



# Fastan – en skyddande sköld och en dyrbar gåva från Allah

## Hadithen på svenska

Från Abu Hurayra – må Allah vara nöjd med honom – att Profeten ﷺ sade:

”Allah säger: 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 är en fastande.' Vid honom i vars hand Muhammads själ är – fastandens andedräkt är mer väldoftande hos Allah än myskens doft. Den fastande har två glädjestunder: en när han bryter sin fasta, och en när han möter sin Herre – då gläds han över sin fasta.” ([Sahih] – Överens om av al-Bukhari och Muslim – [Sahih al-Bukhari: 1904])

## Förklaringen av hadithen

Denna hadith är en av de mest omfattande och djupgående texterna om fastans väsen, dess etik och dess belöning. Den innehåller flera kraftfulla budskap från Allah själv, vilket gör den till en **qudsi-hadith** – där Profeten ﷺ återger Allahs ord.

## 1. "Fastan är för Mig, och Jag belönar för den"

Detta visar fastans unika ställning:

- Alla andra handlingar kan ha inslag av riyaa' (att göra något för att bli sedd), men fastan är **helt dold** – bara Allah vet om du verkligen fastar.
- Därför säger Allah: "*Den är för Mig*" – det är en handling av **ren uppriktighet**.
- Belöningen är inte specificerad – "*Jag belönar för den*" – vilket tyder på **en obegränsad belöning**.

## 2. "Fastan är en sköld" – جُنَّةٌ

Fastan skyddar:

- mot synd
- mot helvetets eld
- mot dåliga handlingar

Den fungerar som en andlig rustning som stärker tålamod, självkontroll och gudsmedvetenhet.

## 3. Fastans etik: inget oanständigt tal eller gräl

Fastan är inte bara att avstå från mat och dryck – utan även:

- att kontrollera tungan
- att undvika ilska och högljudda konflikter
- att svara på förolämpningar med: "*Jag är fastande*" – en påminnelse till sig själv och andra

## 4. Fastandens andedräkt är väldoftande hos Allah

Trots att fastandens andedräkt kan vara obehaglig för människor, är den:

- **mer älskad av Allah än myskens doft**
- ett tecken på uppoffring och lydnad
- ett bevis på att Allah ser **hjärtats tillstånd**, inte bara det yttre

## 5. Två glädjestunder för den fastande

- **Vid iftar:** glädjen över att ha fullbordat en handling för Allah
- **Vid mötet med Allah:** glädjen över att se fastans belöning i evigheten

## Lärdommar av hadithen

- Fastan är en handling av ren uppriktighet, och Allah har reserverat dess belöning till Sig själv.
- Fastan är en skyddande sköld, både i detta liv och i det kommande.
- Fastan kräver god moral, inte bara fysisk avhållsamhet.
- Allah älskar den fastandes uppoffring, även det som andra kan se som obehagligt.
- Fastan leder till djup glädje – både i detta liv och i mötet med Allah.

## Originaltext på arabiska

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

### 10 Senaste inlägg:

- [Bönetider för Sverige](#)
- [Bönetider för 135 städer i sverige](#)
- [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](#)

### Kategorier:

[Biblioteket \(24\)](#) [Blandat \(1578\)](#) [Bönen \(23\)](#) [Bönetider \(93\)](#)

[Familj \(3\)](#) [Koranen \(859\)](#) [KORANENS BUDSKAP \(115\)](#)

[Sunnah \(1510\)](#)

**Etiketter:**

[40-Nawawi](#) [al-Albani](#) [al-Bukhari](#) [al-Husari](#) [al-Koran](#) [al-Othaymin](#)  
[al-Sunnah](#) [Ali ibn Abi Taleb](#) [as-Salat](#) [as-Sawm](#) [as-Sunnah](#) [A‘lam al-Sunna](#) [al-Manshūra](#) [BÖNEN](#) [Bön](#)  
[Bönetider](#) [Dajjal](#) [det förflutna](#) [det nästkommande](#) [De utvalda](#) [De ödmjukas bön](#) [DJJAL](#) [Enkel förklaring](#) [FASTAN](#) [fasta och hälsa](#)  
[fredagspredikan](#) [Följeslagare](#) [Hadith](#) [Hadither](#) [Hajj](#) [Halal](#) [Haram](#)  
[Historia](#) [ibn al-Qayyim](#) [Ibn Baz](#) [Ibn Majah](#) [iftar](#) [Imam Muslim](#)  
[islam](#) [islamic](#) [islamister](#) [Islams historia](#) [i‘jaz al-Qur’an](#) [KAPITEL 1](#) [KAPITEL 2](#)  
[KAPITEL 3](#) [KAPITEL 4](#) [KAPITEL 21](#) [KAPITEL 23](#) [KAPITEL 24](#) [KAPITEL 87](#) [KAPITEL 88](#) [KAPITEL 89](#) [KAPITEL 92](#)  
[KAPITEL 93](#) [KAPITEL 95](#) [KAPITEL 96](#) [KAPITEL 97](#) [KAPITEL 98](#) [KAPITEL 100](#) [KAPITEL 105](#) [KAPITEL 106](#) [KAPITEL 107](#) [KAPITEL 109](#) [KAPITEL 110](#) [Kapitel 111](#) [KAPITEL 112](#) [KAPITEL 113](#) [KAPITEL 114](#) [Koran](#)  
[Koranen](#) [KORANEN BERÄTTAR](#) [Koranen på svenska](#)  
[Koranens budskap](#) [Koranvetenskap](#) [kvinnan](#) [laylat al-qadr](#) [Muhammad](#)  
[muslimer](#) [Män runt om profeten](#) [Omar](#) [Othaymin](#) [PDF](#) [Profeten](#)  
[Profeten sa](#) [Profeten sade](#) [profetens följare](#)  
[Profetens Sirah](#) [RAMADAN](#) [Sahaba](#) [Sahabah](#) [Salah](#) [Salat](#)  
[sira](#) [Sirah](#) [Souhur](#) [Sunnah](#) [tawhid](#) [Tro](#) [Vägen till Koranen](#) [أعلام](#)  
[السنة المنشورة](#)

---