

# Ramadan & Fasten

Alles Wissenswerte über den Ramadan und das Fasten

[DieWahrheitimHerzen.net](http://DieWahrheitimHerzen.net)

## Das Fasten im Monat Ramadan

Von Sheikh Yusuf Estes

Der Islam basiert auf fünf grundlegenden Säulen; dem Glaubensbekenntnis (Shahada), dem Gebet (Salah), dem Entrichten der Almosensteuer (Zakah), dem Fasten (Saum) und der Pilgerfahrt nach Mekka (Haddsch). Das Fasten bildet die vierte Säule des Islam. Allah gebot allen erwachsenen Muslimen, die dazu im Stande sind, täglich im Monat Ramadan zu fasten. Der Ramadan ist laut islamischen Kalenders der neunte Monat, welcher mit dem Sichten des Neu-Mondes beginnt.

Ausgenommen vom Fasten sind nur die Alten und die Kranken. Rein physikalisch betrachtet beginnt das Fasten bei Sonnenaufgang und endet mit dem Sonnenuntergang. Das Essen und Trinken sind währenddessen nicht erlaubt, ebenso wenig der Geschlechtsverkehr. Auf der moralischen Ebene aber, muss der Fastende vom Lügen, Lästern, Streiten und insgesamt von der trivialen Sinnlosigkeit Abstand nehmen.

Allen, die an einer Krankheit leiden, den Älteren oder den Reisenden, sowie den Frauen, die ihre Regelblutung haben, schwanger sind oder stillen müssen, ist es erlaubt das Fasten zu unterbrechen.

Die Betroffenen sollen, sobald es deren Zustand zulässt, die versäumten Tage zu einem späteren Zeitpunkt im selben Jahr nachholen. Falls man körperlich jedoch nicht in der Lage dazu ist, muss man für jeden versäumten Tag einen Bedürftigen speisen. Kinder sind verpflichtet ab der Pubertät mit dem Fasten (als auch mit dem Beten) zu beginnen, obwohl viele schon früher damit anfangen.

Im Zusammenhang mit dem vorbildlichen Fasten bemüht man sich außerdem den ganzen Koran zu lesen. So werden auch spezielle Gebete in den Moscheen gehalten, wie zum Beispiel die Trawih- Gebete, in denen jeden Abend ein ganzer Juz (Kapitel) des Korans gelesen wird, sodass am Ende des Monats Ramadan der komplette Koran rezitiert wurde. Dies wird zur Erinnerung an die Tatsache durchgeführt, dass die Offenbarung des Korans an den Propheten Muhammad (Friede sei auf ihm) im Monat Ramadan begann.

Innerhalb der letzten 10 Tage des Ramadans befindet sich die sogenannte Nacht der Kraft (Laylatul Qadar). Niemand weiß genau an welchem dieser 10 Tage diese Nacht ist und wahrscheinlich ist das jedes Jahr ein anderer Tag. Diesen Abend im Gebet zu verbringen ist einem tausend Jahre langem Gebet gleichzusetzen, sprich, Allahs Belohnung dafür ist sehr groß.

Am ersten Tag des auf den Ramadan folgenden Monats, nachdem ein neuer Mond gesichtet wurde, wird ein Fest gefeiert, welches Id al Fitr genannt wird. Dabei wird eine Menge von essentiellen Nahrungsmitteln an die Armen gespendet (Zakat al Fitr). An diesem Festtag ist

jeder frisch gebadet und trägt seine beste, vorzugsweise neue, Kleidung. Am Morgen wird ein gemeinsames Gebet verrichtet und anschließend werden die Freunde und Verwandten besucht.

Neben dem Fastenmonat Ramadan gibt es noch zusätzliche Fastentage im restlichen Jahr. Muslime sollten 6 Tage im Monat Schawal fasten, der Monat nach Ramadan, Montags und Donnerstags, und der neunte und zehnte oder der zehnte und elfte von Muharam, der erste Monat vom Jahr.

Der zehnte Tag, welcher Aschurah genannt wird, fasten auch die Juden (Yom Kippur) und Allah befiehlt den Muslimen zwei Tage zu fasten um sich so von den Leuten der Schrift (Juden,Christen) zu unterscheiden.

Während Fasten an sich beherzt ist, vor allem regelmäßiges fasten, genauso wie das Mönchtum, die Ehelosigkeit, und andere Zurückweisungen der realen Welt ( bei Nicht-Muslimen), sind diese jedoch im Islam verdammt.

Es ist strengstens verboten an den zwei Festtagen, Id al Fitr und Id al- Adha zu fasten, ebenfalls an dem Hajj- Fest.

### **Tugenden und Pflichten**

Der Monat Ramadan wurde schon seit vielen Jahren als der Monat des Fastens für die Muslime eingeführt.

Aber von wem kamen die Befugnisse und die Anweisungen des Einhaltens von diesem Monat?

Wie können wir mit Gewissheit herausfinden, wie wir unsere Taten korrekt verrichten sollen, damit sie bei Allah, dem Großartigen, akzeptiert werden?

#### **Weisheit des Fastens**

Fasten ist eine großartige Anbetungsart für die Muslime, welche sie verrichten um ihre Wünsche zu vernachlässigen, um ihren Herrn zu Bitten und auf seine Belohnung zu hoffen.

Es ist üblich Wahrzunehmen, dass jemand der seine Wünsche nicht aufgeben möchte, ausgenommen davon ist etwas noch Wünschenswerteres zu bekommen.

In diesem Fall ist die Freude Allahs das meist gesuchte nach dem wünschen.

Das Fasten ist ebenfalls ein Mittel um Frömmigkeit und Rechtschaffenheit zu erreichen.

Der Prophet (Frieden und Segen seien auf ihm) sagte: „ Derjenige, der nicht von der falschen Rede abkommt und böse Handelt, sein zurückhalten vom Essen und Trinken, benötigt Allah nicht.“

In anderen Worten, Allah wird sein Fasten nicht annehmen.

Das Herz ist durch das Fasten fähig seine Zärtlichkeit aufrecht zu erhalten, weil die Wünsche nicht gesucht werden, sondern vielmehr gemieden werden und so neigt es dazu aufnahmefähiger für die Worte Allahs zu sein.

Die Wohlhabenden werden durch das Fasten noch dankbarer für Allahs Beehrung und Belohnung.

Sie werden ebenfalls den Verlust ertragen, den die Armen und Bedürftigen, unter ihren täglichen Umständen, erdulden müssen.

Deshalb werden sie noch motivierter denjenigen mit dem zu helfen was Allah ihnen bereitgestellt hat.

Es hilft gegen den belasteten Stolz seines Egos und hält die Demut aufrecht.

Außerdem, hat das Fasten seine gesundheitlichen Vorteile, von abnehmender Kraft Essen zu sich zu nehmen und die Entspannung des Verdauungssystems.

Großartig ist die Weisheit von Allah und großartig ist seine Anmut.

### **Die Tugenden des Ramadans**

Abu Hurairah berichtete: „Der Prophet Allahs (Friede sei auf ihm) sagte: Wenn der Monat Ramadan beginnt, sind die Tore von Jannah (Paradies) geöffnet und die Tore von Jahanam (Hölle) geschlossen und der Satan (Teufel) ist gefesselt.“

Die Tore von Jannah (Paradies) sind in diesem Monat geöffnet, weil eine Menge guter Taten durchgeführt werden und als eine Motivation für diejenigen die nach Allahs Wohlgefallen streben wollen.

Während die Tore der Jahanam (Hölle) geschlossen sind, weil nur wenig Sünden von den Gläubigen begangen werden.

Der Satan wird in Gewahrsam genommen, sodass er die Gläubigen nicht beeinflussen kann, indem er ihnen einflüstert und sie irreleitet, was in den restlichen Monaten des Jahres der Fall ist.

Allah gebot das Fasten und machte es zur Pflicht für alle Nationen. Er sagt:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

[2:183] O ihr, die ihr glaubt! Das Fasten ist euch vorgeschrieben, so wie es denen vorgeschrieben war, die vor euch waren. Vielleicht werdet ihr (Allah) fürchten.

Wenn das Fasten keine großartige Anbetung wäre, und die Belohnung dafür nicht so großartig wäre, hätte Allah es nicht seiner ganzen Nation vorgeschrieben.

Zu den Tugenden des Fastens gehört, dass es ein Mittel gegen seine Sünden ist.

Es wurde erzählt, auf die Zuständigkeit Abu Hurairahs, dass:

„Der Prophet (Frieden sei auf ihm) sagte: „, Allah hat gesagt: „Jede Handlung des Sohnes von Adam gehört ihm selbst, außer dem Fasten ist ein Schutz. Wenn einer von euch fastet, soll er weder obszön noch zu laut sprechen, und wenn ihn jemand beleidigt oder herausfordert, dann soll er sagen: „Ich faste“ Bei dem, in dessen Hand die Seele von Muhammed ist, der Atem desjenigen, der fastet, ist bei Allah angenehmer als der Duft von Moschus. Der Fastende hat zwei Freuden: Wenn er sein Fasten bricht, erholt er sich, und wenn er seinem Herren gegenübersteht, hat er Freude an seinem Fasten.“

(Überliefert bei Bukhari)

Es ist ein Schutz, weil die Gläubigen vor nutzlosem Gerede und falschem Handeln gesichert sind und sie dadurch sich vor Jahanam (Hölle) behütet sind.

Von all den guten Taten, hat Allah das Fasten bevorzugt um bei ihm großartig belohnt zu werden und ein ausgezeichnetes Ansehen zu erlangen, wenn es mit voller Überzeugung geschieht um ihm alleine gottgefällig zu sein.

Von einem anderen Ausspruch des Propheten (Frieden sei auf ihm) wissen wir dass:

Der Fastende hat zwei Momente der Freude: einen, wenn er sein Fasten bricht, und einen, wenn er seinen Herrn trifft und über sein Fasten glücklich ist (Muslim #2/807).

Auch, dass das Fasten bei Allah zugunsten anderer Gläubigen den Tag des Gerichts vermittelt.

*Hergenommen aus „Tugenden des Ramadan“ von Sheikh Muhammad bin Utheimin.*

*Zusammengefasst von Yusuf Estes.*

## **Die Pflicht des Fastens**

Der Monat Ramadan war schon lange als der Monat des Fastens für die Muslime bestimmt. Aber woher kommen die Pflichten und Anleitungen für dessen Durchführung? Wie können wir mit Bestimmtheit über dessen Durchführung und Akzeptanz bei Allah dem Allmächtigen Bescheid wissen?

Hierfür können wir das Buch Allahs zu Rate ziehen. Der heilige Koran legt bezüglich des Fundaments und der Pflicht dieses gesegneten Anlasses in der muslimischen Tradition die Bestimmungen fest.

Allah sagt in Surat Al Baqarah:

[2:183] O ihr, die ihr glaubt! Das Fasten ist euch vorgeschrieben, so wie es denen vorgeschrieben war, die vor euch waren. Vielleicht werdet ihr (Allah) fürchten.

[2:184] Es sind nur abgezählte Tage. Und wer von euch krank ist oder sich auf einer Reise befindet, soll eine Anzahl anderer Tage (fasten). Und denen, die es mit großer Mühe ertragen können, ist als Ersatz die Speisung eines Armen auferlegt. Und wenn jemand freiwillig Gutes tut, so ist es besser für ihn. Und dass ihr fastet, ist besser für euch, wenn ihr es (nur) wüsstet!

[2:185] Der Monat Ramadan ist es, in dem der Qur'an als Rechtleitung für die Menschen herabgesandt worden ist und als klarer Beweis der Rechtleitung und der Unterscheidung. Wer also von euch in dem Monat zugegen ist, der soll in ihm fasten. Und wer krank ist oder sich auf einer Reise befindet, soll eine Anzahl anderer Tage (fasten) - Allah will es euch leicht, Er will es euch nicht schwer machen - damit ihr die Frist vollendet und Allah rühmt, dass Er euch geleitet hat. Vielleicht werdet ihr dankbar sein.

[2:186] Und wenn dich Meine Diener über Mich befragen, so bin Ich nahe; Ich höre den Ruf des Rufenden, wenn er Mich ruft. Deshalb sollen sie auf Mich hören und an Mich glauben. Vielleicht werden sie den rechten Weg einschlagen.

2:187] Es ist euch erlaubt, euch in der Nacht des Fastens euren Frauen zu nähern; sie sind Geborgenheit für euch und ihr seid Geborgenheit für sie. Allah weiß, daß ihr gegen euch selbst trügerisch gehandelt habt, und Er wandte euch Seine Gnade wieder zu und vergab euch. So pflegt nun Verkehr mit ihnen und trachtet nach dem, was Allah für euch bestimmt hat. Und esset und trinkt, bis der weiße Faden von dem schwarzen Faden der Morgendämmerung für euch erkennbar wird. Danach vollendet das Fasten bis zur Nacht. Und pflegt keinen Verkehr mit ihnen, während ihr euch in die Moscheen zurückgezogen habt. Dies sind die Schranken Allahs, so kommt ihnen nicht nahe! So erklärt Allah den Menschen Seine Zeichen. Vielleicht werden sie (Ihn) fürchten.

Die Durchführung der restlichen Anbetungen und Pflichten sind am wichtigsten, vor allem aber das rituelle Gebet (Salah), wobei ohne dessen Einhaltung keine andere Handlung der Anbetung zu Allah akzeptiert wird.

Das Gemeinschaftsgebet ist ein großer Aspekt in unserer Religion. Jeder sollte es aufsuchen. Die Belohnung für das Gemeinschaftsgebet ist 27-mal höher als das Gebet, das alleine verrichtet wird. Der Prophet (Friede sei auf ihm) war kurz davor das Haus derer nieder zu brennen, die nicht am gemeinsamen Gebet teilnahmen.

Der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte: „Es wird eine Zeit existieren, in der meine Ummah unerlaubte Dinge für erlaubt erklären wie z.B.: Seide für die Männer, berauschende Getränke und das Spielen von musikalischen Instrumenten.“

(Überliefert bei Bukhari)

### **Wer soll fasten?**

Fasten ist für jeden geistig und körperlich gesunden und erwachsenen Muslim Pflicht.

Alle, die noch nicht soweit sind (z.B.: Kinder), sollte man motivieren am Fasten teilzunehmen. Ausgenommen sind die, die zu krank oder zu alt sind, um fasten zu können. Allah überfordert seine Diener nicht.

Auf der anderen Seite, dürfen Reisende ihr fasten brechen, falls sie nicht nur reisen um nicht fasten zu müssen. Obwohl es erlaubt ist beim Reisen das Fasten zu unterbrechen, ist es besonders wertvoll zu fasten, wenn man sich auf der Reise befindet, falls die Erschwernisse der Reise nicht all zu groß sind. Jedenfalls müssen Reisende, die Tage, die sie nicht gefastet haben nachholen, sobald sie die Reise hinter sich haben und wieder zuhause sind.

Diejenigen, die aufgrund ihrer Erkrankung nicht fasten können, teilt man in drei Kategorien ein:

1. Wenn es für denjenigen weder schädlich noch zu schwer ist, ist es Pflicht für ihn zu fasten.
2. Falls es nicht schädlich, aber dennoch zu schwer ist, dann ist es einem erlaubt das Fasten zu brechen
3. Wenn das Fasten für denjenigen gefährlich ist, dann ist es Pflicht für ihn sein fasten zu brechen.

Allah sagt im Qur'an

[2:195] Und spendet auf dem Weg Allahs und stürzt euch nicht mit eigenen Händen ins Verderben und tut Gutes! Wahrlich, Allah liebt diejenigen, die Gutes tun.

Man berichtet, dass der Prophet (Friede sei auf ihn) gesagt habe:” Verursache keine Verletzung dir oder anderen gegenüber”

(Überlieferungen des Propheten Muhammed (Quelle: Muslim))

Die versäumten Tage im Ramadan müssen nachgeholt werden.

In der Zeit, während die Frau ihre monatliche Regelblutung hat oder sich im Wochenbett befindet (nach der Geburt), darf sie nicht fasten, allerdings muss sie die versäumten Tage, sobald es möglich ist, in den folgenden Monat nachholen. Schwangere oder stillende Frauen, bei denen die eigene Gesundheit oder die des Kindes durch das Fasten negativ beeinflusst werden könnte, sollten ebenfalls das Fasten unterbrechen und diese versäumten Tage nachholen, sobald dies möglich ist, bzw. sobald keine gesundheitliche Gefahr mehr besteht.

Auch denjenigen, die sich im Krieg auf Allahs Weg befinden, ist es empfohlen, das Fasten zu unterbrechen.

Der Prophet sagte zu seinen Gefährten bei einer seiner Schlachten: „Ihr werdet euren Feinden am Morgen begegnen. Nicht zu fasten ist besser für eure Kraft, also unterbrecht das Fasten.“

(Überliefert bei Muslim)

### **Wann beginnt das Fasten und wann endet es?**

Das Fasten beginnt wenn man den Neumond, am Ende des Monats Sha'ban (nach islamischen Kalenders), gesichtet hat.

Allah sagt im Qur'an:

[2:185] Der Monat Ramadan ist es, in dem der Qur'an als Rechtleitung für die Menschen herabgesandt worden ist und als klarer Beweis der Rechtleitung und der Unterscheidung. Wer also von euch in dem Monat zugegen ist, der soll in ihm fasten. Und wer krank ist oder sich auf einer Reise befindet, soll eine Anzahl anderer Tage (fasten) - Allah will es euch leicht, Er will es euch nicht schwer machen - damit ihr die Frist vollendet und Allah rühmt, daß Er euch geleitet hat. Vielleicht werdet ihr dankbar sein.

Auch liegt es nicht an jeder einzelnen Person den Neumond zu sichten. Falls ein vertrauenswürdiger Muslim bezeugt, dass er den Mond gesehen hat, muss jeder Muslim danach fasten. Abu Hurairah sagte: „Ein Beduine (Wüstenbewohner) kam zum Propheten (Friede sei auf ihm) und berichtete: „Oh Prophet, ich habe den Neumond gesehen. Dann fragte ihn der Prophet (Friede sei auf ihm): „Bezeugst du (Laa Ilaha ilallah) bei all seiner Schöpfung, dass es keinen rechtmäßigen Gott gibt außer Allah, dem Schöpfer der einzig die Anbetung verdient?“ Der Mann sagte: „Ja, ich tue es.“ Daraufhin fragte der Prophet (Friede sei auf ihm): „Bezeugst du, dass Muhammad der Prophet Allahs ist?“ Der Mann erwiderte: „Ja!“ Schließlich forderte der Prophet (Friede sei auf ihm) Bilal (den Gebetsrufer) dazu auf, den Leuten anzukündigen, dass am nächsten Tag das Fasten beginnt.

