

## Vasten in de Islam – Slot

- De geboden van de Heilige Koran zijn bedoeld voor volwassenen, en zo ook het gebod dat betrekking heeft op vasten. Minderjarigen mogen niet vasten, maar de kalief Umar zou gezegd hebben: "Zelfs onze kinderen vasten". Het doel hiervan zou kunnen zijn om kinderen te laten wennen aan het vasten. Alleen mensen die fysiek fit zijn zijn verplicht te vasten.
- **De intentie (*niyyah*) tot vasten:** *niyyah* betekent intentie, doel of streven in het doen van iets. Maar men stelt onterecht dat de *niyyah* van vasten bestaat uit het opzeggen van bepaalde woorden die uitdrukken dat men van plan is te gaan vasten. In Bukhari is er een hoofdstuk over het vasten met de titel:

“Hij die tijdens Ramadan vast met geloof (in Allah) en Zijn tevredenheid zoekt en een **doel of streven** (*niyyah*) heeft.”

De woorden van de Profeet volgen daarna, die zegt:

”De mensen zullen opgewekt worden (op de Dag des Oordeels) volgens hun doelen (*niyyah*).”

Wat dit betekent is, dat de persoon die vast een doel of streven voor ogen moet hebben. Het doel of streven van het vasten is, volgens de koran, om van het vasten een geestelijke training te maken, om nabijheid tot Allah te bereiken en bij al je handelingen Zijn tevredenheid te zoeken en het tot een morele discipline te maken om alle slechte zaken te vermijden. Het is **alleen in deze betekenis** dat de *niyyah* van belang is voor vasten, omdat ‘intentie’ in feite van belang is voor alle goede handelingen. Als men een goede daad doet met een slechte bedoeling, dan zal het die persoon niet ten goede komen.

- Op gebedstijdenlijsten van Ramadan, en elders, staat vaak een tekst van de *niyyah*, of de intentie voor vasten, en men wordt geacht deze op te zeggen wanneer men begint met de vastendag. Deze uitdrukking van je intentie via een vastgestelde tekst is vreemd aan de heilige koran en de hadith. Alleen in het geval van vrijwillig vasten buiten Ramadan worden gevallen in de hadith vermeld om overdag, als men nog niets gegeten heeft, tot het besluit te komen om te vasten. Dit is begrijpelijk. Maar er is geen sprake van zo'n intentie in de maand Ramadan, wanneer de mensen weten dat ze moeten vasten.
- **Wat verbreekt het vasten?** De drie dingen waarvan iemand zich moet onthouden bij het vasten is eten, drinken en geslachtsgemeenschap. Als men een van deze drie uit vrije wil en opzettelijk doet tijdens het vasten, dan verbreekt dit het vasten. Maar als men het per ongeluk doet (bijvoorbeeld door vergeetachtigheid of als men denkt dat het vasten is beëindigd), dan blijft het vasten geldig en moet worden afgemaakt. Als men het vasten verbreekt op een bewolkte dag, denkende dat de zon is ondergegaan, en de zon weer verschijnt, dan moet men het vasten voltooien.

- De mond spoelen met water of met een tandenborstel, gorgelen of water opsnuiven in de neusgaten, zelfs als een beetje water onbedoeld langs de keel gaat, verbreekt het vasten niet. Noch een bad nemen, een natte doek op het hoofd houden, of water over het hoofd gieten verbreekt het vasten, **hoewel men het opzettelijk doet** om het ongemak van dorst te verlichten. Als men tijdens het vasten eten kooft en het ervan proeft met de tong, dan is dit toegestaan, aangezien men het eten daardoor niet consumeert. Braken verbreekt het vasten ook niet, omdat het vasten wordt verbroken door datgene wat het lichaam ingaat, en niet door wat er uitkomt.
- De heilige koran zegt niet om een straf toe te passen voor het opzettelijk verbreken van het vasten. De hadith laat alleen zien dat het voldoende is dat de overtreder oprecht berouw toont.
- Er is een bekende die als volgt loopt:

“Het vasten is een schild. Laat daarom degene die vast zich niet overgeven aan ongepaste taal of slechte daden. En als iemand met hem strijdt of ruziet of hem uitscheldt, laat hem dan zeggen, ik vast. Bij Hem Die mijn ziel in Zijn hand houdt, de adem van de vastende is aangenamer voor Allah dan de geur van muskus.”

- Niet door van voedsel af te blijven wordt de adem van de vastende zo zoet. Het is door zich te onthouden van ongepaste taal, beledigen en allerlei slechte woorden en daden. Dit gaat zover, dat hij geen beledigend woord uitspreekt zelfs wanneer hij wordt geprovoceerd. Zo ondergaat een vastende persoon niet alleen een fysieke training door zijn lichamelijke begeerten, het verlangen naar eten en drinken en seksuele lust, te beteugelen, maar hij moet daadwerkelijk een directe morele training ondergaan door allerlei slechte woorden en daden te vermijden. In de ogen van **Allah verliest het vasten haar waarde, niet alleen door eten of drank te nuttigen, maar ook door een leugen te vertellen**, ongepaste taal gebruiken, trouweloos handelen, of slechte daden doen.
- In een andere hadies wordt gezegd, dat wanneer de maand Ramadan begint:

“De deuren van de hemel worden geopend en de deuren van de hel worden gesloten en de duivels in kettingen worden geslagen.”

De duivels worden **geketend** voor degene die vast, want hij beteugelt en **ketent zijn lagere begeerten**, die door de duivel aangewakkerd worden om een persoon in kwaad te laten vervallen. De deuren van de hel worden voor hem **gesloten**, omdat hij de deur **sluit** om alle soorten van slechtheden te doen die tot de hel leiden. De deuren van de hemel worden **geopend** voor hem, omdat hij boven zijn lichamelijke verlangens uitstijgt en zich inzet ten dienste van zijn medemens, en hij zo **de deur opent** tot het leiden van een nieuw soort leven op deze wereld.

Uit: Ramadan Daily Quran Study Door: Dr. Zahid Aziz

Engelse uitgave: Lahore Ahmadiya Djamaat, UK

Vertaald door: Reza Ghafoerkhan

Nederlandse uitgave: IslamLab