

# Ramadan

Mesiac pôstu



Napísal: Abdulwahab Al-Sbenaty

© Abdulwahab Al-Sbenaty

ISBN: 978-80-89844-00-5

## Obsah

Ramadan.....	1
1. Ako sa mesiac Ramadan začína. ....	4
2. Ako sa postiť počas mesiaca ramadan.....	6
3. Noc Al Qadr .....	23
4. Koniec Ramadanu .....	25
5. Sviatok Al Fitr a zakat Al Fitr .....	27

Pôst v mesiaci Ramadan je jedným zo základných náboženských úkonov. To aj svedčí okrem iného o nesmiernom význame tohto mesiaca. Podobne ako každý úkon, aj postenie sa má určité svoje zásady a pravidlá, ktorých sa treba držať.

## ***1. Ako sa mesiac Ramadan začína.***

Mesiac Ramadan je deviatym mesiacom islamského letopočtu Hižri. Slovo Hižri (tiež vyslovované ako Hidžri) znamená „Od emigrácie“. Slovo Hižri vyjadruje skutočnosť, že islamský letopočet sa datuje od emigrácie posla a proroka Muhammada spolu s muslimami z Mekky do Medine. Tam sa začína prvý rok islamského letopočtu. Islamský letopočet je lunárny letopočet, t.j. riadi sa mesiacom a jeho fázami. Keď sa rodí Mesiac, začína sa aj nový kalendárny mesiac. Na rozdiel od ostatných mesiacov, sa začiatok mesiaca ramadan určuje svedectvom dvoch spravodlivých muslimov, ktorí by uvideli mesiac na oblohe a túto skutočnosť by aj pod prísahou dosvedčili. Pokiaľ by sa nik neprihlásil, že mesiac uvidel, potom mesiac ramadan nastáva automaticky v deň nasledujúci po 30. dni mesiaca Šaban, mesiaca, ktorý predchádza mesiacu ramadan. Prorok Muhammad v tomto smere stanovil muslimom tento spôsob v nasledujúcom výroku. Prorok povedal: *„Keď ho (mesiac) uvidíte, tak sa začnite postiť a keď ho (mesiac) uvidíte, tak pôst ukončíte“* Tento spôsob určovania príchodu mesiaca ramadan a teda aj pôstu bol v minulosti veľmi efektívny, keďže neexistovali rýchle

telekomunikačné prostriedky, ktoré by spájali medzi ľuďmi navzájom. V dnešnej dobe však takéto prostriedky existujú a k tomu ešte aj presné astronomické výpočty fáz mesiaca. Z tohto dôvodu máme dnes tri právne názory na to, ako určiť začiatok a koniec mesiaca ramadan. Prvý sa snaží zaviesť pri určovaní začatia a konca tohto mesiaca moderné výpočty v úplnej miere. Druhý sa síce opiera o výpočty, avšak ostáva aj pri klasickom spôsobe určovania začatia mesiaca a to svedectvom dvoch spôsobilých svedkov. Tretí názor sa striktne pridriava klasického spôsobu určovania začatia a konca mesiaca ramadan. To je aj dôvod, prečo sa každý rok v jednej krajine ramadan začína a v inej až o deň alebo dva neskôr. V posledných rokoch sa však snahy sústreďujú na to, aby sa zjednotil spôsob určovania začiatok a konca mesiaca ramadan.

## ***2. Ako sa postiť počas mesiaca ramadan***

### **2.1. Začiatok a koniec pôstu každý deň**

Počas ramadanu sa pôst každý deň začína objavením sa prvého svetelného lúča na obzore (dnes sa to dá určiť s úplnou presnosťou pomocou astronomických výpočtov) a končí sa západom slnka. Po západe slnka až do východu prvého svetelného lúča všetky obmedzenia odpadávajú a môže sa už všetko, čo sa počas dňa nemohlo (teda jedlo, pitie a intímny styk medzi manželmi).

### **2.2. Čo sa počas dňa pôstu môže a čo nie**

Počas mesiaca ramadan sa muslim musí zdržať jedla, pitia a intímneho styku od východu prvého svetelného lúča každého dňa, až do západu slnka toho istého dňa. Od západu slnka do východu prvého svetelného lúča nasledujúceho dňa všetky obmedzenia odpadajú. To však neznamená, že človek má počas noci dobehnúť všetko, čo počas dňa zameškal. Počas mesiaca

ramadan by mal život muslima pokračovať tak ako v ostatných dňoch roka. To znamená, že má chodiť do práce ako obvykle, vykonávať povinnosti, ktoré bežne mimo ramadanu vykonáva. Odchýlka od obvyklého spôsobu života spočíva len v tom, že po západe slnka by mal postiaci sa miernejšie jesť a piť a hlavne, že v tomto mesiaci sa má zvýšiť intenzita vykonávania náboženských úkonov, najmä modlenia a čítania Koránu. Príchod mesiaca pôstu ramadanu neznamená, že človek má zanechať všetky svoje práce a nevykonávať žiadnu činnosť z dôvodu, že sa postí. Neznamená to ani to, že muslim zmení svoju každodennú činnosť tak, že počas dňa spí a v noci je hore. Všetko má pokračovať ako obyčajne, lebo inak by pôst stratil svoj význam. Počas dňa v mesiaci ramadan sa má muslim zdržať akéhokoľvek pitia, jedenia alebo sexuálnych pudov. Taktiež by sa mal zdržiavať klamstva a ohovárania, mal by mať väčšiu dávku trpezlivosti sám voči sebe i voči ostatným ľuďom. Nemal by sa s ľuďmi hádať a mal by odpúšťať, pokiaľ je to len možné. Taký je ideálny stav ku ktorému by sa mal každý postiaci sa snažiť čo najviac priblížiť.

