

10 TIPS TIL TIL



bliv klogere på,
hvordan hvile
indgår i islams
fredagsbøn,
ramadan og
ritualer



ISLAM

FÅ 10 FEDE RÅD, SÅ DU KAN FINDE RO.

islam og hvile

Bliv klogere på, hvordan hvile indgår i Islams fredagsbøn, ramadan og ritualer.

Hvis du bor tæt på en moske, eller har været ude at rejse, har du måske hørt koranens melodiske vers synge over hustage, når der kaldes til bøn. Bønnen er en stor del af islam. Det er også her man finder Islams idéer og grundtanker om hvile. Men hvorfor er hvile vigtigt, og hvilke ligheder er der mellem hvilens rolle i de forskellige religioner?

Læs om ramadan, fredagsbøn, ritualer og koranens ord her.



FORFATTER

NIELS CHRISTIAN CHRISTIANSEN

Cand.mag. i tysk og religionsvidenskab. Underviser til daglig i gymnasiet og 9.-10. klasse på Vejlefyjordskolen ved Daugård. Niels er opvokset i adventist-miljø og gæster i dag gerne forskellige kirkesamfund.

**FREDAGSBØNNEN
HÆNGER IKKE
DIREKTE SAMMEN
MED HVILE, MEN
RAMADANEN ER EN
MÅNED, DER HELT
AUTOMATISK
INDEHOLDER ET
ELEMENT AF HVILE.**



islam og hvile – bøn og faste

For de fleste muslimer er hvile ikke et emne af stor religiøs betydning. Men der findes to vigtige ting inden for islam, som på hver deres måde alligevel lidt har en forbindelse til emnet: *Fredagsbønnen* og *Ramadanen*.

FREDAGSBØNNEN

I islam spiller fredagen en vigtig rolle, mere præcist fredag middag. Her kan man gå til fredagsbøn og prædiken i den lokale moske, ligesom mange jøder også mødes i synagogen om lørdagen, og mange kristne går i kirke om søndagen, også for at bede og høre prædiken. Men i islam er der ikke helt den samme kobling mellem denne fremhævede ugedag og en egentlig hviledag, sådan som jøder og kristne kender det fra de ti bud. I de ti bud udnævner Gud en af ugens dage til hviledag (se afsnittet om kristendommen). Men denne tekst om de ti bud står kun i jødernes "bibel", *Tanakh*, og i den del af de kristnes bibel, der hedder *Det Gamle Testamente*. Den står ikke i muslimernes hellige skrift, *Koranen*. Og selvom muslimer faktisk tillægger *Tanakh* og *Det Gamle Testamente* en vis religiøs betydning, så mener de dog,

at *Koranen* er vigtigere, og *Koranen* taler altså ikke på samme måde om en hviledag.

Koranen taler om, at de troende – muslimerne – skal mødes til middagsbønnen om fredagen for at ihukomme (huske/mindes) Gud – Allah. Og det er den samme begrundelse, som *Tanakh* og *Det Gamle Testamente* bruger til, at der skal være en ugentlig hviledag. Men i modsætning til en jøde, der hviler videre resten af sin dag, så kan en muslim godt tage på arbejde igen, når hans middagsbøn om fredagen slutter.



O I som tror, når der kaldes til bøn på forsamlingsdagen [fredagen], så il til Allahs ihukommelse og lad alle forretninger ligge. Det er bedre for jer, om I (blot) vidste det. (*Koranen*, sura 62, vers 9)

RAMADANEN

Mens fredagsbønnen altså ikke hænger direkte sammen med hvile, så er Ramadanen en måned, der – i hvert fald i muslimske lande – helt automatisk kan indeholde et element af hvile.

Ramadan er i første omgang blot navnet på en måned i den muslimske kalender, ligesom vores egne månednavne som marts, april, osv. I denne måned faster muslimer. Det vil sige, at de afholder sig fra at spise og drikke indtil solnedgang hver dag. Om aftenen efter solnedgang spises der så. Denne måde at leve på kan for nogle medføre, at man i begyndelsen af perioden kan have en anelse sværere ved at koncentrere sig. Men der er lavet undersøgelser, som ifølge belgiske forskere tyder på, at kroppen vænner sig til situationen, og at koncentrationsevnen vender tilbage til normalen i løbet af ramadanen. Det kan dog være ret forskelligt fra person til person, hvordan ramadanfasten påvirker kroppen, og der er også store forskelle fra det ene tidspunkt på dagen til det andet, fra land til land og fra årstid til årstid (se højre side).

