



Fastan – en gåva mellan Gud och Hans tjänare

Hadithen på svenska

Abu Hurayrah – må Allah vara nöjd med honom – berättade att Profeten Muhammad ﷺ sade:

”Gud sade: Alla människans handlingar är för honom själv – utom fastan, den är för Mig, och Jag belönar för den. Fastan är en sköld. När någon av er fastar, ska han inte tala oanständigt eller höja rösten i gräl. Om någon förolämpar honom eller angriper honom, ska han säga: 'Jag fastar.' Vid honom i vars hand Muhammads själ är – doften från den fastandes mun är mer älskad hos Gud än doften av mysk. Den fastande har två glädjestunder: en när han bryter sin fasta, och en när han möter sin Herre – då gläds han över sin fasta.”

(Autentisk – överens om dess autenticitet, [Sahih al-Bukhari: 1904])

Förklaring

Denna hadith är en av de mest älskade och ofta citerade texterna om fastans dygd. Den visar att fastan är **en unik handling av dyrkan** – så speciell att Gud säger: *”Den är för Mig, och Jag belönar för den.”* Det

innebär att **fastan är en handling av ren uppriktighet**, där den fastande avstår från det tillåtna – mat, dryck, begär – enbart för Guds skull.

Fastan beskrivs som en **"sköld"** – den skyddar mot synd, begär och Elden. Den lär tålamod, självkontroll och gudsmedvetenhet. Den fastande uppmanas att **inte svara på förolämpningar eller gräl**, utan att påminna sig själv och andra: *"Jag fastar."*

Profeten ﷺ berättar också att **den obehagliga andedräkten från fastan är mer älskad hos Gud än doften av mysk** – eftersom den är ett tecken på uppriktig dyrkan. Och slutligen: **den fastande får två glädjestunder** – en i detta liv (när han bryter fastan), och en i det nästa (när han möter sin Herre och ser belöningen för sin fasta).

Lärdomar från hadithen

- Fastan är en handling av ren uppriktighet – belönad direkt av Gud
- Den är en sköld mot synd och ett träningsläger för själen
- Självkontroll, tålamod och god karaktär är centrala i fastan
- Gud älskar även de svårigheter vi uthärdar för Hans skull
- Fastan ger glädje både i detta liv och i det eviga livet

Praktiskt råd

- När du fastar – **akta din tunga, ditt humör och dina handlingar**
- Påminn dig själv: *"Jag fastar – detta är för Gud, och Han ser mig."*
- Låt fastan **inte bara vara fysisk avhållsamhet, utan en andlig förfining**
- Be Allah: *"Låt min fasta vara för Din skull, och ge mig glädjen i att möta Dig med den."*

Originalet på arabiska

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «قَالَ اللَّهُ: كُلُّ عَمَلِ ابْنِ آدَمَ لَهُ، إِلَّا الصِّيَامَ، فَإِنَّهُ لِي وَأَنَا أَجْزِي بِهِ، وَالصِّيَامُ جُنَّةٌ، وَإِذَا كَانَ يَوْمُ صَوْمِ أَحَدِكُمْ فَلَا يَرْفُثْ وَلَا يَصْخَبْ، فَإِنْ سَابَهُ أَحَدٌ أَوْ قَاتَلَهُ، فَلْيَقُلْ إِنِّي امْرُؤٌ صَائِمٌ، وَالَّذِي نَفْسُ مُحَمَّدٍ بِيَدِهِ، لَخُلُوفُ فَمِ الصَّائِمِ أَطْيَبُ عِنْدَ اللَّهِ مِنْ رِيحِ الْمِسْكِ، لِلصَّائِمِ فَرْحَتَانِ يَفْرِحُهُمَا: إِذَا أَفْطَرَ فَرِحَ، وَإِذَا لَقِيَ رَبَّهُ فَرِحَ بِصَوْمِهِ» . [صحيح] – [متفق عليه] – [صحيح البخاري: 1904]



10 Senaste inlägg:

Fastan – en gåva mellan Gud och Hans tjänare

- [Handlingar som upphäver en individens Islam](#)
- [Mänsklighetens akuta behov av denna religion](#)
- [Tawfiq kommer endast från Allah](#)
- [Det onda kan aldrig tillskrivas Allah](#)
- [De enorma fördelarna med tawakkul på Allah](#)
- [Tawhids centrala betydelse och farorna med innovation och shirk](#)
- [Mer vilsna än boskap](#)
- [Bönetider för Sverige](#)
- [Bönetider för 135 städer i Sverige](#)
- [Bönen gudomlig befallning](#)