Ibn Umar bestätigt ebenfalls die Vorgehensweise des Sichtens des Neumondes in seinem Bericht: „Die Menschen hielten Ausschau nach dem Neumond. Nachdem ich ihn gesichtet hatte, teilte ich es sofort dem Propheten (Friede sei auf ihm) mit. Er begann mit seinem Fasten und befahl den Menschen ebenso zu fasten.“

Derjenige der den Mond gesichtet hat, muss es der Behörde der muslimischen Regierung oder Gemeinde berichten. Sobald die muslimische Regierung den Anfang von Ramadan

verkündet, darauf vereinbart dass der Neumond gesichtet wurde, ist es Pflicht für den Rest der Muslime ihr fasten zu beginnen.

Man soll berücksichtigen, dass astronomische Berechnungen aus der Shari'ah heraus geregelt werden müssen und man nicht darauf vertrauen darf, was das Sichten des Mondes betrifft, denn der Prophet (Friede sei auf ihm) befahl, dass die Muslime mit dem Fasten beginnen sollen, nachdem man den Neumond gesichtet hat, nicht nach astronomischen Berechnungen zufolge. Es ist üblich, falls es zu schwer ist den Neumond mit bloßem Auge zu sichten, dass man den Monat Shab'an vervollständigt und der Monat Ramadan danach beginnt.

Ein Mond-Monat dauert entweder 29 oder 30 Tage an (nie länger oder kürzer).

### **Lobenswerte Umgangsformen vom fasten**

- Das einnehmen von Suhur
- Der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte: „Nimmt den Suhur ein, in ihm ist Segen.
- Der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte: „Der Unterschied zwischen uns und den Leuten der Schrift (Juden und Christen) ist daseinnehmen vom Suhur.
- Ein Schluck Wasser zu trinken, anstatt den Suhur einzunehmen, hat ebenfalls Segen.
- Wenn die Sonne untergeht, so schnell wie möglich das Fasten brechen.
- Du'a zu machen, während des Fastenbrechens.
- Rezitiere den Qur'an im Monat Ramadan so oft wie möglich.
- 

### **Was das Fasten ungültig macht**

- Geschlechtsverkehr während des Fastens. Absichtliche Missachtung des Gesetzes vom Fasten, erfordert das Fasten von 60 Tagen um den Geschlechtsverkehr wieder gut zu machen.
- Absichtliche Ejakulation. Unabsichtliche Ejakulation bricht nicht das Fasten.
- Zu essen, zu trinken, zu rauchen oder andere Nahrungsergänzungsmittel die man erhält wie z.B.: Blut, Glucose oder intravenöse Injektionen, während man weiß, dass

man fastet. Falls man es dennoch aus Versehen tut, weil man vergessen hat, dass man gerade fastet, gilt das nicht als ein Fastenbrechen bzw. gilt das Fasten immer noch.

Falls man aber aus unerlässlichen Gründen gezwungen ist das Fasten zu brechen, wird das zwar als ein Fastenbrechen betrachtet, jedoch wird nur jeweils ein nachzuholender Tag für den versäumten Tag verlangt.

- Absichtliches Erbrechen ohne Notwendigkeit.
- Menstruationsblut

Tage an denen die oben erwähnten Punkte (2 bis 5) wieder gut zu machen sind, fastet man Tag für Tag nach Beendigung des Monats Ramadan nach.

Durch das Einnehmen von Kohl (Kajal), Augen-, Ohren- oder Nasentropfen oder auch durch das Zähneputzen, sowie das Gurgeln mit Wasser, wird das Fasten nicht gebrochen, solange man diese Handlungen nicht mit dem Hintergedanken begeht, dass man durch diese Handlungen ein Nahrungsmittel zu sich nehmen könnte.

Sich zu parfümieren, den Siwak zu benutzen oder die Zähne ohne Zahnpasta zu putzen, bricht nicht das Fasten, da berichtet wurde, dass der Prophet (Friede sei auf ihm) dies zu tun pflegte. Man kann auch duschen oder baden, während man fastet.

Allerdings ist es für jeden unerlässlich, sich vor dem Sonnenaufgang mental vorzunehmen, dass man fastet. Dieses innere ‚Vornehmen‘ bzw. diese Absicht soll man nur im Gedächtnis und ohne Worte ausführen.

Irgendwelche Worte dabei von sich zu geben ist Bidah (Erneuerung in der Religion). Weder der Prophet (Friede sei auf ihm) selbst, noch seine Gefährten haben jemals berichtet oder darauf hingewiesen, dass man das innerliche ‚Vornehmen‘ in Worten ausdrücken soll.

## **Ramadan und Fasten**

Von Dr. Bilal Philips

Das Wort Ramadan stammt vom Nomen Ramad, welches „die glühend heißen Steine aufgrund der Hitze der Sonne“ bedeutet. Der Neunte Monat wurde Ramadan genannt, weil die Araber als sie die Namen der Monate von der alten Sprache veränderten, sie die Monate nach den jeweiligen Jahreszeiten, in denen sie sich befanden, nannten.

Dieser Monat den man Natiq nannte fiel auf den Sommer, die Zeit der extremen Hitze.

### **Die Vorzüge des Ramadan**

- Es wird berichtet, dass der Prophet (Friede sei auf ihm) gesagt hat: „Im Monat Ramadan sind die Tore vom Jannah (Paradies) geöffnet“.

Der Monat Ramadan ist eine große Chance, für einen selbst gute Taten zu vollziehen die ihm/ihr das Paradies näher bringen können.

- Das Fasten ist eine Gelegenheit um seine Sünden wieder gutzumachen. Abu Hurairah zitiert den Propheten (Friede sei auf ihm), als er sagte: „Wer immer im Monat Ramadan aus reinem Glauben und in der Hoffnung auf Allahs Lohn fastet, dem werden alle seine vergangenen Sünden vergeben.“

[\[Sahih Al-Bucharyy Nr. 0037\]](#)

- Das Fasten liefert einem Schutz vom bösen, für diejenigen die aufrichtig fasten. Es wurde berichtet, dass Allahs Gesandter (Friede sei auf ihm), gesagt hat: “Das Fasten ist ein Schutzschild”.
- Allah hat eine besondere Belohnung, welche er denjenigen gibt, die ehrlich fasten. Abu Huraira, Allahs Wohlgefallen auf ihm, berichtete, dass der Gesandte Allahs, Allahs Segen und Friede auf ihm, sagte: „Allah sagte: „Jede (gute) Tat, die der Sohn Adams begeht, ist für ihn selbst (vorteilhaft). Nur das Fasten begeht er Meinetwegen und die Belohnung dafür wird nach Meinem Ermessen gemacht.“

[\[Sahih Al-Bucharyy Nr. 1904\]](#)

- Wahrscheinlich liegt der größte und meist unverwechselbare Vorzug vom Ramadan darin, dass der Qur’an, welcher das letzte und einzige unverfälschte offenbarte Buch, auf der Welt ist, zu diesem Monat herabgesandt wurde.

Allah sagt im Qur’an:

[2:185] Der Monat Ramadan ist es, in dem der Qur'an als Rechtleitung für die Menschen herabgesandt worden ist und als klarer Beweis der Rechtleitung und der Unterscheidung. Wer also von euch in dem Monat zugegen ist, der soll in ihm fasten. Und wer krank ist oder sich auf einer Reise befindet, soll eine Anzahl anderer Tage (fasten) - Allah will es euch leicht, Er will es euch nicht schwer machen - damit ihr die Frist vollendet und Allah rühmt, daß Er euch geleitet hat. Vielleicht werdet ihr dankbar sein.

Diese Art von Offenbarung repräsentiert den größten Segen vom allmächtigen Allah der Menschheit, die zu der Zeit der früheren Offenbarung in der Dunkelheit und Unwissenheit versunken waren.

Ohne das Handeln von Barmherzigkeit würde die nachgiebige Hoffnung auf Rechtleitung komplett verschwinden und Unterdrückung würde auf dem ganzen Globus regieren.

### **Sichtung des Mondes**

Es ist fard kifayah (eine kollektive Pflicht) für die Muslime, sich zu bemühen nach dem Neumond des Ramadan am 29 Tag des Monats Schaban zu sehen. Es ist falsch nur nach dem Kalender und anderen astronomischen Berechnungen das Fasten zu beginnen, wie der Prophet (Friede sei auf ihm) sich selbst belehrte, „Der (Mond-) Monat hat neunundzwanzig Nächte, so beginnt das Fasten nicht, bis ihr ihn (den Neumond) gesichtet habt. Und wenn die Sichtung nicht möglich ist, so vollendet die Zahl dreißig Tage.“

[\[Sahih Al-Bucharyy Nr.1907\]](#)

## **Definition von Sawm oder Siyam (Fasten)**

Die wörtliche Bedeutung von sawm ist, sich von etwas zurückzuhalten. Zum Beispiel, Allah erzählt uns im Qur'an, dass Maryam gesagt hat:

“Ich habe den Allerbarmer fasten gelobt” (19/26)

Das Fasten hier bedeutet “stumm” zu sein, das heißt islamisch Enthaltensamkeit zu üben. Islamisch gesehen bedeutet Sawm, sich vom Essen, Trinken und Geschlechtsverkehr zu enthalten in dem Zeitraum zwischen der Dämmerung und dem Sonnenuntergang.

## **Einteilung von Sawm**

Sawm ist während des neunten Monats (Ramadan) des Hijri Kalenders wajib (Pflicht) für Muslime, übereinstimmend mit dem Qur'an und der Sunnah (Überlieferungen von dem Propheten (Frieden sei auf ihm)).

[2:185] Der Monat Ramadan ist es, in dem der Qur'an als Rechtleitung für die Menschen herabgesandt worden ist und als klarer Beweis der Rechtleitung und der Unterscheidung. Wer also von euch in dem Monat zugegen ist, der soll in ihm fasten. Und wer krank ist oder sich auf einer Reise befindet, soll eine Anzahl anderer Tage (fasten) - Allah will es euch leicht, Er will es euch nicht schwer machen - damit ihr die Frist vollendet und Allah rühmt, daß Er euch geleitet hat. Vielleicht werdet ihr dankbar sein.

Ibn Umar berichtet, dass der Prophet (Friede sei auf ihm) erklärte, dass der Islam auf fünf Säulen gebaut ist:

“.....fasten im Monat Ramadan.”

Talhah Ibn Ubaidillah berichtet, dass ein Mann mit ungeordnetem Haare zum Propheten (Friede sei auf ihm) kam und zu ihm sagte “Oh Gesandter Allahs, informiere mich über das was Allah mir zur Fard (Pflicht) bezüglich des Fastens gemacht hat”. “Er (Friede sei auf ihm) sagte: “Der Monat Ramadan”. Dann fragte er: “Gibt es noch was anderes, außer das?”. Er (Friede sei auf ihm) sagte: ”Nein, bis auf das was du freiwillig tust”. Er sagte dann: ”Sag mir was Allah mir zur Fard (Pflicht) gemacht hat bezüglich Zakkah“. Er (Friede sei auf ihm) informierte ihn über die Vorschriften des Islams dies bezüglich. ”Er sagte dann: ”Bei dem der dir diese hohe Stellung gegeben hat, ich werde nichts freiwilliges tun noch werde ich irgendetwas unterlassen was Allah zur Pflicht gemacht hat”. Der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte dann: “Er wird erfolgreich sein, falls er die Wahrheit gesprochen hat”(oder er wird in Jannah eintreten wenn er wahrhaftig war).”

## **Die Absicht des Fastens**

Das höchste Ziel des Fastens ist, dass die Menschen Taqwa (Gottesfurcht) entwickeln.

Allah sagt:

“...auf das ihr Gottesfürchtig werden möget” (2/183)

Taqwa ist eine der höchsten moralischen Eigenschaften die ein Muslim erlangen kann. Es kommt zustande durch das Einführen eines Schutzschildes zwischen einem selber und Allahs

Zorn, wie man von der Abstammung des Wortes her ableiten kann (Taqawa stammt vom Verb Waqaa ab welches "schützen" bedeutet). Dieses ist zu erreichen wenn man sich über Allah und all seine Befehle zu jeder Zeit bewusst ist, das bedeutet, dass man das was Haram (Verboten) ist aus dem Weg geht, sowie das was Makruh (Unerwünscht) ist und sogar einige Dinge die Halal (Erlaubt) sind, die ihr an bezweifelt.

### **Bedingungen die erforderlich für das Fasten sind**

- Ein Muslim zu sein
- Man muss die Pubertät erreicht haben.

Allerdings, haben die Gefährten des Propheten mit kleinen Kindern das Fasten praktiziert um sie auf das Fasten zu ermutigen, damit sie früh damit anfangen können.

- Vernünftig zu sein.

Ali ibn Abi Talib und Aishah berichteten beide, dass der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte: "Die Feder (*Schreibfeder*) ist angehoben für drei: Für denjenigen, der schläft, bis erwacht. Dem Kleinkind bis es die Pubertät erreicht hat und der psychisch Kranke bis er seine Gesundheit wieder erlangt hat.

- Körperlich gesund zu sein.
- Sesshaft zu sein, sich nicht auf der Reise befindet.

Eine menstruierende Frau, betet und fastet nicht. Die Gebete müssen nicht nachgeholt werden, jedoch muss sie ihr Fasten später nachholen. Allah hat den Kranken oder körperlich Schwachen oder die sich im Ramadan auf einer Reise befindenden Muslimen erlaubt, ihr Fasten zu brechen und es später nachzuholen.

Allah sagt im Qur'an:

(...)Und wer krank ist oder sich auf einer Reise befindet, soll eine Anzahl anderer Tage (fasten) - Allah will es euch leicht, Er will es euch nicht schwer machen - damit ihr die Frist vollendet und Allah rühmt, dass Er euch geleitet hat. Vielleicht werdet ihr dankbar sein. (2/185)

### **Die Vorteile vom Fasten**

- Durch das Fasten, bekommt der Mensch ein Gefühl von Hunger und Durst, was dazu führt das Leben der Armen zu realisieren. Diese Erfahrung soll die Menschen dazu anspornen denen zu helfen, die weniger glücklich sind indem man ihnen das Essen und den Wohlstand teilt.
- Es wird verlangt, dass das Individuum nicht nur auf essen und trinken und Geschlechtsverkehr verzichtet, sondern auch auf jede Form von Lügen (lästern, beleidigen) abstand nimmt. Dieses ist vom Propheten(Friede sei auf ihm) bestätigt wurden durch die Aussage: "Allah benötigt nicht das Hungern und das Dursten der Person, die Lügen verbreitet und danach handelt, obwohl er fastet."

Er hat ebenso gesagt:“ Wenn einer von euch fastet, soll er Abstand von unsinnigem Verhalten, unnötigem Gerede halten und falls einer eine unangebrachte Konversation beginnen sollte oder versucht einen Streit zu verursachen so soll man einfach sagen: “Ich faste“.

Falls jemand nach den oben genannten Grundlagen fastet, soll er seinen moralischen Charakter verbessern, damit er wahrhaftiger und vorsichtiger wird in dem was er sagt und tut.

- Es wurde durch medizinische Fachleute bekannt, dass das Fasten die körperliche Gesundheit zahlreich verbessert. Zum Beispiel, während des Fastens verbrennt der Körper eingelagertes Cholesterin (Fett), was oft im Blutsystem abgelagert wird, ebenso wie in anderen fetthaltigen Bereichen des Körpers. Dadurch hilft es den Körper fest zu behalten und es verringert die Gefahr von Herzinfarkten.
- Fasten schult einen für den Jihad (das Kämpfen auf dem Weg Allahs) ein, durch das vermitteln der Selbstkontrolle. In Zeiten des Krieges steigt das Bedürfnis des Magens und des Geschlechtsbereiches, dies führte die Kriegssoldaten entweder extreme Sachen zu begehen oder sich auf unnötige Gefahrensituationen zu begeben.

### **Befreiung vom Fasten im Ramadan**

- Reise (Safar)

Es ist für den Reisenden während der Reise erlaubt sein Fasten zu brechen, sei es aufgrund von Überforderung und Härte während der Reise oder nicht.

- Krankheit (Marad)

Wenn jemand an einer Krankheit leidet die sich durch das Fasten verschlechtern würde, oder das Fasten könnte die Heilung hinauszögern, dann muss das Fasten eingestellt werden.

Zum Beispiel: eine Person mit Diabetes muss vielleicht mehrmals am Tag essen um sein Blutzuckerspiegel aufrecht zu erhalten, oder ein Epileptiker muss seine Medikamente in regelmäßigen Abständen nehmen um einen Anfall zu verhindern.

- Schwangerschaft(Haml)

Falls eine Frau wenn sie Fastet fühlt, dass der Fötus beschädigt wird oder sie selbst ein schaden davon nimmt oder auf eine gefährliche Art und Weise geschwächt wird, hat sie die Erlaubnis das Fasten zu unterbrechen.

- Stillen (Rida´ah)

Falls eine stillende Mutter oder eine Säugamme fühlt, dass das Fasten schädlich für das Baby oder sich selbst sein könnte, ist es ihr erlaubt auf das Fasten zu verzichten.

- Schwäche (Da´f) oder hohes Alter (Kibar as-Sinn)

a) Falls eine Person genesend ist (seine Kraft zurückgewinnen) nach einer Krankheit und fürchtet, dass das Fasten ihn wieder krank macht, darf er sein Fasten verschieben.

b) Falls eine Person besonders geschwächt wird wegen dem hohen Alter, darf er das Fasten aufgeben.

- Jihad (Krieg)

a) Falls eine Person beim Jihad mit teilnimmt und fürchtet, dass das Fasten ihn schwächen würde, darf er sein Fasten verschieben.

b) Falls der Jihad weiter geht ist es den Teilnehmern erlaubt ihr Fasten zu verschieben.

## **Kaffarah**

Kaffarah ist die Bestrafung für den Ausgleich einer begangenen Sünde oder für eine Pflicht, für die man nicht in der Lage war sie auszuführen oder das bewusste brechen vom Fasten im Ramadan.

Die Kaffarah bezüglich des Brechens von Ramadan ist wie folgt:

- Wenn das Fasten von Ramadan absichtlich durch Geschlechtsverkehr entkräftet wurde, ist die Sühne (Ausgleich) dafür, dass man 2 Monate hintereinander fastet. Falls einer nicht im Stande ist 60 Tage zu fasten, muss er 6 arme Personen speisen oder eine Person für 6 Tage. Es sollte allerdings bekannt sein, dass sogar diese arbeiten die verlorenen Tage des Fastens nicht wieder ausgleichen.
- Eine Person die extrem körperlich schwach geworden ist aufgrund von Krankheit oder hohem Alter und keine Hoffnung auf eine Wiedergenesung hat und nicht in der Lage ist zu fasten, ist nach der Shariah dazu angehalten jemand bedürftiges für jeden verpassten Tag zu speisen. Man kann dies in Form von Essen dem Bedürftigen zukommen lassen oder über einen Dritten der das Essen kauft und ihm zukommen lässt.

Diese Form des Speisens von Bedürftigen, anstatt zu fasten nennt man fidyah(Wiedergutmachung).

- Eine Frau die ihr Fasten aufgrund von Menstruation (Hayd), Wochenbett (Nifas), Schwangerschaft, Stillen (Rida'ah) oder ähnliches bricht, muss ihre vermissten Tage bis zum nächsten Ramadan nachholen.

