Allah säger: 'Varje handling som Adams avkomma gör är för honom själv, utom fastan – den är för mig, och jag belönar den

Abu Hurayrah (må Allah vara nöjd med honom) berättade att Allahs sändebud sa: "Allah säger: 'Varje handling som Adams avkomma gör är för honom själv, utom fastan – den är för mig, och jag belönar den. Fastan är en sköld. När någon av er fastar en dag, ska han inte tala oanständigt eller högljutt gräla. Om någon förolämpar honom eller vill slåss med honom, låt honom då säga: "Jag fastar." Vid han i vars hand Muhammeds själ vilar! Den fastandes andedräkt är mer väldoftande hos Allah än doften av mysk. Den fastande har två glädjestunder: en när han bryter sin fasta, och en när han möter sin Herre – då gläds han över sin fasta.'"

[Autentisk] [Al-Bukhari och Muslim]

Profeten återger i denna gudomliga Hadith att Allah har sagt: Alla goda handlingar mångdubblas i belöning, från tio till sju hundra gånger, utom fastan, vars belöning endast Allah känner till. Eftersom fastan är fri från yttre handlingar och risk för Riya' (skrytsam fromhet, högmod i dyrkan), förblir den en ren handling mellan tjänaren och Allah. "Fastan är en sköld" – den skyddar en person från synd och elden, eftersom den dämpar onda begär och håller människan borta från synder, medan elden omges av onda begär. "När någon av er fastar en dag, ska han inte tala oanständigt" – En person ska inte tala oanständigt i överlag, och ska även inte ha samlag eller göra handlingar som leder till samlag. "Eller högljutt gräla" – Genom att tjafsa och skrika. Om någon förolämpar honom eller vill slåss med honom" – Om någon blir utsatt för detta under Ramadan, ska han berätta att han fastar, för då kanske personen håller tillbaka. Om han däremot fortsätter provocera honom och påbörjar ett slagsmål, får den fastande göra sitt bästa för att skydda sig själv i enlighet med vad som behövs göras för att avvärja situationen. Profeten svor sedan vid Allah att den fastandes andedräkt, som förändras av hungern, är mer väldoftande hos Allah på domedagen än doften av mysk hos oss. Det leder även till en större belöning än det finns i att använda mysk under rekommenderade sammanhang, som till fredagsbönen, när en person närvarar vid goda sammankomster och liknande. Den fastande har två glädjestunder: När han bryter sin fasta, gläds han över att han nu får stilla sin hunger och törst eftersom han nu får äta och dricka. Och även över att ha fullföljt sin fastan och dyrkan, och att hans Herre har underlättat fastan för honom vilket stärker honom i kommande fasta. När han möter sin Herre – han gläds över den stora belöningen för sin fasta.