Tashriq-dagarna kallas den 11:e, 12:e och 13:e i den muslimska kalenderns tolfte månad, dhul-Hidjah. Dessa dagar skall vara fyllda av mat, dryck och åminnelser till Allah, vilket innebär att man inte får fasta under dem. Även de som har fasta att ta igen från ramadan måste låta bli att fasta Eid-dagen och de tre efterföljande dagarna. Profeten (ﷺ) sade:

*“Tashriq-dagarna är dagar av förtäring, dryck och gudsåminnelse (dhikr).”*<sup>60</sup>

### Fredagar separat

Man skall inte särskilja en fredag för frivillig fasta. Vill man fasta på en fredag så ska man även fasta dagen innan eller dagen efter. Profeten (ﷺ) sade:

*”Ingen av er skall fasta en fredag utan att han fastar dagen före eller efter.”*<sup>61</sup>

<sup>59</sup> al-Bukhari nr 1864.

<sup>60</sup> Muslim nr 1141.

<sup>61</sup> al-Bukhari nr 1985.

## AVSLUTNING

Nu har vi nått slutet av denna introduktion till fastan och relaterade ämnen och vi hoppas verkligen att du har dragit nytta av den.

Det är viktigt att vi påminner varandra om vikten av att lära oss islams regler för att implementera dem i våra liv och inte bara för att lära oss ny information. Sträva ditt yttersta efter att praktisera det du lärt dig. Må Allah ge oss alla framgång i det som gör Honom nöjd.



# الإسلام . نيو ISLAM.NU



Denna bok är en grundläggande förklaring av den fjärde pelaren i islam, nämligen fastan i ramadan. För att kunna få ut så mycket som möjligt av sin fasta är det viktigt att lära sig om de obligatoriska och rekommenderade handlingarna under ramadan, men även vad som bryter fastan eller minskar den fastandes belöning.