



# Skillnaden mellan vår fasta och Bokens folks fasta

## Hadithen på svenska

Från ‘Amr ibn al-‘As – må Allah vara nöjd med honom – att Profeten ﷺ sade:

**”Skillnaden mellan vår fasta och Bokens folks fasta är suhur-måltiden.”**  
(Återgiven av Muslim)

## Förklaringen av hadithen

Profeten ﷺ förklarar här ett av de tydliga kännetecknen för den muslimska fastan: **suhur**, den välsignade måltiden innan gryningen. Detta är något som skiljer vår fasta från judarnas och de kristnas sätt att fasta.

### 1. Suhur är en särskild välsignelse för denna ummah

Profeten ﷺ kallade suhur för *”välsignad mat”* i andra hadither. Den:

- stärker kroppen inför fastan
- gör fastan lättare

## Skillnaden mellan vår fasta och Bokens folks fasta

- är en handling av lydnad
- skiljer vår tradition från tidigare religiösa gemenskaper

### 2. Bokens folk brukade inte äta innan gryningen

Deras fasta saknade denna lättnad och barmhärtighet. Islam kom med en mer balanserad och mänsklig väg, där suhur är en del av fastans fullkomlighet.

### 3. Suhur är en symbol för lydnad och identitet

Att äta suhur är inte bara en fysisk förberedelse – det är en **sunnahh** som markerar:

- tillhörighet till Profetens ﷺ ummah
- följsamhet till hans vägledning
- uppskattning av Allahs lättnader

### 4. Även en liten tugga räknas som suhur

Profeten ﷺ sade att även en klunk vatten räknas som suhur. Det visar att syftet inte är mängden mat, utan att följa sunnahh och ta del av dess välsignelse.

## Lärdommar av hadithen

- Suhur är en tydlig sunnahh som skiljer vår fasta från tidigare traditioner.
- Det är en välsignad måltid, älskad av Allah och Hans Sändebud ﷺ.
- Islam gör fastan lättare, inte svårare.
- Att följa suhur stärker identiteten som muslim och följer Profetens ﷺ väg.
- Även en liten mängd mat eller dryck räknas som suhur, så sunnahh är lätt att praktisera.

## Originallet på arabiska

أن رسول الله صلى الله عليه وسلم ما شاء الله أن يكون من أكلة السحور رواه مسلم  
قال: (فَصَلُّ مَا بَيْنَ صِيَامِنَا وَصِيَامِ أَهْلِ الْكِتَابِ أَكْلَةُ السَّحْرِ) رواه مسلم

**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](#)

---