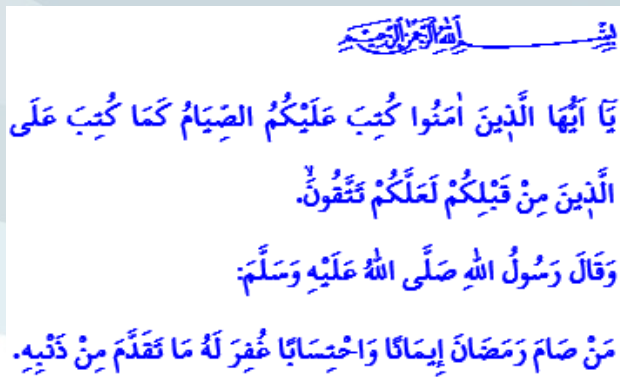




齋戒：体の健やかさ、心の平安



尊敬すべきムスリムの皆様！

朗読した章句において、全能の主(swt)は次のように告げておられます。「信じる者たちよ。あなたがた以前の者たちにも定められたように、あなたがたのために齋戒が定められた。それであなたがたも、畏れる者となるだろう。」¹

また、ハディースを通して、預言者(saw)は、「誠実な信仰と、アッラーからの報奨を望んでラマダーン月に齋戒する者は、過去の罪をすべて赦されるだろう」²と語っています。

親愛なるムスリムの皆様！

齋戒とは、飲食を絶つ以上の意味を持つものです。齋戒の真の本質は、それが私たちの心、魂、そして存在全体を包み込んだときに達成されるのです。そのとき、齋戒は私たちの体に健やかさを、心に平安をもたらしてくれるでしょう。

心の齋戒とは、私たちの主(swt)の力と慈悲について深く考えることを意味します。また、人間性を貶める邪な考えを遠ざけることも含まれます。それは世俗的な欲望、野心、関心の鎖からの解放です。心の齋戒とは、アッラー(swt)とその使徒(saw)への愛以上の愛を、他の何に対しても注がないことを意味します。また、憎しみや嫉妬といった、心を濁らせるあらゆる考えや感情を手放すことを意味します。

親愛なる信仰者の皆様！

舌の齋戒とは、嘘、噂話、中傷や、刺々しい言葉、攻撃的な言葉の使用を慎むことを意味します。

また、誰かの人格や評判、価値を軽視する侮辱を控えることも含まれます。耳の齋戒とは、悪い言葉や邪な言葉を聞かないようにすることです。また、聞いたことを調べもせずにそのまま鵜呑みにすることも含まれます。この点について、アッラーの使徒(saw)は「邪悪で無知な言葉を発するのをやめない者、またそれを鵜呑みにして行動する者には、アッラーは齋戒を求めない」³と警告しています。

親愛なるムスリムの皆様！

手の齋戒とは、ハラームなものに手を伸ばさないことを意味します。加えて、ハラールではないもの、不当なものから手を遠ざけることを意味してもいます。量はしっかりと測って与えること、公平な秤を用いることが必要です。それは、暴力ではなく、思いやりと連帯、そして分かち合いのために手を用いることを意味します。足の齋戒とは、アッラー(swt)とその使徒(saw)が定めた正しい道に従うことを意味します。また、善行や慈善の追求のために足を運ぶことも意味します。

尊敬すべきムスリムの皆様！

齋戒とは、イフタルやサフルの食事を、必要としている人や困っている人、親を失った子どもたちと分かち合うことを意味します。飢えや渇きに苦しむ世界中の人びとのことを思い出すことを意味します。迫害に苦しむムスリムたち、特にガザや東トルキスタンの兄弟、姉妹の痛みを心から理解することを意味します。自分の行動、言葉、持てるものを通して、抑圧されている人びとを支援し、擁護し続けることを意味します。それは、他人を抑圧する者を拒絶すること、たとえわずかであろうと経済的にも決して支援しないことを意味します。

祝福されたこのラマダーン月が、何よりもまざまスリム世界全体と、全人類にとり有益なものとなるよう、この場を借りて全能のアッラーに祈ります。

¹ Baqarah 2/183.² Bukhari, Sawm, 6.³ Bukhari, Sawm, 8.