

## Dag 3: Vasten in de godsdiensten voor de islam

- De Koran zegt:

“O jullie die geloven, het vasten is jullie voorgeschreven **zoals het was voorgeschrevenaan degenen vóór jullie**, opdat jullie je zullen hoeden voor het kwaad.” – Koran 2:183

- Zoals dit vers zegt, is het vasten een spirituele oefening die in alle religies te vinden is. In feite vastten de grote stichters van verschillende geloven (Boeddha, Mozes, Jezus, enz.) streng als voorbereiding op hun eerste ervaring van spirituele verlichting en contact met God. Mozes zei tegen zijn volgelingen:

“Toen ik op de berg ging om de stenen tafelen te ontvangen, de tafelen van het verbond dat de Heer met u gemaakt had, bleef ik veertig dagen en veertig nachten op de berg. Noch at ik brood, noch dronk ik water.” – Deuteronomium 9:9

- Afgezien van het strenge vasten van de stichters van de religies, vastten ook de gewone volgelingen. Het doel van het vasten was zelfzuivering, zoals de Koran hierboven noemt. Maar men begon vasten te beschouwen als een vrijwillige vorm van lijden om de sympathie van God op te wekken en Zijn straf af te wenden. Hoe dit waarschijnlijk ontstond, was dat wanneer de mensen getroffen werden door een ramp, wat men zag als het gevolg van de zonden van mensen, namen ze hun toevlucht tot vasten als een middel van berouw van zonden. Zo associeerden de mensen vasten in hun gedachten met de tijden dat ze een of ander moeilijkheid of leed hadden ondergaan. Ze dachten dat het vasten een manier was om hun pijn aan God te tonen, zodat Hij medelijden met hen zou hebben en hun problemen zou laten verdwijnen.
- De islam ontkent volkomen de gedachte dat mensen, om de boosheid van God af te wenden en Zijn mededogen te verdienen, zichzelf vrijwillig lijden of straf zouden moeten opleggen. In plaats van dit verkeerde idee introduceerde de islam het gereguleerde vasten in een vastgestelde maand, ongeacht of mensen problemen ondervonden, zodat het een middel zou worden voor de ontwikkeling van de innerlijke vermogens van de mens.
- Ook in de religieuze boeken voor de islam kan men lezen over de ware betekenis van het vasten. Jezus gaf zijn volgelingen deze instructies:

“En wanneer u vast, toon dan geen droevig gezicht (d.w.z. somber kijkend), zoals de huichelaars. Zij vervormen namelijk hun gezicht, zodat zij door de mensen gezien worden als zij vasten. ... Maar u, als u vast, zelf dan uw hoofd

en was uw gezicht, zodat het door de mensen niet gezien wordt als u vast, maar door uw Vader, Die in het verborgene is; en uw Vader, Die in het verborgene ziet, zal het u in het openbaar belonen.” – Mattheüs 6:16-18

- Hierin ligt ook een goede les voor moslims. In een hadith in Bukhari staat dat Allah zegt over een vastende persoon:

“Hij onthoudt zich van eten en drinken en andere verlangens om Mijn welbehagen te zoeken: vasten is alleen voor Mij en ik zal de beloning daarvan geven. En een deugd brengt een tienvoudige beloning voort.”

“Zie, op uw vastendag zoekt u uw eigen wens, en beult u al uw arbeiders af. Zie, u vast om te twisten en ruzie te maken en om goddeloos op de vuist te gaan. Vast niet zoals heden als u uw stem wilt laten horen in de hoogte. Zou dit het vasten zijn dat Ik verkies: dat de mens zich een dag lang verootmoedigt, dat hij zijn hoofd buigt als een riet en zich neerlegt in rouwgewaad en as? Noemt u dat vasten en een dag die de Here welgevallig is? Is dit niet het vasten dat Ik verkies: dat u de boeien van de goddeloosheid losmaakt, dat u de banden van het juk ontbindt, dat u de onderdrukten vrij laat heengaan en dat u elk juk breekt? Is het niet dit, dat u uw brood deelt met wie hongerlijdt, en de ellendige ontheemden een thuis biedt, dat, als u een naakte ziet, u hem kleedt, en dat u zich voor eigen vlees en bloed niet verbergt? Dan zal uw licht doorbreken als de dageraad, en uw herstel snel intreden. Uw gerechtigheid zal voor u uit gaan en de heerlijkheid van de Here zal uw achterhoede zijn. Dan zult u roepen en de Here zal antwoorden, dan zult u om hulp roepen en Hij zal zeggen: Zie, hier ben Ik. Als u het juk uit uw midden wegdoet, het uitsteken van de vinger en het uitspreken van ongerechtigheid; als u uw hart opent voor de hongerigen, en de verdrukte ziel verzadigt, dan zal uw licht in de duisternis opgaan, en uw donkerheid als de middag zijn.” – Jesaja 53:3-10

- 
- Uit: Ramadan Daily Quran Study
  - Door: Dr. Zahid Aziz
  - Engelse uitgave: Lahore Ahmadiya Djamaat, UK
  - Vertaald door: Reza Ghafoerkhan
  - Nederlandse uitgave: *IslamLab*