Svaki islamski propis, svaka naredba, svaka zabrana ima za cilj pribavljanje koristi za ?ovjeka, za sve ljude. U islamu je alkohol strogo zabranjen i ne terba biti posebno mudar da se shvati da je i ta zabrana od koristi za ?ovjeka. Sli?no je i sa ramazanom, odnosno sa uzdravanjem od jela i pi?a. Tokom ramazana muslimani poste od izlaska sunca do zalaska sunca. Za to vrijeme suzdravaju se od jela, pi?a, pušenja, ružnog govora Nauka, odnosno medicina je dokazala višestruku korist za ?ovjekovo zdravlje koje mu donosi post. O tome možete pogledati u video prilogu, uz napomenu da post ima i drugih koristi za ?ovjeka, osim ovog zdravstvenog aspekta.