### **2.3. Čo sa po skončení dňa pôstu môže a čo nie**

Odchýlka od obvyklého spôsobu života spočíva len v tom, že po západe slnka by mal postiaci sa miernejšie jesť a piť a hlavne, že v tomto mesiaci sa má

zvýšiť intenzita vykonávania náboženských úkonov, najmä modlenia a čítania Koránu.

V momente, keď slnko zapadne, sa pôst končí. Končí sa však len obmedzenie týkajúce sa jedla, pitia a intímneho styku medzi manželmi, ostatné mravné správanie, trpezlivosť a zbožnosť sa ani po západe slnka nekončí. Muslim sa toho musí držať neustále a ešte pred skončením samotného ramadanu by si mal na takéto správanie a trpezlivosť zvyknúť. Po západe slnka sa zvyčajne podáva prvé a hlavné jedlo.

Ďalšie, v poradí druhé jedlo, by mal postiaci sa skonzumovať približne v rozmedzí hodiny až niekoľkých minút pred východom prvého svetelného lúča nad obzorom. Stáva sa však, že postiacemu sa nepodariť jesť tesne po západe slnka. V takom prípade, ako sa to traduje od proroka Muhammada, má muslim konzumovať čokoľvek, čo má po ruke (najlepšie jednu alebo dve datle) a napiť sa trochu vody, až kým sa mu nepodariť lepšie sa najesť. Ranné jedlo, teda jedlo pred východom svetla, je taktiež tradícia pochádzajúca od proroka Muhammada. Okrem toho, že muslim sa pri tomto rannom jedle naje a naberie silu na začatie svojho dňa, stihne i rannú modlitbu presne na začiatku určeného času pre jej vykonanie, za čo je väčšia odmena než pri jej neskoršom vykonaní.

Druh jedál, ktoré by mal muslim počas pôstu konzumovať, nie je obmedzený, iba ak zvyčajnými



pravidlami konzumácie jedla. Ide napríklad o zákaz jedenia určitých druhov mäsa, o zásadu miernosti v jedení a pití a iné.

Pokiaľ je to možné, jedlo by malo byť druhovo bohaté, t.j. malo by sa z každého druhu potravy konzumovať trochu – trochu zeleniny, trochu ovocia, mäsité jedlo atď., aby telo počas pôstu malo dostatok živín, vitamínov, minerálov a iných potrebných látok. Základná zásada však spočíva v tom, aby človek jedol mierne a neprejedol sa. Prorok Muhammada (P.) povedal: *„Žiadny človek nenaplní horšiu nádobu než svoje brucho. Postačí človeku zopár hltov, ktoré ho postaví na nohy. Ak by tak človek neurobil (ak by jedol viac než zopár hltov), nech si nechá tretinu miesta (v žalúdku) pre jedlo, tretinu pre tekutiny a tretinu pre dych (nech si miesto vo svojom žalúdku rozdelí na tri tretiny, tretinu pre jedlo, tretinu pre tekutiny a tretinu, aby mohol dýchať).“*

Ranné jedlo, teda druhé v poradí, by malo byť už menšie, približne ako raňajky v iných dňoch. Ako už bolo povedané, druh jedla alebo počet jedál nie je obmedzený, to znamená, že ak by si niekto potreboval svoju potravu rozdeliť hoci i na desať menších porcií, nič mu v tom nebráni. Obvykle sa však dodržiavajú spomenuté dve jedlá.

Dodržiavaním pôstu si človek navykne na určitý stravovací poriadok (musí mať však snahu tento poriadok

dodržiať aj po skončení pôstu). Všimnime si, že počas mesiaca pôstu postiaci sa začína jesť každý deň približne v tom istom čase po západe slnka. Po skončení jedla má muslim určitú časovú pauzu, aby si oddýchol a potom nasleduje modlenie, ktoré je svojím spôsobom určitým telesným pohybom podporujúcim tráviaci mechanizmus.

Islam pritom položil dôraz i na to, aby muslim po západe slnka, keď už neplatí zákaz jedenia a pitia, dodržiaval určité zásady vyváženej stravy, teda aby jedol zdravú potravu a aby sa neprejedal. Zákaz jedla a pitia sa každý deň počas ramadanu začína pri objavení sa prvého svetelného lúča na obzore. Muslim by sa mal preto ešte predtým prebudiť zo spánku a skonzumovať ľahké jedlo a zásobiť sa dostatkom tekutín, ktoré by mu stačili na nadchádzajúci deň. Prorok Muhammad muslimom odkázal, aby jedli len to minimum, ktoré potrebujú na prežitie a ak by mali veľkú chuť na niečo, nechedia s mierou. O tom hovorí i nasledujúci prorokov výrok: *„Adamov syn (t.j. človek) nikdy nenaplní horšiu nádobu než svoje brucho. Postačí Adamovmu synovi niekoľko hltov, ktoré ho uživia a ak predsa (a ak by predsa len chcel viac), tak tretinu pre svoje jedlo, tretinu pre svoje pitie a tretinu pre svoj dych (má tak jesť, aby sa najedol, mohol sa napiť a aby mohol aj dýchať).“* Výrok poukazuje na to, že najhoršie, čo môže človek urobiť, je naplniť svoj žalúdok zbytočným jedlom. Človeku postačí len niekoľko hltov, ktoré ho udržia pri zdraví. Ak by predsa len chcel jesť viac, treba jesť v takom pomere, aby mu ostalo miesto na pitie a tekutiny a aby mohol dýchať,

treba nechať jednu tretinu vo svojom žalúdku pre jedlo, jednu pre tekutiny a jednu pre dych.

