



## Ät suhur, för i suhur finns välsignelse

Yahya ibn Yahya berättade för oss; han sade: Hushaym informerade oss, från Abd al-Aziz ibn Suhayb, från Anas. Och Abu Bakr ibn Abi Shaybah och Zuhayr ibn Harb berättade för oss, från Ibn Olayyah, från Abd al-Aziz, från Anas – må Allah vara nöjd med honom. Och Qutaybah ibn Sa'id berättade för oss; Abu Awanah berättade för oss, från Qatadah och Abd al-Aziz ibn Suhayb, från Anas – må Allah vara nöjd med honom – som sade: Allahs Sändebud ﷺ sade: *'Ät suhur, för i suhur finns välsignelse.'*"

**[Återberättad av Imam Muslim]**

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ يَحْيَى، قَالَ أَخْبَرَنَا هُشَيْمٌ، عَنْ عَبْدِ الْعَزِيزِ بْنِ صُهَيْبٍ، عَنْ أَنَسٍ، ح . وَحَدَّثَنَا أَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ، وَزُهَيْرُ بْنُ حَرْبٍ، عَنْ ابْنِ عُلَيَّةَ، عَنْ عَبْدِ الْعَزِيزِ، عَنْ أَنَسٍ، رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ ح . وَحَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ بْنُ سَعِيدٍ، حَدَّثَنَا أَبُو عَوَانَةَ، عَنْ قَتَادَةَ، وَعَبْدِ الْعَزِيزِ بْنِ صُهَيْبٍ، عَنْ أَنَسٍ، - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ " تَسَحَّرُوا فَإِنَّ فِي السُّحُورِ بَرَكَةً " .

### Förklaring av hadithen

Hadithen återges genom flera starka isnad-vägar som alla möts hos Abd al-Aziz b. Suhayb, vidare via Anas b. Malik. Profeten ﷺ säger:

## ”Ät suhur, för i suhur finns välsignelse.”

Trots sin korthet är detta en av de mest betydelsefulla profetiska utsagorna om fastans etik, rytm och spiritualitet. Den sammanfattar i en enda mening en hel teologi om hur människan förbereder sig för dyrkan, hur Gud underlättar för sina tjänare och hur den muslimska fastan skiljer sig från tidigare religiösa traditioner.

## Teologisk analys

### Suhur som gudomlig gåva och lättnad

De klassiska lärda är eniga om att *baraka* i denna hadith syftar på flera nivåer av välsignelse:

- **fysisk välsignelse:** suhur stärker kroppen och gör fastan uthärdlig,
- **andlig välsignelse:** suhur är en tid av dhikr, du‘a’ och närhet till Gud,
- **laglig välsignelse:** suhur är en sunnah som Gud belönar även om mängden mat är liten.

**al-Nawawi** skriver att suhur är *mustahabb mu‘akkad* – en starkt rekommenderad sunnah – och att välsignelsen omfattar både kroppslig styrka och andlig näring. **Ibn Hajar** förklarar att välsignelsen även ligger i att suhur är en handling av lydnad som Gud belönar, även om det bara består av en klunk vatten. **al-Qurtubi** betonar att suhur sker i en tid då böner besvaras och då änglarna ber för den fastande.

### Suhur som identitetsmarkör för den muslimska umman

I andra autentiska hadither säger Profeten ﷺ:

- *”Skillnaden mellan vår fasta och Ahl al-Kitabs fasta är suhur.”*

Det innebär att suhur inte bara är en praktisk handling, utan en **identitetsmarkör** för den muslimska gemenskapen. Det är en del av islams unika rytm av dyrkan.

**Ibn Hajar** noterar att detta är en av de aspekter som gör fastan i islam särskilt mild och barmhärtig jämfört med tidigare traditioner.

### Suhur som tid av gudomlig närhet

Suhur sker i den sista tredjedelen av natten – en tid då, enligt autentiska

hadither, Gud "stiger ned till den lägsta himlen" och säger:

- "Vem ber Mig, så ska Jag besvara honom?"

al-Qurtubi skriver att detta är en av de största barakat i suhur: att den placerar den fastande i en tid av särskild gudomlig närhet, då hjärtat är som mest mottagligt.

## Språklig analys av nyckeluttryck

"تَسَحَّرُوا" - "ät suhur"

Verbet är i imperativform (*tafa'ala*-mönstret), vilket antyder:

- en aktiv handling,
- en uppmaning som är starkt rekommenderad,
- en handling som kräver avsikt och medvetenhet.

Språkligt är imperativformen här inte obligatorisk (som i fard), men den uttrycker en stark sunnahh.

"فِي السُّحُورِ بَرَكَةٌ" - "i suhur finns välsignelse"

- *baraka* betyder ökning, beständighet, gudomlig gåva.
- Konstruktionen *fi... baraka* antyder att välsignelsen är **inneboende** i handlingen.

Språkligt är detta en nominal sats som uttrycker en **allmängiltig sanning**.

## Suhur vs. Sahur

Arabiska skiljer mellan:

- *suhur* (سُحُور) - själva handlingen att äta,
- *sahur* (سَحُور) - maten som äts.

Hadithen använder *suhur*, vilket betonar **handlingen**, inte mängden mat.

## Syntes

Hadithen lär oss flera centrala principer:

1. **Suhur är en källa till välsignelse**, både fysisk och andlig.
2. **Suhur är en starkt rekommenderad sunnahh**, inte en kulturell vana.
3. **Suhur skiljer den muslimska fastan från tidigare religiösa traditioner**, och är därmed en identitetsmarkör.
4. **Suhur sker i en tid av gudomlig närhet**, vilket förstärker dess andliga värde.
5. **Profetens ﷺ språk är kort men djupt**, och uttrycket ”i suhur finns välsignelse” rymmer flera lager av mening.
6. **Klassiska lärda** som al-Nawawi, Ibn Hajar och al-Qurtubi använder denna hadith för att framhäva suhurs centrala roll i fastans etik.

---

[FASTAN, Imam Muslim, RAMADAN](#)

---

«[BÖRJA INTE FASTA INNAN RAMADAN](#)»

---

[Att skydda sig från Elden»](#)

---

- [Bönen gudomlig befallning](#)
- [Nationalismens Uppkomst i den Muslimska Världen](#)
- ['Awrah för män och kvinnor inom och utanför bön](#)
- [Bönen mellan befallning och uphöjelse](#)
- [Regeln om att be i Haram-kläder](#)
- [Att upphöja Allahs befallning är att be](#)
- [Förstå Koranen](#)
- [Lycka eller elände i nästa liv](#)
- [Frågor och svar angående ahl al-Kitabs Kött](#)
- [Rasism: Finns det en lösning?](#)