

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Nel nome di Allah, il Compassionevole, il Misericordioso

IL DIGIUNO

Prescrizioni, Saggezze & Pregi

A cura del

Dottor Saleh As-Saleh

إِنَّ الْحَمْدَ لِلَّهِ ذَحْمَ دَوُّسْتَعِينُهُ وَنَسْتَعْفِرُ وَنُحُودُ بِاللَّهِ مِنْ شُرُورِ أَنْفُسِنَا مَنْ
 سَدَّيَاتِ أَعْمَالِنَا مَنْ يَهْدِيهِ اللَّهُ فَلَا مَضْلَ لَهُ، وَمَنْ يُضِلِّهِ فَلَا مَادِيَّ لَهُ. وَأَشْهَدُ أَنْ لَا
 إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ. وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
 وَعَلَى آلِهِ وَصَدَحْبِهِ وَسَلَّمَ

Ogni lode è dovuta ad Allah. Lo lodiamo e cerchiamo il Suo aiuto e il Suo perdono. Cerchiamo rifugio in Allah, l'Altissimo, dai mali all'interno di noi stessi e dalle nostre azioni malvage. Chiunque Allah guidi non può essere fuorviato, e chiunque Egli svii non può essere guidato.

Testimonio che non esiste vero dio degno di essere adorato tranne Allah Unico e senza compagno o associato. Ed inoltre testimonio che Muhammad è il Suo servo e Messaggero (ﷺ)¹.

Possano la *salah* e il *salaam* di Allah essere concessi anche ai familiari puri del Profeta (ﷺ *sallallaahu alayhi wa sallam*) e a tutti i suoi nobili compagni.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ

O voi che credete, temete Allah come deve essere temuto e non morite se non musulmani. [Corano, 3:102]

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا
 رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ
 وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا

Uomini, temete il vostro Signore (Rabb)² [Allah] che vi ha creati da un solo essere [Adam], e da esso [Adam] ha creato la sposa sua [Hawwa], e da loro ha tratto molti uomini e donne. E temete Allah, in nome del Quale rivolgete l'un l'altro le vostre richieste e rispettate i legami di sangue. Invero Allah veglia su di voi. [Corano, 4:1]

¹ (*Sallallaahu 'alayhi wasallam*): La *salah* e il *salaam* di Allah siano sul Suo Profeta Muhammad. La *salah* di Allah sul Profeta Muhammad è il Suo Elogio del Profeta davanti agli angeli che sono vicini - ma inferiori ad Allah, l'Altissimo, che *istawaa* (ascese) sul Suo 'Arsh (Trono), il quale è sopra i sette cieli in una maniera che è adatta a Sua Maestà. Gli angeli inoltre lodano il Profeta (ﷺ). Il *salaam* di Allah salvaguarda il Profeta (ﷺ) dai difetti e da ogni tipo di male, e la protezione del Messaggio che gli fu affidato. Quando il musulmano dice *Sallallaahu 'alayhi wasallam*, invoca Allah perché Egli conceda la Sua Lode e Protezione al Profeta Muhammad e la tutela del Messaggio Islamico che gli è stato rivelato. [Vedi *Ibnul Qayyim's Jalaa'ul Afhaam fee Fadlis-Salaati-wa-Salaam 'alaa Muhammadin Khairil Anaam*, [Damasco, Siria: Daar Ibn Katheer, e Daar a-Turaath, Al-Madinah, Arabia Saudita 1408/1988, p.128].

² **Rabb**: Allah è **Ar-Rabb**. Egli è Colui che ha dato il potere alle cose di crescere, di spostarsi e di cambiare, al Quale appartiene la Creazione e il Comandamento, il Signore, Colui che non ha eguali nella sua Sovranità, Superiorità, e Altezza, Colui che Provvede e Sostiene tutto ciò che esiste.

