

*Професор М.Хамидуллах*

---

# **ЗАЩО СЕ ГОВЕЕ В ИСЛЯМА?**



Главно мюфтийство на мюсюлманите  
в Република България  
София, 1999

**بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ**

Слава на Аллах Теаля, нашият Повелител и Покровител!

Мир и благослов над Мухаммед, последният вестител на Земята!

Уважаеми читатели,

Настоящата брошура на проф. Хамидуллах известен ислямски учен, ще Ви даде възможност да вникнете в същността на говеенето, като предписание на Всевишния Аллах до всички народи. Също така авторът се спира на един много важен момент – въздействието на говеене и върху физиката, и върху вътрешния мир на човека, което за пореден път свидетелства за универсалния характер на Исляма.

Хвала на Аллах Всевишния, Който ни даде възможност да осъществим това наше намерение!

Нека мир и благослов да бъде над любимия водител, над неговото семейство, сподвижници и следовници до Съдния ден.

**Мустафа ХАДЖИ**  
*Главно мюфтия на мюсюлманите  
в Република България*

## В името на Аллах, Всемилостивия, Милосърдния!

*Хвала на Аллах, нашия Създател!*

Да бъде благословен нашия Водител, Пророка Мухаммед!

Говеенето е много древно духовно предписание в човешкото общество. Често под говеене се е възприемало доброволното въздържане от храна, към което понякога се е прибавяло и въздържането от говорене. *“Рече: ‘Господи, дай ми знак!’ Рече: ‘Знакът за теб е три ноци да не говориш с хората, без [да имаш] недостатък.’* – (Сура 19, знамение 10) – *“И яж, и пий, и се радвай! И ако видиш някого от хората, направи знак: ‘Дадох на Всемилостивия обет да се въздържам, затова днес с никого не ще говоря.’* – (Сура 19, знамение 26).

*Съвременните изследвания доказват, че и в природата, растенията и животните също не се хранят понякога, като по този начин възстановяват своите жизнени сили.*

*Настоящето скромно изследване беше подготвено още преди четвърт век и бе преведено на много езици.*

*Щастлив съм, че трудът ми е оценен. Настоящото му преиздаване ме изпълва с дълбока признателност.*

*Кой автор не би се зарадвал на подобно нещо?*

*Париж, 1-ви Шабан 1403  
Професор М.Хамидуллах*

## ЗАЩО СЕ ГОВЕЕ В ИСЛЯМА?

Всички древни цивилизации, както и всички религии, са предписвали на своите последователи няколко дни в годината, през които да говеят. Защо? Суеверие или практика е това, в която се съдържа известна полза?

Живеем в епоха, в която всеки гражданин, бил той богат или беден, може да има достъп до образованието. От друга страна, онези които ни управляват, не са длъжни да ни налагат изпълнението на духовните ни задължения. Ето защо, може би ще е полезно да узнаем дали това древно задължение за говеене все още е в интерес на обществото.

Предварителното и обективно изследване на този въпрос е нещо належащо за мюсюлманите, защото не само разумът, но и Коранът, самата основа на Исляма, го изисква от тях.

В действителност не съществува нито едно духовно задължение, наложено от Свещения Коран, което да не е съпроводено с призив към задълбочен размисъл, така че в крайна сметка човек да проумее, че е в негова полза да го съблюдава.

На много места Свещения Коран насърчава да не се следват сляпо обичаите на предците, а да се разсъждава самостоятелно, за да може човек напълно справедливо да бъде отговорен за делата си. Последният не бива да действа подтикван единствено от инстинктите си, подобно на животните, а да постъпва според личното си убеждение, така, както помага на същество,

нагарено от Бога с разум, за разлика от другите творения.

Също така, човек не трябва да се оставя да бъде мамен от мистификации, които изолират разума от религията, нито пък да вярва заради самото вярване, без да бъде наистина убеден.

Истина е, че характеристиките на хората са различни и че не всички индивиди имат едни и същи стремежи.

Напълно разбираемо е например онзи, който предприема гадено действие, да търси някакво материално облагодетелстване. В това всички гледни точки съвпадат.

Обратно на това, отшелникът\* се стреми единствено към духовните облаги и спасение в отвъдното, загърбвайки материалните изгоди, без да бъде принуждаван за това. В едната и в другата група хора, онези, които стигат до крайности, са твърде малко. По-голямата част от човечеството се стреми към щастие, както в отвъдния, така и в земния живот.

Именно по отношение на тази двойна гледна точка, Ислямът се отличава и по начина, по който се грижи за човешките нужди. Коранът възхвалява онези, които се обръщат в молитвите си към Аллах с думите: **“Господи, въздай ни добрина в земния живот и добрина – в отвъдния!”** (сура 2, знамение 201). Това е идеалът, който Ислямът се стреми да внуши.

И тъй като говеенето е нещо предписано от Свещения Коран, не би ли трябвало мюсюлманите да се опитат да открият доброто, което

---

\* отшелник – захиг

това предписание им гарява в този и отвъдния живот?

Вследствие на това, че човек е създаден от тяло и душа, търсенето на благото единствено в един от тези два елемента за сметка на другия нарушава равновесието на индивида. За да има истинска полза за човека, се изисква хармония между тяло и душа, както и тяхното щастливо единение.