## **2.4. modlitby počas ramadanu**

Počas mesiaca pôstu by sa mali muslimovia viac starať o výkon náboženských úkonov. V tomto mesiaci by sa muslimovia mali modliť omnoho viac než v ostatných dňoch roka. Počet modlitieb alebo čas strávený modlením si každý muslim určuje podľa svojich možností.

Počas tohto mesiaca sa intenzívnejšie číta Korán a velebí sa Boh najvyšší. Odmena za vykonané úkony je v tomto mesiaci totiž omnoho väčšia než v ostatných dňoch roka. Preto nezriedka vidíme muslimov, ako trávia značnú časť noci modlením alebo čítaním Koránu.

V mesiaci ramadan sa zatvárajú brány pekla a otvárajú sa brány raja, aby sa odpustenie dostalo tým veriacim, ktorí sa snažia o jeho dosiahnutie a o nápravu svojich skutkov a správaní.

## **2.5. ako sa hodnotia skutky počas ramadanu**

Odmena za vykonané úkony je v tomto mesiaci omnoho väčšia než v ostatných dňoch roka. Preto nezriedka vidíme muslimov, ako trávajú značnú časť noci modlením alebo čítaním Koránu.

V mesiaci ramadan sa zatvárajú brány pekla a otvárajú sa brány raja. Mesiac ramadan sa nesie v duchu troch významov. Prvých desať dní ramadanu sa nesie v znamení milosti, kedy sa Boh najvyšší zmiluje nad každým muslimom, ktorý o to s úprimnosťou požiada.

Druhá tretina ramadanu sa nesie v znamení odpustenia, kedy Boh milostivý odpúšťa hriechy tomu, kto Ho uctieva, a s úprimnosťou o to prosí a ak oľutuje zlé skutky, ktoré vykonal a vynaloží snahu, aby ich neopakoval.

Posledná tretina ramadanu sa nesie v znamení oslobodenia od ohňa pekelného, kedy Boh najvyšší vypočuje prosby tých zbožných, ktorí Ho uctievajú, aby ich oslobodil od ohňa pekelného.

I keď sa mesiac ramadan nesie v znamení spomenutých troch významov, neznamená to, že milosť, odpustenie a oslobodenie od ohňa sa zaručene každému muslimovi dostane. Kto získa odpustenie, milosť a oslobodenie od ohňa, o tom rozhoduje Boh najvyšší podľa úmyslu a úprimnosti každého muslima. Boh

najvyšší ústami svojho proroka Muhammada o pôste hovorí: *„Každý skutok Adamovho syna (človeka) koná sám pre seba okrem pôstu, ten koná pre Mňa a Ja zaň dávam odmenu; (človek) zanechá svoje jedlo pre Mňa, zanechá svoje pitie pre Mňa, zanechá svoje slasti a radosti pre Mňa, a zanechá svoju manželku pre Mňa.“*

## **2.6. Ako sa správať počas pôstu**

Medzi vlastnosti, ktoré pôst v človeku pestuje, patrí i silná vôľa, trpezlivosť a výdrž.

Človek sa zdržiava pôžitkov a slastí, na ktoré si zvykol mimo obdobia pôstu. Počas pôstu má človek všetko pred sebou, ale sa nemôže toho dotknúť. Tento samotný fakt ho stimuluje k tomu, aby sa ovládal, aby bol trpezlivý a aby vydržal. Dôležitým faktorom pritom ostáva, že k dodržiavaniu pôstu muslima nik nenúti ani nesleduje. Muslim to považuje za povinnosť Bohom uloženú, preto ju dodržiava, pričom si uvedomuje, že Boh vidí, či sa svedomite postí, alebo nie. Preto, aj keby ostal osamote doma alebo na inom mieste, túto povinnosť neporuší a vydrží, až kým slnko nezájde. Prorok Muhammad (P.) v jednom zo svojich výrokov povedal: *„Ak by nastal deň pôstu pre niekoho z vás, tak nech sa škaredo nevyjadruje, nech sa neháda a ak by mu niekto nadával alebo by sa s ním chcel biť, nech povie: "Ja sa postím (a nech odíde)“.*

Muslimom, ktorí pôst dodržiavajú so všetkým, čo k nemu patrí, Boh najvyšší sľúbil veľkú odmenu, milosť a odpustenie. O to väčší význam má výrok proroka Muhammada (P.), v ktorom povedal: *„Kto nenechá klamstvo a krivé svedectvo a neprestane sa nimi riadiť, Boh od neho nepotrebuje, aby nechal svoje jedlo a pitie.“* Výrok zdôrazňuje skutočnosť, že pre toho, kto neprestane klamať a krivo svedčiť, je jeho pôst zbytočný, pretože Boh pôst od človeka s podobnými vlastnosťami neprijme. Prorok Muhammad (P.) povedal: *„Tých, ktorí sú milosrdní voči ostatným, zahrnie milostivý Boh svojou milosťou. Zmilujte sa nad tými, ktorí sú na zemi, zmilujte sa nad vami Ten (Boh), kto je na nebi.“*

## **2.7. Kto sa môže postiť a kto nie a aké sú náhrady**

Dodržiavanie pôstu je povinné pre každého muslima, ktorý môže takýto pôst zniesť bez toho, aby mu to uškodilo alebo spôsobilo nejakú ujmu. Preto sa i vek, v ktorom sa muslim začína postiť, líši od jedného muslima k druhému.