## **Erlaubte Handlungen während des Fastens**

- Zähne putzen mit dem Siwak (Zahnstock) oder der moderne Austausch, die Zahnbürste, ist erlaubt, da der Prophet (Friede sei mit ihm) den Siwak oft während des Fastens benutzte. Es ist besser die Zahnpaste während dem Fasten zu meiden.
- Blutspenden oder unabsichtliches Erbrechen bricht nicht das Fasten.

- Seine Frau während des Fastens zu küssen bricht nicht das Fasten, solange man die Mäßigung beachtet.
- Ein Medikament zu sich nehmen durch eine Spritze, Nasensprays oder Augentropfen brechen nicht das Fasten, solange sie keine Nahrungsaufnahme darstellen.
- Versehentliches Essen oder Trinken oder Vergesslichkeit bricht das Fasten nicht.
- Baden, schwimmen, oder einfach zur Abkühlung im Wasser sitzen brechen nicht das Fasten.
- Für jemanden der sein Mund ausspült oder das Essen oder Getränk was schon fertig ist abschmeckt, dies wieder ausspuckt, ohne das Essen oder Trinken hinunterzuschlucken, ist ebenfalls erlaubt.
- Das Hinunterschlucken des eigenen Speichels bricht nicht das Fasten.

## **Grundlage des Fastens**

### Niyyah (Absicht)

Damit das Fasten im Ramadan akzeptiert wird, ist es verpflichtend, die Absicht des Fastens jeden Tag vor Fajr zu schließen. Es wurde von Hafsa berichtet, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) sagte: „Wer auch immer nicht die Absicht vor Fajr gefasst hat dass er Fastet, der hat kein Fasten.“. Wie beim Gebet, da gibt es keine mündliche Formel um seine Absicht zu bezeichnen. Zum Suhur Frühstück aufzustehen ist ein Ausdruck für die Absicht zu Fasten. Sogar wenn man nicht zum Suhur aufsteht, sollte man im Kopf behalten das man am nächsten Tag fasten möchte, dies ist ausreichend.

### **Suhur (Frühstück vor Sonnenaufgang)**

Das Fasten beginnt mit einem leichten Essen, dass man Suhur nennt, was man zu sich nimmt bevor die Sonne aufgeht. Der Prophet (Friede sei auf ihm) ermutigte seine Anhänger diese Speise zu sich zu nehmen, selbst wenn es nur ein Schluck Wasser ist. Anas ibn Malik sagte, der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte, „Nimmt den Suhur, gewiss darin ist Barraka (Segen).“. Wenn der Adhan von Fajr erklingt, signalisiert das den Beginn des Fastens und man sollte ab dem Moment nichts mehr essen. Falls jemand Essen oder Trinken während des Adhan in der Hand hält, sollte er das was er noch essen will zu Ende essen bevor er es abstellt. Abu Hurairah berichtet, dass der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte, "Wenn einer von euch den Adhan hört und ein Gefäß in seiner Hand verbleibt, sollte er es nicht abstellen, bevor er das was er sich daraus wünscht bekommt.“

### **Iftar (Fastenbrechen)**

Es ist höchst empfohlen sein Fasten so schnell wie möglich zu Maghrib (Sonnenuntergang) zu brechen. Der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte, „Menschen werden glücklich und erfolgreich bleiben, solange sie sich zum Fastenbrechen beeilen.“. Es ist ebenfalls empfohlen sein Fasten mit Datteln und Wasser zu brechen, falls dies möglich ist. Anas ibn Malik sagte, „Der Prophet (Friede sei auf ihm) pflegte sein Fasten mit ein paar Datteln, gerade vor dem Maghrib-Gebet. Falls frische Datteln nicht vorhanden sind, sollte er sein Fasten mit ein bisschen Wasser brechen.“

## **Du'a während des Fastenbrechens**

(Thahabath-tham'u wab-tallatil-'urooqu wa thabatal-ajru inshaa' Allah.)

“Der Durst ist gelöscht, die Adern sind feucht geworden und die Belohnung ist gesichert, so Allah will.“

## **Warum fasten Muslime?**

von Dr. Bilal Philips

Heutzutage, da viele Menschen übergewichtig sind, werden verschiedene Formen des Fastens ausprobiert.

Einige trinken einen Tag lang nur Saft, oder essen nur Obst, oder verzichten auf Zucker oder Stärke, oder entsagen sich des Alkohols für eine bestimmte Zeit.

Trotzdem scheint vielen Leuten die Vorstellung der Muslime, den ganzen Monat Ramadan zu fasten, befremdlich.

Die ganze Nation, bestehend aus 2 Milliarden Menschen, Männer und Frauen, jung und alt, reich und arm – alle zusammen für einen ganzen Monat – sie essen nicht, trinken nicht und haben keine intimen Beziehungen während des Tages.

Dies beschreibt den Monat Ramadan.

Was ist die Bedeutung des Ramadans?

Ist es nicht eine harte Praxis?

Ist es nur eine Zeit, in der die Muslime schlafen, fasten und kaum arbeiten; und essen, trinken, Spaß haben und die ganze Nacht wach bleiben? Was ist wirklich der Sinn des Ramadans?

## **Das Fasten, welches in anderen Religionen vorgeschrieben ist**

Im Englischen bedeutet „fasten“ sich des Essens oder bestimmten Essens freiwillig zu enthalten, als eine Einhaltung eines heiligen Tages oder als ein Zeichen des Liedes, der Klage oder Reue. [1]

Diese Praxis findet man in den meisten der großen Religionen der Welt.

Zum Beispiel:

Hindu: Das Fasten im Sanskrit wird *upavaasa* genannt.

Gläubige Hindus betrachten das Fasten zu besonderen Gelegenheiten als ein Zeichen des Respekts für ihre persönlichen Götter oder als ein Teil ihrer Buße.

Die meisten gläubigen Inder fasten regelmäßig oder zu speziellen Gelegenheiten, zum Beispiel Festen.

An solchen Tagen essen sie überhaupt nicht, essen einmal oder begnügen sich mit Obst oder einer speziellen Diät oder einfachem Essen. [2]

Juden: Yom Kippur („Versöhnungstag“) ist der letzte der zehn Tage der Buße, am 10. Tishri.

An diesem Tag ist es verboten zu essen, trinken, Körperpflege, das Tragen von Leder und sexuelle Betätigungen. Zusätzlich ist ein Verbot der Arbeit, ähnlich wie am Sabbath, in Kraft. [3]

Es sollte auch erwähnt werden, dass in der Tora von Moses (Friede sei auf ihm) berichtet wird, dass er fastete:

„Und er war all da bei dem HERRN vierzig Tage und vierzig Nächte und aß kein Brot und trank kein Wasser.“ (Exodus 34:28)

Für die katholischen Christen ist die Passionszeit die Hauptzeit des Fastens, das 40 Tage lange Fasten von Jesus (Friede sei auf ihm) nachahmend.

Im vierten Jahrhundert wurden sechs Wochen Fasten vor Ostern oder vor der heiligen Woche befolgt. Es wurde fast überall an 40 Tagen des tatsächlichen Fastens im siebten Jahrhundert angepasst. [4]

Es wird von Jesus (Friede sei auf ihm) im Evangelium berichtet, dass er wie Moses fastete. „Als er vierzig Tage und vierzig Nächte gefastet hatte, bekam er Hunger.“ (Matthäus 4:2 & Lukas 4:2)

In diesem Zusammenhang sagte Gott im Quran:

„O ihr, die ihr glaubt! Das Fasten ist euch vorgeschrieben, so wie es denen vorgeschrieben war, die vor euch waren. Vielleicht werdet ihr (Allah) fürchten.“ [der edle Quran 2:183]

### **Unter den besten rechtschaffenden Taten**

Auch wenn in den meisten Religionen das Fasten als Sühne für Sünden oder als Buße für Sünden dient, so dient es in erster Linie im Islam, näher zu Gott zu kommen, wie es in oben zitierten Vers erwähnt wird.

Da das Gottesbewusstsein eine Voraussetzung für Rechtschaffenheit ist, hat das Fasten im Islam eine große Bedeutung.

Deshalb verwundert es nicht, dass, als der Prophet Mohammed (Friede sei auf ihm) gefragt wurde „Welches ist die beste Tat?“, er antwortete: „Fasten, denn es gibt keine gleichwertige Tat.“ [5]

### **Die Ebenen des Fastens**

Es gibt so viele Ebenen des Fastens, wie es Facetten des menschlichen Daseins gibt.

Richtiges Fasten sollte alle Dimensionen des menschlichen Daseins umfassen, damit es den göttlich zgedachten Effekt hat.

Die folgenden sind einige der Hauptebenen des Fastens:

### **Rituelle Ebene:**

Diese Ebene des Fastens erfordert, dass die wesentlichen Regeln des Fastens eingehalten werden: das Vermeiden von Essen, Trinken und Geschlechtsverkehr zwischen Sonnenaufgang und Sonnenuntergang, an 29 oder 30 Tagen jedes Jahr. In dieser Ebene folgt man hauptsächlich den Regeln des Gesetzes in Bezug auf das Fasten, ohne besonders auf den Sinn des Fastens zu achten.

Es ist die Einstiegsebene, die erfüllt werden muss, damit das Fasten islamisch richtig ist, aber die anderen Ebenen müssen dem Fasten hinzugefügt werden, damit sie einen wahren Einfluss auf die fastende Person hat.

Wenn man nur auf dieser Ebene fastet, profitiert man nicht in spiritueller Weise, außer aus der Sicht der Unterwerfung unter göttliche Anweisungen, wenn man dem Ritual bewusst folgt und nicht bloß der Tradition wegen.

Deshalb reinigt einen die rituelle Ebene nicht von Sünden.

### **Die körperliche Ebene**

Das Fasten auf der „körperlichen“ Ebene lässt die fastende Person die Schmerzen des Hungers und des Durstes erleben – wenn die prophetische (Sunnah) Art und Weise des Fastens befolgt wird.

Der Prophet Mohammed (Friede sei auf ihm) aß eine sehr leichte Mahlzeit vor dem Sonnenaufgang (Suhur) und ein bescheidenes Essen (Iftar) um sein Fasten zum Sonnenuntergang zu brechen, während er es absolut vermied seinen Magen zu füllen.

Es wird von ihm überliefert, dass er sagte: „Der schlechteste Behälter, den ein Mensch füllen kann, ist sein Magen. Ein paar Bissen Essen um den Rücken einer Person aufrecht zu halten, sind genug.

Wenn ihn jedoch der Wunsch überkommt, lasst ihn ein Drittel essen, ein Drittel trinken und lasst ein Drittel zum Atmen.“ [6]

Der Prophet (Friede sei mit ihm) brach sein Fasten mit ein paar frischen oder getrockneten Datteln und ein Glas Wasser, bevor er mit dem Sonnenuntergangsgebet begann. [7]

Diese Ebene lässt die fastende Person die Schmerzen des Hungers und des Durstes erleben und entwickelt dabei ein Mitgefühl in ihm für jene, die in anderen Teilen der Welt hungern oder verdursten.

### **Medizinische Vorteile**

Auf der physischen Ebene werden einige Chemikalien im Gehirn, welche Nachrichten übertragen und Gefühle erzeugen, Neurotransmitter genannt, durch das Fasten beeinflusst.

Das Fasten regt das endorphine Neurotransmittersystem an, in Bezug auf das Gefühl des sich wohl Fühlens und der Euphorie. Mehr Endorphine werden produziert, was tatsächlich dazu führt, dass wir uns „besser“ fühlen.

Dies ist ähnlich der Auswirkung von Sport (aber ohne die körperliche Arbeit).

Es wurde auch von Medizinexperten festgestellt, dass das Fasten die körperliche Gesundheit in zahlreichen Bereichen verbessert.

Zum Beispiel nutzt der Körper während des Fastens gespeichertes Cholesterin (Fett), welches oft im Blutkreislauf und in anderen fetthaltigen Teilen des Körpers eingelagert ist.

Es hilft also die Körperform zu behalten und minimiert das Risiko eines Herzinfarkts.

Der Unterschied zwischen der rituellen Ebene 1 und der körperlichen Ebene 2 ist, dass eine Person, die nur das rituelle Fasten vollzieht, große Portionen vor Beginn des Fastens und sofort nach Ende des Fastens isst und keinen Hunger oder Durst in dem ganzen Monat spürt.

Jedoch, wie bei Ebene 1, ist das Fasten nur körperlich anstrengend, wenn die fastende Person die anderen Ebenen des Fastens berücksichtigt.

Der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte: „Vielleicht wird ein Fastender nichts als Hunger und Durst vom Fasten erlangen.“ [8]

### **Die triebhafte Ebene**

Die sexuellen Instinkte und Triebe (Libido) werden auf dieser Ebene des Fastens gezügelt.

In der heutigen Zeit, in der die Medien unaufhörlich mit den sexuellen Wünschen spielen, um Produkte zu bewerben und zu verkaufen, ist die Fähigkeit diese mächtigen Wünsche zu kontrollieren ein Plus.

Körperlich zu fasten vermindert die sexuellen Wünsche und die Tatsache, dass der Fastende alles vermeiden muss, was ihn seelisch stimuliert, hilft die Libido weiter zu vermindern.

Der Prophet Mohammed (Friede sei mit ihm) sagte: „O junge Männer, derjenige, der in der Lage ist zu heiraten, soll dies tun, denn es hält die Augen zurück und schützt die Geschlechtsteile. Derjenige, der nicht heiraten kann, soll fasten, denn es ist ihm ein Schutz.“ [9]

Indem man sich von sexuellen Handlungen fernhält, auch wenn sie erlaubt sind, erleichtern die Fastenden es für sich selbst, sich von verbotenen sexuellen Handlungen fernzuhalten, wenn sie nicht fasten.

### **Die emotionale Ebene**

Das Fasten auf dieser Ebene beinhaltet die Kontrolle negativer Gefühle, die in dem menschlichen Verstand und der Seele köcheln.

Zum Beispiel ist unter den zerstörerischsten Gefühlen der Zorn.

Das Fasten hilft, dieses Gefühl unter Kontrolle zu bekommen.

Der Prophet Mohammed (Friede sei auf ihm) sagte:

„Wenn einer von euch fastet, soll er sich von unsittlichen Handlungen und unnötigen Gesprächen fernhalten und wenn jemand eine unanständige Unterhaltung anfängt und versucht, sich mit jemanden anzulegen, soll er ihm einfach sagen „Ich faste“. [10]

Auf dieser Ebene sollen also alle negativen Gefühle vermieden werden, die den Fastenden herausfordern.

Man muss sich von anstößigen Unterhaltungen und hitzigen Diskussionen fernhalten. Auch wenn man im Recht ist, soll man auf sein Recht verzichten und sein emotionales Fasten aufrecht erhalten.

Ebenso wird das negative Gefühl der Eifersucht vermindert, da jeder Fastende auf einen gemeinsamen Nenner der Abstinenz reduziert ist; niemand ist anderen äußerlich in diesem Zusammenhang überlegen.

### **Die Psychologische Ebene**

Diese Ebene hilft dem Fastenden psychologisch, böse Gedanken zu kontrollieren und trainiert ihn in gewisser Weise Geiz und Gier zu überwinden.

Der Prophet (Friede sei mit ihm) sagte:

„Allah hat keinen Nutzen von dem Hunger und Durst einer Person, der sich selbst nicht vom Lügen fernhält und danach handelt, selbst während er fastet.“ [11]

In dieser Zeit der sofortigen Befriedigung, wenn die Dinge in dieser Welt dazu genutzt werden, die menschlichen Bedürfnisse und Wünsche zu erfüllen, sobald diese aufkommen, ist die Fähigkeit diese Befriedigung hinauszuschieben eine wichtige Fertigkeit.

Was zwischen sofortiger Befriedigung und aufgeschobener Befriedigung liegt, ist die Geduld. Während des Fastens lernen die Gläubigen die Geduld und deren Vorteile.

Aus einer psychologischen Perspektive ist es gut, in gewisser Weise losgelöst von den Dingen dieser Welt zu sein.

Es ist nichts falsches daran, ein gutes und erfülltes Leben zu führen – in der Tat kann und soll man dies erwarten.

Jedoch ist es wichtig, dass die Menschen fähig sind, sich von Dingen zu lösen, so dass sie nicht das wichtigste in unserem Leben werden.

Das Fasten gibt einen die Möglichkeit, die vielen Abhängigkeiten, die ein großer Teil des modernen Lebens geworden sind, zu überwinden.

Essen versorgt viele Menschen mit Annehmlichkeiten und Freude – und die Fähigkeit sich selbst davon zu trennen, gibt dem Fastenden den psychologischen Vorteil, dass er ein gewisses Maß an Kontrolle darüber besitzt, was er macht und was er nicht macht.

## **Die geistige Ebene**

Um diese Ebene, die höchste und wichtigste Ebene des Fastens, die Ebene des Gottesbewusstseins, herstellen zu können, hat der Prophet Mohammed (Friede sei mit ihm) es uns zur Pflicht gemacht, vor jedem Fastentag unsere Absicht für das Fasten zu erneuern.

Es wird überliefert, dass er sagte: „Derjenige, der vor Fajr (Sonnenaufgang) nicht die Absicht fast zu fasten, fastet nicht.“ [12]

Die tägliche Erneuerung der Absicht hilft eine geistige Grundlage der Aufrichtigkeit zu bilden, welche wesentlich für die Wirkung der geistigen Reinigung des Fastens ist.

Aufrichtiges Fasten reinigt und sühnt von Sünden, wie der Prophet (Friede sei mit ihm) sagte: „Demjenigen, der den Ramadan wegen seines aufrichtigen Glaubens und wegen dem Erstreben der Belohnung von Gott fastet, werden seine vorherigen Sünden vergeben.“

Aufrichtiges Fasten bringt einem näher zu Allah und verdient eine besondere Belohnung.

Der Prophet (Friede sei mit ihm) erzählte, dass es ein Tor im Paradies gibt, welches Rayyan heißt, das für die Fastenden vorgesehen ist und er sagte auch „Wenn der Ramadan kommt, sind die Tore des Paradieses geöffnet.“ [13]

Das Fasten ist in erster Linie eine Angelegenheit zwischen einem Menschen und Gott, denn niemand kann sicher sein, dass irgendjemand tatsächlich fastet.

Aufgrund dieses intimen Aspekts des Fastens, berichtete der Prophet (Friede sei auf ihm), dass Allah sagt:

„Jede Handlung der Nachkommen Adams ist für sie selbst, außer das Fasten. Es ist nur für mich allein und nur ich alleine werde dafür belohnen.“ [14]

Wenn diese Ebene mit den vorherigen Ebenen des Fastens verbunden wird, verwandelt diese Ebene eine Person von innen.

Es stiehlt die Spiritualität eines Fastenden wieder her, belebt und regeneriert sie und verändert seine Persönlichkeit und seinen Charakter grundlegend.

Diese sind die kostbaren Ergebnisse eines erhöhten Zustandes des Gottesbewusstseins.

