

ラマダーンと齋戒

(前編) : 齋戒



IslamReligion.com

ラマダーンとはイスラームの太陰暦における9月のことで、29日間もしくは30日間の期間のことを指します。イスラームの月は、日没後すぐに西方で新月が観測されることによって開始します。ムスリムたちはシャアバーン月（イスラーム暦の8月）の29日に西の地平線で新月を観測しに行きます。もし月が観測されれば、その次の日の出から齋戒を始めますが、もし月が観測されなかったのなら、シャアバーン月（その前の月）の30日目を終え、ラマダーンはその翌日から始まります。

ラマダーンと齋戒の重要性

神はクルアーンの中でこう言っています。

“信仰する者よ、あなたがた以前の者に定められたようにあなたがたに齋戒が定められた。恐らくあなたがたは主を畏れるであろう。”（クルアーン2章183節）

“ラマダーンの月こそは、人類の導きとして、また導きと（正邪の）識別の明証としてクルアーンが下された月である。それであなたがたの中、この月（家に）いる者は、この月中、齋戒しなければならない。病気にかかっている者、または旅路にある者は、後の日に、同じ日数を（齋戒する）。アッラーはあなたがたに易きを求め、困難を求めない。これはあなたがたが定められた期間を全うして、導

きに対し、アッラーを讃えるため、恐らくあなたがたは感謝するであろう。”（クルアーン2章185節）

つまり、ラマダーン月はクルアーンの月とも呼ばれます。それゆえムスリムはこの月にクルアーンを頻繁に朗読します。

サウム（齋戒）

サウム（齋戒）は日の出に始まり、日没に終わります。ムスリムは日の出前に起き、サフル（夜明け前の食事）を食べ、齋戒に備え十分な量の飲み物を飲みます。そして日の出前には、飲食を止めます。日が出ている間は、飲食も性行為もしてはいけません。更にムスリムたちはイスラームの教えに厳しく従わなければならない、従えなければ齋戒の務めを果たしたことにはなりません。

ラマダーン月の齋戒は、思春期を過ぎた全ムスリムに課される宗教行為です。生理中、または産後の出血中の女性は、それらが終わるまで齋戒を中断します。また、病気の人や旅行中の人も齋戒を中止します。

ムスリムが齋戒をするのは、神が彼らにそう命じたからです。しかし、彼らは齋戒には、空腹や喉の乾き、性的衝動を自制し、よりモラルのある人間になり、創造主により誠実になるための訓練となるという利点もあることを実感します。齋戒中であっても、仕事をすることは許されています。

齋戒は、日没後にナツメヤシを食べるか、水やジュースを飲むことによって解かれます。しかし禁忌とされている食べ物や飲み物は齋戒を明けるために使われません。マグリブのサラ（日没時の礼拝）がその後に行われ、その後に本格的な食事があります。しばらく休んでから、ムスリムたちはイシャーのサラ（夜の礼拝）に行き、そのあと特別な夜間礼拝であるタラーウィーフがとり行われます。

タラーウィーフ

いつも通りの夜の礼拝の後には、集団礼拝が行われます。伝統的に、ハーフィズ、つまりクルアーンをアラビア語ですべて記憶した人がその礼拝を導きます。彼はクルアーンを少しずつ順番に、毎晩朗読していき、ラマダーン中またはラマダーンの終わる頃にクルアーンを全て朗読します。この礼拝に参加する全てのムスリムが、この月の終わりまでにクルアーンを最初から最後まで聴くことができるのです。ハーフィズがいなければ、その集団の中でクルアーンを最も記憶しているものがその能力に応じて朗

誦します。多くのイスラーム学者たちはスンナ（預言者ムハンマド〔彼の上に神の慈悲と祝福あれ〕の言行）から、彼がラマダーン中でラマダーンではないときでも夜中に一人で礼拝していたとしています。また彼の偉大な教友たちも同じようにしていたとされています。

ラマダーン中の寛容さ

ラマダーン中は、善行を行う者にいつもより多くの祝福が与えられます。この期間中は人々はより寛容で、誠実で、優しくなり、より多くの善行を行おうとします。貧者たちは食べ物や衣服、金銭を裕福なムスリムから受け取ります。多くのムスリムは、齋戒を解き、食事をとるためにモスクに行きます。近所の人々はモスクに果物や飲食物を届け、毎晩友愛に満ちた夕食を楽しむのです。

イスラーム共同体の中で良く知られた寄付者たちは、貧者に喜捨を求められます。ザカーと呼ばれる財産を清める喜捨や寄付がこの時期に支払われますが、それはムスリムたちが神から何倍もの報酬を期待しているからなのです。

（後編）：夜の礼拝とその他の宗教行為



ライラトル=カドル

これがみいつの夜です。カドルという言葉はよく「力」と訳されます。良訳と思われるのは、「価値」や「定め」といったところでしょうか。なぜならこの夜は1晩で、1000の月、つまり83年以上の価値があるからです。神はこの夜に定めを下しま