Pôst sa teda vo všeobecnosti chápe ako povinnosť, z ktorej sú však vyňaté určité skupiny ľudí. Sú to:

1. Chorí ľudia, ktorých môžeme rozdeliť do dvoch kategórií: a) ľudia, ktorí trpia dočasnou chorobou, b) ľudia, ktorých choroba je trvalého charakteru.

Ad a. Chorým ľuďom, ktorí trpia dočasnou chorobou, sa povoľuje pôst vynechať. To platí, až kým sa nevyyliečia, i keby sa z celého mesiaca ramadan nepostili ani jeden deň. Pôst sa môže vynechať, ak by jeho dodržanie mohlo u pacienta ochorenie zhoršiť alebo ak by vznikli oprávnené obavy z predĺženia doby potrebnej na vyliečenie. Niektorí vedci z oblasti islamských vied, medzi ktorých patril napríklad aj Al-Buchári, však zastávali stanovisko, že ak by bol človek chorý, a to bez ohľadu na druh a stupeň choroby, môže pôst prerušiť, prípadne ho ani nemusí začať. V takomto prípade je ponechané na samotného muslima, aby sa rozhodol, či mu jeho zdravotný stav dovolí postiť sa, alebo nie. Títo vedci pri odôvodnení svojho stanoviska vychádzali zo skutočnosti, že muslim sa postí, pretože je to jeho osobná povinnosť, ktorú mu Boh uložil, takže sa má sám rozhodnúť, či mu jeho zdravotný stav dovolí postiť sa, alebo nie. Ak sa takýto chorý človek rozhodne nepostiť sa, je mu povolené pôst počas ramadanu vynechať, ale po odpadnutí dôvodu, pre ktorý sa nepostil, sa musí postiť toľko dní, koľko počas ramadanu vynechal. Na tomto mieste treba upozorniť i na to, že aj zdravému človeku môže počas dňa, v ktorom sa postí, prísť nevoľno od hladu alebo od smädu. V takomto prípade, ak by pôst mal vážne ohroziť jeho zdravie alebo život, je povinný pôst

prerušiť a po skončení ramadanu sa bude postiť toľko dní, koľko ich vynechal počas ramadanu.

Ad b. Chorí ľudia, ktorých choroba má trvalý charakter. Ide o ľudí, ktorí trpia nevyliciteľnou chorobou alebo u ktorých sa nedá predpokladať doba trvania liečby. Sem môžeme zaradiť napríklad ľudí trpiacich na cukrovku alebo rôzne žalúdočné choroby, pri ktorých sa musia brať lieky alebo strava niekoľkokrát denne a pod. Určenie druhu choroby a možnosti postenia sa počas choroby je už záležitosťou odborného lekára. Ľudia, ktorí spadajú do tejto kategórie, by mali za každý deň, v ktorom sa nepostili, nakŕmiť jedného chudáka takým jedlom, aké oni bežne jedia, ak však na to majú. Takto chorí ľudia sa už nemusia postiť za dni, ktoré počas ramadanu vynechali (bez ohľadu na to, či a kedy sa vyliečia, nemusia zmeškané dni pôstu vynahradiť).

2. Kategória starých ľudí a ľudí vykonávajúcich ťažké a tvrdé práce. Do tejto kategórie zaraďujeme zdravých ľudí, ktorých by však pre ich vysoký vek mohol pôst veľmi oslabiť alebo im spôsobiť zdravotné ťažkosti. Títo sa od pôstu oslobodzujú (a nemusia nič dodatočne nahradzovať) s tým, že za každý deň, v ktorom sa nepostili, nakŕmia jedného chudáka plnohodnotným, nasycujúcim jedlom (ak by na to mali). Obdobné ustanovenie platí i pre ľudí, ktorí vykonávajú veľmi ťažké a namáhavé práce, ktorými zabezpečujú obživu sebe i svojim rodinám, teda za každý deň, v ktorom sa nepostili, nakŕmia jedného chudáka, ak im to ich



finančná situácia dovoľuje. Ako ťažké a namáhavé práce by sme mohli označiť napríklad práce v baniach na ťaženie uhlia, rudy a iné.

3. Tehotné ženy a ženy, ktoré koja svoje deti prirodzeným spôsobom. Ak by sa tehotná žena alebo žena, ktorá kojí svoje dieťa, obávala, že by postenie mohlo uškodiť jej alebo jej dieťaťu, môže pôst prerušiť, resp. pôst nemusí vôbec začať. V tomto prípade žena nakrími za každý deň, v ktorom sa nepostila, jedného chudáka (ak na to má) a po odpadnutí dôvodu, pre ktorý sa nepostila (porodenie dieťaťa alebo skončenie kojenia) nemusí nahrádzať dni, počas ktorých sa nepostila inými (podobne, ako je to u starých ľudí). Ak by sa žena, ktorá je tehotná alebo kojí svoje deti, chcela predsa len postiť, môže, ale s tým, že sa k jej prípadnému pôstu vyjadrí odborný lekár, ktorý potvrdí, že pôstom neohrozí jej zdravie alebo zdravie a život dieťaťa.