## **Das Fasten im kulturellen Islam**

In weiten Teilen der muslimischen Welt wird das Fasten auf ein bloßes Ritual reduziert und der Monat Ramadan wird zu einer Zeit des Feierns und der Feste, anstatt religiösen Nachdenkens und Abstinenz.

Die Nächte des Ramadans sind für viele Nächte des Feierns und des Vergnügens, welches bis zum Sonnenaufgang in manchen Ländern anhält.

Dort wird die Nacht zum Tag und der Tag zur Nacht.

Vieler Orts wird die leichte Mahlzeit, welche man vor dem Sonnenaufgang einnehmen soll, zu einem großen 3-Gänge-Menü.

Aus diesem Grund erleben nur wenige wirklichen Hunger und Durst während des Fastens.

Und wenn die Zeit gekommen ist, das Fasten zu brechen, wird ein weiteres 3-Gänge-Menü eingenommen, dem das Probieren von allen nur denkbaren Süßigkeiten folgt.

Als Folge beschwerten sich viele Muslime, dass sie während des Ramadans zugenommen haben und Ärzte warnen regelmäßig vor den medizinischen Konsequenzen des zu vielen Essens.

### **Der Name Ramadan**

Das Wort Ramadan kommt von dem Substantiv Ramad, welches „die reflektierte Hitze von Steinen aufgrund der intensiven Hitze der Sonne“ bedeutet.

Als die Araber die alten Namen der Monate änderten, benannten sie sie nach den Jahreszeiten, in denen sie auftraten.

Der neunte Monat, der vorher Natiq hieß, lag im Sommer, die Zeit der extremen Hitze, weshalb er Ramadan genannt wurde. [15]

### **Die Bedeutung des Ramadans**

Natürlich hat die Tatsache, dass der Ramadan im Sommer lag, keine Verbindung dazu, warum Allah diesen Monat als Monat des Fastens auserwählt hat.

Da Muslime dem Mondkalender folgen, wird der Ramadan in allen Jahreszeiten auftauchen, mindestens zweimal im Leben eines jeden Menschen. Gott hat den Grund, warum er diesen Monat gewählt hat, deutlich im Quran genannt.

Er sagt: „Der Monat Ramadan ist es, in dem der Qur`an als Rechtleitung für die Menschen herabgesandt worden ist und als klarer Beweis der Rechtleitung und der Unterscheidung. Wer also von euch in dem Monat zugegen ist, der soll in ihm fasten.“ (2: 185)

Die Bedeutung des Ramadans ist in der Tatsache zu finden, dass die Offenbarung des Qurans in diesem Monat begann.

Aus diesem Grund wird der Ramadan oft der Monat des Qurans genannt und Muslime versuchen viele ihrer wachen Stunden dazu zu nutzen, das heilige Buch den ganzen Monat hindurch zu lesen.

### **Religiöse Zurückgezogenheit(I'tikaf)**

Während der letzten zehn Tage des Ramadans zog sich der Prophet (Friede sei mit ihm) in die Moschee zurück um die Intensität seiner Anbetung und die Vorteile des Fastens vor dem Ende des Monats zu erhöhen.

Gläubige Muslime versuchen ihm nachzuahmen, indem sie so viele wie möglich der zehn Tage zurückgezogen in der Moschee fasten.

## Der Zweck des Fastens

Erstens müssen wir festhalten, dass eins der Namen Allahs Al-Hakim (der meist Weise) ist. Das Wort Hakim hat von der Ableitung her die gleichen Wurzeln wie Hukm (regieren) und Hikmah (Weisheit). Allah ist der Einzige der Entscheidungen ausgibt und seine Entscheidungen sind am meisten Weise und vollkommen.

Zweitens: Allah gibt keine Entscheidungen heraus, ohne dass eine große Weisheit dahinter steckt, welche wir vielleicht verstehen können oder nicht zum Verständnis für die Sache geleitet werden.

Wir könnten einiges davon wissen, aber ein großer Teil ist uns verborgen.

Drittens: Allah hat uns den Grund und die Weisheit hinter der Auferlegung des Fastens an uns berichtet, Wie ER sagt (Interpretation der Meinung):

„ O ihr, die ihr glaubt, vorgeschrieben ist euch, zu fasten, so wie es denen vorgeschrieben worden ist, die vor euch lebten, auf dass ihr gottesfürchtig (Al-Mutaqqun) werdet, " Der Koran 2:18

Fasten ist ein Instrument um Taqwa (Frömmigkeit, Gewissenhaft gegenüber Allah zu sein) zu erlangen, und Taqwa bedeutet, dass zutun was Allah uns vorgeschrieben hat und das was Er verboten hat zulassen.

Im Islam ist Fasten eins der wichtigsten Instrumente, um einer Person, bei der Ausführung Allahs Befehle, zu helfen.

Die Gelehrten berichten einige Gründe warum uns das Fasten Auferlegt ist, all dessen sind Attribute von Taqwa, aber es ist nichts Falsches dabei wenn man sie hier zitiert, um die Aufmerksamkeit der fastenden Menschen zu erlangen und sie zu motivieren weiter zu machen.

Unter den Gründen des Fastens sind:

- Fasten ist ein Mittel, das uns dankbar macht und uns lehrt sich für Freude zu bedanken. Fasten bedeutet Essen, Trinken und Geschlechtsverkehr aufzugeben, welches große Freuden sind. Bei dem Verzicht auf sie für eine kurze Zeit, fangen wir an sie mehr Wertzuschätzen. Denn der Segen Allahs ist erst dann erkannt wenn man auf sie verzichtet, du fängst an sie wahrzunehmen, also motiviert dies dazu Dankbar zu sein.
- Fasten ist auch ein Instrument um Dinge die Haram sind aufzugeben, denn wenn jemand Dinge die Halal sind aufgibt um Allah damit zu erfreuen und für die Furcht vor der schmerzhaften Strafe, so wird er wahrscheinlich in der Lage sein von Haram Sachen wegzubleiben. Also ist Fasten eine Möglichkeit um Dinge die verboten sind zu vermeiden.
- Fasten versetzt uns in die Lage unsere Bedürfnisse zu kontrollieren, denn wenn jemand satt ist so wachsen seine Bedürfnisse, aber wenn er hungrig ist werden seine Bedürfnisse schwach. Daher sagte der Prophet (saw) " Oh Ihr jungen Leute! Wer immer unter euch die Möglichkeit hat zu heiraten, lass ihn es tun, denn es ist sehr

effektiv bei der Herabsenkung des Blickes und schützt der eigenen Reinheit. Wer immer dies nicht tun kann, lasst ihn fasten, denn es wird ein Schutzschild für ihn sein."

- Fasten macht uns mitfühlend gegenüber den Armen, denn wenn der Fastende die Schmerzen des Hungerns für eine kurze Zeit erfährt, erinnert er sich an solche die immer in so einer Situation sind, also wird er ihnen gegenüber sozial und zeigt ihnen Mitgefühl.

- Fasten erniedrigt und schwächt den Shaytan (Satan), es schwächt den Effekt seines Flüsterns (waswaas) auf die Person und reduziert die schlechten Taten der Person (Sünde). Das ist warum der Shaytan, wie Blut, durch den Sohn Adams „fließt“, als der Prophet (saw) sagte, aber Fasten schmälert die Wege durch die der Shaytan fließt, also wird sein Einfluss weniger.

### **[Shaykh al-Islam said in Majmu' al-Fatawa, 25/246**

Zweifellos wird Blut durch Essen und Trinken geschaffen, also wenn jemand isst und trinkt, werden die Wege durch die der Teufel fließt- welches das Blut ist- weit. Aber wenn eine Person fastet, werden die Wege in denen das Teufliche fließt geschmälert, so sind dann die Herzen motiviert gutes zutun, und schlechte Taten aufzugeben.

- Die Fastende Person trainiert sich selbst an die Erinnerung Allahs, dass ER immer einen sieht, also gibt er Dinge für die er Bedürfnisse hegt, für IHN auf, obwohl er die Möglichkeit hätte sie zubekommen, denn er weiß, dass Allah ihn sehen kann.

- Fasten heißt auch eine Einstellung zur Askese (Enthaltsamkeit) zu entwickeln bezüglich dieser Welt und seiner Bedürfnisse, und nachdem verlangen was bei Allah (swt) ist.

- Es sorgt dafür, dass der Muslim gewohnt ist, große Taten und Aktionen als Anbetung zu tun, denn die fastende Person tut normalerweise mehr Taten zur Anbetung Allahs und ist daran gewöhnt.

Diese sind einige Gründe warum das Fasten Auferlegt ist. Wir bitten Allah uns zu helfen sie zu erlangen und ihn richtig Anzubeten.

*Und Allah weiß es am besten.*

(See Tafsir al-Sa'di, p. 116; Ibn al-Qayyim's footnotes on al-Rawd al-Murabba', 3/344; al-Mawsu'ah al-Fiqhiyyah, 28/9)

## **10 Punkte über das Fasten**

Von Sheikh Yusuf Estes

Es gibt wichtige Punkte die man verstehen muss, damit man während des Fastens im Monat Ramadan den maximalen Nutzen aus der Weisheit und den Lehren mitnehmen kann, die wir in diesem gesegneten Monat bekommen, in dem Allah Seine letzte Offenbarung (den Quran) herab gesandt hat.

Betrachten wir zuerst eine wichtige Aussage unseres Propheten Muhammad (Allahs Segen und Frieden auf ihm), als er sagte: „Lasst den Tag an dem ihr fastet nicht gleich sein wie den Tag an dem ihr nicht fastet.“ Er sprach davon, dass unser Verhalten und unsere Einstellung gleich bleiben, ob wir fasten oder nicht und es keine Auswirkung auf uns hat. Behalten wir dies im Kopf, während wir die folgenden 10 Punkte über das Fasten im Ramadan betrachten, Insha-Allah.

Eine unserer geliebten Lehrer des Islams, Dr. Tamimi (ein Student des Wissens in Madinah) und Dr. Jafar Idris, verfassten interessante und nützliche Vorlesungen über die Bedeutung/Wichtigkeit und die Belohnungen des Fastens in Ramadan. Das Folgende beruht auf einigem dieses ausgezeichneten Wissens.

### **Punkt 1: Das Erlangen von Taqwa**

Allah hat das Fasten zur Erlangung von Taqwa vorgeschrieben,

O ihr die ihr glaubt, vorgeschrieben ist euch das Fasten, so wie es denjenigen vor euch vorgeschrieben war, auf dass ihr gottesfürchtig werden möget. (Sura 2:183)

Taqwa bedeutet hier, einen Schutz zwischen sich selbst und den Zorn Allahs und Seinem Höllenfeuer herzustellen. Daher sollten wir uns selbst, wenn wir das Fasten brechen, fragen: „Hat uns dieser Fastentag dazu gebracht Allah mehr zu fürchten? Hat es dazu geführt, dass wir uns vor dem Höllenfeuer schützen wollen oder nicht?“

### **Punkt 2: Sich Allah nähern**

Dies wird erreicht durch das Rezitieren und das Nachdenken über den Al-Quran während der Nacht und am Tag, dem Teilnehmen an den Taraweeh-Gebeten, sich an Allah erinnern, an Unterrichten teilnehmen und für diejenigen, die es können, durchführen der Umrah. Ebenfalls für diejenigen die dazu in der Lage sind: Durchführen von I'tikaf (Abgeschiedenheit) in den letzten 10 Tagen von Ramadan, um alle weltlichen Beschäftigungen zu verlassen und sich in eine Masjid zurück zu ziehen und nur Allah alleine zu gedenken, um damit Allah näher zu kommen. Wenn man sündigt, fühlt man sich von Allah distanziert. Deshalb kann es einem schwer fallen den Quran zu lesen und in die Masjid zu gehen. Doch der gehorsame Gläubige fühlt sich Allah näher und möchte Allah noch mehr anbeten, denn er ist aufgrund seiner Sünden nicht zurückhaltend.

### **Punkt 3: Das Erwerben von Geduld und starkem Willen**

Allah erwähnt Geduld mehr als siebzig mal im Quran und hat Geduld auf mehr als sechzehn Weisen in Seinem Buch befohlen. Wenn man fastet und Essen, Trinken und sexuelle Heiratsbeziehungen für diese Stunden aufgibt, lernt man Zurückhaltung und Geduld. Diese

Ummah braucht Männer und Frauen mit starkem Willen, die zur Sunnah und Allahs Buch stehen und nicht vor den Feinden Allahs ins Wanken kommen. Wir brauchen keine emotionalen Leute, die nur Sprüche klopfen und schreien, aber sobald die Zeit kommt um an etwas festzuhalten, können sie dies nicht und sind sich unschlüssig.

#### **Punkt 4: Streben nach Ihsan (Rechtschaffenheit und Aufrichtigkeit) und fernhalten von Riya (Augendienerei)**

Ihsan bedeutet Allah anzubeten als wenn man Ihn sehen könnte, auch wenn man Ihn nicht sieht, so sieht Er doch alles. Hasan al-Basri sagte: „Bei Allah, in den letzten 20 Jahren habe ich kein Wort gesagt, noch etwas mit meinen Händen genommen oder mich zurückgehalten etwas mit meinen Händen zu nehmen, noch einen Schritt vorwärts oder einen Schritt rückwärts getan, außer das ich vor jeder Handlung nachgedacht habe: „Liebt Allah diese Handlung? Ist Allah mit dieser Handlung zufrieden?“ Wenn man fastet sollte man diese Eigenschaft, sich selbst zu beobachten, erlangen und sich ebenfalls von Riya (Augendienerei) fernhalten. Deshalb sagte Allah in einem Hadith Qudsi: „Das Fasten ist für Mich und Ich belohne es.“ (al-Bukhari) Allah wählt das Fasten unter allen anderen Arten der Anbetung aus, in dem er sagt: „Das Fasten ist für mich“, denn keiner außer Allah weiß ob man fastet oder nicht. Wenn zum Beispiel jemand betet, spendet oder Tawaf macht, kann er von den Leuten dabei gesehen werden. Daher könnte es sein, dass er dies tut um das Lob der Menschen dafür zu bekommen. Sufyan ath-Thawri pflegte die Nächte und Tage damit zu verbringen, zu weinen und die Leute fragten ihn: „Warum weinst du? Ist es wegen der Angst vor Allah? Er sagte: Nein. Sie fragten: Ist es wegen der Angst vor dem Höllenfeuer? Er sagte: Nein. Es ist nicht die Angst vor dem Höllenfeuer, die mich zum weinen bringt. Ich weine, weil ich Allah all die Jahre angebetet habe, Schüler unterrichte und ich mir nicht sicher bin, ob meine Absichten rein nur für Allah sind.“

#### **Punkt 5: Verbessern des Benehmens, besonders bezogen auf die Aufrichtigkeit und das Aushändigen von anvertrautem Gut**

Der Prophet (Allahs Segen und Frieden auf ihm) sagte: „Wer auch immer die Lüge in Wort und Tat nicht verlässt, so braucht Allah seinen Hunger und Durst nicht.“ (al-Bukhari) Daraus lernen wir, dass wir achtgeben müssen auf die Reinhaltung unseres Verhaltens. Der Prophet (Allahs Segen und Frieden auf ihm) sagte: „Ich wurde gesandt um das gute Benehmen zu vervollkommen.“ (Malik) Daher müssen wir uns selber fragen: „Befolgen wir das Verhalten des Propheten (Allahs Segen und Frieden auf ihm)?“ Geben wir zum Beispiel Salam an diejenigen die wir nicht kennen und an diejenigen die wir kennen? Befolgen wir die Verhaltensweisen des Islam, indem wir die Wahrheit sagen und nur die Wahrheit? Sind wir aufrichtig? Sind wir barmherzig zur Schöpfung?

#### **Punkt 6: Erkennen das man sich bessern kann**

Der Prophet (Allahs Segen und Frieden auf ihm) sagte: „Jeder Sohn Adams sündigt und die besten unter den Sündern sind diejenigen, die bereuen.“ (Ibn Madscha) Allah bietet viele Möglichkeiten reuig zu Ihm zurückzukehren und nach Seiner Vergebung zu streben. Wenn jemand ungehorsam war, kann er gehorsam werden.

#### **Punkt 7: Wohltätiger sein**

Ibn Abbas sagte: „Der Prophet (Allahs Segen und Frieden auf ihm) war der Großzügigste unter den Menschen und er pflegte es im Monat Ramadan noch mehr zu sein, wenn Jibril

(Engel Gabriel) ihn in jeder Nacht von Ramadan bis zum Ende des Monats begegnete...“ (al-Bukhari)

Der Prophet (Allahs Segen und Frieden auf ihm) sagte: „Derjenige, der Essen an eine fastende Person gibt um das Fasten zu brechen, wird den gleichen Lohn wie er bekommen, ohne dass etwas vom Lohn der fastenden Person weggenommen wird.“ (at-Tirmidhi)

### **Punkt 8: Das Spüren der Einheit der Muslime**

Der Prophet (Allahs Segen und Frieden auf ihm) sagte: „...Diejenigen von euch, die nach mir leben, werden viele Unstimmigkeiten sehen. Dann müsst ihr an meiner Sunnah und der Sunnah der rechtgeleiteten Khalifahs (Führer) festhalten. Haltet fest daran und bleibt dabei. (Abu Dawud)

In diesem Monat spüren wir, dass es eine Möglichkeit zur Einheit gibt, da wir alle zusammen fasten, zusammen das Fasten brechen, zusammen Allah anbeten und Salat-ul-Eid gemeinsam beten. Daher spüren wir, dass die Einheit der Muslime möglich ist. Es ist für die Muslime möglich ein Körper zu sein. Doch dies kann nur erreicht werden, wenn die Gehorsamkeit nur Allah und seinen Gesandten gegenüber besteht.

### **Punkt 9: Lernen von Disziplin**

Der Prophet (Allahs Segen und Frieden auf ihm) ließ uns an Disziplin und Strenge festhalten. Strenge dich nicht zu Fanatismus führt oder über die Grenzen Allahs, die er festgelegt hat, hinausgeht. Man kann nicht wissentlich das Fasten vor Sonnenuntergang brechen, da dies nicht von Allah angenommen wird. Muslime sollten lernen sehr streng in ihrem Leben zu sein, da sie Menschen einer wichtigen Botschaft sind, um die sie ihr Leben gestalten.

### **Punkt 10: Das Unterrichten der Jüngeren Allah anzubeten**

Es war die Gefolgenheit der Leute von Madinah, dass sie während des Fastens an Ashura (welches jetzt ein empfohlenes Fasten eines Tages ist) mit ihren Kindern fasteten. Wenn ihre Kinder vor Hunger und Durst schrien, haben ihre Eltern ihre Aufmerksamkeit abgelenkt, indem sie ihnen eine Art Spielzeug gegeben haben, um damit zu spielen. Die Kinder brachen ihr Fasten mit den Eltern. (wie in al-Bukhari erwähnt)

Daher sollten die Jüngeren in die Masjid gebracht werden und dort mit ihren Eltern zusammen beten, damit sie die Möglichkeit haben sich daran zu gewöhnen Allah anzubeten. Wenn man Kinder nicht dazu ermutigt zu fasten wenn sie jung sind, wird es für sie schwer sein, 30 Tage ab der Pubertät zu fasten. Aus diesem Grund hat der Prophet (Allahs Segen und Frieden auf ihm) gesagt: „Befehlt euren Kindern zu beten wenn sie sieben sind und schlägt sie (hier ist eine disziplinarische Maßnahme gemeint und keine Hau-drauf-Methode) ab dem Alter von zehn (wenn sie nicht beten).“ (Hakim)

Es gibt noch eine andere Betrachtung für das Fasten im Ramadan, obgleich dies nichts ist, was wir normalerweise als Motivation für das Folgen von Allah's Befehlen in Erwägung ziehen. Dies sind die physischen und medizinischen Vorteile die üblicherweise mit dem Fasten verbunden sind.

