

# Beknopte informatie over de Ramadan

[ nederlands - dutch - الهولندية ]

**revisie:** Yassien Abo Abdillah

Kantoor voor da'wa Rabwah (Riyad)

2013 - 1434

IslamHouse.com

Islam voor iedereen

# معلومات موجزة عن شهر رمضان

« بللغة الهولندية »

مراجعة: ياسين أبو عبد الله

2013 - 1434

IslamHouse.com

Alle lof behoort aan Allah.

## **Inleiding**

"O gij gelovigen, het vasten is u voorgeschreven zoals het degenen die voor u waren was voorgeschreven, opdat gij vroom zult zijn." (Surah 2 : Ayah 183)

De Ramadan is een bijzondere maand voor moslims, overal in de wereld. Het is de maand waarin de eerste openbaringen van de Heilige Qor'aan aan profeet Mohammed (vzmh) plaats vonden. Het vasten in deze maand is verplicht voor alle moslims. De Schepper heeft het vasten altijd aan de mens voorgeschreven. Daarom is in vrijwel alle religies in de wereld nog een traditie van vasten te herkennen of zij hebben die ooit in een of ander vorm gekend. Vasten heeft in het Arabisch de betekenis van "zich onthouden van". Toegepast op de religie heeft het vasten de betekenis gekregen van het uit vroomheid afzien van: eten; drinken; seksuele relaties en alles wat geacht wordt het vasten te kunnen verbreken. Het vasten begint bij het aanbreeken van de dageraad en eindigt met het ondergaan van de zon.

## **Wat is Ramadan**

Ramadan is de negende maand van de Islamitische kalender. Wat Ramadan bijzonder maakt onder alle maanden is dat het naast: de getuigenis; het gebed; de bedevaart en de armenbelasting, één van de zuilen van de islam is.

Omdat de islamitische kalender gebaseerd is op het maanstelsel, duurt een maand 29 a 30 dagen en er zijn 354 dagen in een jaar en is daarom 11 dagen korter dan het zonnejaar. Dit

betekent dat de Ramadan beurtelings in alle seizoenen terecht komt; herfst, winter, lente en zomer, hetgeen de rechtvaardigheid van onze Schepper weergeeft. Anders zouden de moslims in een bepaald werelddeel constant in lange, hete zomerdagen moeten vasten, terwijl anderen in korte, koude winterdagen moeten vasten.

Naar het voorbeeld van de profeet Mohammed (vzmh), wordt in deze maand gedurende de dag gevast en worden veel vrijwillige nachtgebeden verricht. Moslims verwelkomen het vasten zoals de aarde de regen, omdat het een maand van goede dingen is. Het begin van de Ramadan is de genade van Allah, het midden van de Ramadan is de vergeving van Allah en het einde van de Ramadan is de redding van de Hel. De mensen doen in deze maand meer gebeden tot Allah zodat ze in geloofsovertuiging toenemen. De Ramadan is een maand van: tolerantie, liefdadigheid, verbroedering en bezinning. Het is een maand waarin mensen extra verdraagzaam, toeschietelijk en vrijgevig zijn. Een maand waarin de eenheid en saamhorigheid van de mensheid centraal staan.

In veel Islamitische landen, maar ook in Nederland, is het gebruikelijk om in deze periode de familie en vriendschapsbanden extra aan te trekken. Het elkaar uitnodigen, bezoeken en samen het vasten verbreken hoort hierbij. De behoeftigen voeden en kleden gebeurt vaker in deze maand. Bovenal is de maand Ramadan een periode om de gunsten van Allah te waarderen, de waarde van het voedsel te leren kennen en aan Hem dankbaarheid te tonen.

### **Sociale voordelen van het vasten**

Het vasten leert de mens zichzelf te bedwingen en kan ons eigenschappen aanleren zoals discipline, uithoudingsvermogen en vooral zelfbeheersing. Verder leert het ons respect ten aanzien van de medemens en God. Elke dag dat men vast, kan men zodoende

als een overwinning beleven. Het leert ons de baas te zijn over onze begeerten en lusten. Het maakt ons bovenal gehoorzaam aan God.

Het vasten geeft de mensheid een groot gevoel van samemhorigheid . Iedereen heeft een vast dagritme ingesteld in deze maand en alle moslims waar ook ter wereld vasten gedurende deze maand. Een ander belangrijk aspect van de maand Ramadan en het vasten is, dat het ons leert medeleven te hebben met de armen of anderen die in welk opzicht dan ook minder bedeed zijn. Het is belangrijk dat wij mensen aan elkaar denken en rekening houden met elkaar, zodat we liefde en barmhartigheid voor elkaar ontwikkelen en elkaar als gelijke zien. Wat een voorwaarde is voor een betere wereld. Het is medisch bewezen dat het vasten het lichaam zuivert, het ontdoet van achtergebleven schadelijke stoffen en het helpt om het overtollige vocht en vet kwijt te raken. Het geeft rust aan het hart en zenuwstelsel en bevordert de bloedsomloop. Het kan zelfs sommige allergieën genezen. Dit zijn slechts enkele fysieke voordelen van het vasten.