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَفُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا - يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ
دُنُوبَكُمْ وَمَنْ يُطِيعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا

O credenti, temete Allah e parlate onestamente, sì che corregga il vostro comportamento e perdoni i vostri peccati. Chi obbedisce ad Allah e al Suo Inviato otterrà il più grande successo. [Corano, 33:70-71]

أما بعد
فإنَّ أَصْدَقَ الْحَدِيثِ اتَّابُ اللَّهِ تَعَالَى، وَخَيْرَ الْهَدْيِ هَدْيُ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَعَلَى آلِهِ وَصَدَحِبِهِ وَسَلَّمَ وَوَشَدَّرَ الْأُمُورَ مُحَدَّثَاتُهَا، وَأَلَّ مُحَدَّثَاتُهَا بِدَعْوَى الْبِدْعَةِ
ضَلَالَةً، وَأَلَّ ضَلَالَةَ فِي النَّارِ

Seguitando:

Il discorso più veritiero è quello del Libro di Allah [il Corano] e la miglior guida è quella di Muhammad (ﷺ). I peggiori mali sono i *muhdathaat* (innovazioni in questioni legate all'Islam [nel *din*])³, e ogni innovazione è una *bid'ah*, ogni *bid'ah* è un *dalaala* (corruzione, perversione), e ogni *dalaalah* è nel Fuoco dell'Inferno.

³ *Din*: gli aspetti pratici e dottrinali del *din* sono più completi rispetto a quelli occidentali in fatto di religione. Il *din* dell'Islam è il modo di vita prescritto da Allah.

CAPITOLO UNO

Il Sacro Mese di Ramadhan⁴

L'Islam è il *dîn* che nutre le facoltà ed ogni atto di culto nell'Islam ha una saggezza (e/o saggezze), alcune delle quali possono essere apparenti e chiaramente essere dedotte dai testi e/o dall'intelletto.

D'altra parte, alcune di queste saggezze non possono essere chiare per alcuni, ma possono risultare chiare ad altri, per esempio i sapienti (studiosi dell'Islam), ed è questo il motivo per cui è stato ordinato di domandare ai sapienti dell'Islam nel caso in cui non sapessimo.

Le saggezze collettive nel culto sono dirette alla purificazione dell'anima dai suoi difetti. Ogni atto di culto nell'Islam, compiuto in modo legale, ha un'influenza su se stessi, il grado di differenza però è in conformità con il grado di fedeltà del devoto all'Islam.

E quando il culto non influenza l'anima dell'uomo e le sue azioni, allora questo tipo di culto è come un corpo senza anima.

Certamente il digiuno è uno degli atti di culto nell'Islam e il mese di Ramadhan è il signore dei mesi. È come una scuola per i credenti, nutre il cuore così come la lingua e le membra.

Digiunare in questo mese secondo le modalità previste, dà molti frutti.

Questi includono:

1. la fermezza sulla verità
2. l'aumento della fede
3. la forza nella certezza
4. il consolidamento delle buone maniere
5. la manifestazione delle azioni del cuore come il timore, la speranza, l'amore e il desiderio intenso

Le benedizioni di questo mese sono molteplici e si riflettono sulla fede del musulmano e sulle sue buone maniere, e sono un mezzo di protezione dalla deviazione.

In questo mese, il musulmano cerca di realizzare i diritti di Allah su di lui così come i diritti dell'uomo, al fine di perfezionare la sua vera schiavitù al suo Creatore, Allah.

Il significato del Digiuno

Linguisticamente digiuno, *al-imsak*, significa astensione. Allah l'Altissimo, dice:

⁴ Il nome *Ramadhan* è stato attribuito perché ha coinciso con un periodo dell'anno quando il sole riscaldava il terreno e le pietre con veemenza (questo è noto come *ar-ramdaa*).