Wir sind dazu verpflichtet, auf unsere Gesundheit zu achten und unseren Körper mit seinen Rechten gegenüber uns zu versorgen. Unser Prophet (Allahs Segen und Frieden auf ihm)

sagte uns, dass unser Körper Rechte uns gegenüber hat und in einem Hadith sagte er: „Der starke Gläubige ist besser und wird von Allah mehr geliebt, als der schwache Gläubige, obwohl beide gut sind.“ (Sahih Muslim)

Macht bitte Du'a für uns während ihr fastet, Insha-Allah. Möge Allah euer Fasten annehmen und euch in Sein Jannah eingehen lassen, Ameen.

## **Das Nachtgebet**

Alles Lob gebührt Allâh, Der das Gebet zu einer Entspannung für die Gläubigen, zu einem Zufluchtsort für die sich Fürchtenden, und zu einer Rechtleitung für die Menschheit machte. Mögen der Friede und Segen Allâhs auf dem Führer derjenigen sein, die das Gebet und die Nachtgebete verrichten, und Ruku' (Verbeugung im Gebet) und Sudschûd (Niederwerfung im Gebet) machen. Und auch auf seiner Familie, seinen Gefährten, und auf denjenigen, die ihnen in der richtigen Weise folgen, bis zum Tag des Gerichts.

Zunächst:

Das Nachtgebet ist der Fleiß der Rechtgeleiteten, eine Handlung der Gläubigen, und die Tat der Sieger. Nachts sind die Gläubigen allein mit ihrem Herrn - sie stehen vor ihrem Schöpfer, klagen über ihre Situation und erbitten Seinen Segen. Sie stehen vor Ihrem Herrn, geben sich ganz dem vertraulichen Gespräch mit ihrem Schöpfer hin, sanft die Düfte die den Lichtern der guten Taten entströmen, einatmend, und das größte Geschenk suchend und erfliegend.

### **Nachtgebet im Qur'an**

Allah der Erhabene sagte:

"Sie erheben sich aus [ihren] Betten" [Edler Qur'an 32:16]

Mujahid und Al-Hasan sagten: "Es bedeutet Nachtgebet".

Ibn Kathir erklärt den Vers: "Gemeint ist das Nachtgebet, wobei man seinen Schlaf unterbricht

und sich erhebt von seinem weichen, flachen Lager.

Abdul al-Haq Ashbeeli sagte: "Ihre Seiten(auf denen man im Schlaf schläft) finden keine Ruhe auf einem Bett. Sie verbleiben also nicht auf einem bequemen Lager aus Furcht vor der Strafe und der Hoffnung auf Belohnung."

Allah, der Allmächtige, sagt über die Menschen, die tahajjud (Nachtgebet) machen :

"Sie pflegten zu schlafen, aber nur einen Teil der Nacht und in den Stunden vor Morgengrauen baten sie um Vergebung" [51:17-18 Noble Qur'an]

Al-Hasan sagte: "Sie belasteten sich selbst des Nachts. Sie dehnten das Gebet aus bis zum Morgengrauen, dann setzten sie sich und sprachen Bittgebete und baten um Vergebung.

Allah, der Erhabene, sagte:

"Ist jener, der während der Nacht demütig zu Allah fleht, sich niederwerfend und stehend [im Gebet] aus Furcht vor dem Jenseits und hoffend auf die Barmherzigkeit seines Herrn, [gleich dem, der dies nicht tut? Sprich:" Sind diejenigen, die wissen, gleich denjenigen, die nicht wissen? "Doch nur die Einsichtigen lassen sich ermahnen." [Edler Qur`an 39:9]

Mit anderen Worten: Ist derjenige, der über diese Eigenschaften verfügt, ähnlich dem, der nachts schläft und die Zeit verschwendet?? Kann er etwas anderes sein als einer, der Wissen über Allahs Belohnungen hat, jedoch ignorant gegenüber seiner Bestrafung ist?

Meine Brüder und Schwestern: Wo sind die Menschen der Nacht? Wohin sind die Tugendhaften entschwunden und nur die Faulen und Trägen übrig lassend?

Oh Leute der Nacht, bemüht euch, euren Herrn ersuchend, Der den Bittenden nicht abweist.

### **Nachtgebet in der Sunna**

Meine lieben muslimischen Brüder und Schwestern: Der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) motivierte dazu, das Nachtgebet zu verrichten und erweckte das Interesse daran.

"Es ist an euch, das Nachtgebet durchzuführen, weil es die Praxis der rechtschaffenen Menschen war, die vor euch lebten. Es ist ein Mittel zur Erlangung der Nähe zu Allah, dem Allmächtigen, es löscht Sünden, verhindert Fehlverhalten, und es vertreibt Krankheiten aus dem Körper . " [Überliefert von Ahmad, At-Tirmidhi, und als sahih befunden von Al-Albani]

Der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) sagte über Abdullah Ibn Umar: "Wie vorzüglich ist Abdullah! Wenn er doch nur das Nachtgebet verrichten würde!"

Salim ibn Abdullah ibn Umar sagte: Danach schlief Abdullah nachts nur sehr wenig."

Der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte: "Im Paradies gibt es einen Raum, von welchem aus das Äußere von Innen gesehen wird, und der Innenraum von außen."

Jemand fragte: "Wer hat ein Anrecht darauf, oh Gesandter Allahs?"

Er (salla Allahu `alaihi wa sallam) sagte: "Es ist für denjenigen, dessen Rede angenehm ist, der andere speist, und der während der Nacht im Gebet steht, während die Leute schlafen" [Berichtet von At-Tabari, Al-Hakim, und sahih eingestuft durch Al-Albani]

Der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) sagte: "Jibril kam zu mir und sagte:" Oh Muhammad: Lebe, wie du willst, jedoch du wirst sterben. Liebe wen du willst, doch du wirst getrennt werden. Tu, was auch immer du willst, es wird dir vergolten werden. Wisse, dass der Gläubige der am meisten geehrt wird, der ist, der nachts (im Gebet) steht, und sein Vorzug besteht darin, dass er von den Menschen nichts benötigt. "[Berichtet von Al-Hakim und Al-Baihaqi. Er wurde von Hasan Al-Albani und Mundhiri als hasan eingestuft.

Er (salla Allahu `alaihi wa sallam) sagte: "Wer nachts ( im Gebet) steht und zehn Ayat (Verse) rezitiert, zählt nicht zu den Achtlosen. Wer des Nachts steht und einhundert Ayat

rezitiert, zählt zu den Frommen. Wer steht und eintausend Ayat rezitiert, ist unter denjenigen, die eine enorme Menge an guten Taten gut geschrieben bekommen. " [Berichtet von Abu Dawud und als sahih eingestuft von Al-Albani]

Jemand berichtete dem Propheten (salla Allahu `alaihi wa sallam) über einen Mann, der die ganze Nacht bis zum Morgen schlief. Er (salla Allahu `alaihi wa sallam) sagte: "Das ist ein Mann, in dessen Ohr der Shaytan uriniert!" [bestätigt durch Bukhari und Muslim]

Der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) sagte: "Das beste Gebet nach den obligatorischen Gebeten ist das Nachtgebet". [Berichtet von Muslim]

### **Nachtgebet des Propheten**

Allah der Hoherhabene hat Seinen Propheten (salla Allahu `alaihi wa sallam) angewiesen, das Nachtgebet wie folgt zu verrichten:

Oh, du Verhüllter! Verbringe die Nacht stehend (im Gebet) bis auf wenig Zeit davon, die Hälfte von ihr, oder verringere sie ein wenig, oder füge ein wenig hinzu – und trage den Qur`an mit schöner Betonung vor." [Noble Quran 73:1-4]

Und Er sprach:

“ Und unterbrich deswegen (für die Lesung) in der Nacht deinen Schlaf – vollbringe diese Leistung freiwillig. Vielleicht wird dich dein Herr zu einem löblichen Rang erwecken..” [Edler Quran 17:79]

A'ischa (radiuAllahu `anha)sagte: "Der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) stand in der Nacht im Gebet, bis seine Füße rissig wurden. Ich sagte zu ihm: Warum tust Du dies oh Gesandter Allahs, wo doch alle deine vergangenen und zukünftigen Sünden vergeben sind? Er sagte: Soll ich nicht ein dankbarer Diener sein?" [bestätigt durch Bukhari und Muslim]

Dies beweist, dass Dankbarkeit nicht nur durch ein Lippenbekenntnis erwiesen wird, sondern durch das Herz, die Zunge, und die Gliedmaßen. Der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) legte die Pflichten des Gottesdienstes in der vollkommensten Art und Weise, und in der vollkommensten Form fest. Er tat all dies ungeachtet der Tatsache, dass er die islamische Aqidah (Glaubenslehre) verbreiten, die Muslime lehren, sich selbst auf Allahs Weg bemühen, und die Pflichten gegenüber seiner Familie und seinen Kindern erfüllen musste.

Er (Salla Allahu `alaihi wa sallam) war, wie Ibn Rawaha sagte:

Unter uns ist der Gesandte Allahs, Sein (Allah Taalas) Buch rezitierend  
Wenn die Nacht getrennt wird von der glühenden Morgenröte.

Er zeigte uns die Orientierung nach der Blindheit, so dass unsere Herzen voller Gewissheit sind, dass das, was er sagt, die Wahrheit ist.

Er verbringt die Nacht von seinem Bett getrennt,

während die Betten schwer an den Götzendienern tragen.

Hudhaifa berichtete: "Ich betete mit dem Propheten (salla Allahu `alaihi wa sallam) eine Nacht. Er begann mit Al-Baqara, so dass ich dachte, dass er danach Ruku` (Verbeugung) machen würde. Dann begann er mit Al-Nisa und rezitierte sie. Dann begann er mit Al-Imran und rezitierte sie. Er rezitierte langsam, kam er zu einer Ayah mit Tasbih , machte er Tasbih. Kam er zu einer Bitte, bat er. Kam er zu einer Stelle des Zufluchtsuchens, suchte er Zuflucht....“ [überliefert von Muslim]

Ibn Mas'ud berichtete: "Ich betete eine Nacht mit dem Propheten. Er (sallah Allahu `alaihi wa sallam) verblieb im Gebet stehend, bis ich etwas schlechtes tun wollte. Jemand fragte: Was gedachtest du denn zu tun? Er sagte: Ich dachte, mich hinzusetzen und ihn alleine stehen zu lassen!" [überliefert durch Bukhari und Muslim]

Ibn Hajar sagte: "Dieser Hadith ist der Beweis dafür, dass der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) es bevorzugte, das Nachtgebet zu verlängern. Ibn Mas'ud war willensstark in der Nacheiferung des Propheten (salla Allahu `alaihi wa sallam). Er dachte nicht daran, sich nieder zu setzen, obwohl das Gebet viel länger war, als er gewohnt war. "

### **Das Nachtgebet und die frühen Muslime**

Imam Al-Hasan Al-Basri sagte: "Ich fand keinen Gottesdienst, der gewaltiger wäre als das Gebet in der Mitte der Nacht".

Abu 'Uthman al-Hindi, sagte: "Ich war der Gast von Abu Huraira für sieben [Tage]. Er, seine Frau und sein Diener unterteilten die Nacht in drei Teile, betend einerseits und wach zu bleiben für einen anderen Teil."

Wenn Shaddad ibn Aws zu Bett ging, wäre er wie ein Korn in einer erhitzten Pfanne sein. Und er würde sagen: "Oh Allah, das Höllenfeuer hindert mich nicht am Schlafen". Dann würde er im Gebet stehen.

Tawus pflegte seine Familie zu wecken, dann die Gebetswaschung zu vollziehen und das Gesicht bis zum Morgen der Kaaba zuzuwenden. Er pflegte zu sagen: "Der Schlaf hat die Gläubigen vollständig von der Erinnerung an das Höllenfeuer abgehalten!"

Zum'a Abid al- pflegte viele Stunden der Nacht im Gebet zu verbringen. Bei Tagesanbruch erhob er seine Stimme und verkündete: "Oh Bettenreiter, geht ihr schlafen und verschwendet die ganze Nacht? Wollt ihr nicht aufstehen und das Bett verlassen?!" Er hörte dann Jemanden weinen von irgendwo, eine Person, die Bittgebete macht von anderswo, und jemanden, der die Gebetswaschung vollzieht von noch einem anderen Ort. Wenn die Zeit des Frühgebetes kam, sagte er. "Morgens sind die Menschen dankbar für die Verkündung."

Der Grad der frühen Muslime im Hinblick auf das Nachtgebet

Imam Ibn-ul-Jawzi sagte: Ihr sollt wissen, dass die frühen Muslime das Nachtgebet betreffend auf einer von sieben Graden waren:

Stufe eins: Diese bleiben die ganze Nacht auf. Einige von ihnen beteten das Frühgebet mit dem

wudu (Gebetswaschung) von dem Pflichtnachtgebet "Isha" .

Stufe zwei: Diese beteten die Hälfte der Nacht.

Stufe drei: Diese pflegten ein Drittel der Nacht zu beten. Der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) sagte: "Das beliebteste Gebet für Allah den Allmächtigen ist das Gebet von Dawud. Er pflegte die halbe Nacht zu schlafen, ein Drittel zu beten, und ein Sechstel zu schlafen." [überliefert von Bukhari und Muslim]

Stufe vier: Diese beteten ein Sechstel oder ein Fünftel der Nacht.

Stufe fünf: Diese legten sich nicht fest auf einen Zeitpunkt der Nacht. Sie beteten, bis sie schläfrig wurden, und dann schlafen sie. Wenn sie aufwachten, beteten sie.

Stufe sechs: Diese beteten zwei oder vier Rak'a (Gebetsabschnitte).

Stufe sieben: Diese pflegten wach zu bleiben zwischen den beiden Ishazeiten [der frühen Zeit für Isha und der späteren empfohlenen Zeit], und versüßten den Morgen mit

Bittgebeten. Auf diese Weise verbanden sie die Nacht und den Morgen. Der

Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) sagte: "Wahrlich, in jeder Nacht gibt es eine Zeit in welcher, wenn der Gottesdiener Allah den Erhabenen um etwas Gutes bittet, Er es ihm geben wird. Und das in jeder Nacht." [Berichtet von Muslim]

### **Methoden, die das Nachtgebet erleichtern**

Imam Abu Hamid Al-Ghazali erwähnte einige externe und interne Faktoren, die das Nachtgebet erleichtern.

Es gibt vier äußere Methoden:

1.: Der Mensch sollte nicht zuviel essen oder trinken. Sonst würde der Schlaf ihn überwältigen,

und das Aufwachen wird schwer möglich sein.

2.: Die Person sollte sich nicht selbst ermüden durch die Beschäftigung mit unnützen Dingen während des Tages.

3.: Er sollte möglichst ein Mittagsschläfchen halten. Es ist eine Hilfe bezüglich des

Aufwachens.

4.: Er sollte tagsüber nicht sündigen, denn das wird ihn vom Aufwachen abhalten.

### **Es gibt vier innere Methoden**

1.: Das Herz sollte frei sein von Håme gegenüber den Muslimen, Neuerungen und übermäßigen

weltlichen Interessen.

2.: Das Herz sollte eine Menge Angst und nicht zu viel Hoffnung haben.

3.: Der Glåubige sollte die Vorteile des Nachtgebetes kennen.

4.: Die beste Motivation: Die Liebe zu Allah und einen starken Glauben daran zu haben, dass in seinem Gebet jedes Wort, das er ausspricht, ihn von der Strafe seines Herrn entfernt.

### **Das Nachtgebet im Ramadan**

Das Nachtgebet im Ramadan ist das Tarawihgebet, welches die Muslime wåhrend des Ramadan durchführen. Es ist eine der gröſsten gottesdienstlichen Handlungen, durch welche die Glåubigen versuchen, Allah näher zu kommen in diesem Monat.

Ibn Al-Hafidh Rajab sagte: "Ihr solltet wissen, dass der Glåubige im Ramadan zwei Handlungen ausführt, mit denen er gegen sich selbst kämpft: im Laufe des Tages durch Fasten, und wåhrend der Nachtzeit durch das Nachtgebet. Wer auch immer diese beiden Formen der Anstrengung kombiniert, erhält seinen Lohn ohne Abrechnung. "

Shaikh Ibn Uthaimin sagte: "Das Gebet in der Nacht wåhrend des Ramadan hat Vorteile und Verdienste, die zu keiner anderen Zeit zu erringen sind. Der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) sagte:" Wer auch immer das Nachtgebet wåhrend des Ramadan verrichtet mit tiefem Glauben und der Hoffnung auf Belohnung von Allah, dem werden alle seine früheren Sünden vergeben. "[berliefert von Bukhari und Muslim]

Das Nachtgebet wåhrend des Ramadan beinhaltet sowohl Gebete wåhrend dem frühen als auch dem späten Teil der Nacht. Aus diesem Grund ist das Tarawihgebet Teil des Nachtgebetes wåhrend des Ramadan. Es ist wichtig, es zu besuchen, es zu hüten um dadurch die Belohnung Allahs zu erhoffen. Es ist durchführbar nur wåhrend einer begrenzten Anzahl von Nächten, so dass der wissende Glåubige die Gelegenheit nutzt, bevor diese vergangen ist.

Das Tarawihgebet wurde festgelegt als eine Versammlung in den Moscheen. Der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) war der erste, der die Sunna (Brauch, gewohnte Handlungsweise)des Tarawihgebetes in der Moschee begann, aber dann lie er es aus Angst, dass es für sein Volk obligatorisch werden könnte. Als der Prophet (salla Allahu `alaihi wa sallam) aus dieser Welt ging um bei seinem Herrn zu sein, war die Scharia (islamische Gesetzgebung) abgeschlossen und so gab es keine Befürchtungen mehr, das Tarawihgebet könne obligatorisch werden. Seine religise Natur als Gemeinschaftsgebet ist geblieben und ist fest verankert.

Es ist wichtig für die Muslime dieses Gebet zu bewahren und es vollkommen zu verrichten und geduldig zu sein um Allahs des Erhabenen willen.

Shaikh Ibn Uthaimin sagte: "Niemand soll zurückbleiben bei der Erlangung der Belohnung des Tarawihgebetes. Er sollte es nicht verlassen, bis der Imam dieses sowie das Witrgebet beendet hat, so dass er die gesamte Belohnung für die Durchführung des Nachtgebetes erhält."