4. Ženy po pôrode a ženy počas menštruácie. Ženy, ktoré sú tesne po pôrode alebo ktoré majú menštruálny cyklus, sa počas týchto dní nesmú postiť. Ak by sa aj postili, ich pôst je neplatný. Ide zrejme o zákaz, ktorým sa sleduje zdravie samotnej ženy. Menštruácia u ženy sa považuje za prirodzený stav, a nie za chorobu, preto by bolo ťažké ženu počas takéhoto cyklu zaradiť do kategórie chorých ľudí. To isté platí i o žene po pôrode, u ktorej sa prejavujú len niektoré známky fyzickej slabosti (pokiaľ nenastanú popôrodné komplikácie). Z tohto dôvodu sa zrejme oba prípady zaradili do osobitnej kategórie a

vyslovil sa jednoznačný zákaz ženám postiť sa počas týchto dní. Ženy počas menštruácie a tesne po pôrode sa nepostia a po skončení mesiaca ramadan a skončení menštruácie alebo po návrate do normálneho stavu po pôrode sa budú postiť taký počet dní, aký vynechali počas ramadanu.

5. Ľudia, ktorí sú na cestách. Ľuďom, ktorí počas mesiaca ramadan cestujú, je dovolené pôst vynechať, ak by pocítili veľkú námahu v ňom pokračovať. To znamená, že ak by niekto cestoval, postil by sa i počas cesty a počas dňa by pocítil veľkú nevoľnosť z hladu alebo smädu, môže svoj pôst prerušiť. Pôst môže prerušiť na dobu od začatia cesty až do jej skončenia (teda i na niekoľko dní). Hamza Al-Aslami sa raz spýtal proroka Muhammada: „Posol Boží, mám silu sa postiť počas cestovania, dopustím sa hriechu, ak by som sa postil?“ Prorok odpovedal: „Ide o povolenie od Boha najvyššieho, kto toto povolenie využil, dobre konal a kto by sa chcel postiť, žiadneho hriechu sa nedopúšťa (ak chce, môže sa postiť a ak nie, tak sa nemusí).“ Ľudia patriaci do uvedenej kategórie cestujúcich po skončení ramadanu a po návrate z cesty sa musia postiť toľko dní, koľko ich počas ramadanu vynechali. Všetky kategórie, ktoré boli vyššie uvedené a ktoré majú povolenie pôst vynechať, sú spomenuté v troch veršoch druhej kapitoly Koránu. Sú to verše (2:183, 184, 185), ktoré hovoria: **183. Vy, ktorí ste uverili, bol vám predpísaný pôst tak, ako bol predpísaný tým, ktorí boli pred vami, azda sa vyvarujete** (toho, čo je zakázané a získate tým Božiu

spokojnosť, pretože pôst vychováva v človeku pevnú vôľu a pomáha mu dodržiavať to, čo Boh uložil). 184. **Určitý (a stanovený) počet dní je to** (tento pôst trvá). **Kto by z vás bol chorý alebo na cestách** (nemusí sa postiť), (ale) **ten to** (čo premeškal z pôstu) **nahradí niekoľkými dňami** (v tom istom počte dní, aký premeškal) **z dní iných** (mimo dní určených na pôst v mesiaci ramadan). **A pre tých, ktorí ho (pôst) ťažko znášajú, je vykúpením** (z tohto pôstu poskytnúť) **jedlo pre biedneho** (nakŕmenie biedneho človeka). **A kto by dobrovoľne dobro vykonal** (dobrovoľne by pomáhal biednym a chudobným), **koná dobro pre seba** (samého, pretože mu Boh takéto dobro vráti). **A postiť sa je lepšie pre vás, keby ste to len vedeli** (keby ste vedeli, že takéto postenie, pokiaľ ho vládzete dodržať, je pre vás lepšie než ho vynechať). 185. **Mesiac ramadan je mesiac, v ktorom bol zoslaný dole Korán** (Boh začal počas neho zosielať Korán poslovi a prorokovi Muhammadovi) **ako správne usmernenie ľuďom a** (v ňom boli zoslané) **jasné dôkazy správneho usmernenia a rozlíšenia** (pravdy od nepravdy a dobra od zla). **Kto z vás (muslimovia) by bol svedkom príchodu tohto mesiaca, nech sa počas neho postí.** **A kto by bol chorý alebo na cestách** (nemusí sa postiť), (ale) **ten to** (čo premeškal z pôstu) **nahradí niekoľkými dňami** (v tom istom počte dní, aký premeškal) **z dní iných** (nemusí sa postiť, ale počet dní, ktoré počas ramadanu vynechal, si bude musieť nahradiť inokedy po skončení tohto mesiaca. Takéto vynechané dni si muslim musí náhradným pôstom vynahradiť v období až do príchodu mesiaca ramadan

nasledujúceho roka). **Boh vám chce všetko uľahčiť** (uľahčiť vám pôst, náboženské úkony I váš ostatný život) **a nechce vám to sťažiť** (nie je Jeho zámerom vám pôst alebo čokoľvek iné sťažiť). **A chce, aby ste dokončili stanovený počet dní** (počas ktorých vám Boh uložil postiť sa, aby vám dal odpustenie a požehnanie, ktoré vám za to sľúbil; to je cieľom pôstu) **a aby ste Boha vebili za to, ako vás správne usmernil** (vo vašom živote) **a azda budete ďakovať** (za to všetko, čo vám Boh dal).