فَإِمَّا تَرَيَنَّ مِنَ الْبَشَرِ أَحَدًا فَقُولِي إِنَّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أَكَلِمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا

... Mangia, bevi e rinfrancati. Se poi incontrerai qualcuno, di': "Ho fatto un voto al Compassionevole e oggi non parlerò a nessuno." [Corano, 19:26]

Il significato del digiuno in questo versetto è che ella (Mariam) si asterrà dal parlare con qualsiasi essere umano.

Il significato giuridico del digiuno è adorare Allah ottemperando al suo comando di astenersi da tutto ciò che costituisce una violazione del digiuno (come cibo, bevande, rapporti sessuali legali, ecc.) dall'alba fino al tramonto.

Regole relative al Digiuno nel Mese di Ramadhan

Il digiuno di Ramadhan è obbligatorio, come stabilito da prove testuali del Corano e della Sunnah, così come attraverso il consenso generale dei musulmani.

Le prove dal Corano:

Versi 2:183-185

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ)
(أَيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ فَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَن تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ) شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ فَمَن شَهِدَ مِنكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِيُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِيُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَدَاكُم وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ)

2:183 O voi che credete, vi è prescritto il digiuno come era stato prescritto a coloro che vi hanno preceduto. Forse diverrete timorati;

2:184 [digiunerete] per un determinato numero di giorni. Chi però è malato o è in viaggio, digiuni in seguito altrettanti giorni. Ma per coloro che [a stento] potrebbero sopportarlo, c'è un'espiazione: il nutrimento di un povero. E se qualcuno dà di più, è un bene per lui. Ma è meglio per voi digiunare, se lo sapete!

2:185 É nel mese di Ramadhan che abbiamo fatto scendere il Corano, guida per gli uomini e prova di retta direzione e distinzione. Chi di voi ne testimoni [l'inizio] digiuni. E chiunque è malato o in viaggio assolva [in seguito] altrettanti giorni. Allah vi vuole facilitare e non procurarvi disagio, affinché completiate il numero dei giorni e proclamiate la grandezza di Allah Che vi ha guidato. Forse sarete riconoscenti!

Le prove della Sunnah:

Il Profeta (ﷺ) disse: “L'Islam si fonda su cinque (pilastri): la testimonianza che non esiste nessun altro vero dio degno di essere adorato tranne Allah e che Muhammad è il Messaggero di Allah, il compimento della Salah (preghiera), il pagamento della Zakah (la carità obbligatoria), il digiuno di Ramadhan e il pellegrinaggio alla Casa di Allah.” [Bukhari e Muslim]

“Se la vedete (la luna crescente di Ramadhan), allora digiunate.” [Bukhari e Muslim]

Le prove del consenso generale dei musulmani:

Vi è un consenso decisivo tra i musulmani che il digiuno del mese di Ramadhan è un culto obbligatorio la cui conoscenza deve essere inevitabilmente nota per stabilire l'appartenenza [di un individuo] all'Islam.

Chiunque neghi la sua obbligatorietà diventa un *kaafir* (miscredente) a meno che non viva in un luogo remoto in cui non conosca nulla a proposito delle regole dell'Islam, allora gli deve essere insegnato, e se poi persiste, dopo che gli siano state presentate le prove, allora commette *kufir* (miscredenza).

Chiunque abbandoni il digiuno a causa della pigrizia nonostante ne testimoni il suo obbligo è in grave pericolo giacché alcuni studiosi lo reputeranno come un *kaafir* apostata.

Tuttavia l'opinione prevalente è che costui non sia un *kaafir* apostata ma è un *fasiq* ribelle (peccatore) ed egli è davvero in grave pericolo.

Quando il Digiuno di Ramadhan venne ordinato?

Il comando riguardante il digiuno del mese di Ramadhan venne rivelato nel secondo anno successivo alla *hijrah* [la migrazione del Profeta (ﷺ) dalla Mecca a Madinah]. Così il Profeta (ﷺ) digiunò nove anni.