Ако ние се стремим да изпълняваме стриктно духовните си задължения, без да мислим за нещо друго ще станем ангели, дори и нещо повече. Но Аллах вече е създал и няма нужда да увеличава броя им.

Също така, ако изразходваме цялата си енергия в името на материалното благополучие и egoизма, ще станем животни, дяволи, дори нещо по-лошо от това. Но Аллах е създал вече същества от подобен род и превръщайки се в такива, по този начин ние се противопоставяме на Божествения замисъл, който играе основна роля в сътворението на съществата, надарени със способност да извършват действия, както духовни, така и материални, които посредством разума различават доброто от злото.

Нека тогава човек се помъчи да развие и съчетае всички дарби, дадени му от Аллах!

Преди да се опитаме да вникнем в същността на говеенето, нека се вслушаме в конкретния израз, чрез който Коранът оповестява тази повеля:

## ГОВЕЕНЕТО И КОРАНЪТ

Ето какво Свещения Коран казва относно говеенето:

*“О, вярващи, предписано ви е говеенето, както бе предписано и за онези преди вас, за да се побоите. Определени дни. А който от вас е болен или на път – да се издължи в други дни. А за които не могат – откуп: да нахранят човек в нужда. А който по своя воля стори благо, това е най-доброто за него. И да говеете е най-доброто за вас, ако знаете.*

*Рамадан е месецът, през който беше низпослан Коранът за напътствие на хората и с ясни знаци от напътствието и разграничението. Който от вас се окаже в този месец, да говее през него, а който е болен или на път – да се издължи в други дни. Аллах иска да ви улесни и не иска да ви затрудни, а да завършите докрай определените дни, да възвеличите Аллах за онова, с което ви е напътил и да сте признателни.” (2:183-185)*

В началото на този пасаж се казва, че други религии също предписвали говеенето. Да разгледаме какво проповядват те по този въпрос. Едно сравнение с Исляма би било интересно.

### ГОВЕЕНЕТО В ДРУГИТЕ РЕЛИГИИ

Ислямът е религията, низпослана за всяко време на човечеството, чрез пророците, дошли да възкресят Вечната Истина и да я предпазят от неверни допълнения, чужди на учението на всеки пратеник, натоварен с Божествената мисия да ръководи своя народ.

**Сабейство:** В чест на Луната, сабеите от Харан говеели 30 гена, като не се хранели и не пиели нищо от изгрев до залез слънце (Encyclopedia Of Religion and Ethics, vol.5, p.764, s.v. "Harran").

**Ибрахим** (Авраам) бил изпратен като пророк при сабеите от Ирак.

За разлика от нормите в езическата традиция, Свещения Коран забранява обожествяването на Слънцето или Луната:

*“И от Неговите знамения са нощта и денят, и слънцето, и луната. Не се покланяйте нито на слънцето, нито на луната, а се покланяйте на Аллах, Който ги сътвори, ако на Него служите!”* (41: 37)

Но потвърждавайки възстановяването на единобожието, или с други думи на правдивата религия на Пророка Ибрахим (Авраам), той предписва на своите последователи да говеят също един месец.

**Юдаизъм:** Израелтяните говеят един ден в годината, в деня на Йом Кипур, на десето число от Тишри, първия месец от техния календар, в продължение на 24 часа, от залеза на слънцето на предишния ден до залеза на следващия ден. По време на молитвата наречена Йом Кипур, която те произнасят, се казва: “Благодарение на Твоята безгранична Загриженост, о Вечни, Ти ни гаряваш Йом Кипур, за опрощение на всичките ни грешки и Ти наричаш този празник свята тържественост в знак на дните на излизането от Египет.” (Rituel de prieres pour tous les jours de l’annee, traduit par le Grand Rabbin, S.Debre, 1932, 679-681).



Най-набожните сред евреите говеят през всяка седмица в понеделник и четвъртък, като помен за Муса (Мойсей), който, както те обясняват, се възкачил на Синайския връх един четвъртък и се спуснал 40 дни след това в понеделник, въроръжен със Скрижалите на Закона (Encyclopedia Of Religion and Ethics, v.p765).

Нека споменем, между другото, че преди исляма Мекканците говеяли на **ашура** (десетото число от месец Мухаррам, първият месец от техния календар) и че “преди ислямската си мисия Пророка Мухаммед С.А.С. е говял също през този ден. Когато пристигал в Медина, той продължил да съблюдава говеенето в същия ден и заповядал да бъде последван в тази практика. Но когато говеенето през месец Рамадан било предписано, Пророка престанал да говее през **ашура**. *“Оттогава, който поискал да говее в този ден, говял и не упреквал онзи, който не пожелавал да говее”* (виж Бухари 30/69/3).

Тъй като жителите на Мекка не били евреи, би било неправдоподобно да се допусне, че този вид говеене е бил възприет по някакво юдейско влияние. Навярно тук става въпрос за един по-стар общ произход, възлизащ към пророците Ибрахим (Авраам) и Нух (Ной). Освен това, времетраенето на това говеене не е траело 24 часа, както е било у юдеите.