Die Frauen dürfen am Tarawihgebet in den Moscheen teilnehmen solange keine Gefahr besteht, sowohl durch sie als auch für sie. Aber es ist notwendig, dass die Frau bedeckt teilnimmt und Hijab trägt, nicht prahlt, nicht parfümiert ist, die Stimme nicht erhebt, oder ihre Schönheit zur Schau stellt.

Es ist von der Sunna, dass die Frauen hinter den Männern stehen und etwas entfernt von ihnen. Sie sollten sich aufstellen, beginnend mit der letzten Reihe, da diese am weitesten weg von den Männern ist. Sie sollten die Moschee gleich, nach dem der Imam Tasleem (Segenswunsch und Begrüßung) gemacht hat, verlassen und nicht unnötig verbleiben, es sei denn aufgrund einer Notwendigkeit.

Dies ist wegen des Hadithes von Umm Salama, die berichtete: "Wenn der Prophet die Begrüßung vollzogen hatte, standen die Frauen auf, nachdem er (salla Allahu `alaihi wa sallam) den Taslim vollendet hatte. Er (salla Allahu `alaihi wa sallam) verblieb für eine Weile noch an seinem Platz, bevor er aufstand". Sie sagte: „Wir denken, und Allah weiß am besten, dass dies so war, damit die Frauen gehen konnten, bevor die Männer aufholen konnten." [Berichtet von Al-Bukhari]

Möge der Friede und Segen Allahs auf unserem Prophet, seiner Familie, seinen Weggefährten, den Gelehrten und der gesamten Ummah (Gemeinschaft der Gläubigen) sein.

### **Tugenden der letzten zehn Nächte**

Gelobt sei Allah, der Herr der Welten, Frieden und Segen seien auf dem wahrhaftigen Propheten Mohammed (Frieden und Segen seien auf ihm), seiner Familie und seinen Gefährten.

Der Prophet (Friede sei mit ihm) pflegte an den letzten zehn Tagen des Monats Ramadan einen so harten Gottesdienst zu leisten, wie zu keiner anderen Zeit.

[Muslim, 1175, überliefert von 'A'ishah]

Er zog sich zu jener Zeit an einen Ort zurück und wartete (arab. *I'tikaf*) auf die „Nacht der Offenbarung“ (arab. *Laylat al-Qadr*).

[Al-Bukhari, 1913; Muslim, 1169]

In dem Werk *al-Sahihayn* wird in einem von Aishah überlieferten Hadith berichtet, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) des Nachts wach blieb, seine Familie aufweckte und „sich rüstete“.

[al-Bukhari, 1920; Muslim, 1174]

Muslim fügte hinzu: Er strengte sich besonders an und „rüstete sich“.

Ihre Äußerung „rüstete sich“ stellt eine Metapher dar. Sie soll zum Ausdruck bringen, wie er sich auf den außerordentlichen Gottesdienst mit großer Anstrengung vorbereitete. Es bedeutet ungefähr „seine Ärmel hochkrempeln“ für den Gottesdienst, d.h. große Anstrengung für den Gottesdienst an den Tag legen.

Es wurde ebenso gesagt, dass die Metapher das Fernhalten von Frauen und sexuellen Beziehungen symbolisiert.

Die Äußerung „des Nachts wach bleiben“ bedeutet, dass er Nachts nicht schlief und sie im Gebet verbrachte.

In einem weiteren von Aishah überlieferten Hadith heißt es: „Ich sah den Propheten (Friede sei mit ihm) nie dabei, dass er den gesamten Qur'an in einer Nacht rezitierte, oder eine ganze Nacht bis zum Morgen im Gebet verbrachte, außer im Monat Ramadan.“

[Sunan al-Nasa'i, 1641]

Die Worte „blieb des Nachts wach“ könnten bedeuten, dass er nicht die *ganze* Nacht wach blieb, sondern nach dem Nachtgebet und dem Suhur-Gebet (freiwilliges Gebet am Morgen). Er blieb den *größten* Teil der Nacht wach.

Die Worte „er weckte seine Familie auf“ bedeuten, dass er seine Frauen aufweckte, um den Qiyam zu beten.

Es ist bekannt, dass er (Friede sei mit ihm) seine Frauen jedes Jahr weckte, er weckte sie jedoch, um in einem Teil der Nacht das Qiyam- Gebet zu verrichten.

Im *Sahih al- Bukhari* wird berichtet, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) eines Nacht aufwachte und sagte: „Subhan Allah! Welche Widerwärtigkeiten sind heute Nacht hinabgestiegen! Welch ein Schatz ist heute Nacht hinabgestiegen! Wer wird die Bewohnerinnen dieser Wohnungen aufwecken? Es mag Frauen geben, die im Diesseits bekleidet sind, im Jenseits jedoch nackt sind!“

[al-Bukhari, 1074]

Es wurde ebenso [im *Sahih al-Bukhari*] berichtet, dass er (Friede sei mit ihm) Aishah aufweckte, wenn er das *Witr-Gebet* verrichten wollte.

[al-Bukhari, 952]

Wenn er jedoch seine Frauen an den letzten zehn Tagen des Ramadan Nachts weckte, geschah dies beharrlicher als in anderen Zeiten des Jahres.

Die Tatsache, dass er dies tat, ist ein Indiz dafür, dass er dem Gottesdienst größte Bedeutung beimaß und diesen zu einer besonderen Zeit leistete.

Der Muslim soll den Propheten (Friede sei mit ihm) zum Vorbild nehmen, weil er das Beispiel ist. Deshalb soll er sich in der Anbetung Allahs anstrengen.

Er sollte die Stunden dieser Tage und Nächte nicht sinnlos verstreichen lassen, denn wir wissen nicht, ob wir diese Zeit erneut erleben dürfen. Genusszerstörer wie der Tod, den jeder Mensch kosten muss, könnte den Menschen einholen und aus dem Leben reißen. Sein Leben ist vorbei. Dann wird er Reue empfinden, aber diese wird nicht angenommen.

Zu den einzigartigen Tugenden dieser besonderen Nächte gehört die „Nacht der Offenbarung“ (arab. *Laylat al-Qadr*). Allah sagt: "Ha-Meem."

(Diese Buchstaben gehören zu den Wundern des Qur'an und niemand außer Allah (allein) kennt ihre Bedeutungen.)

*„H.M. Bei dem deutlichen Buch! Wahrlich, Wir haben es hinabgesandt in einer gesegneten Nacht- Wir waren doch stets ein Warnender! In welcher der Unterschied zwischen allen Dingen in Weisheit erläutert wurde. Auf Unser Geheiß. Es gab stets Gesandte. Als eine Barmherzigkeit von deinem Herrn- Er ist fürwahr der Hörende, der Wissende.“*

(Der Koran. Aus dem Arabischen von Max Henning. Sure 44:1-6)

Allah sandte den Qur'an in jener Nacht hinab und Er, der Herr der Welten, beschrieb sie als gesegnet.

Von einer Gruppe Gefährten des Propheten (Friede sei mit ihm) Namens *Salaf*- unter ihnen auch Ibn 'Abbas, Qutadah, Sa'id ibn Jubayr, 'Ikrimah, Mujahid und anderen wurde überliefert, dass der Qur'an in dieser Nacht hinabgesandt worden ist.

In dieser Nacht wird das *Schicksal* aller Lebewesen für das nächste Jahr festgelegt.

In dieser Nacht wird niedergeschrieben, wer weiterhin leben wird, wer sterben wird, wer gerettet wird, wer verdammt wird, wem der Einlass ins Paradies gewährt wird, wer in die Hölle gehen wird, wem Ehre zuteil werden wird, wer gedemütigt werden wird, wo Dürre und Hungersnot herrschen wird und alles andere, was Allah will.

Was bedeutet es, dass das „Schicksal aller Lebewesen“ in dieser Nacht niedergeschrieben wird? Es bedeutet, dass Allah es am Besten weiß. Dass das Schicksal von *al-Lawh al-Mahfooz* überbracht wird.

Ibn Abbas sagte: „Ein Mann, den man dabei sieht, wie er sein Haus einrichtet oder das Feld bestellt, könnte einer sein, der kurz vorm Sterben ist.“ Das heißt, dass in dieser Nacht niedergeschrieben wird, dass er einer von jenen ist, der in diesem Jahr aus dem Leben scheiden wird. Das Schicksal der Menschen wird in dieser Nacht den Engeln gezeigt.

*„Qadr“* bedeutet *„Ehrfurcht“* oder *„Verehrung“*, d.h. es handelt sich um eine Nacht, die *verehrt* wird wegen ihrer besonderen Eigenschaften. Die Person, die in dieser Nacht wach bleibt, ist demnach eine *ehrbare* Person.

Ebenso wurde gesagt, dass *„Qadr“* *„Beengung“* bedeutet. Dies hängt damit zusammen, dass das Wissen über den genauen Zeitpunkt dieser Nacht **verborgen** ist. Al-Khalil ibn Ahmad sagte: „Diese Nacht nennt sich *„Laylat al-Qadr“*, weil die Erde in dieser Nacht von einer großen Anzahl Engel beengt wird. Daher die Bedeutung *„Beengung“*.“

Allah sagt (in ungefährender Bedeutung):

*„Wenn Er ihn aber prüft, indem Er ihm Seine Versorgung kurz bemisst, dann sagt er: 'Mein Herr hat mich erniedrigt.'“*

Wenn Allah z.B. seine Versorgung beschneidet.

(Der Koran. Aus dem Arabischen von Max Henning. Sure 89:16)

Es wurde ebenso gesagt, dass „**Qadr**“ „**Schicksal**“ bedeutet, d.h. In dieser Nacht wird das Schicksal für das kommende Jahr angeordnet, wie Allah sagt (in ungefährer Bedeutung):

*„In welcher der Unterschied zwischen allen Dingen in Weisheit erläutert wurde.“*

In dieser Nacht entscheidet Allah.

(Der Koran. Aus dem Arabischen von Max Henning. Sure 44:4)

So kam es, dass Allah diese Nacht „**Laylat al-Qadr**“ nannte, wegen ihres hohen Wertes und ihrer hohen Stellung bei Allah und weil so viele Sünden vergeben werden und so viele Fehler in dieser Nacht gelöscht werden.

Denn es ist die **Nacht der Vergebung**, wie es in **al-Sahihayn** von Abu Hurayrah überliefert wurde, dass der Gesandte Allahs (Friede sei mit ihm) sagte:

*„Wer auch immer während dieser Nacht aufgrund aufrichtigen Glaubens wach bleibt, dem werden all seine vorherigen Sünden vergeben.“*

[Al-Bukhari, 1910; Muslim, 760]

Allah versah diese Nacht mit besonderen Eigenschaften, die sie einzigartig machen:

Es ist die Nacht, in der der Qur'an herabgesandt wurde, wie zuvor erwähnt.

Ibn Abbas et alii sagten:

*„Allah sandte den Qur'an in einer Zeit vom al-Lawh al-Mahfooz zu Bayt al-'Izzah, in den ersten Himmel, dann wurde er dem Gesandten Allahs (Friede sei mit ihm) in einem Zeitraum von 23 Jahren offenbart.“*

[Tafsir Ibn Kathir, 4/529]

Allah sagte über diese Nacht, dass sie besser sei als **1000** Monate, wie Er sagt (in ungefährer Bedeutung):

*„Die Nacht des Schicksals ist besser als tausend Monate.“*

(Der Koran. Aus dem Arabischen von Max Henning. Sure 97:3)

Allah sagt über sie, dass sie gesegnet sei, wie Er sagt (in ungefährer Bedeutung):

*„Wahrlich, Wir haben es hinabgesandt in einer gesegneten Nacht.“*

(Der Koran. Aus dem Arabischen von Max Henning. Sure 44:3)

*„In dieser Nacht steigen die Engel und der Geist hinab, weil diese Nacht so gesegnet ist. Die Engel steigen ab, wenn Allahs Gnade und Barmherzigkeit auf die Erde kommen, so wie sie hinabsteigen, wenn der Qur'an rezitiert wird. Sie umgeben die Runden des Gedenkens*

*(Runden, in denen Allahs gedacht wird). Die Engel senken ihre Flügel aus Respekt für jenen, der aufrichtig nach Wissen sucht.“*

[Siehe Tafsir Ibn Kathir, 4/531]

Der Geist (arab. „*Al-Ruh*“) ist *Jibril* (Friede sei mit ihm), der besonders als Respektbekundung für ihn erwähnt wird.

Die Nacht wird als „*Frieden*“ bezeichnet, d.h. Mujahid zufolge ist sie sicher, weil der *Satan* in dieser Nacht nichts Böses tun und keinen Schaden anrichten kann.

[Siehe Tafsir Ibn Kathir, 4/531]

In dieser Nacht werden viele vor der Strafe Allahs bewahrt, weil sie Seiner gedenken, gelobt sei Er.

"In welcher der Unterschied zwischen allen Dingen in Weisheit erläutert wurde.“

[al-Dukhan 44:4 – Auslegung der Bedeutung]

Die Angelegenheiten dieses Jahres werden vom *al-Lawh al-Mahfooz* zu den *Engeln* befördert, die die Anordnungen aufzeichnen: Sie zeichnen auf, wer weiterleben darf, wer sterben wird, welche Belohnung Leute bekommen werden, was bis zum Ende des Jahres geschehen wird. Jede Anordnung wird aufgezeichnet und kann nicht geändert werden.

[Siehe Tafsir Ibn Kathir, 4/137, 138]

Alle Angelegenheiten sind Allah bekannt, bevor sie niedergeschrieben werden, aber Er setzt die Engel in Kenntnis und befiehlt ihnen, was sie tun sollen.

[Sharh Sahih Muslim li'l-Nawawi, 8/57]

Allah vergibt demjenigen die vergangenen Sünden, der wach bleibt und in dieser Nacht aufrichtigen Herzens betet und auf Seine Belohnung hofft.

Von Abu Hurayrah wurde überliefert, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) sagte:

„Wer im Monat Ramadan aus tiefstem Glauben fastet, auf die Belohnung Allahs hofft, dem werden alle vergangenen Sünden vergeben. Wer in dieser Nacht aus tiefstem Glauben wach bleibt und auf die Belohnung Allahs hofft, dem werden alle vergangenen Sünden vergeben.“

[im Einvernehmen]

Der Ausdruck „*aus tiefstem Glauben und in der Hoffnung auf die Belohnung Allahs*“ bedeutet, dass man an Allahs Belohnung glauben und diese Belohnung anstreben soll.

[Fath al-Bari, 4/251]

Allah offenbarte eine Sure, die von dieser Nacht handelt, die bis zum Jüngsten Tag rezitiert werden wird. In dieser Sure erwähnt Er die Ehre und den hohen Wert dieser Nacht. Von der folgenden Sure ist die Rede:

*„Wir haben ihn wahrlich in der Nacht des Schicksals herabgesandt. Und was lässt dich wissen, was die Nacht des Schicksals ist? Die Nacht des Schicksals ist besser als tausend Monate. In ihr kommen die Engel und der Geist mit ihres Herrn Erlaubnis herab, mit jeglichem Auftrag. Frieden ist sie bis zum Anbruch der Morgenröte.“*

*(Der Koran. Aus dem Arabischen von Max Henning. Sure 94:5)*

Der Satz **„Und was lässt dich wissen, was die Nacht des Schicksals ist?“** hat den Sinn zu verdeutlichen, wie wichtig diese Nacht ist.

**„Die Nacht des Schicksals ist besser als tausend Monate“** bedeutet, dass sie besser ist als 83 Jahre, wie zuvor erwähnt.

Es ist eine große Tugend, den Wert dieser Nacht kennt nur Allah, der Allmächtige, in vollem Umfang.

Der Muslim wird ermutigt, die Nacht im Gebet zu verbringen und das Antlitz Allahs anzustreben. Der Prophet (Friede sei mit ihm) strebte nach dieser Nacht, um ihr Gutes abzugewinnen und er ist das Vorbild für die muslimische Gemeinschaft.

Es ist erwünscht, sie in den letzten zehn Tagen des Monats Ramadan anzustreben.

Im **Sahih Muslim** wurde berichtet, dass Abu Sa'id al-Khudri sagte:

„Der Gesandte Allahs (Friede sei mit ihm) erwartete (arab. **„Itikaf“**) an den ersten zehn Tagen des Ramadan und an den mittleren zehn Tagen des Ramadan die Nacht des Schicksals. Er verweilte in einem türkischen Zelt (das Wort *Qubbah*, das hier als „Zelt“ übersetzt wurde ist eine Bezeichnung für jede Art von dreieckigen Zelten), in dem lediglich eine Matte platziert wurde.“ Er sagte:

„Er ergriff die Matte und legte sie an die Seite des Zeltes, erhob seinen Kopf und sprach zu den Menschen. Sie näherten sich ihm. Er sagte: „Ich erhoffte die Nacht des Schicksals in den ersten zehn Tagen, dann in den mittleren zehn Tagen. Dann kam jemand und erzählte mir, dass sie in den letzten zehn Tagen zu erwarten sei. Egal wer sie erwarten will (Itikaf), soll es tun.“

So kam es, dass die Menschen mit ihm auf sie hofften. Er sagte:

„Mir wurde an dem Morgen, als ich mich in Schlamm und Wasser niederwarf, eine ungerade Nacht gezeigt.“ Am Morgen des 21., stand er auf, um das Subh- Gebet zu verrichten. Es regnete; das Dach der Moschee war undicht und Schlamm und Wasser lagen überall.

Er kam heraus, nachdem er gebetet hatte, hatte er Schlamm und Wasser auf der Stirn und der Nase. Es war der Morgen des 21., einer der zehn letzten Tage.“

[Sahih Muslim, 1167]

In einem Bericht von Abu Said heißt es: „Am 21. regnete es in der Nacht. Das Dach der Moschee war über dem Gebetsplatz des Gesandten (Friede sei mit ihm) undicht. Ich sah ihn

an, als er das Suhr- Gebet verrichtet hatte. Sein Gesicht war nass und von Schlamm und Wasser bedeckt.“

(Im Einvernehmen)

Muslim überlieferte einen Ausspruch des Propheten (Friede sei mit ihm) von Abd-Allah ibn Unays, das dem Hadith von Abu Said ähnelt, außer dass dieser sagte: „Es regnete in der Nacht des 23.“

Einem Hadith von Ibn Abbas entsprechend heißt es, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) sagte:

„Erstrebt diese Nacht in den letzten zehn Tagen, wenn neun, sieben oder fünf Tage verbleiben.“

[Überliefert von al-Bukhari, 4/260]

Laylat al-Qadr ist in den letzten zehn Tagen des Ramadan, wie in dem Hadith von Abu Said berichtet. Ebenso nach Aishas und Ibn Umars Aussagen, die überlieferten, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) sagte: „Hofft in den letzten zehn Tagen des Ramadan auf die Nacht des Schicksals“

[Der Hadith von 'A'ishah wurde von al-Bukhari überliefert, 4/259; der Hadith von Ibn 'Umar wurde von Muslim überliefert, 2/823. Dieser Hadith geht auf 'A'ishah zurück]

Es ist wahrscheinlicher, dass sie in den ungeraden Nächten ist, weil der Hadith von Aishah besagt, dass der Gesandte Allahs (Friede sei mit ihm) sagte: „Hofft in den ungeraden Nächten der letzten zehn Nächte auf sie.“

[Überliefert von al-Bukhari, 4/259]

Man sollte sie besonders in den ungeraden Nächten, am 21., 23, 25., 27., 29. erhoffen.