Il suo decreto avvenne in due fasi:

- 1 - Dando una prima scelta tra il digiuno e il fatto di nutrire i poveri e preferendo il digiuno al nutrire i poveri.
- 2 - Decretando il digiuno e revocando così la scelta. Il versetto 2:184 fu abrogato dal versetto 2:185 [vedi sopra]:

Chi di voi ne testimoni [l'inizio]* digiuni.

CAPITOLO DUE

Le Saggezze che si celano dietro il Digiuno

Allah (gloria a Lui, l'Altissimo) dice:

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ)

O voi che credete, vi è prescritto il digiuno come era stato prescritto a coloro che vi hanno preceduto. Forse diverrete timorati. [Corano, 2:183]

La saggezza principale, quindi, è quella di realizzare la *taqwa*.

Taqwa significa abbandonare ciò che è illegale. In senso generale *taqwa* comprende l'esecuzione di ciò che è comandato e l'abbandono di ciò che è proibito. Quindi questo afferma che al momento del digiuno il credente deve conformarsi ai decreti di Allah: abbandonando le azioni e il discorso illeciti (non calunniare, non mentire, non diffondere il male, non vendere cose illecite), evitando tutte le questioni vietate.

E se la persona farà questo per un periodo di un mese diventerà integro e sarà per lui come un allenamento all'onestà per il resto dell'anno.

Purtroppo però, molti di coloro che digiunano non distinguono tra i loro giorni di digiuno e i giorni comuni in cui non si digiuna (tutti gli altri giorni). Prendono il digiuno come un'abitudine e non ne sentono l'influenza.

Ci sono anche coloro che digiunano tutto il mese con scarso beneficio al punto che, nel momento in cui il mese è finito, li si vede tornare allo "stato normale" come erano prima di Ramadhan.

Allah (gloria a Lui, l'Altissimo) ha detto:

شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ

È nel mese di Ramadhan che abbiamo fatto scendere il Corano... [Corano, 2:185]

E questo [la rivelazione del Corano] è più importante che lo scendere della pioggia, perché la *ummah* (la nazione musulmana in generale) non può essere eretta e stabilita nel *din* eccetto che con questo tipo di adorazione in questo specifico mese.

In questo mese c'è una prova della verità delle intenzioni e dell'obbedienza. Sarà capace la persona di obbedire o continuerà a seguire ciò che concorda con le tentazioni dei suoi desideri? O trascenderà e rispetterà ciò che piace ad Allah?

Se si esaminano i cinque atti di culto obbligatori, si scoprirà che alcuni sono puramente fisici e alcuni puramente finanziari, così da poter distinguere gli avari dai generosi.

Per alcune persone, pregare mille *raka'at* (unità di preghiere) è più facile che spendere un po' di soldi in beneficenza. D'altra parte, per altri, è più facile spendere migliaia (di soldi) che pregare una *rak'ah* unica. Questo è il motivo per cui la *shari'ah* (legge divina) è stata rivelata in tale molteplicità, al fine di distinguere coloro che saranno conformi al culto di Allah da coloro che saranno schiavi dei propri desideri.

La *Salah* (preghiera) è puramente fisica ed include parole ed azioni ma non lo spendere della ricchezza.

L'*Hajj* è puramente fisico e questo include tutto ciò che è collegato ad esso dalle spese, ad esempio: il costo del viaggio, ecc.

Il *Jihad* è una forma di culto, sforzandosi fisicamente, oltre che sforzandosi dal punto di vista della ricchezza. Esso può essere compiuto fisicamente indipendentemente dalla ricchezza ma può essere anche solo con la ricchezza.

La *Zakah*, d'altra parte, è puramente lo spendere della propria ricchezza.