Установено е впрочем, че говеенето през **ашура**, който датира преди ислямското откровение, няма никаква връзка с този, посветен на мъченическата смърт на Имам Хусейн, внука на Пророка Мухаммед С.А.С., убит в същия ден на бойното поле.

**Християнство:** Иса (Исус), мир нему е говорил, навярно съблюдавайки юдейските предписания, и е препоръчвал да му подражават, но без да посочва кога и колко време да трае говеенето.

Ранните християни се позовавали на четиридесетдневна говеене, което Иса извършил в пустинята. Християните спазвали това говеене и покаяние в памет на Христос. Но тази практика не е била възприета с пълно единодушие. Преди 439 г. от н.е., християните от Рим говеели три седмици, а тези от Александрия четири, изключение правили съботите и неделите, без Великата събота. Това правело общо 36 дни (виж *La Grande Encyclopedie- Careme*).

Смятало се, че тези 36 дни представляват десетата част от пълната година. Под формата на религиозна лепта (налог) се плащал и десятък върху богатството, с какъвто облагали също храната и пиенето. Тук ще вметнем, че християнската година (по слънчевия календар) се състои от 360 дни и повече. Следователно приемането, че 36 дена говеене равно на една десета част от годината, е по-скоро фиктивно.

Не ми е известно кога християните от Александрия са приели тези 36 дена, в противовес с римския обичай, но е уместно да приведем няколко думи от Пророка на Исляма: “Има налог за всяко нещо – този на тялото е говеенето” (виж Ибн Магжа №1745). И още: “Онзи, който говее през целия месец Рамадан и прави същото през 6 дни от следващия месец – Шаууал, все едно, че е говорил една пълна година” (виж Ибн Магжа № 1715).

В Корана (Сура 6, знамение 160) се казва: **“Който дойде с добрина, ще има десет като нея.”**

Лунният месец (ислямският) е от 29 до 30 дни, а лунната година 355<sup>1</sup> дни. Ако говеем една година 29 дни + 6 дни = 35 дни, а друга година 30 дни + 6 дена = 36 дни, умножени по десет те ще са равни съответно на 350 и 360 дни, или средно 355 дни, което е равно на броя на дните в една година.

Друг метод на изчисление е следният: 1 месец = 10 месеца (тъй като се възнаграждава десеторно); 6 дни = 60 дни = 2 месеца; 10 месеца + 2 месеца = 12 месеца – броят на месеците в една пълна година.

Говеенето се изисквало от християните едва когато навършат 21 години. В края на IV ти век от н.е., е било позволено говеенето да бъде преустановено веднага след деветия час (от изгрев слънце) т.е., три часа след обяд – часът, когато (според тяхното твърдение) издъхва Исус” (*La Grande Encyclopédie – Careme*).

---

<sup>1</sup> Лунният месец не е винаги с еднаква трайност и според Парижката обсерватория, той продължава 29 дни, като се прибавят от 6 до 20 часа от следващия ден. Средната трайност е приблизително 29,530588 дена. Оттук следва, че лунната година се състои средно от 354,367056 дни. Въпреки това, периодичност не съществува – изчисленията трябва да се правят всеки месец. Смята се не според трайността на лунния месец, а от момента, когато новата луна бъде забелязана. Това означава един път 29, а друг път 30 дни, което заличава гробите. Понякога може да има поредица от месеци по 29 дни или пък няколко последователни месеци от 30 дни.

**Говеенето при червенокожите индианци от Америка:** В Мексико религиозните водачи са говяли по 160 дни (*La Grande Encyclopidie-Careme*).

В някои гревни религии, говеенето е било предписвано през пролетта, за да се ограничат грабежите, които зачестявали в този период. Да приведем междувременно следното изказване на Пророка Мухаммед С.А.С.: *“Млади хора, онзи от вас, който има необходимото за встъпване в брак, нека го стори; колкото до онзи, който няма нужните средства, да говее, тъй като това е щит.”* (Бухари, 67/2)

**Индуизъм:** Брамините от Индия говеят в дните, които смятат за важни:

- рождениите дни на основателите на тяхната религия
- дните с лунните или слънчеви затъмнения...

Те се въздържат от храна до три часа следобед. Някои си позволяват да променят обичаите като вместо да ядат хляб, пият мляко.

**Будизъм:** За него може да се каже, че представлява реформиран индуизъм. Само ламите (монасите) говеят понякога, но не и обикновените хора.

Бързият преглед, който направихме, е напълно достатъчен, за да докаже основателността на казаното в Свещения Коран: *“О, вярващи, предписано ви е говеенето, както бе предписано и на онези преди вас, за да се побоите.”*

Говеенето съществува следователно в индуистката, будистката и други религии, но никъде не се спазва по начина, по който се спазва у мюсюлманите.

Друг интересен момент в горното знамение от Свещения Коран, който привлича вниманието ни, е привидната неяснота на неговия изказ<sup>1</sup>: **“Дано да се побоите... Дано да бъдете признателни”**. На какво се дължи това колебание? Става въпрос за една особеност на кораничния стил, която срещаме на много места.

