



En dag i fastans väg – sjuttio års avstånd från Elden

Hadithen på svenska

Abu Sa'īd al-Khudri – må Allah vara nöjd med honom – berättade:

”Jag hörde Profeten ﷺ säga: ‘Den som fastar en dag för Guds skull – Gud kommer att hålla hans ansikte på ett avstånd av sjuttio höstar från Elden.’”

(Autentisk – överens om dess autenticitet, [Sahih Muslim: 1153])

Förklaring

Denna hadith visar den **enorma belöningen för att fasta, även om det bara är en enda dag**, så länge det görs *”fi sabilillah”* – det vill säga, i Guds väg och för Hans skull. Det kan syfta på:

- Att fasta under frivilliga dagar med uppriktig avsikt
- Att fasta i samband med strävan för Guds sak (t.ex. jihad, resor i lydnad till Gud, eller andra former av uppoffring)

Att Gud håller en persons ansikte **sjuttio höstar (år) bort från Elden** är ett

bildligt uttryck för ett mycket stort avstånd och skydd från straffet. Det visar att även en liten handling, när den görs med rätt avsikt, kan ge enorm belöning.

Lärdomar från hadithen

- En enda dags fasta för Guds skull kan ge skydd från Elden i sjuttio år
- Det är avsikten som avgör värdet av handlingen
- Hadithen visar att Gud är generös i belöning för dem som söker Hans närhet
- Frivillig fasta är en kraftfull form av dyrkan och skydd för själen

Praktiskt råd

- Försök att fasta frivilligt ibland – t.ex. . måndagar, torsdagar eller de vita dagarna (13:e, 14:e, 15:e i månaden)
- Gör det med avsikten: *”Jag fastar för Guds skull – i hopp om Hans belöning och skydd.”*
- Påminn dig själv: *”En dag i fastans väg kan hålla mig sjuttio år bort från Elden.”*
- Be Allah: *”Acceptera mina fastor, och håll mig långt borta från Din vrede och straff.”*

Originalen på arabiska

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: «مَنْ صَامَ يَوْمًا فِي سَبِيلِ اللَّهِ بَاعَدَ اللَّهُ وَجْهَهُ عَنِ النَّارِ سَبْعِينَ خَرِيفًا». [صحيح] – [متفق عليه] – [صحيح مسلم: 1153]