Es wurde im al-Sahihayn wurd berichtet, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) sagte:

„Erhofft sie in den letzten zehn Nächten, in den ungeraden Nächten.“

[Überliefert von al-Bukhari, 1912, siehe auch, 1913. Auch von Muslim, 1167, siehe auch 1165]

Dem Hadith von Ibn Abbas zufolge, sagte der Prophet (Friede sei mit ihm): „Erhofft sie in den letzten zehn Tagen des Ramadan, wenn nur noch neun, sieben oder fünf übrig sind.“

[Überliefert von al-Bukhari, 1917-1918]

Deshalb ist es wahrscheinlicher, dass sie in den ungeraden Nächten kommt.

Im Sahih al-Bukhari wurde berichtet, dass 'Ubadah ibn al-Samit sagte: „Der Prophet (Friede sei mit ihm) kam hinaus, um uns mitzuteilen, wann die Nacht des Schicksals ist. Zwei der Muslime waren in einem Streitgespräch. Er sagte: „Ich kam her, um euch zu sagen, wann die Nacht des Schicksals ist (das Wissen über diese Nacht) etc. Dieses Wissen wurde mir

entrisen. Wahrscheinlich ist dies besser für dich. Erwartet sie in der neunten, fünften und siebten.“ Das heißt in den ungeraden Nächten.

[al-Bukhari, 1919]

Dieser Hadith verdeutlicht, wie schlimm es ist sich zu streiten, besonders in Fragen der Religion. Dies ist ein Fall, in dem Gutes aufgrund von Schlechtem weggerissen oder verborgen wird.

„Aber ungerade Zahlen haben mit Vergangenen zu tun (d.h. wenn man vom Beginn des Monats anfängt zu zählen), deshalb sollte man am 21., 23., 27. oder 29. auf sie hoffen. Aussage des Propheten (Friede sei mit ihm) über die übrigen Tage: „Wenn neun übrig sind, oder sieben, oder fünf, oder drei.“ Auf dieser Grundlage hat der Monat dreißig Tage, diese werden gerade Nächte sein. Deshalb werden am 24. sieben Tage verbleiben. Auf diese Weise wurde es von Abu Sa'eed al-Khudri in einem authentischen Hadith erklärt. So betete der Prophet (Friede sei mit ihm) in diesem Monat das Qiyam- Gebet.

In diesem Falle sollte der Gläubige diese Nacht in den letzten zehn Tagen erwarten.“

Shaykh al-Islam ibn Taymiyah sagte:

[Rechtsgutachten al-Fatawa, 25/284, 285]

Es ist wahrscheinlich, dass Laylat al-Qadr in den letzten sieben Tagen ist.

Ibn 'Umar berichtete, dass einem Mann von den Gefährten des Propheten (Friede sei mit ihm) die Nacht des Schicksals in einem Traum gezeigt wurde. Dies geschah in den letztem sieben Tagen.

Der Gesandte Allahs (Friede sei mit ihm) sagte:

„Es scheint, dass dein Traum bestätigt, dass sie in den letzten sieben Tagen ist. Wer sie in diesen letzten sieben erwarten will, soll es tun.“

[Überliefert von al-Bukhari, 1911; Muslim, 1165]

Muslim berichtete:

„Erhoffe sie in den letzten zehn Nächten und wenn einer von euch zu schwach ist oder nicht in der Lage sein sollte, so soll er die letzten sieben Tage nicht versäumen.“

Am wahrscheinlichsten ist sie am 27. des Monats.

Es wurde in einem Hadith von Ahmad Ibn 'Umar und in einem von Abu Dawud aus Mu'awiyah berichtet, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) sagte: "Laylat al-Qadr ist in der Nacht des 27. des Monats.“

[Musnad Ahmad und Sunan Abu Dawud, 1386]

Die Ansicht, dass es die Nacht des 27. ist, ist die Meinung der meisten Gefährten und der Mehrheit der Gelehrten und Ubay Ibn Kab bestätigte, ohne "insha'Allah" zu sagen, dass es die Nacht des 27. sei.

Zurr ibn Hubaysh sagte: „Ich sagte: Was bringt dich dazu, dies zu sagen, o Abu'l-Mundhir? Er entgegnete: „Wegen der Zeichen, die der Gesandte Allahs (Friede sei mit ihm) uns gab: Dass die Sonne ohne sichtbare Strahlen scheint.“

[Überliefert von Muslim,2/268]

Viele auf den Propheten zurückgeführte Hadithe (marfu' ahadith) sagen aus, dass sie in dieser Nacht sei.

Ibn Abbas berichtete auch, dass es die Nacht des 27. sei.

Er kam durch ein erstaunliches Mittel zu dieser Schlussfolgerung.

Es wurde berichtet, dass Umar die Gefährten, einschließlich Ibn Abbas zusammenrief, obwohl dieser noch sehr jung war.

Sie sagten: „Ibn Abbas ist wie eins unserer Kinder. Warum habt ihr ihn zu uns gebracht?“ Umar sagte: „Er ist ein Junge, der vernünftig ist und viele Fragen stellt.“ Dann befragte er die Gefährten zur Nacht des Schicksals und alle stimmten darin überein, dass sie in den letzten zehn Tagen des Ramadan sei. Er fragte Ibn Abbas und dieser sagte: „Ich denke, ich weiß, wann sie ist. Sie kommt in der Nacht des 27.!“ Umar sagte: „Wie kommst du dazu?“ Er sagte: „Allah erschuf sieben Himmel, sieben Erden, sieben Tage, er schuf Menschen aus sieben, die Kaaba wird siebenmal umkreist, al- Sai ist sieben und das Steinigen der Jamar beträgt sieben Male.“

Aufgrund dieser Analyse dachte Ibn Abbas, dass es die Nacht des 27. sein müsste.

Dies wurde von Ibn Abbas berichtet.

Das Wort „fihaa“ in dem Vers ist ein anderer Weg, der zu dieser Schlussfolgerung führt, dass diese Nacht auf den 27. fällt.

“In ihr kommen die Engel und der Geist (Gabriel)(...).“

*(Der Koran. Aus dem Arabischen von Max Henning. Sure 97:4)*

Es ist das 27. Wort der Sure al- Qadr (im Original).

Es gibt keinen Beweis aus der Scharia für *diese* Art der Analyse und es gibt keinen Anlass für solche Rechnungen, weil in der Scharia genügend Beweise zur Verfügung stehen. Die Tatsache, dass die Nacht gewöhnlich auf den 27. fällt, bedeutet nicht, dass dies immer so sein muss. Allah weiß es am besten.

Sie könnte auf den 21. fallen, wie in dem Hadith von Abu Said berichtet wird. Sie könnte auch auf den 23. fallen, wie in dem Hadith von Abdallah Ibn Unays erwähnt.

Einem von Ibn Abbas überlieferten Hadith zufolge, sagte der Prophet (Friede sei mit ihm): „Hofft in den letzten Tagen des Ramadan auf die Nacht des Schicksals. Dann, wenn neun, sieben oder fünf übrig bleiben.“

[al-Bukhari, 4/260]

Einige Gelehrte dachten, dass es wahrscheinlicher sei, dass die Nacht sich verschiebt und nicht jedes Jahr in einer bestimmten Nacht.

Al- Nawawi sagte: „Das ist die offensichtliche Bedeutung wegen des Konflikts zwischen den authentischen Hadithen in Bezug auf diese Angelegenheit. Es gibt keinen anderen Weg, außer anzunehmen, dass die Nacht des Schicksals sich verschiebt.“ [al-Majmu', 6/450]

Allah hat diese Nacht verborgen, damit Seine Diener mühsam nach ihr suchen mögen, genauso wie Er die Uhrzeit des Freitagsgebets etc. verbirgt. Der Diener soll mühsam in diesen Tagen und Nächten nach dieser Nacht Ausschau halten und dem Beispiel des Propheten (Friede sei mit ihm) folgen. Er soll beten und Allahs Nähe anstreben.

Aishah berichtete:

„Ich sagte: O Gesandter Allahs, was soll ich sagen, wenn ich Zeugin der Nacht des Schicksals werden sollte? Was meinst du? Er sagte:

„Sag: O Allah, Du bist allvergebend und großzügig, Du liebst die Vergebung, so vergib mir.“

[Überliefert von Imam Ahmad, al-Tirmidhi (3515) und Ibn Majah (3850). Sahih]

Drittens: In diese Nacht (Itikaf) wurde mehr Segen gelegt als in andere des Jahres.

Itikaf bedeutet, dass man in der Moschee verweilt, Allah dient, möge Er erhoben sein.

Der Prophet (Friede sei mit ihm) pflegte diese zehn Tage im Zustand des Itikaf zu verbringen wie in dem Hadith von Abu Said überliefert wurde.

Er verbrachte die ersten zehn Tage im Zustand des Itikaf, dann die mittleren zehn Tage. Dann sagte er ihnen, dass er die Nacht des Schicksals erhoffe und dass ihm gezeigt wurde, dass sie in den letzten zehn Tagen sei. Er sagte auch:

„Wer auch immer mit mir auf die Nacht des Schicksals wartete, der soll in den letzten zehn Tagen warten.“

Es wurde von Aishah berichtet, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) in den letzten zehn Tagen wartete, bis er verstarb. Seine Frauen setzten dies nach seinem Tode fort.

(Im Einvernehmen)

Als der Prophet (Friede sei mit ihm) warten wollte, verrichtete er das Morgengebet, ging wieder an den Ort, an dem er wartete, wie von Aishah berichtet.

Die vier Imame und andere (möge Allah ihnen Gnade erweisen) sagten, dass er vor Sonnenaufgang an den Ort zurückkehrte. Sie interpretierten den Hadith dahingehend, dass er sich nach dem Suhr- Gebet von allen zurückzog und nicht als der Beginn der Zeit des Wartens (Itikafs).[Siehe Sharh Muslim li'l-Nawawi, 8/68, 69; Fath al-Bari, 4/277]

Es gehört zur Sunna, dass der Diener viel Gottesdienst macht. Geschlechtsverkehr oder ähnliche Dinge sind ihm versagt, weil Allah sagt:

„Erlaubt ist euch, in der Nacht des Fastens euren Frauen beizuwohnen. Sie sind euch ein Kleid, und ihr seid ihnen ein Kleid. Und verkehrt nicht mit ihnen, wenn ihr euch in die Moscheen zurückgezogen habt.“

*(Der Koran. Aus dem Arabischen von Max Henning. Sure 2:187)*

Man soll die Moschee nur im äußersten Notfall verlassen.

### **Vorzeichen der Nacht des Schicksals**

Das erste Zeichen: Im Sahih Muslim wurde nach einem Hadith von Ubayy Ibn Kab berichtet, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) verkündete, dass eines der Zeichen sei, dass die Sonne ohne Strahlen aufgeht. [Muslim, 762]

Das zweite Zeichen: Nach dem von Ibn Abbas, von Ibn Khuzaimah und von al-Tayalisi überlieferten Hadith, sagte der Prophet (Friede sei mit ihm): „Laylat al-Qadr ist eine erfreuliche Nacht, nicht zu warm und nicht zu kalt und am nächsten Tag geht die Sonne rot und schwach auf.“

[Sahih Ibn Khuzaymah, 2912; Musnad al-Tayalisi]

Das dritte Zeichen: Von al-Tabarani und Hasan Isnad sowie Wathilah ibn al-Asqa' wird berichtet, dass der Prophet (Friede sei mit ihm) sagte:

„Laylat al-Qadr ist eine helle Nacht, weder heiß noch kalt und keine Meteoren sind zu sehen.“

[Berichtet von al-Tabarani in al-Kabir. Siehe Majma' al-Zawa'id, 3/179; Musnad Ahmad]

Diese drei authentischen Hadithe erklären die Vorzeichen der Nacht des Schicksals.

Es ist für jenen, der die Nacht des Schicksals „erfasst“ nicht wichtig, dass er sie „erfasst“ hat.

Der Punkt ist, dass man sich bemüht und aufrichtig Gottesdienste leistet. Nicht das man sie „erfasst“ hat.

Es könnte sein, dass einige, die dies nicht wissen, bei Allah einen höheren Rang haben als jene, die sie erfassen konnten, weil diese mehr Gottesdienste leisteten.

Wir bitten Allah darum, dass Er unser Fasten und unsere Gebete annimmt und uns dabei hilft Seiner zu gedenken und Ihm Dank zu erweisen und Ihm angemessen zu dienen. Möge Allah unseren Propheten Muhammed segnen. Amin

## Wenn die Nacht eintausend gleicht

von Muhammad Al-Shareef

Es wurde berichtet, dass in den Tagen, als Musa (Friede sei auf ihm) mit dem Stamm Bani Israel in die Wüste wanderte, eine extreme Dürreperiode stattfand. So streckten sie gemeinsam ihre Hände gen Himmel und beteten, dass segensreicher Regen herabkommen möge. Daraufhin, zu Musa's (Friede sei auf ihm) Erstaunen und dem der Zuschauer, verschwanden die wenigen, verstreuten Wolken vom Himmel und die Hitzewelle wurde nur noch intensiver.

Es wurde Musa geoffenbart, dass es einen Sünder unter dem Stamm Bani Israel gab, der gegenüber Allah seit über vierzig Jahren ungehorsam war. "Lasst ihn sich selbst von der Gemeinde abspalten", sagte Allah zu Musa (Friede sei auf ihm). "Nur dann werde ich euch alle mit Regen versorgen."

Musa (Friede sei auf ihm) rief daraufhin die Menschen zu sich, "Es gibt eine Person unter uns, die gegenüber Allah für vierzig Jahre ungehorsam war. Lasst ihn sich von der Gemeinde abspalten, nur dann werden wir vor der Dürre errettet." Dieser Mann wartete, blickte links und rechts, hoffte das jemand anderes nach vorn treten würde, doch niemand tat es. Schweiß tropfte von seiner Stirn und er wusste, dass er es ,derjenige, war.

Der Mann wusste, dass wenn er unter der Gemeinde bleiben würde, alle verdursten würden und wenn er hervortreten würde, so würde er für alle Zeit beschämt sein.

Er hob seine Hand mit einer Aufrichtigkeit, die er zuvor nicht kannte, einer Demut die er nie zuvor schmeckte und als Tränen seine Wangen herunterliefen sprach, er: "Oh Allah, habe Gnade mit mir! Oh Allah, verstecke meine Sünden! Oh Allah, vergib mir!"

Als Musa (Friede sei auf ihm) und die Leute von Bani Israel darauf warteten, dass der Sünder vortritt, formten sich Wolken am Himmel und der Regen goss herab. Musa (Friede sei auf ihm) fragte Allah "Oh Allah, Du hast uns mit Regen gesegnet, obwohl der Sünder nicht hervorkam." Und Allah antwortete, "Oh Musa, es ist wegen der Reue dieser Person, dass ich die Gesamtheit Bani Israels mit Wasser segnete."

Musa (Friede sei auf ihm), der wissen wollte, wer dieser gesegnete Mann war, fragte, "Zeig ihm mir, oh Allah!" Allah antwortete, "Oh Musa, ich versteckte seine Sünden für vierzig Jahre, denkst Du ich werde ihn nach seiner Reue bloß stellen?"

Allah offenbarte den Quran in dem gesegnetsten Monat, dem Monat Ramadan. Dem Monat, indem der Quran herabgesandt wurde.

In der segensreichsten Nacht, der gewaltigen Nacht: Laylatul Qadr. "Wahrlich, wir haben den Quran in der Nacht von Qadr offenbart."

Ibn Jareer berichtet, mit der Autorität von Mujahid, dass es einen Mann von Bani Israel gab, der die Nächte im Gebet verbrachte. Dann am Morgen, bekämpfte er die Feinde auf dem Weg Allahs während des Tages, bis es Abend wurde und er tat dies für eintausend Monate.

Und so offenbarte Allah die Sure: "Wahrlich, wir haben ihn herabgesandt in der Nacht von Al-Qadr" bis zum Vers "Die Nacht von Al-Qadr ist besser als eintausend Monate" Dies

bedeutet, in dieser Nacht im Gebet zu stehen ist besser, als die Taten dieses Mannes.

Sufyan ath-Thawri berichtet, ebenfalls mit der Autorität von Mujahid, dass die Aussage, die Nacht von Al-Qadr ist besser als eintausend Monate, die vollbrachten guten Taten in ihr meint, das fasten und das im Gebet stehen in ihr sind besser als eintausend Monate gute Taten, Gebete und fasten.

#### **[Berichtet von Ibn Jareer]**

Es wird von Abu Hurairah berichtet, dass er sagte:

"Wenn der Monat Ramadan kam, sagte der Gesandte Allahs: 'Der Monat Ramadan ist gekommen, ein gesegneter Monat in dem Allah euch das Fasten zur Pflicht gemacht hat. In ihm, sind die Tore des Paradieses geöffnet und die Tore der Hölle verschlossen. Und die Teufel sind angekettet. In ihm gibt es eine Nacht die besser ist als eintausend Monate, wer den Nutzen davon verliert, hat etwas unersetzbares verloren."

#### **[Berichtet von Imam Ahmad und An-Nasa'i]**

Es wird mit der Autorität von Abu Hurairah berichtet, das Allahs Gesandter (Friede sei auf ihm) sprach:

"Wer in der Nacht von Al-Qadr im Gebet steht, im Glauben und in der Hoffnung auf die Belohnung Allahs, dem werden alle seine vorherigen Sünden vergeben."

#### **[Berichtet von Al-Bukhari und Muslim]**

Diese eine Nacht überschreitet den Wert von 30.000 Nächten. Der wahrhafte Gläubige, welcher sich am Tag und in der Nacht über seine Sünden und Nachlässigkeiten sorgt, erwartet den Beginn des Ramadan geduldig. Während ihm hofft er auf Allahs Vergebung für seine vergangenen Sünden, wissend, dass der Prophet (Friede sei auf ihm) versprach, dass jedem, der sich in den letzten 10 Tagen des Ramadan bemüht, seine Sünden verziehen werden. Um dies zu erreichen, erinnert sich der Gläubige an den Rat des Propheten (Friede sei auf ihm) aus verschiedenen Aussprüchen, in denen er Worte wie "erstrebe", "suche", "verfolge", "suche angestrengt" im Zusammenhang mit der Laylatul Qadr benutzte.

Laylatul Qadr ist die gesegnetste Nacht. Jemand der sie verpasst, hat wahrlich eine große Menge an Gutem verloren. Der Mu'min sollte sie in den letzten 10 Nächten des Ramadan suchen und sie in Anbetung und Gehorsamkeit verbringen.

