

Digiuno

Cosa è il digiuno

L'adorazione di Allah per mezzo dell'astensione dal cibo, dalle bevande e dai rapporti sessuali coniugali e da tutto ciò che può interrompere il digiuno, a partire dall'alba (dall'appello alla preghiera dell'alba) fino al tramonto (all'appello alla preghiera del tramonto)

Obiettivi del digiuno:

Il raggiungimento della coscienza di essere sotto il costante sguardo di Allah (taqwa), astenendosi da alcune cose lecite per un determinato periodo di tempo, come atto di devozione ad Allah; chi digiuna abbandona cibi e bevande e le sue passioni, per cercare la soddisfazione di Allah.

Rinforzo della volontà e della determinazione.

Questo si realizza quando il Musulmano riesce a controllare le sue passioni ed i suoi desideri e si astiene da quel che è normalmente lecito negli altri giorni e si dedica all'adorazione di Allah; in tal modo si rinforza la sua determinazione nell'astenersi da tutto ciò che Allah ha vietato in modo generale

Embriaguezza nella propria anima, la coscienza di essere sotto il costante sguardo di Allah.

In quanto il digiuno è un atto di devozione esclusivo tra Allah ed i Suoi servitori. Una persona potrebbe facilmente nascondersi per mangiare o bere; ma se digiuna con l'intenzione di ottenere la ricompensa divina, allora questo sarà il migliore addestramento al controllo dell'anima nei momenti difficili ed in pubblico

Riflessione sulle condizioni di poveri e bisognosi

l'esperienza diretta della fame e della sete ci invita al ricordo dei nostri simili che non hanno nulla da mangiare né da bere; ci sforziamo allora di soccorrerli e offrire loro il nostro aiuto



Allah ha reso obbligatorio il digiuno nel mese di Ramadan e ne ha fatto uno dei pilastri dell'Islam

E ci ha raccomandato di digiunare anche in altri giorni particolari dell'anno

I meriti del digiuno:



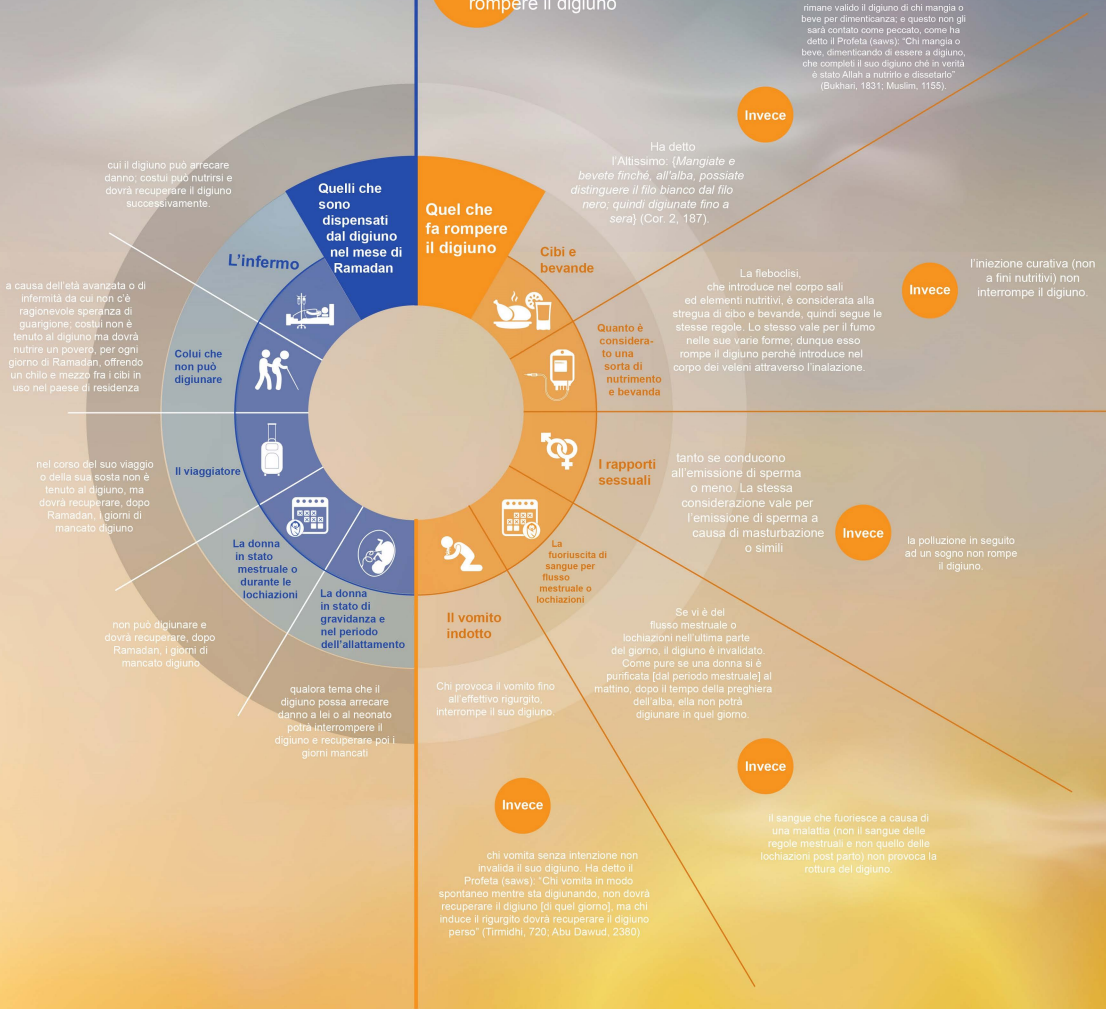
Allah ha legato a Sâ la ricompensa per il digiuno; chi ottiene la sua ricompensa da parte del Nobile, il Generoso, il Maestoso, il Misericordioso, costui si rallegri per quel che Allah ha preparato per lui! Ha detto il Profeta (saws): "Ogni azione che l'uomo compie appartiene a lui stesso, eccetto il digiuno, esso appartiene a Me ed io per questo lo ricompenserò" (Bukhari, 1805; Muslim, 1151).