Оттук произтичат най-малко две идеи:

- най-напред идеята за абсолютното Всесилие на Аллах: единствено, Той може да направи без принуда каквото пожелае, и независимо от начина, по който Го обожаваме,

---

<sup>1</sup> Този пасаж не трябва да смущава читателя, който би си задал въпроса за разликата в превода на въпросното коранично знамение. Оригиналният текст на настоящето изследване е на френски език и съответно авторът следва френския вариант на кораничния превод, който се различава в случая съществено от българския, този на доц.г-р Цв. Теофанов. Тук се изправяме лице в лице с един напълно естествен и същевременно необятен проблем – този за интерпретацията на Свещения Коран. Конкретно в нашия случай става въпрос за значението на арабската дума *ла'алла*, което проф. Хамидуллах превежда като “дано”, “навярно”, “може би” и от тази база изхожда в по-нататъшните си разсъждения, които съдържат оригинални мотиви. За да бъде съвсем ясно трябва да се подчертае, че и двата подхода към кораничния текст, този на френския превод и съответният на български, имат своите недостатъци и предимства. Единствено арабския оригинал, с цялата си дълбочина и съвършенство изразява адекватно Божествения Промисъл. (*Бел. на преводача*)

Той не е дължен да ни удостои с онова, което бихме пожелали.

- на второ място, е идеята за свободната воля на човека: посредством Свещения Коран, Аллах ни дарява Своето Учение, но от нас зависи дали ще го възприемем или не.

Доводът, съдържащ се в това знамение, който се отнася до въздействието на ислямското говеене, би могло да внуши благочестив страх у едни, докато други ще бъдат скептически настроени.

Елементът на колебание в същото знамение предполага евентуалната признателност на говеещия и може да внушава следните идеи:

- истинската признателност не е непременно свързана с външния аспект на ислямското говеене или въздържането от храна.
- говеенето, напротив, трябва да бъде лишено от каквато и да е показност и злонамереност.
- говеенето в Исляма не представлява единственият начин да се покажем признателни към Бога – има и други средства, които трябва старателно да се прилагат, когато става дума за същинската признателност и изпълнение на дълга към Него.

Третият аспект, който можем да откروим в това знамение е постоянно присъстващата в ислямското законодателство грижа, която цели улесняване на делата за вярващите. Ислямският закон е благосклонен не само към болните, но и към пътниците (мусафирун) – позволено им е да не говеят по време на месец Рамдан когато са болни или пътници, като изчакват благоприятния момент да сторят това. Говеенето не е в ин-

терес на Бога, а в интерес на онзи, който говее. Ако болен бъде принуден да говее, е възможно състоянието му да се влоши и да се стигне даже до смърт. Ислямът не е нито жесток, нито краен, а снисходителен: *“Аллах иска да ви улесни и не иска да ви затрудни.”* (Сура 2, знамение 185)

## РАЗЛИЧНИ ВИДОВЕ ГОВЕЕНЕ

Говеенето в Исляма може да има задължителен характер за всички, жени и мъже, както е през месец Рамадан. В други случаи то е задължително единствено за извършителите на дадено престъпление, като вид наказание или изкупление (например, ако е нарушена дадена клетва).

В друг случай ислямското говеене може да бъде просто похвален акт с който изпълняваме задълженията си, неизпълнението на който не въвлеча в някакво греховно действие. Това е случаят например, с шестте дни говеене от месец *Шаууал*.

Мухаммед С.А.С. също забранявал говеенето при определени случаи, например през двата дни от празника **‘Ид** (Рамадан байрам, на първо число от месец Шаууал и Курбан байрам на десето от месец 3-ул-Хиджжжа).

Освен това той забранил на мюсюлманите да говеят дълго време без прекъсване: *“Вие имате също и задължения към самите вас”*

**“Твоят Господ има права над теб,  
Твоето семейство има права над теб,  
Твоята личност има права над теб,**

Дай на всеки провото, което му се полага”

*Ал-Бухари – 149/8*

Нашето тяло и душа принадлежат на Аллах, Господаря наш. Те са ни поверени и ние носим отговорност за тяхното благосъстояние.

Християните правят разлика между духовенството и миряните. Проповедниците и монасите вероятно говеят до ден-днешен, докато миряните вече не са задължени да изпълняват стриктно това предписание – който работи, не е длъжен да говее, бил той студент, преподавател, работник, търговец и т.н.

Строгостта в спазването на годишното говеене при юдеите, което продължава 24 часа, по всяка вероятност обяснява факта, че много малко религиозни хора го съблюдают.

## **ВРЕМЕТО, ПРЕЗ КОЕТО СЕ ГОВЕЕ В ИСЛЯМА**

Юдеите, християните и индусите живеят с ритъма на слънчевата година, било то изцяло съобразявайки се с нея, или чрез лунния календар с прибавените към него дни. По този начин времето за говеене през годината е в един и същи сезон.

Мюсюлманите следват лунния календар и следователно тяхното време за говеене, в месец Рамадан, минава последователно през всички сезони на годината.

Коя система е за предпочитане?



Земното кълбо, върху което живеем, няма еднакъв климат. Човек страда от прекомерно високите или ниски температури. Топлите и студени месеци не се усещат по един и същ начин в различните региони. Така зимата в Мекка е приятна, но не и близо до полюсите (в Канада и Северна Европа например).

Лятото е най-хубавият сезон в посока към полюсите, но не и в близост до екватора и пясъчните пустини.