Ako sme si mohli všimnúť, i napriek tomu, že pôst patrí medzi základné náboženské úkony, jeho účelom tak ako i ostatných náboženských úkonov nie je ľudom sťažiť život alebo im ukladať povinnosti, ktoré by nemohli zvládnuť. Pôst má mnoho výhod a dobrých stránok. Aby však človek dokázal takýto pôst oceniť i z duševnej stránky a ďakovať Bohu za to, čo mu dal, musí byť zdravý a spôsobilý absolvovať takýto úkon. Preto ak nastane u človeka odchýlka od normálneho stavu, napríklad chorobou alebo cestovaním, povoľuje sa mu odchýliť od dodržania pôstu. Ak človek takéto povolenie využije a cez ramadan sa nepostí pre niektorý z uvedených dôvodov, potom si vynechaný pôst musí vynahradiť jedným z dvoch spôsobov: buď sa po skončení ramadanu bude postiť toľko dní, koľko počas ramadanu vynechal, ako je to napríklad u ľudí, ktorých postihla prechodná choroba, alebo tento náboženský úkon vynahradí nejakou inou formou.

V prípade pôstu sa to nahrádza nakrmením chudobného človeka. Tak ako pri všetkých náboženských úkonoch a správaniach, ktoré islam od muslima vyžaduje, aj pri pôste Boh najvyšší ľudí učí, že majú byť voči sebe znášanliví, že si majú navzájom pomáhať.

Boh najvyšší mohol muslimom uložiť akúkoľvek inú formu vynahradenia vynechaného pôstu, mohol im uložiť, aby sa o jednu modlitbu viac pomodlili, aby Ho viac velebili alebo nespočetné množstvo iných spôsobov, ktorými by si to mohol muslim vynahradiť. Boh však muslimovi uložil bez ohľadu na to, či ide o muža alebo o ženu, nakŕmiť za každý deň jedného chudáka. Spočiatku sa zdá, že je to ľahká povinnosť, no ona má svoj význam i opodstatnené ciele. V prvom rade si uvedomme skutočnosť, že tak chudobný a biedny človeka, ako i bohatý alebo taký, ktorý má dostatok všetkého, je povinný postiť sa. Postenie si vo všeobecnosti však vyžaduje, aby človek zlepšil, pokiaľ je to možné, kvalitu stravy, ktorú prijíma, na lepšie zvládnutie pôstu. To znamená, že i kvalita stravy biednejších ľudí sa uložením tejto povinnosti zlepší práve v čase, keď to najviac potrebujú.

Ďalším momentom je, že človek, ktorý sa z niektorého zo spomenutých dôvodov nepostí, musí vyhľadať, pokiaľ to sám zvládne, biedneho človeka, ktorému by dal jedlo (alebo náhradu za jedlo), a tým splnil svoju povinnosť voči Bohu. Takýto úkon by bol ľahký, ak by sme ho mali vykonať mimo mesiaca

ramadan, ale ak si uvedomíme, že počas tohto mesiaca existujú v jednom meste možno stovky, ba tisícky ľudí, ktorí sa postiť nemohli a ktorí majú povinnosť denne nakrmiť jedného chudáka, takáto povinnosť sa stáva omnoho ťažšou, ale o to účelnejšou, a to preto, že ten, kto hľadá chudobného človeka, aby mu dal najesť, už musí intenzívnejšie hľadať takéhoto chudobného. Či ho už hľadá dlhší, alebo kratší čas, postupne zisťuje, ako ostatní ľudia žijú a pravdepodobne objaví i človeka alebo rodinu, ktorá je priveľmi chudobná, ale sa ostýcha od ľudí pomoc žiadať. To znamená, že ak človek, ktorý sa nepostil, nemal možnosť na vlastnej koži skúsiť hlad a smäd, uvidel, ako takíto biedni ľudia žijú a čo jedia.

Ak by sme mali hovoriť o ľudskosti, ťažko by sme našli človeka, ktorý by videl, že niekto nemá čo jesť a nepomohol by mu. V mnohých prípadoch sa takáto pomoc nekončí skončením ramadanu, ale človek, ktorý mal povinnosť chudobného nakrmiť, pomáha mu v rámci svojich možností i počas celého roka.

### *3. Noc Al Qadr*

Medzi Božie dary, ktoré neoddeliteľne patria k mesiacu ramadan, patrí noc Al-Qadr. Príchod tejto noci, opierajúc sa o výroky proroka Muhammada, vedci zaoberajúci sa islamskými vedami stanovili na poslednú tretinu mesiaca ramadan. I keď tu nie je medzi nimi úplná zhoda v tom, kedy počas poslednej tretiny ramadanu táto noc nastáva, názory sa nakoniec vykryštalizovali do troch záverov. Prvý hovorí, že noc Al-Qadr nastáva v noci z 26. na 27. ramadanu, druhý hovorí, že táto noc nastane v niektorej z nepárnych nocí počas poslednej tretiny ramadanu (to znamená v noci z 20. na 21. alebo z 22. na 23. atď.), tretí záver hovorí, že noc Al-Qadr nastáva v niektorej noci v poslednej tretine ramadanu. To znamená, že i keď máme tri rôzne závery, noc Al-Qadr vo všeobecnosti možno očakávať v poslednej tretine mesiaca ramadan.