L'uomo ama la ricchezza, ed il suo attaccamento ad essa è parte della sua natura. Allah (gloria a Lui, l'Altissimo) dice:

إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُودٌ - وَإِنَّهُ عَلَىٰ ذَٰلِكَ لَشَهِيدٌ - وَإِنَّهُ لِحُبِّ الْخَيْرِ لَشَدِيدٌ

Invero l'uomo è ingrato verso il suo Signore, invero è ben conscio di ciò. Invero è avido per amore delle ricchezze! [Corano, 100:6-8]

L'uomo desidera intensamente la ricchezza e la donazione di ciò che è caro è un mezzo per raggiungere ciò che è più caro, la soddisfazione di Allah (gloria a Lui, l'Altissimo) e il Paradiso.

Poiché la *Zakah* è donare ciò che l'uomo ama intensamente, Allah alleggerisce le sue condizioni:

1. Rendendo la *Zakah* obbligatoria solo una volta all'anno;
2. Limitandola a certi tipi di ricchezza;
3. Una determinata quantità è da dare in base al tipo di ricchezza.

Nel digiuno c'è una prova e questo è l'astenersi dal chiedere ciò che è intensamente amato.

Il credente si trattiene dal desiderio di cibo e bevande, il desiderio di rapporti sessuali legali (fra marito e moglie). Il digiuno si verifica durante le ore di lavoro e questo è già difficile di per sé.

Quindi questi sono tempi di prove (verifiche) per il credente, il quale abbandona la sua passione per amore di Allah (gloria a Lui, l'Altissimo).

Anche se il credente dovesse essere percosso nel tentativo di forzarlo a mangiare anche solo un singolo dattero o bere un bicchiere d'acqua, lui non lo farebbe. Per questo motivo i dotti dell'Islam hanno detto: il digiuno è un segreto tra lo schiavo e il suo *Rabb*.

Il Messaggero di Allah (ﷺ) ha detto:

“Allah ha detto: ‘Ogni azione del figlio di Adamo gli appartiene tranne il digiuno. Questo Mi appartiene, e lo ripagherò per ciò.’ Il digiuno è una protezione dall’inferno e dal commettere peccati. Quando uno di voi digiuna, deve evitare rapporti sessuali con la moglie, e non dovrebbe litigare, e se qualcuno cerca di maledirlo o di litigare con lui, che dica: ‘Sto digiunando’. Per Colui nelle cui mani è la mia anima, l’odore della bocca di colui che digiuna è più gradito ad Allah del profumo del muschio.” [Bukhari e Muslim]

“Chi non abbandona la menzogna e le azioni malvage, allora Allah non ha bisogno che egli lasci il suo cibo e la sua bevanda (cioè Allah non accetterà il suo digiuno).” [Bukhari]

Pertanto vi è una saggezza chiara: raggiungere la pietà e la giustizia attraverso tale prova [il digiuno].

Più comprendiamo la *shari'ah*, più troveremo che è perfetta in saggezza ed in totale accordo con quello che è vantaggioso per l'uomo.

Da terminare... insh'Allah.

Saleh As-Saleh

1426 HJ - 2005 CE

Titolo del testo originale: “*Fasting - Ordinances, Wisdoms, Merits*”

Testo originale tratto dal sito: <http://understand-islam.net>

Traduzione italiana per AIMS-UK (Associazione delle sorelle italiane in UK) a cura di Ayesha Um Abdullah, revisione a cura di Abu Khadija Aljazeera e Um Abder-Rahman, controllo linguistico a cura di Um Usama e controllo ortografico a cura di Amatullah e Federica.

Disponibile sul sito: <http://aims-uk.org>

Per eventuali correzioni, commenti o domande contattare AIMS-UK al seguente indirizzo email: info@aims-uk.org

Regno Unito, Marzo 2011

Attenzione - Avvertenza per chi desideri stampare questo testo:

Per rispetto alla scrittura del Nome di Allah (gloria a Lui, l'Altissimo) qui contenuto, si ricorda di non stracciare né gettare a terra o nella pattumiera questi fogli, di non abbandonarli, di non calpestarli, di non portarli in luogo improprio (come la stanza da bagno)