Nogle mennesker, der for eksempel går på arbejde eller i skole, kan i dele af ramadanen altså have en smule sværere ved at koncentrere sig, fordi kroppen får sin næring knap så jævnt fordelt hen over døgnet. Men når dette gælder mange i samfundet, er det lidt lettere at trække overbærende på skuldrene og smilebåndet af hinandens periodevis sløvhed og sultenhed. Hele samfundet må gå et lille gear ned, og folk kan måske finde på at hvile lidt mere i løbet af dagen

end ellers. Sværere er det straks at være muslim i et ikke-muslimsk land, hvor de andre borgere ikke faster i denne periode. For her skiller man sig jo ud, hvis man bliver lidt sløv, og arbejdsgiveren eller læreren har måske ikke den samme forståelse eller overbærenhed over for ens manglende koncentration. Men så igen kan der jo også være andre grunde til at blive sløv, for eksempel netop det at man har spist. Man kan føle sig døsig om eftermiddagen, hvor det meste af blodet strømmer til tarmene, hvis man har spist frokost, men denne døsigthed oplever fastende muslimer jo ikke, og de kan derfor i virkeligheden være mere koncentrerede på dette tidspunkt af døgnet end folk, der har spist frokost. Alt i alt ser det ifølge en del forskning ikke ud til, at arbejdsgivere i Vesteuropa behøver at være bekymrede over ramadanfastende medarbejderes koncentrationsevne.

FORSKELLIGE TING, DER GØR, AT RAMADANFASTEN OG DENS LEGEMLIGE EFFEKT VARIERER.



LOVGIVNING

Muslimske lande

Der tages i praksis i højere grad højde for, at man går ind i ramadanmåneden.

Ikke-muslimske lande

Der tages ikke på samme måde højde for ramadan.



KLIMA, GEOGRAFI OG DAGENS LÆNGDE

Arktis

I en del af året går solen ikke ned i flere måneder, i en anden del står den ikke op.

Danmark

Dagens længde varierer også her ret meget fra lange sommerdage på over 17 timer til korte vinterdage på under 7 timer.

Sydeuropa

Dagens længde varierer lidt mindre, men der er stadig lange dage, og når de samtidig er så varme om sommeren, kan der være risiko for, at man dehydrerer, hvis man ikke indtager væske.

Ækvator

Nat og dag er lige lange.

Her kan du se, hvorfor ramadanfasten og dens fysiske effekt er forskellig i verden.



TIDSREGNING OG ÅRSTID

Måne-år

I muslimske lande tager tidsregningen udgangspunkt i en bestemt begivenhed i Muhammeds liv, udvandringen til Medina, og året har 354 dage.

Måneden ramadan ligger hvert år, hvor den plejer.

Sol-år

I lande med en tidsregning, der har sit nulpunkt ved Jesus' fødsel, har året typisk 365 dage plus en skuddag hvert fjerde år.

Måneden marts ligger, hvor den plejer, men ramadan, der følger tidsregningen for måne-året, forskydes i forhold til sol-året med godt 11 dage og vil i løbet af en periode på 33 år have befundet sig på alle positioner af sol-året: nogle gange sammenfaldende med marts, andre gange med februar, januar, osv.

ARBEJDSDAGENS LÆNGDE

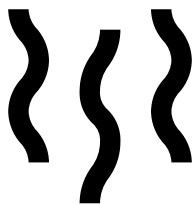


Vesteuropa

En arbejdsdag er typisk 8 timer.

Syd- og Østeuropa

En arbejdsdag er typisk noget mere.



Hvile kan siges at være et resultat af/i denne fastemåned, især i muslimske lande, men hvilen er ikke et egentligt formål i sig selv. Formålet med Ramadanen – eller formålene, for der er faktisk flere – er derimod blandt andet at lære, hvordan det føles at være meget sulten, således at man bedre kan forstå fattige, altså hvordan det er at være fattig og sulten, så man får større medlidenhed med denne befolkningsgruppe og indser vigtigheden af at arbejde på at afhjælpe fattigdom og sult i samfundet. Et andet formål med fastemåned er at mindes, at Allah gav mennesket Koranen. Derfor deler nogen den også op i tredive læsestykker og bruger måneden på at læse sig igennem den.

I slutningen af måneden afholdes en stor fest, *Eid al-Fitr*, der minder om jul, med et ekstra stort måltid, og hvor børnene får gaver, og man hygger sig sammen.

OPRINDELSEN AF FREDAGSBØNNEN, RAMADAN-FASTEN OG DE FEM DAGLIGE BØNNER

Fra en muslims synsvinkel er det åbenlyst, at fredagsbønnen er noget, Allah vil have mennesket til at deltage i. For den står nævnt i Koranen, som Allah gav mennesket. På samme måde er ramadanfasten også foreskrevet i Koranen.

