# Wat is het doel van het vasten?

Het doel van het vasten is dus godsvrezendheid (**Taqwah**) en niet slechts het onthouden van voedsel, drank en geslachtsgemeenschap. De Profeet (vrede zij met hem) zei: **“Wie leugens en vulgaire taal en het handelen ernaar niet laat, hoeft van Allah ook zijn eten en drinken niet te laten.”**

(al-Boechari)

# Wat zijn de niveaus van vasten?

1. **Het normale vasten:**

Het vasten dat de buik en het geslachtdeel onthoudt van het bevredigen van hun verlangen.

1. **Het speciale vasten:**

Het vasten dat de tong, de handen, de voeten, de oren, de ogen en de rest van de lichaamsdelen onthoudt van de zonden.

1. **De (super)speciale vasten:**

Het vasten van het hart: dat men het hart onthoudt van de onedele geneigdheden en dat men het hart zuivert van alles buiten Allah (S.W.T)