### **Vormen van aanbidding tijdens de Ramadaan**

Het Tarawieh gebed is één van de belangrijkste vormen van aanbidding tijdens deze vastenmaand. Tarawieh betekent letterlijk "uitrusten". Dit gebed wordt tussen het nachtgebed en het ochtendgebed verricht. De profeet Mohammed (vzmh) zei: "Wie opstaat om gedurende de nachten van de Ramadan te bidden, met geloof en rekenend op de Goddelijke beloning, hem zal door Allah zijn fouten vergeven worden". En hier gaat het juist om, dat wij onze toevlucht bij Allah (de Verhevene) zoeken, alleen Hem om vergeving vragen en alleen Hem aanbidden.

### **De I'tiqaaf**

Itiqaf betekent letterlijk; "het verblijven". Hiermee wordt het vrijwillig verblijven in de moskee met een bepaald doel en voor een bepaalde tijd bedoeld. De Itiqaf vindt meestal plaats in de laatste tien dagen van de Ramadan. Men staat vrij de tijdsduur van de Itiqaf te bepalen. Gedurende dit verblijf is men uitsluitende bezig met het zoeken van toenadering tot de Schepper. Men past daarbij verschillende vormen van aanbedding van God toe, zoals het gebed, het reciteren van de Heilige Koran en dzikr (het gedenken van Allah door het uitspreken van Zijn naam en het prijzen van Zijn eigenschappen ). Een dergelijke afzondering van wereldse zaken stelt ons in staat om geconcentreerd en met reine gedachten uitsluitend bezig te zijn met onze Schepper. Hierdoor kunnen we Hem onze oprechtheid in het geloof tonen en Zijn Vrede, Zijn aanwezigheid en Zijn Barmhartigheid in alle bewustheid ervaren.

### **Wie behoort te vasten**

Het vasten is verplicht voor degene die:

1. Moslim is
2. Geestelijk en lichamelijk gezond is
3. Niet op reis is
4. Volwassen is (volgens de islamitische wetten); bij een meisje is dat na de eerste menstruatie en bij een jongen na de eerste zaadlozing
5. Rein is na de menstruatie en nadat de kraambloeding is gestopt.

Voor vrouwen die zwanger zijn en/of borstvoeding geven geldt een uitzondering. Wanneer zij vrezen dat het vasten hun gezondheid of die van het kind (de kinderen) kan schaden, zijn zij

vrijgesteld van het vasten. Ze moeten dan wel hun vasten op een later tijdstip inhalen.

### **Wat verbreekt het vasten?**

1. Het bewust eten, drinken of roken tussen de ochtendschemering en zonsondergang.
2. Het opzettelijk braken.
3. Bij een bevalling of wanneer de menstruatie zich voordoet tussen de ochtendschemering en zonsondergang.
4. Tijdelijk verlies van bewustzijn.
5. Het hebben van geslachtsgemeenschap tussen zonsopgang en zonsondergang.

### **Uitzondering bij het vasten**

Het is moslims toegestaan het voorgeschreven vasten van ramadan te verbreken als er sprake is van een gevaar voor de gezondheid. In dit geval moet een moslim zijn vasten later, in een andere periode van het jaar, voortzetten. Door onbewust te eten verbreekt men het vasten niet. Een overlevering vertelt dat de profeet (vzmh)zei: "Indien één van jullie vergeet (dat hij aan het vasten is); en hij eet of hij drinkt: dan completeert hij zijn vasten, want Allah heeft hem gevoed en te drinken gegeven." (Hadieth, verzameld door Boecharie en Moslim)

### **Het paradijs**

De Profeet (vzmh) heeft gezegd : "Een van de poorten van het Paradijs wordt de "Poort van **Rayaan**" genoemd, de "Poort der verfrissingen". Slechts zij die vasten kunnen erdoor naar binnen

gaan. Er zal gezegd worden : "Waar zijn degenen die vasten ? " Zij zullen dan opstaan en naar binnen gaan. Niemand anders zal erdoor naar binnen gaan. Zij zal voor altijd gesloten worden." (Overgeleverd door Abu Sonni en Abu Naiem).

### **Het begin van de Ramadaan in de toekomst**

Vooruit gekeken kan al worden bepaald wanneer in de toekomst de maand Ramadan begint. Denk eraan dat dit schattingen zijn, het hoeft dus niet perse zo te zijn dat het ook daadwerkelijk op de genoemde dagen is. Verder zijn deze voorspellingen gedaan voor midden Nederland (Utrecht), voor de rest van het land kan het dus afwijken. De jaartallen staan er tenslotte in Islamitische Jaartelling (Isl.) en Christelijke jaartelling (Chr.).

[www.islamhouse.com](http://www.islamhouse.com)

**Islam voor iedereen !**

المكتب التعاوني للدعوة والإرشاد وتوعية الجاليات بالربوة

**Islamic Propagation Office in Rabwah**

P.O.Box 29465 RIYADH 11457 - TEL 4454900 - 4916065

FAX: 4970126 - E-Mail: rabwah@islamhouse.com

<http://www.islamhouse.com>