

Mawlana Shaykh Muhammad Adil ar-Rabbani

DE SOENNA VAN DE I'TIKAF

Mawlānā Sheikh Muhammad Adil ar-Rabbani

📅 8 maart 2026 / 19 Ramadan 1447

🕌 Fajr-gebed – Lefke, Cyprus

As-Salāmu ‘alaykum wa raḥmatu Llāh. A‘ūdhu bi-Llāhi mina sh-shayṭāni r-raġīm (Ik zoek mijn toevlucht tot Allah tegen de vervloekte Satan). **Bismi Llāhi r-Raḥmāni r-Raḥīm** (In de naam van Allah, de meest Barmhartige, de meest Genadevolle). **Waṣ-ṣalātu wa s-salāmu ‘alā Rasūlinā Muḥammadin Sayyidi l-Awwalina wa l-Ākhirin** (En vrede en zegeningen zij met onze Boodschapper Mohammed, de leider van de Eersten en de Laatste). **Madad yā Rasūla Llāh, madad yā Sādāti Aṣḥābi Rasūli Llāh, madad yā Mashāyikhinā, dastūr yā Shaykh ‘Abdu Llāh al-Fa’iz ad-Dāghistāni, Shaykh Muḥammad Nāẓim al-Ḥaqqāni. Madad** (O Boodschapper van Allah, help! O meesters, gezellen van de Boodschapper van Allah, help! O onze sjeiks, toestemming, o Sheikh ‘Abdu Llāh al-Fa’iz ad-Dāghistāni, Sheikh Muḥammad Nāẓim al-Ḥaqqāni. Hulp!). **Ṭarīqatunā ṣ-ṣuḥbah wa l-khayru fi l-jam’iyyah** (Onze weg is gezelschap en het goede zit in de gemeenschap).

Een van onze plichten in deze gezegende maand Ramadan is de i'tikaf, voor wie daartoe in staat is. De i'tikaf valt in de laatste tien dagen van de Ramadan. Onze Profeet (ﷺ) sloeg dit nooit over. Zijn gezegende huis stond al pal naast de moskee, maar zodra de tijd voor de i'tikaf aanbrak, nam hij (ﷺ) de spullen mee die hij nodig had om te slapen. Onze Profeet (ﷺ) bezat toch al niet veel. Hij (ﷺ) had een matje om op te rusten, iets om zich mee toe te dekken en spullen voor de wassing. Die nam hij (ﷺ) mee. Hij (ﷺ) trok zich dan tien dagen lang terug in een hoek van de Masjid al-Nabawi.

Of het nu verplicht (wajib of fard) voor hem (ﷺ) was doet er eigenlijk niet toe; de plichten van onze Profeet (ﷺ) zijn simpelweg anders. Wat hem (ﷺ) bevelen is, is geen direct bevel voor ons, maar wat hij (ﷺ) in de praktijk bracht, vormt de Soenna. De fard (absolute verplichtingen) en de wajib (noodzakelijke plichten) zijn helder. Al het overige is Soenna. Het is dus een Soenna om de i'tikaf te verrichten.

Normaal gesproken duurt de i'tikaf tien dagen, oftewel de laatste tien nachten van de Ramadan. Binnen deze dagen maak je de intentie. Je moet bijvoorbeeld vanavond al beginnen, omdat de Ramadan dit jaar volgens de kalender

Mawlana Shaykh Muhammad Adil ar-Rabbani

negenentwintig dagen telt. Wil je tien dagen volmaken, begin dan vanavond. Na het Maghrib-gebed spreek je uit: "Ik heb de intentie om de i'tikaf te verrichten", en dit doe je in een moskee waar de vijf dagelijkse gebeden plaatsvinden. Voor vrouwen geldt dat zij dit thuis doen. Zij kunnen een kamer in huis toewijden aan hun aanbidding, terwijl ze wel hun dagelijkse taken blijven uitvoeren. Ze spreken enkel wanneer dat echt nodig is. Liegen of bedriegen moet iedereen tijdens de Ramadan sowieso vermijden, maar wie in i'tikaf is, moet hier nóg waakzamer op zijn.

Qua eten houd je het gewoon bij je normale maaltijden. Sommige mensen denken dat de i'tikaf een soort strenge afzondering (khalwa) is, waarbij ze alleen linzen en verder niets mogen eten. Nee, dit is heel normaal. Wie in i'tikaf is, kan gewoon eten wat er beschikbaar is. Zelfs in de moskee kun je in de binnentuin of een aangewezen plek eten en daarna je i'tikaf voortzetten.

Zorg ook dat je de iftar en sahoer nuttigt. Sahoer en iftar dragen namelijk barakah (zegeningen) in zich. Mis je deze, dan loop je beloning (thawab) mis. Je begaat geen zonde als je ze overslaat, maar je mist een immense beloning. Sommige mensen slaan de sahoer over, terwijl onze Profeet (ﷺ) ons juist opdroeg deze te nuttigen. Zelfs al sta je op voor slechts een slok water, dan telt dat al als sahoer. Je hoeft geen compleet feestmaal aan te richten; een hap eten en een slok water weegt net zo zwaar.

Zoals gezegd duurt de i'tikaf in principe tien dagen. Je mag dit ook inkorten, precies zoals je zelf wilt: drie dagen, of vijf dagen. Zelfs wie niet volledig in i'tikaf gaat, kan bij elke binnenkomst in een moskee zeggen: "Ik heb de intentie om de i'tikaf te verrichten voor de duur van mijn verblijf hier." Zeg dan: نويت الاعتكاف (Nawaytu l-i'tikaf). Dit geldt evengoed als i'tikaf. Iedereen zou dus bij Maghrib deze intentie moeten maken. Vanaf dat moment maak je elke keer dat je de moskee binnenstapt voor het gebed de intentie: "Ik heb de intentie om de i'tikaf te verrichten." Dat brengt enorm veel profijt en is een immense gunst van Allah (ﷻ). Ook zij zullen deze ontvangen en de beloning van de Soenna van onze Profeet (ﷺ) vergaren.

Moge Allah (ﷻ) het zegenen. Moge Allah (ﷻ) dit in ons leven bestendigen, in shaa Allah. In ieder land zouden er mensen moeten zijn die de i'tikaf verrichten. In shaa Allah ervaren veel mensen deze vreugde. Sommigen doen het elk jaar, sommigen eenmalig, en anderen om de paar jaar. Maar blijf de

Mawlana Shaykh Muhammad Adil ar-Rabbani

intentie elke dag maken wanneer je de moskee binnentreedt, in shaa Allah. We zullen de beloning ervan verkrijgen, in shaa Allah.

Wa min Allāhi t-Tawfīq. Al-Fātiḥa.