Veľký význam tejto noci spočíva v tom, že odmena v podobe dobrých skutkov za náboženské úkony, ako je napríklad modlenie vykonané počas dňa a noci, je hodnotnejšia, ako to uvádza Korán v kapitole 97, než

odmena za podobné úkony vykonané počas tisíc mesiacov.

Noc Al-Qadr Boh najvyšší určil muslimom ešte počas života proroka Muhammada (P.), keď sa im zdal byť ich život priveľmi krátky na to, aby mohli dosiahnuť toľko dobrých skutkov, koľko dosahovali ľudia v minulosti, ktorí sa dožívali oveľa vyššieho veku.



## **4. Koniec Ramadanu**

### **4.1. Ako sa Ramadan končí**

Ako už bolo spomenuté na úvode, pôst sa končí uplynutím mesiaca ramadan a príchodom desiateho mesiaca islamského letopočtu.

Koniec mesiaca ramadan sa končí podobne ak sa začína a to pozorovaním Mesiaca na obzore. Kalendárny mesiac však nemôže mať viac ako 30 dní, takže pokiaľ z nejakého dôvodu nik neuvidí Mesiac ani v noci z 29 na 30 mesiaca ramadan, pôst sa končí uplynutím 30 dňa kalendárneho mesiaca.

### **4.2. Čo nasleduje po skončení mesiaca pôstu**

Po skončení mesiaca ramadan a pôstu v ňom, nasleduje sviatok Al Fitr. Je to sviatok v ktorom sa muslimovia radujú z toho, že ukončili pôst. Sviatok trvá tri dni počas ktorých je zakázané sa postiť aj tomu, kto by sa chcel dobrovoľne postiť. Je to obdobie v ktorom sa

človek vracia do normálneho života z pohľadu zákazov a obmedzení, ktoré počas ramadnu platili.

## **5. Sviatok Al-Fitr a zakat Al-Fitr**

### **5.1. Kedy sviatok začína**

Sviatok Al-Fitr sa oficiálne začína po skončení sviatočnej modlitby. Vtedy sa aj chudobným rozďajú prostriedky, vyzbierané z dávky zakat.

### **5.2. Sviatočná modlitba**

Priebeh spoločnej modlitby, ktorá sa koná na začiatku sviatku Al-Fitr, je podobný piatkovej modlitbe s tým rozdielom, že pri sviatočnej modlitbe sa najprv koná modlitba a až po nej nasleduje kázeň.

Skončením sviatočnej modlitby a kázne sa oficiálne začína sviatok.

Kázeň, ktorá sa muslimom káže počas spoločných modlitieb, čiže pri piatkovej a pri príležitosti sviatku Al-Fitr, vždy prednáša ten, koho si prítomní muslimovia vyberú zo svojho streda a ktorého uznajú za osobu

vhodnú na prípravu a prednesenie kázne. Nejde teda o žiadneho duchovného, ktorý by bol za to platený. Takýmto výberom sa ukáže, kto z muslimov je najvhodnejšou osobou na prípravu a prednesenie takejto kázne a muslimovia ho potom spravidla poveria jej stálou prípravou a prednesením. Takýto výber by sa mal odohrať v každej mešite.

### **5.3. Zakat Al Fitr**

Samostatným a špecifickým druhom dávky zakat je zakat Al-Fitr. Ide o jednorázovú pomoc, ktorej výška je presne stanovená.

Zakat Al-Fitr sa odvádza každoročne jeden raz, a to počas mesiaca ramadan (mesiac pôstu) alebo tesne po jeho skončení (najneskôr však do začatia sviatočnej modlitby v prvý deň trojdňového sviatku po skončení tohto mesiaca). Je to pomoc, ktorú muslimovia vyzbierajú a ktorá sa pred začatím sviatku Al-Fitr (sviatok sa začína v prvý deň po skončení mesiaca ramadan) rozdá biednym a chudobným ľuďom, aby i oni pocítili radosť z príchodu sviatku spolu s ostatnými muslimami a nemuseli prosiť o pomoc i počas neho. To znamená, že jediným účelom dávky zakat Al-Fitr je, aby si i chudobní mohli sviatok užiť, kúpiť si nové šaty, dostatok potravy a iné veci, ktoré si možno po celý rok nemôžu dovoliť.

V minulosti muslimovia, ktorí na to mali, platili túto dávku v naturáliách, v dnešnej dobe, keďže je to účelnejšie a praktickejšie i pre tých, ktorým sa táto pomoc neskôr rozdeľuje, sa zakat Al-Fitr vyberá v peniazoch (na Slovensku to v súčasnosti predstavuje približne 3,- až 4,- Eur na osobu, ktorá dosiahla stanovený vek).

Platenie dávky zakat Al-Fitr je síce z náboženského hľadiska povinné, jej vyberanie a rozdelenie však už nie je zverené štátu a ak by ju muslim nestihol zaplatiť v stanovenom čase, t.j. počas mesiaca ramadan alebo tesne pred sviatočnou modlitbou, tak odpadáva a nie je možné ju dodatočne odvieť. Ak by ju niekto odviedol po uplynutí sviatočnej modlitby, už sa to nepovažuje za zakat, ale za milodar. To je v podstate i jeden zo základných rozdielov medzi dávkou zakat Al-Fitr a všeobecnou dávkou zakat vyberanou z majetkov. Tento fakt podčiarkuje práve tú skutočnosť, že zakat Al-Fitr bola uložená preto, aby mali chudobní radosť z nastávajúceho sviatku.