Пролетта може да бъде умерен сезон, но не са малко страните близо до екватора (Южна Индия например), които не я познават, тъй като там има само три сезона: зима, лято и гъждовен период.

Ако една религия е призвана да бъде универсална, а времето за говеене е фиксирано в определен сезон, то това би улеснявало едни и затруднявало други, или с други думи създава се известно неудобство за жителите в даден регион.

Но ако сезоните за говеене непрекъснато се сменят, няма да възникне горе споменатия проблем и никой не би се засегнал от установеното от законодателя. Освен това кръговратът дава възможност всеки да свикне да говее през който и да е сезон. Това въздържане от пиене и храна през студената зима или през знойното лято, калява издръжливостта на вярващите във неволите.

От друга страна, онези, които поне малко са пътували знаят, че сезоните не са еднакви на различните места: сега е януари и докато пиша, по радиото се съобщава, че в някои точки на Франция е -40 градуса, то в същото време в

Аржентина е +40 градуса. Сезоните са противоположни от двете страни на екватора: когато е зима в северното полукълбо, в южното е лято и обратно.

Ако Ислямът беше постановил да се говее всяка година през януари например, за едни това би се случвало само през зимата, а за други единствено през лятото. Ако пък говеенето трябваше да се изпълнява само през зимата, едни биха говяли през януари, други през юли, което би създавало доста затруднения за жителите на отделни региони, както видяхте по-горе, ще говеде го липсата на единство.

Да приемем, че след като съм говял в Париж 29 дни през януари, взимам самолета за Южна Африка. За мое голямо разочарование там няма да заваря нито една джамия, готова за празника Рамадан байрам, тъй като там не е сезонът за говеене!

Бих могъл да избегна напълно и месеца за говеене, ако напусна Париж в края на декември например и да прекарам един месец в Южна Африка (където януари не е месец за говеене). След това, ако се върна обратно в Париж през февруари, ще пропусна говеенето (който би се спазвало в Южна Африка, но не и в северното полукълбо, където е Париж).

С една дума, нито една световна общност не би могла да съблюдава говеенето, ако следва слънчевия календар, без това да се отрази неблагоприятно на вярващите, съблюдаващи времето по него.

Говеенето, съблюдавано по слънчевия календар, би подходило на някоя местна религия, което

при все това не ще може да предостави на своите последователи възможността да говеят през всички сезони.

Следователно говеенето, което почива на лунния календар, изглежда най-приемлив и най-подходящ за благо на обществото. За световната общност това е в същото време и единственото практическо разрешение на въпроса.

## СМИСЪЛЪТ НА ГОВЕЕНЕТО В ИСЛЯМА

Както вече видяхме, Ислямът дарява на човека щастие в този и в отвъдния живот в пълния смисъл на думата. Според ислямските възгледи, именно в отвъдния живот всеки ще бъде съден за стореното от него на земята. Блажени ще са онези, които постигнат успех, те ще бъдат сподобени от милостта на Аллах, нашият Господар.

Изхождайки от това, че човек има както душа, така и тяло, в настоящето изследване ние ще се спрем на материалното и духовно влияние на говеенето в Исляма.

Всеки знае, че умишленото убийство е осъдено от всички цивилизации и че всички религии отреждат място на убиеца в Джехенема (Ада), докато невинната жертва – мъченик заслужава да отиде в Дженнета (Рая).

Всеки знае също така, че защитата на една справедлива кауза, борбата срещу агресора например е задължение и онзи, който убие агресор е смятан за герой, заслужаващ възнаграждение както на земята, така и на небето.

Разликата между тези два типа убийства не се ли състои единствено в намеренията ?

Следователно, ако се въздържахме от пиене и ядене по нареждане на личния ни лекар, ще има ли този акт същата стойност, ако откажем да приемаме храна и пиене, за да се подчиним на разпорежданията на Аллах и за да Му служим !

Аллах е нашият Създател и Законодател. Той е Онзи, който ще ни посрещне след смъртта, за да ни въздаде заслуженото за земните дела. Всеки, който Му се подчинява, ще получи Неговата милост, дори и да не е разбрал напълно тайните на Неговото разпореждане. Спазването на говеенето в отговор на Неговата повеля е път към заслужаване благоволенията на Аллах. Коя придобивка от този или отвъдния свят може да бъде по-голяма от вечната милост на Аллах? Стремешът към материалното, самохвалството, и други подобни, биха накърнили чистотата на нашите намерения.

Затова нека говеенето ни бъде извършено само и единствено с цел да се понаравам на Аллах и да следваме Неговите разпореждания! Именно на това ни учи известното изказване на Мухаммед С.А.С: *“Делата са според намеренията.”* (цитиран от Ал-Бухари).

Опитът показва, че слепите хора често притежават по-добра памет от зрящите и че някои от сетивата им са по-силно развити. С други думи, ако някои възможности останат напълно неизползвани, те могат в някои отношения да усилят други. Същото се отнася и за връзката

между тялото и душата, тъй както подрязаното дърво дава повече цвят и плодове.

Когато говеем способността ни да осъзнаваме злото се изостря и така по-трудно се поддаваме на изкушенията. Освен това, говеенето ни кара да мислим повече за Аллах, да даваме повече са-дака (милостиня). То ни позволява да опитаме радостта от отдаването на Аллах.