Hold bøn (til forskellige tider) mellem solens begyndende deklination og nattens mørke.
(Koranen, sura 17, vers 78)



Måneden Ramadân er den, i hvilken Qur'ânen blev åbenbaret (som retledning for menneskeheden og med klare beviser på retledningen og (at den er) den (Bog), der sonder (mellem sandt og falsk). Derfor skal den, som er vidne til denne måned, faste i den. Men den, som er syg eller på rejse, (skal faste) det (samme) antal af andre dage. Allah ønsker at gøre det let for jer og ønsker ikke at gøre det besværligt for jer, og at I fuldender antallet (af fastedage), og at I lovpriser Allah, fordi Han har retledet jer, og at I må blive taknemmelige.
(Koranen, sura 2, vers 185)



Religionsforskere påpeger dog, at de muslimske versioner af bøn, faste og helligdag nok snarere er opstået som en modreaktion mod de religioner, der allerede eksisterede i området, dengang Koranen blev skrevet ned på Muhammeds tid, nemlig i 600-tallet (Forman 2006, 23; Steffensen 2001, 13; Rippin 2001, 107) Ifølge forskningen var det Muhammeds møde med jødedommen i byen Yathrib, senere kaldet Medina, som udløste et ønske om at distancere sig fra denne religion, altså fra jødedommen, og få sat nogle rammer om sin egen ved at:

- ændre bederetningen fra Jerusalem til Mekka
- ændre helligdagen fra lørdag til fredag
- ændre fasteperioden fra en uge til en måned

I jødedommen findes også tre daglige bønner, og på Muhammeds tid havde syriske kristne munke en inddeling af dagen i syv faser. Dette, mener forskere, kan være årsagen til, at antallet af daglige bønner i islam landede på fem, en blød mellemting, der ikke kunne forveksles med hverken kristendom eller jødedom (Rippin 2001, 101). Muslimerne selv henfører antallet af fem daglige bønner til fortællingen om Muhammeds himmelrejse, som nævnes kort i Koranen og i fuld længde i en biografi om Muhammed, der blev skrevet godt hundrede år efter hans død. I fortællingen om Muhammeds natlige himmelrejse tager Muhammed fra Mekka til Jerusalem på et flyvende æsel. I Jerusalem går han ad en stige op igennem syv himle og møder blandt andre Jesus, Moses og englen Gabriel.

Lovpriset være (Allah), som ved natetid rejste med sin tjener [Muhammad] fra den Hellige Moské til den fjerneste Moské, hvis omgivelser Vi har velsignet, for at Vi kunne lade ham skue nogle af Vore tegn. Sandelig, Han er den Althørende, den Altseende.
(Koranen, Sura 17, vers 1)

[...] Gabriel tog ham op gennem himlene ... og de nåede den syvende himmel og hans Herre. Her pålagde Gabriel ham pligten til at bede halvtreds gange om dagen. Og profeten fortalte: "På tilbageturen kom jeg forbi Moses - hvilken ven han er af jer alle! Han spurgte mig, hvor mange bønner jeg havde fået besked på, og da jeg svarede halvtreds, sagde han: "Bøn er en besværlig sag, og dit folk er svagt, så gå tilbage til din Herre og bed Ham om at formindske antallet for dig og din menighed." Det gjorde jeg så, og han trak ti fra. Da jeg atter kom tilbage til Moses, gentog han, hvad han tidligere havde sagt. Og sådan blev det ved, indtil der kun var fem bønner tilbage til hele dagen og natten."
(af Ibn Ishaq (død 767))

kilder

- Forman, Jens Muslimerens religion – tro, praksis og sharia,
Systime, Århus 2006
- Madsen, A. S. Koranen - med dansk oversættelse og noter,
Borgens Forlag, København 2001
(Versnumre i de enkelte suraer justeret ned med ét,
jf. gængs praksis andetsteds)
- Price Persson, Charlotte “Hvad siger forskningen om Støjbergs ramadan-påstand?”,
videnskab.dk 23. maj 2018
(<https://videnskab.dk/kultur-samfund/hvad-siger-forskningen-om-stoejbergs-ramadan-paastand>,
hentet 9. november 2018)
- Rippin, Andrew Muslims – Their Religious Beliefs and Practices,
Routledge, London 2001
- Steffensen, Jens M. Islam – fra beduinkult til verdensreligion,
Systime, Århus 2001



noter



Syvende Dags
Adventistkirken