Zakat Al-Fitr sa obyčajne vyberá v mešitách alebo ju zbierajú dobročinné nadácie a ústavy, ktoré ju následne rozdáajú chudobným ľuďom.

Sviatok Al-Fitr sa oficiálne začína po skončení sviatočnej modlitby. Vtedy sa aj chudobným rozďajú prostriedky, vyzbierané z dávky zakat. Ibn Abbás (jeden zo spoločníkov proroka Muhammada) o čase, kedy sa

dáva zakat Al-Fitr, hovorí: „Prorok Muhammad (P.) uložil povinnosť dať zakat Al-Fitr ako druh očistenia postiaceho sa od nevhodných slov, ktoré povedal a ako nasýtenie pre biednych. Kto ju dal pred modlitbou (myslí sviatočnú modlitbu), prijíma sa od neho (ako zakat Al-Fitr) a kto ju dal po modlitbe, od toho sa prijíma ako druh milodaru“ Zakat Al-Fitr by mal platiť každý muslim, ktorý má zabezpečenú obživu na nasledujúci deň a noc, ako aj na niekoľko nasledujúcich dní.

Ak za čias proroka Muhammada (P.) mal niekto zabezpečenú obživu na nasledujúci deň a noc a mal minimálne 1,728 kilogramu pšenice, fig, datlí alebo iných plodín navyše, bol už povinný odvieť zakat Al-Fitr. Muslim má povinnosť zaplatiť zakat za seba i za každého, koho on živí a kto by sám za seba nemohol zaplatiť. To znamená, že ak by bol niekto živiteľom rodiny a živil by svoju manželku a dve deti, platí zakat za štyri osoby.

Ako sme už povedali, na Slovensku sa výška dávky zakat Al-Fitr stanovila na 5 Eur. Pri výpočte tejto sumy sa prihliadlo na to, aby to bola suma, ktorá by muslimov finančne veľmi nezaťažila a ktorá by vyjadrovala určitý priemer cien základných potravín za prorokových čias.

Ak by sme mali zakat určovať podľa pšenice, tak by sme dospeli k dosť malej čiastke (približne 1,- Euro), ak by sa však zakat stanovovala podľa ceny datlí alebo

fig, šlo by o čiastku, ktorá by mohla niektorých finančne príliš zaťažiť, najmä v prípade, ak by mal niekto platiť aj za svoje deti a manželku.

Niektorí muslimovia v snahe presne sa držať prorokovej tradície trvajú na tom, že by sa nemalo nič meniť a že zakat Al-Fitr by sa mala dávať v naturáliách tak, ako to bolo za prorokových čias. To znamená, že dnes by sme niekomu mali dávať datle alebo niekoľko kíľ múky či pšenice. Z reálneho hľadiska by však dnes takáto pomoc bola pre chudobného pravdepodobne bezcenná.

V minulosti, ešte za čias prvých muslimov bola ich obvyklou potravou pšenica, z ktorej si robili chlieb, ďalej datle, sušené hrozienka atď. Dnes je už iná doba, preto je aj ťažšie určiť, aký druh naturálií by bol vhodný a potešil by toho ktorého chudobného človeka, najmä na sviatok. Preto je najlepšie dať chudobnému peniaze, nech si kúpi za ne, čo ho poteší a čo uzná za vhodné a potrebné. Zakat Al-Fitr v podstate znamená pomoc tým najchudobnejším vrstvám spoločnosti, na ktorej sa môžu takmer všetci muslimovia zúčastniť vzhľadom na jej nízku sadzbu. Táto skutočnosť vytvára medzi muslimami určitú súdržnosť a spolupatričnosť, ale zároveň ich učí veľmi dôležitej náboženskej zásade, že človek má pomáhať chudobnejším ľuďom aj tým málom, čo má a čo môže poskytnúť. A to učí ľudí pomáhať jeden druhému. Korán o bohobojných ľuďoch okrem iného hovorí, že sú to tí, **„ktorí dávajú v dobrých i ťažkých chvíľach“** (3:134)

## 5.4. Čo robiť počas sviatku

Ako už bolo spomenuté, sviatok je obdobie určené na návrat do bežného života. V ňom sa Boh velebí a tí, ktorí sa postili ďakujú Bohu za to, že im umožnil sa postiť počas ramadanu.

Zvykom sa stalo v mnohých islamských krajinách, že sviatok je vhodnou príležitosťou na rodinné návštevy. V ňom sa rodiny, príbuzní a priatelia navštevujú a gratulujú si navzájom napr. vetou „Íd mubáarak, t.j. požehnaný sviatok“. V niektorých krajinách sa stalo zvykom, že tí najbližší dávajú deťom peniaze, aby si mohli za ne kúpiť čo chcú a pocítili atmosféru sviatku.

Sviatok Al Fitr je prechodným obdobím medzi pôstom a bežným životom v ktorom si má každý muslim uvedomiť čo všetko sa počas pôstu na jeho duchovnom živote a na jeho správaní zlepšilo a že sa má snažiť aj po skončení pôstu si toto udržať.