Свещения Коран провъзгласява: *“Баграта на Аллах! А кой е по-хубав от Аллах по багра?...”* Нека тогава човек да се оцвети с баграта на Аллах! Според Корана едно от Божествените качества (Сура 6, зн. 14) е да следваш **“Онзи, който храни, без да бъде хранен”**...Когато човек говее, това Божествено качество се отразява в него – нали той отказва да задоволява плътските си желания, но дава милостиня, помага на изпадналия в беда, храни бедните и търси всевъзможни начини да прави добро. Тези действия носят неподлежащо на описание усещане на небесните качества, познато на всички, които са опитали.

Впрочем в слабостта си човек понякога извършва грехове или престъпва гадени правила. Ако по-късно съвестта му го убеди, че е постъпил зле, той се разкайва.

От опит се знае, че когато виновният се измъчва в своето разкаяние, утешението му се дължи еднакво на разкаянието и на опитите му да поправи допуснатата грешка.

В този смисъл се предвижда възмездие за всяко едно престъпление, независимо дали е духовно или материално, дали е извършено от душата или от тялото.

Като изключим самоунищожението, има ли по-голямо наказание за човека от това, той да бъде лишен от задоволяване на основните си нужди – яденето и пиенето?

Аб-Дехлеуи е една от влиятелните фигури на XVIII век. Универсален учен, уважаван от всички, той е оставил множество съчинения с голяма стойност върху философията на ислямската религия. В своя известен труд “Худжжаталлах ал-Балига” (II, 36, “За говеенето”), той излага някои проникновени забележки по отношение на духовните аспекти на ислямското говеене, чиито превод предаваме дословно:

“Тъй като животинската алчност възпрепятства ангелската природа да се прояви, необходимо беше да се потърси начин за подтискане на собствената ни животинска природа. Понеже изобилието на животински пластове произтича от храната, пиенето и прекаляването с плътските удоволствия, говеенето извършва онова, което многото храна не може да осъществи. От това следва, че правилният метод да се овладее животинското начало е в това то да бъде подтиснато в зародиш. Ето защо съществува единодушие сред онези, които желаят да видят проявлението на ангелската природа в човека с намаляването на онова, което я възпрепятства да изплува (храна, пиене и др.). В това отношение няма разлика сред народите по света, независимо от религиите и разстоянията, които разделят различните страни. От друга страна, крайната цел е животинската природа на човека да бъде подчинена на ангелската, така че първата

да следва наставленията и възжеленията на втората и да се обагри с нейния цвят. Ангелската природа трябва да предпази животинската да не възприеме “нечисти” цветове подобно на вощка, приел отпечатъка на щемпела. За да бъде достигната тази цел, единственият начин е ангелската природа на човека да избере онова, което ѝ е присъщо и да го наложи на животинската същност. Последната ще се подчини на това желание и не ще се съпротивлява. Ангелската природа ще продължи непрестанно да налага своите ограничения, докато животинската свикне с тях. Изискванията, наложени от ангелската природа и изпълнявани добре или зле от животинската принадлежат:

- към категорията на нещата, които разгръщат (изпълват с радост) ангелската същност и ограничават (подтискат) животинската, каквито са усилията, образно казано, които търсят приликата с висшия Божествен свят (*Мелекут*) и се стремят към съзерцаване на Неговото върховно могъщество (*Джеберут*). Посочената способност е характерна изключително за “ангелството”, животинското в случая е изместено в заден план.
- или към отричането на нещата, изисквани от животинската природа, които я изпълват с радост и я даряват с удовлетворение. Говеенето спада именно към тази категория.”

Положителните качества на ислямското говеене са многобройни и изказванията на Пророка мир нему го потвърждават, но тук може би не е

подходящо да навлизаме в подробности. Ще се задоволим с това да напомним на елементарно ниво, че говеенето в Исляма се състои от въздържане от храна, пиене и плътски удоволствия от зазоряване до залез слънце. В своя най-висш смисъл, то представлява въздържане от всяко действие, дума и мисъл, водещи до опорочаване на душата. *Без това не би имало никаква разлика от говеенето и обикновеното чувство на глад, което е лишено от всякакъв духовен смисъл.* В действителност, каква огромна разлика има между тези две състояния!

## МАТЕРИАЛНИ АСПЕКТИ

Учениците ходят на училище няколко месеца, после излизат в лятна ваканция. Служителите работят пет или шест дни, а останалите един или два свободни дни от седмицата прекарват в почивка и развлечения. Човешките същества упражняват през деня физически или умствени усилия, след което идва ред на съня, който ще възстанови силите им за следващия ден. Дори и машините и съоръженията имат нужда от почивка.

В резултат на това не е ли уместно да посочим, че и храносмилателната ни система също има нужда от почивка? Много са лекарите, които предписват гладна диета в случаите на хронични заболявания, и то за повече или по-малко продължителни периоди според вида болест или издръжливостта на пациента.

Тези лекари са установили, че гладът и жаждата увеличават секрецията на киселини от различни жлези, като по този начин предизвикват



унищожаването на многобройни патогенни зародиши, т.е на болестотворните носители.