す。預言者ムハンマドに、最初にクルアーンが啓示されたのは、この夜のことでした。神はクルアーンでこう述べています。

“本当にわれは、みいつの夜に、この（クルアーン）を下した。みいつの夜が何であるかを、あなたに理解させるものは何か。みいつの夜は、千月よりも優る。天使たちと聖霊（天使ガブリエル）はそこで、その主のお許しと共に、

全てのご命令を携えて下ってくる。暁の明けるまで、（それは）平安である。”（クルアーン97章1～5節）

みいつの夜は神から人類への贈り物です。しかしみいつの夜がいつなのかは、分かっていません。預言者の教友からの記録によれば、預言者がラマダーン月の27日がみいつの夜だとほのめかしていたと言っています。しかし同時に多くの者たちが、ラマダーンの後半3分の1の奇数の夜の内のどれかが、みいつの月だと言っていたと記録しています。預言者ムハンマド（彼の上に神の慈悲と祝福あれ）の教えによれば、ムスリムはラマダーン月の21日、23日、25日、27日と29日に礼拝と善行を行い、みいつの夜を見つけるようにすべきだとされています。一部のムスリムはそれらの夜に徹夜で礼拝や善行を行いますが、預言者ムハンマドと彼の教友たちは少なくとも、夜の3文の1は眠っていたとされています。

ある種のムスリム国家ではラマダーン月27日は休日とされ、人々が夜の礼拝のあと休めるようにしています。また学校はラマダーン月の27日からシャウワール月の2日目まで、みいつの夜とイード・アル＝フィトル（ラマダーンの終わりに始まるイスラームの祭日）のために休みとなります。

イアティカーフ（お籠り）

預言者ムハンマドの習わしは、ラマダーンの最後の10日間をモスクで過ごすことでした。これに習って、近くのモスクにお籠りすることは崇拝行為とされています。お籠りしている人々は様々なズィクル（神を思うこと）をして過ごします。例えば礼拝やクルアーンの勉強や朗誦、ハディース（預言者ムハンマドの言行録）の勉強をし、神と彼の預言者に従いつつ、お互いを高め合うのです。お籠りする人々は緊急の場合を除いて外に出る事は許されていないので、モスクで眠り、モスクの施設を使用します。

お籠りしている人々の食事は、彼らの家族や共同体の人々が用意します。大方の場合、お籠りは新月が観測されたとき、あるいはラマダーン月の最終日に終わります。忙しい人々には1晩のみ、1日のみ、または2、3日といった短いお籠りも許されています。

サダカトル＝フィトル

大方、貧者、また助けを求める人々に対する物質的援助はサダカと呼ばれます。サダカトル＝フィトルはザカートル＝フィトルとも呼ばれ、イードの礼拝の前に集められる貧者への義務的援助です。貧者たちがイード

を祝えるほどの援助をするのが好まれています。北アメリカ大陸では5ドルから8ドルの食物が、幼児も含め家族全員からそれぞれ出されます。

イードル=フィトル

断食の月の終わりはラマダーン月のあとのシャウワール月（イスラーム暦の10月）の始めに祝われます。ラマダーンの29日、日没後に人々は西方の地平線に新月を観測しにいきます。三日月が観測されれば、ラマダーンの終わりが発表されます。もし三日月が観測されなければ、ラマダーンはもう一日延びます。

イードの日には人々は朝早くシャワーを浴び、朝食を食べ、彼らの持っている服の中で最高のものを着て、香水をつけて、イードの集団礼拝が行われる場所にタクビーラートを言いながら向かいます。タクビーラートとは「神は偉大である。神以外に崇拝すべきものはなく、すべての賞賛は神のものである。」と言う事です。ムスリムたちは、イマームと呼ばれる先導者を待っている間、彼らの家で、道で、集団礼拝の場所でタクビーラートを言います。開けた土地でイードの集団礼拝を行うのが預言者ムハンマドの習わしでした。預言者ムハンマドに従う者たちは開けた土地で集団礼拝を行うように教えられています。しかし北アメリカ大陸のムスリムたちはホールやホテルを貸りて礼拝を行います。

イマームが定められたときに礼拝を先導し、説教を行います。この説教の最後に、人々は祈り、あいさつや抱擁を交わし、ラマダーンの終わりを祝い、神に彼らの努力が受け入れられることを願います。

この日に人々はお互いを訪ね、子どもたちはプレゼントを貰います。人々がピクニックやパーティーに出かける国もあります。イードの祭典が仕事場やその他の場所で開かれることもあります。イードは神への感謝と家族や友達に会いに行く日なのです。

ラマダーン中のウムラ（小巡礼）

預言者ムハンマドが、ラマダーン中にウムラを行うとハッジ（大巡礼）を行ったのと同じとされると言った記録があります。ハッジは預言者アブラハム（彼の上に平安あれ）と彼の妻ハジャル、そして彼の長男イスマエルが受けた試練と苦難を体現化したものです。ハッジには5日間かかりますが、ウムラは2、3時間で終わります。ウムラはハッジの中のほんの一部なのです。ウムラの最後には動物の屠畜も行われます。ウムラはどの時期に行われても良いのですが、ラマダーンの間に行われるウムラは特別なのです。

