

Sawm

Vasten wordt in de Islam *Sawm* of *Siyaam* genoemd. Een speciale plek neemt hierin de vastenmaand *Ramadan* in, de negende maand van de islamitische maankalender. Deze duurt 29,5 dagen, de tijd die de maan nodig heeft om eenmaal om de aarde te draaien. De vastenmaand begint, zodra de nieuwe maan ergens op de wereld is gezien.

Het vasten is verplicht voor iedere volwassen moslim tijdens de *Ramadan*. *Uitgezonderd zijn zieken, mensen op reis en vrouwen die menstrueren, zwanger zijn of borstvoeding geven.*

Er wordt gevast tussen zonsopgang en zonsondergang. Het vasten houdt in dat men zich niet alleen onthoudt van eten en drinken, maar ook van seks, schelden, vloeken, liegen en slechte daden. Men gebruikt die tijd om zich te wijden aan gebed, recitaties van de koran en goede daden. Dit zorgt voor een rein lichaam en geest. Ook geeft het inzicht in hoe het is om niets te eten te hebben en helpt het om dankbaar te zijn voor wat je hebt.

Voor moslims is de *Ramadan* een maand om te vragen om vergiffenis en speciale zegeningen van *Allâh*. Het is ook een tijd van dichterbij komen. Als de zon onder gaat, zoeken mensen elkaar op om met elkaar te eten en bidden.



Weetjes over sawm:

- ◆ Het woord Ramadan komt van het zelfstandig naamwoord *Ramad*. Dit woord verwijst naar 'de hitte van de stenen, veroorzaakt door de intense hitte van de zon'. Vroeger vernoemden Arabieren de maanden naar de seizoenen waarin deze vielen. Ramadan, die daarvoor *Natiq* heette, viel toen tijdens de zomer, de periode van extreme hitte.
- ◆ Het vasten wordt voor het bidden van het avondgebed met verse dadels verbroken. Als deze niet beschikbaar zijn kan men gedroogde dadels nuttigen en als je daar ook niet over beschikt kan je het vasten verbreken met water. Een maaltijd wordt meestal met familieleden, vrienden, buren, kennissen en/of gasten en verder iedereen die langskomt, gezamenlijk genuttigd.
- ◆ De vastenmaand herinnert aan de maand waarin het eerste vers van de koran geopenbaard werd via de profeet Mohammed.
- ◆ Op plekken met zeer lange dagen of nachten (bijvoorbeeld de poolgebieden), houden moslims de vastentijden van Mekka, Medina of het dichtstbijzijnde gebied met normale tijden aan.

Sawm

Dubbelklik op de afbeelding om de presentatie te starten



Aan het einde van de vastenmaand vieren moslims *Id-ul-Fitr*, het Suikerfeest. Met gebeden en feestelijkheden luidt men een nieuw begin met een *schone lei in*. Men maakt het huis schoon en ruimt grondig op en er worden vaak nieuwe kleren gekocht om er op het Suikerfeest extra mooi uit te zien.

Met het Suikerfeest gaan mannen en jongens naar de moskee voor een speciaal gebed. Vrouwen kunnen ook gaan, maar voor hen is het niet verplicht. Daarna gaan moslims bij elkaar op bezoek om het feest samen te vieren. Hoe het feest gevierd wordt, verschilt per cultuur. Vaak wordt er ook eten en geld aan de armen gegeven tijdens het Suikerfeest. Sommige vrouwen versieren elkaar met hennatekeningen en maken allerlei (zoete) gerechten klaar.