Статистиката също показва, че някои болести, особено тези на храносмилателния тракт, се срещат по-рядко при организмите, приучени да говеят всяка година.

На свой ред в едно изследване, плод на дългогодишни проучвания и богати наблюдения, д-р Мюниб Йежин от Медицинския факултет в Ерзурум (Турция), стига до следното заключение: “За мюсюлманското говеене бе доказано, че подвижността на мазнините се увеличава във вътрешността на физиологическите редици. Кръвни проби, взети от едни и същи лица преди говеенето през месец Рамадан (когато мюсюлманинът говее цял месец) и през четвъртата седмица на говеенето, бяха анализирани. При тези говеещи бе открито увеличение на фосфолипидите и на алфалипопротеините, както и намаляване на триглицеридите и свободните мастни киселини, като същевременно не бе отбелязана промяна в общия брой на холестерола – липопротеините и бета – липопротеините. Данните сочеха, че при говеене младият мюсюлманин не изпитва никакъв “физиологически глад”. Нормалното съотношение бета-липопротеини (алфа-липопротеини) не трябва да надвишава 2,5. Въпросното съотношение (при наблюдаваните лица) бе паднало от 3,106 на 2,411 по време на периода на говеене, като резултатите говореха в полза на благотворното му въздействие в полза на здравето. Заключено бе, че усещането за глад при младия мюсюлманин не отразява истински “глад”, а дадено физиологичес-

ко състояние.” (Тип Бюлтени, Ерзурум, феруари, 1980).

Известно е, че човек понякога се нуждае от смяна на климата, въздуха и водата. Лекарите изпращат болелите на места, различни от тези, в които обикновено живеят. Най-облагодетелстваните жители на Запада прекарват един месец през лятото далеч от дома си. С други думи, от време на време е необходимо човек да променя навичките си. Това също е форма на почивка. Като пример можем да приведем и практиката на земеделците да сменят посевите, с които засаждат нивите, като така оставят земята да “почива”.

И тъй като еднообразието е вредно, Ислямът забранява да се говее през цялата година, дори на онези, които искат да извлекат духовна полза от него. Опитът показва, че ако се говее без прекъсване, говеенето би се превърнало в навик, във втора природа. Този който говее непрекъснато извлича по-малко полза от онзи, който говее временно. Действително, ако се говее повече от 40 дни поред, човек свиква, а ако се говее по-малко от месец, ефектът ще е малък.

Дори от военна гледна точка, навикът да се говее носи големи преимущества. Войниците, които понякога трябва да се бият денем и нощем, не винаги имат на разположение храна и вода. Който е изградил навички да говее през целия месец Рамадан и е свикнал с допълнителните нощни молитви *тарауих*, съвсем естествено ще бъде по-добре подготвен за тези изпитания от “неподготвения” войник.

Самите цивилни, свикнали с тази практика, ще могат да издържат по-лесно на някои лишения, каквито са например военновременните, а те, за съжаление, все още съществуват по света.

И накрая онези, които говеят по лекарско предписание или по необходимост, извличат материални облаги, неизменно съпътстващи тази практика, без обаче да се докоснат до духовните.

Мюсюлманите говеят с цел съблюдаване на Божиите заповеди. Следователно те действат от благочестивост и са възнаградени за това. Същевременно те не губят физическите и материални предимства.

## ГОВЕЕНЕТО В ПРИРОДАТА

Говеенето се практикува не само от човешките същества, но можем да открием примери и в природата. Те показват че говеенето далеч не отслабва тялото, а го подмладява, придавайки му нови жизнени сили.

Нима растенията не се “разболяват” през зимата, като напълно губят листата си? Със спирането на поливането им започва периодът на тяхното говеене. Пролетта, която отбелязва неговия край и същевременно дава начало на щещния цъфтеж, обещава бъдещо плодородие.

Същото се отнася и за дивите зверове: снежната покривка им пречи да намерят нещо за ядене – така те прекарват в зимуване дълги месеци в пещерите, без да се хранят и пият. С идването на пролетта настъпва и краят на тяхното говеене. И ето ги напълно подмладени, сменили козината и оперението си!

Накратко, както и да погледнем на мюсюлманското говеене, сравнението с начините на говеене в света може да бъде само в негова полза.

## **НЯКОЛКО ПРАКТИЧЕСКИ ПОДРОБНОСТИ ЗА ГОВЕЕНЕТО В ИСЛЯМА**

### **Времето за говеене**

Вече припомнихме, че Свещения Коран задължава да се говее през целия месец Рамадан. Разбира се, тук става дума за един месец по календара на Хиджра, който се съблюдава от мюсюлманите още от времето на Мухаммед С.А.С. Това е деветият месец на годината по хиджра.

Годината Хиджра се основава на лунния календар: всеки месец започва с появата на хоризонта на новата луна при закат слънце. Това е феномен, който се повтаря на всеки 29 или 30 дни. Годината има кръгло 354 дни (вж бележка на стр. 8).

Християнската година е слънчева и според грегорианския календар има 365 дни.

Ето защо според християнския цикъл всяка година месец Рамадан започва с 11 дни по-рано от предишната.

Въпреки това е възможно да има разлика от един ден между източните и западните страни. Тя се дължи на различното време на поява на първата лунна четвърт за всяка една страна.

