



# رمضان

De voornaamste informatie over het  
vasten tijdens de maand **Ramadan**





**al-Yaqeen**

Fruitweg 5 te Den Haag

[info@al-yaqeen.com](mailto:info@al-yaqeen.com) | [www.al-yaqeen.com](http://www.al-yaqeen.com)

Het vasten in de gezegende maand Ramadan behoort tot één van de vijf zuilen van de Islam. Allah, de Meest Verhevene, zegt hierover:

**“O jullie die geloven, het vasten is jullie voorgeschreven, zoals het voorgeschreven was aan degenen voor jullie, opdat jullie (Allah) zullen vrezen.**

(Soerat al-Baqarah: 183)

### **Wat houdt het vasten in?**

Het vasten is het zich onthouden van eten, drinken en geslachtsgemeenschap om zodoende nader tot Allah te geraken.

### **Wie is verplicht om te vasten?**

Het vasten van de Ramadan is verplicht voor iedere geslachtsrijpe, redelijke (niet-krankzinnige) moslim die in staat is om te vasten. Zodra één of meerdere onderstaande kenmerken zich voordoen bij de moslim, wordt hij geslachtsrijp geacht en is daarmee verplicht om te vasten:

- Het krijgen van een natte droom.
- De groei van schaamhaar. Het moet hierbij niet gaan om donshaar, maar daadwerkelijk schaamhaar.
- Het bereiken van de vijftienjarige leeftijd.
- Het menstrueren, in geval van de vrouw.

## Welke handelingen verbreken het vasten?

- Het opzettelijk eten en drinken.
- Het toegediend krijgen van voedingsinjecties.
- Het bedrijven van geslachtsgemeenschap.
- Het roken van sigaretten, tabak, Shisha en dergelijke.
- Een zaadlozing uit vrije wil als men wakker is.
- De afscheiding van menstruatiebloed of kraambloed.
- Het met opzet overgeven (braken): het weer door de mond teruggeven van spijs of drank die zich in de maag bevindt; als dit niet opzettelijk gebeurt wordt het vasten daarmee niet verbroken.

## Welke handelingen verbreken het vasten niet?

- Tandartsbehandeling, zolang niets de maag bereikt.
- Het poetsen van de tanden met tandpasta of het gebruiken van de Siwaak. Desalniettemin is het wenselijk om tandpasta overdag te vermijden.
- Het gebruiken van een inhalator.
- Het opdoen of ruiken van parfum.
- Het krijgen van een bloedneus.
- Het prikken van bloed of het ondergaan van een bloedonderzoek.
- Het gebruik van oog- en oordruppels.
- Medicatie die het lichaam niet via de neus of mond betreden, zoals vitamine-injecties, antibiotica-injecties, insuline-injecties en zepillen.
- Lichaamsproducten voor uitwendig gebruik zoals shampoo, crème, make up, verzorgingsoliën, gel, Koehl (een soort oogpotlood), lippenbalsem en dergelijke.

## De regels voor degenen die vrijgesteld zijn van het vasten

Het is toegestaan voor vier soorten mensen om niet te vasten tijdens de maand Ramadan:

- Een zieke persoon die te kampen heeft met hevige ziekte die verergerd wordt door het vasten of waarbij gevreesd wordt dat het herstel zal worden vertraagd. Hetzelfde geldt wanneer het vasten intense ontbering veroorzaakt, ook al maakt het de ziekte niet erger of stelt het herstel niet uit. Zodra men hersteld is, dient hij de gemiste dagen in te halen.
- Een menstruerende vrouw en een vrouw die te kampen heeft met kraambloeding. In hun geval is het verboden te vasten en is hun vasten ongeldig. Ook zij dienen deze gemiste dagen later in te halen.
- Een zwangere vrouw en een vrouw die borstvoeding geeft, hoeven niet te vasten als ze zich zorgen maken over (de gezondheid van) hun kind. Zij dienen deze gemiste dagen in te halen en hoeven daarnaast niet (nog eens) Fidyah te betalen.
- Een persoon die niet in staat is om te vasten wegens zijn oude leeftijd of wegens een ziekte waar geen hoop meer voor is dat het geneest. Deze persoon dient voor iedere dag dat hij niet gevast heeft een arme te voeden.

## Hoe pluk je de voordelen van het vasten?

- Het veelvuldig reciteren van de Koran.
- Het bijwonen van de gezamenlijke nachtgebeden.
- Het veelvuldig smeken van Allah en het tonen van berouw.
- Het vermeederen van vrijgevigheid.
- Het voeden van een vastende bij het verbreken van het vasten.

## Belangrijke informatie

- Heb een zuivere intentie bij het vasten en reken hierbij op de Beloning van Allah. Wees dus gewaarschuwd dat je niet slechts vast uit gewoonte.
- Neem de eerste nacht van de Ramadan de intentie om de gehele maand te vasten.
- Het hanteren van de 'Imsaak' is niet voorgeschreven. Het is dus toegestaan om te eten tot de Adhaan voor het Fadjr-gebed afgaat. Maak daarnaast haast met het verbreken van het vasten zodra de zon is ondergegaan.
- Degene die vergeet dat hij vast en per ongeluk iets eet of drinkt dient hier direct mee te stoppen vanaf het moment dat hij zich hier bewust van wordt. Daarna dient hij gewoon verder te vasten en hoeft hij dit niet in te halen.

Moge Allah ons allen een gezegende maand Ramadan tegemoet laten gaan en deze in aanbidding en gehoorzaamheid doorbrengen, opdat onze Taqwa zal vergroten.