Chi digiuna nel mese di Ramadan con fede in Allah, in ubbidienza ai Suoi ordini, con assoluta convinzione nei meriti [del digiuno durante Ramadan], fiducioso nella ricompensa divina, ottiene il perdono dei peccati commessi. Ha detto il Profeta (saws): "Chi digiuna nel mese di Ramadan con fede e speranza nella ricompensa divina, avrà i suoi peccati cancellati" (Bukhari, 1910; 760).

Chi digiuna si rallegra di quel che lo attende come ricompensa e doni divini, quando incontrerà Allah, grazie al suo digiuno. Ha detto il Profeta (saws): "Chi digiuna ha due momenti di gioia: quando rompe il digiuno e quando incontrerà il suo Signore" (Bukhari 1805; Muslim, 1151).

Nel Paradiso c'è una porta detta "Ar-Rayyan" attraverso la quale entreranno solo quanti erano soliti digiunare. Ha detto il Profeta (saws): "Nel Paradiso c'è una porta detta "Ar-Rayyan" attraverso la quale nel Giorno del Giudizio entreranno solo quanti erano soliti digiunare [sulla Terra] e nessun altro" (Bukhari, 1797; Muslim, 1152).

Coloro che sono dispensati [dal digiuno] e ciò che fa rompere il digiuno



Il digiuno nella storia

Allah aveva prescritto il digiuno anche alle popolazioni del passato, se pure in forme diverse relativamente al periodo, alla lunghezza ed alla forma del digiuno. Lo scopo del digiuno è però sempre lo stesso: l'adorazione di Allah e il raggiungimento della coscienza di essere sotto lo sguardo costante di Allah. Allah ci ha rivelato le parole di Gesù (Allah gli dia la pace) dirette a sua madre Maria, mentre egli era nella sua culla: "Se incontri qualcuno fa' loro dei segni per far loro capire che ti sei impegnata con Allah in un digiuno della parola".



Progetto
Direzione artistica
Progettazione e realizzazione

Guida semplificata del Musulmano
Hasan Baharun
Società La Guida Moderna