Знаем, че различните фази на Луната се образуват по време на обиколките ѝ около Земята. Следователно, може да случи така, че ротацията на Земята, която също се върти, да предизвика появата на първата лунна четвърт посред бял ден. Ето защо тя няма да може да се види през

този ден, и новият месец ще започне един ден по-късно, т.е. на следващия ден след теоретичната поява на първата фаза.

Тъй като в природата няма пълно съвпадение (вече видяхме), Ислямът също не задължава всички мюсюлмани да започнат говеенето в един и същи ден, и още по-малко – да започнат в един и същи миг. Докато в Швейцария е ден – в Америка е нощ, и обратно, като на всеки хиляда мили съответства отклонение с един час.

Поради същите причини месец Рамадан преминава последователно през всички сезони, а от това следва нещо друго: в резултат на въртенето на Земята и на наклонената ѝ ос се наблюдават два феномена:

- първо, ако зимата царува в страните на север от екватора, то в страните на юг е лято. Това няма сериозни последици;
- второ, ако продължението на деня и нощта е винаги почти еднакво на екватора и в близост до него, същото не важи ако се движим към полюсите. В определени условия, в Европа и Канада например, теолозите трябваше да намерят частни разрешения на въпроса. Подробностите по тези решения могат да бъдат намерени в попълните издания, каквито са *Въведение в Исляма*, издание на Ислямския културен център в Париж, както и в други публикации.

## НАЧИНИ НА ГОВЕЕНЕ

Говеенето включва:

- израз на намерението да се говее;
- въздържането от ядене, пиене, пушене, полов контакт от зазоряване до залез слънце.

Между залеза и зората удовлетворяването на нашите нужди и естествени желания е позволено. Интимният живот също не е забранен. Що се отнася до храната, Пратеникът С.А.С. препоръчва нормално хранене при залез слънце (*ифтар*), и леко хранене преди зазоряване (*сахур*).

Намерението да прекъснем говеенето на залез слънце заявяваме с определена формула (както постъпваме при започване). Пратеникът С.А.С. е казал при разговяване: *“О, Аллах, за Теб аз говях, в Теб повярвах, и с Твоето препитание си разговявам.”*

Може да се случи забравяйки да приемем храна или вода. Това ни най-малко не накърнява валидността на говеенето: в момента, в който се сетим, че говеем, трябва да спрем да се храним, пием, и т.н. и да продължим да говеем.

Тъй като хигиената е неизменен елемент в живота на мюсюлманина – *“Чистотата е от вратата”* (Хадис, съобщен от Муслим, вж Рияд ас-Салихин – 1029/8) – съвсем естествено е банята, дори всекидневната, да не влияе по никакъв начин отрицателно на говеенето. Впрочем, препоръчва се да се изкъпем преди петъчната молитва. Говеенето не се нарушава и при обливането с вода и изплакването на устата.

Деца, които не са навлезнали в зрелост и немоощните са освободени от говеене. Ако немоощният е богат, той трябва да храни по един беден за всеки говян ден. Извън тези изключения, всеки мюсюлманин, мъж или жена, е задължен от

религията да голее всеки ден от месец Рамадан. Болните и пътниците имат право да отложат говеенето докато трае болестта или пътят им. Жените не трябва да говеят по време на своите месечни цикли и в следродилния период, както и по време на кърмене, ако това ще навреди на бебето. Те ще изберат други дни в годината, за да го отгължат.

В нормални условия говеенето не трябва да промени с нищо всекидневните задължения, нито да служи за претекст за тяхното избягване. Исламът никога не е одобрявал, и още по-малко изисквал, да не се спи през цялата нощ, а следващият ден да премине под знака на умората и леността. Говеенето предполага допълнително усилие, изпълнение на неизменните задължения и повече дори: работата, молитвата, добротата имат по-голямо значение от обичайно, и всичко това без храна и пиене.

## ПРЕПОРЪКИ

Известно е, че първото откровение е дадено на Мухаммед С.А.С. през месец Рамадан. Ето защо, би следвало голеейки да отделим повече време за изучаването на Свещения Коран. Онези, които не владеят арабски, нека знаят, че съществуват преводи на почти всички езици по света. Ако е възможно, Коранът трябва да бъде прочетен изцяло поне веднъж през месец Рамадан.

Краят на говеенето е ознаменуван с големия празник (Рамадан байрам) в първия ден на месеца Шаууал. Рано сутринта се казват общи молитви, последвани от проповед (хутба) на Имама. За този случай Пратеникът С.А.С препоръчва да се закуси преди да се отиде на мястото, където ще се извърши общата молитва.

Религиозно задължение за мюсюлманите е да дават храна на беден (садака фитра). В началото се давали не само фурми и стафиди, но и жито, ориз и т.н. Целта на тази практика е да събуди състрадание, което също трябва да бъде индивидуално, лишено от всякакво самохвалство.

Всевишният Аллах е казал: *“ За всяко състрадателно деяние Съм предвидил възнаграждение (в съответствие с искреността, с която то е извършено) от 10 до 700, с изключение на говеенето, което е за Мен, и Сам Аз ще го възнаградя, защото желанията и храната бяха изоставени заради Мен.”* (Вж Ал-Бухари и Муслим).