Für jene, die diese Gelegenheit nutzen, ihre Gunst ist, dass all ihre vergangenen Sünden gelöscht werden.

Der Gesandte Allahs (Friede sei auf ihm) zeigte uns einige Dinge, die wir in dieser gewaltigen Nacht tun sollten. Aus seiner segensreichen Sunna finden wir folgendes:

## **Das Qiyam beten (Nacht Gebet)**

Es wird empfohlen, ein langes Qiyam Gebet während der Nächte, in denen die Laylatul Qadr sein könnte, zu verrichten. Dies ergeht aus vielen Hadithen, wie z.B.:

"Derjenige, der in der Laylatul Qadr steht (im Qiyam Gebet) [und es ist für ihn möglich], aus Glaube und Erwartung (Allahs Belohnung), ihm werden alle vorigen Sünden vergeben.

### **[Al-Bukhari und Muslim]**

Der Zusatz "und es ist für ihn zumutbar" ist von Ahmad aufgezeichnet und kommt aus dem Bericht von 'Ubadah Bin as-Samit; es bedeutet, dass es ihm erlaubt ist, zu den wahrhaften Dienern während dieser gesegneten Nacht zu gehören.

## **Bittgebete sprechen (Du'a)**

Es wird empfohlen viele Bittgebete während dieser Nacht zu sprechen.

'A'ishah berichtete, dass sie den Gesandten Allahs (Friede sei auf ihm) fragte, "Oh Gesandter Allahs! Wenn ich wüsste, welche Nacht Laylatul Qadr ist, was sollte ich darin sagen?" Und er wies sie an zu sagen: "Allahumma innaka `afuwun tuhibbul `afwa fa`fu `annee - Oh Allah! Du bist der Vergebende und du liebst die Vergebung, so vergebe mir."

### **[Ein authentischer Hadith bei Ahmad, Ibn Majah und at-Tirmidhi.]**

## **Weltliche Genüsse verlassen für die Anbetung**

Desweiteren wird empfohlen, in den Nächten, in denen die Laylatul Qadr sein könnte, mehr Zeit mit Anbetung zu verbringen. Dadurch, dass man viele weltliche Genüsse verlässt, kann man seine Zeit und Gedanken nur für die Anbetung Allahs (Subhanahu wa ta'ala) nutzen.

'A'ishah berichtete: "Wenn die (letzten) zehn begannen, macht der Prophet (Friede sei auf ihm) seinen Izar enger (d.h. er blieb seinen Frauen fern, damit er mehr Zeit für die Anbetung hatte), er wachte die gesamte Nacht (im Gebet) und weckte seine Familie."

### **[Al-Bukhari und Muslim]**

Und sie sagte: "Allahs Gesandter (Friede sei auf ihm) betätigte sich noch mehr (mit Anbetung) in den letzten zehn Tagen als an anderen Nächten."

### **[Muslim]**

## **Haben wir Allah richtig eingeschätzt?**

Die Gelegenheit von Laylatul Qadr erreicht uns in den nächsten Tagen. Das Leben ist für Leute die ihre Chancen nutzen, damit sie die Liebe Allahs gewinnen und dies ist in der Tat eine dieser Chancen. Abu Dah Daah war einer derjenigen, die eine Gelegenheit erkannt und sie genutzt hat, um einen Gewinn zu erzielen, der gewaltiger ist als die Himmel und die Erde. Ein erwachsener Gefährte des Propheten (Friede sei auf ihm) hatte seinen Garten neben dem Grundstück eines Waisen. Der Waise behauptete, dass eine bestimmte Palme auf seinem Grundstück stand und deshalb ihm gehöre. Der Gefährte wies dies jedoch ab, so dass der Waisenjunge zum Propheten (Friede sei auf ihm) ging, um sich zu beschweren. Gerecht wie er ist, maß der Gesandte Allahs (Friede sei auf ihm), die zwei Gärten aus und stellte fest, dass die besagte Palme doch dem Gefährten gehörte. Der Waisenjunge brach in Tränen aus. Der Prophet (Friede sei auf ihm) sah dies und bot dem Gefährten an, "Würdest Du ihm diese Palme geben, wenn es für Dich eine Palme im Jannah gäbe?" Dennoch, unerfreut darüber, dass ein Waise sich beim Propheten (Friede sei auf ihm) beschwerte, verpasste er diese Gelegenheit und ging ärgerlich davon.

Jemand anders sah jedoch diese Gelegenheit, Abu Dah Daah (möge Allah mit ihm zufrieden sein). Er ging zum Propheten (Friede sei auf ihm) und fragte: "Ya Rasul Allah, wenn ich diesen Baum von ihm kaufe und ihn dem Waisen gebe, bekomme ich dann diesen Baum im Jannah?" Der Gesandte Allahs (Friede sei auf ihm) erwiderte, "Ja."

Abu Dah Daah lief dem Gefährten hinterher und fragte ihn, "Würdest Du mir diesen Baum verkaufen, für meinen gesamten Garten?" Der Gefährte antwortete, "Nimm ihn, denn es ist nichts Gutes an einem Baum, wegen dem sich über mich beim Propheten beschwert wurde."

Sofort lief Abu Dah Daah nach Hause und fand seine Frau und Kinder spielend im Garten. "Verlasst den Garten!" rief Abu Dah Daah, "wir haben ihn Allah verkauft!" Manche seiner Kinder hatten noch Datteln in ihren Händen und er nahm sie von ihnen und warf sie zurück in den Garten. "Wir haben es Allah verkauft!"

Als Abu Dah Daah später bei der Schlacht von Uhud als Märtyrer starb, stand der Gesandte Allahs (Friede sei auf ihm) an seinem erschlagenen Körper und bemerkte, "Wie viele schattenspendende Palmen hat Abu Dah Daah jetzt im Paradies?"

Was hatte Abu Dah Daah verloren? Datteln? Büsche? Dreck? Was hat er gewonnen? Er gewann ein Paradies, dessen Ausmasse die Himmel und die Erde ist.

Abu Dah Daah hat seine Gelegenheit nicht verpasst und ich bete zu Allah, dass wir unsere Gelegenheit auch nicht verpassen und in der Laylatul Qadr vor Allah stehen.

Liebe Brüder und Schwestern, wir dienen, beten zu und verehren Allah nicht wie es seiner Majestät gebührt.

Allah offenbarte:

**"Sie haben Allah nicht eingeschätzt, wie es Ihm gebührt', wo die ganze Erde am Tag der Auferstehung in Seiner Hand gehalten wird und (auch) die Himmel in Seiner Rechten**

**zusammengefaltet sein werden. Preis sei Ihm! Erhaben ist Er über das, was sie (Ihm) beigesellen.**

**[Der edle Quran 39:67]**

Alles, was wir besitzen gehört Allah. Wenn jemand stirbt, so sagen wir, Inna lillahi wa inna ilayhi raji'un - Wahrlich, von Allah kommen wir und zu Allah kehren wir zurück. Dies ist nicht nur ein Bittgebet für den Fall eines Verstorbenen. Es ist ein Bittgebet für jede Bedrängnis die einen Gläubigen befällt, selbst wenn nur seine Sandale reisst. Warum? Weil alles Allah gehört und alles zu ihm zurück kehren wird. Setzt euch und versucht die Segnungen Allahs zu zählen, die er euch gewährt hat. Habt ihr schon versucht die Sterne zu zählen?

**"Und Er gewährte euch von allem, worum ihr batet. Wenn ihr die Gunst(erweise) Allahs aufzählen wolltet, könntet ihr sie nicht erfassen. Gewiß, der Mensch ist wahrlich sehr oft ungerecht und sehr oft undankbar."**

**[Der edle Quran 14:34]**

Wir haben das Gewicht des Quran, den wir auf unseren Regalen stehen haben nicht richtig verstanden. Dieses edle Buch, welches herabgesandt wurde, um Leben den Toten zu geben. Selbst wenn unsere Herzen hart wie Steine wären, so würden sie doch am Boden zerbrechen in Furcht vor Allahs Strafe und Hoffnung auf Seine Gnade. Kann es sein, dass unsere Herzen härter sind als dieser Berg?

**"Wenn Wir diesen Qur'an (als Offenbarung) auf einen Berg hinabsendeten, würdest du ihn wahrlich aus Furcht vor Allah demütig werden und sich spalten sehen. Diese Gleichnisse prägen Wir den Menschen, auf daß sie nachdenken mögen."**

**[Der edle Quran 59:21]**

Liebe Brüder und Schwestern, während ihr die Moscheen für Qiyamul Layl in den letzten zehn Nächten des Ramadan füllt, erinnert euch an das, was Allah möchte, dass ihr wisst:

**"Wisset, daß Allah streng im Bestrafen, daß Allah (aber auch) Allvergebend und Barmherzig ist."**

**[Der edle Quran 5:98]**

Es wird eine Nacht kommen, eine Nacht in euren Leben, in der ihr erwachen werdet im Jannah oder im Höllenfeuer.

Anas ibn Malik, betete auf seinem Totenbett: "Oh Allah, schütze mich von einer Nacht, dessen Morgen eine Reise zum Höllenfeuer birgt." Denke über diesen Morgen nach.

Friede wird herabkommen in der Laylatul Qadr bis zum Morgengrauen. Es kann sein, dass du die Moschee nach dem Fajr eines Tages verlässt, mit der Vergebung Allahs, des Glorreichen, Allerhöchsten.

## **Zakatul- Fitr**

Von Dr. Bilal Philips

### **Bedeutung**

Zakah al-Fitr wird oft auch Sadaqah al-Fitr genannt. Wörtlich bedeutet Fitr das gleiche wie Iftar, das Fastenbrechen und es kommt vom selben Wortstamm wie Futur, welches Frühstück bedeutet. Islamisch ist Zakah al-Fitr der Name für jenes Almosen, das am Ende des Fastenmonats Ramadan verteilt wird.

### **Klassifizierung**

Sadaqah al-Fitr ist eine Pflicht, die Wajib für jeden Muslim ist, unabhängig ob Mann oder Frau, Kind oder Erwachsener, so lang die Mittel dafür vorhanden sind. Den Beweis dafür, dass diese Form der Almosen verpflichtend ist, finden wir in der Sunnah, wo Ibn `Umar berichtet, dass der Prophet (Friede sei auf ihm) die Zakah al-Fitr zur Pflicht für jeden Sklaven, freien Bürger, männlich oder weiblich, jung und alt unter den Muslimen erklärte; Ein Sa` getrocknete Datteln oder ein Sa` Gerste. [1] Der Kopf des Haushalts kann die geforderte Menge auch für andere Mitglieder seines Haushalts bezahlen. Abu Sa'id al-Khudri sagte, "Für unsere jungen und alten, freien Leute und Sklaven haben wir während der Lebzeiten von Allahs Gesandten (Friede sei auf ihm) ein Sa` Getreide, Käse oder Rosinen gegeben". [2]

### **Wichtigkeit**

Die wichtige Stellung, die die Zakah im Kreislauf des Vermögens innerhalb der islamischen Gesellschaft spielt, hat auch die Sadaqah al-Fitr inne. Im Fall von Sadaqah al-Fitr ist jeder Einzelne dafür verantwortlich, seinen eigenen Betrag, sowie den, der von ihm abhängigen zu berechnen und dann in der Gemeinschaft diejenigen zu suchen, die diese Almosen verdienen. Deshalb

spielt Sadaqah al-Fitr eine wichtige Rolle in der Entwicklung des Gemeinschaftsgefühls. Die Reichen sind verpflichtet mit den Armen in direkten Kontakt zu treten und die Armen kommen mit den noch ärmeren in Kontakt. Dieser Kontakt zwischen den verschiedenen Schichten der Gesellschaft sorgt dafür, wahre brüderliche Verbindungen und Liebe innerhalb der islamischen Gesellschaft zu schaffen und trainiert jene mit Besitz, großzügig gegenüber denen zu sein, die keinen haben.

### **Sinn und Zweck**

Der Hauptzweck der Zakah al-Fitr ist es, denjenigen, die gefastet haben ein Mittel zu geben, ihre Verfehlungen in dem Fastenmonat zu begleichen.

Zakah al-Fitr ermöglicht es den Armen das gemeinsame Feiern des Fastenbrechen-Festes (Eid al-Fitr), zusammen mit dem Rest der Muslime. Ibn Abbas berichtete, "Der Prophet (Friede sei auf ihm) hat die Zakah al-Fitr zur Pflicht gemacht, so dass jene die gefastet haben von ihren leeren Taten und schandhaftem Gerede (das im Ramadan begangen wurde) gereinigt werden und damit die Armen gespeist werden können. Wer es vor dem Salah gibt, dem wird es als Zakah angenommen, während derjenige, der es nach dem Salah gibt, als Sadaqah gilt." [3]

Deshalb ist das Ziel von Sadaqah al-Fitr die geistliche Entwicklung der Gläubigen zu fördern. In dem etwas von ihrem Vermögen aufgegeben wird, werden die Gläubigen zu einer höheren Moral erzogen und zu mehr Freigiebigkeit, Mitgefühl (Anteilnahme mit den Unglücklicheren), Dankbarkeit gegenüber Gott und Rechtschaffenheit.

Da der Islam die materiellen Nöte des Menschen nicht verneint, ist ein Ziel der Zakah al-Fitr das wirtschaftliche Wohl der ärmeren Mitglieder der Gesellschaft.

### **Bedingungen**

Zakah al-Fitr ist nur für eine bestimmte Zeit Wajib. Wenn einer diese Zeit ohne guten Grund verpasst, hat er sich einer Sünde schuldig gemacht, die nicht wieder gut gemacht werden kann.

Diese Form der Almosen wird vom Sonnenuntergang des letzten Fastentages bis zum Salah al-'Eid' fällig. (d.h. kurz nach dem Sonnenaufgang des Folgetages)

Jedoch kann die Bezahlung auch vor dem genannten Zeitraum erfolgen, wie es viele der Sahabah [Gefährten des Propheten (Friede sei auf ihm)] getan haben. Sie zahlten die Sadaqah al-Fitr einige Tage vor dem `Eid. Nafi berichtete, dass der Gefährte des Propheten (Friede sei auf ihm) Ibn `Umar, es denjenigen gab, die es nahmen und die Leute haben es einen oder zwei Tage vor dem `Eid gespendet.[4] Ibn `Umar berichtete, dass der Prophet (Friede sei auf ihm) befahl, dass sie (die Zakah al-Fitr) gegeben werden muss, bevor die Leute das Gebet verrichten (al-'Eid). Und Ibn `Abbas berichtete, dass der Prophet (Friede sei auf ihm) sagte, "Wer immer es vor dem Salah gibt, dem wird es als Zakah akzeptiert, während derjenige, der es nach dem Salah gibt, normale Almosen gibt (und es nur als solche akzeptiert wird).

Wer es vor dem Salah gibt, dem wird es als Zakah angerechnet, während es von demjenigen, der es nach dem Salah spendet, nur als gewöhnliche Almosen akzeptiert wird.

Derjenige, der vergisst seine Zakah al-Fitr in der rechten Zeit zu geben, sollte es trotzdem so schnell wie möglich danach geben, auch wenn es nicht als Zakah al-Fitr zählt.

### **Menge**

Die Menge der Zakah ist die gleiche, unabhängig von dem Einkommen. Das Minimum ist ein Sa` (zwei handvoll) Nahrung, Getreide oder getrocknete Früchte für jedes Familienmitglied.

Die Berechnung basiert auf Ibn `Umars Bericht vom Propheten (Friede sei auf ihm), der die Zakah al-Fitr zur Pflicht machte und die Bezahlung auf ein Sa` getrocknete Datteln oder ein Sa` Gerste festlegte. Der Sahabi, Abu Sa`id al-Khudri sagte, "Zur Zeit des Prophet, gaben wir (als Zakah al-Fitr) ein Sa` Lebensmittel in Form von getrockneten Datteln, Gerste, Rosinen oder getrocknetem Käse". [5]

-----  
[1] Zu finden bei Bukhari - Arabic/English, vol. 2, p. 339, no. 579

[2] Zu finden bei Muslim - English transl. vol. 2, p. 469, no. 2155

[3] Zu finden bei Abu Dawud - Eng. transl. vol. 2, p. 421, no. 1605 - rated Sahih by Shaikh Naser Al-Albani

[4] Zu finden bei al-Bukhari - Arabic/English, Vol. 2, p.339, no. 579

[5] Zu finden bei al-Bukhari - Arabic/English vol. 2, p. 340, no. 582

## Der gesundheitliche Nutzen von Datteln

Die ganze Güte des Propheten (Friede und Segen seien mit ihm) für sein Volk zeigt sich in der Empfehlung der Datteln (als Nahrungsmittel), da er sogar bei solch einer (kleinen) Angelegenheit den Nutzen erläuterte.

Der Vorteil und der Nutzen von Datteln wird durch Ärzte belegt, die den gesundheitlichen Nutzen von Datteln zum Iftar wie folgt beschreiben: Den Iftar mit Datteln zu beginnen hat viele gesundheitliche Vorteile sowie einen hohen Nährwert. Einige dieser Vorteile sind:

- Datteln sind leicht verdaulich so, dass der Magen der fastenden Person geschont wird.
- Datteln sind sehr sättigend, so dass die fastende Person sich nicht schnell überisst, was Verdauungsprobleme verursacht.
- Datteln bereiten den Magen auf die Nahrungsaufnahme vor. Nachdem dem Magen den ganzen Tag keine Nahrung zugeführt wurde, aktivieren die Datteln dann die Abgabe von Verdauungsssekreten und Magensäften.
- Datteln sind sehr reich an Kohlenhydraten (sehr hoher Zuckergehalt) und beliefern den Körper somit mit dem wichtigsten Nährstoff. Zucker ist als Nährstoff für die Funktion der Gehirn- und Nervenzellen unerlässlich.
- Datteln beugen Verstopfungen vor, die auf Grund der Nahrungsumstellung und/oder der geringen Aufnahme von Ballaststoffen in der Fastenzeit entstehen.
- Die Alkalisalze in Datteln gleichen den Säuregehalt im Blut aus, welcher durch den Übermassigen Genuss von Fleisch und Kohlenhydraten entsteht. Ein hoher Säuregehalt im Blut kann viele Erbkrankheiten wie Diabetes, Gicht, Nierensteine, Entzündung der Gallenblase, Bluthochdruck und Hämorrhoiden auslösen.

Die Erforschung des gesundheitlichen Nutzens von Datteln wurde durch den Fachbereich für Ernährung der Krankenhausbehörde im Gesundheitsministerium in Kuwait durchgeführt.

### LITERATURVERZEICHNIS -

- [1] Webster's New Twentieth Century Dictionary of the English Language, S. 665.
- [2] Saranam.com/Hindu Encyclopedia.
- [3] Dictionary of World Religions, S. 817.
- [4] Dictionary of World Religions, S. 425.
- [5] Sahih Sunan an-Nasa'i, Band 2, S. 476, No. 2099
- [6] Sunan Ibn-i-Majah, Band , S. , No. , Kitab: al At'imah; Bab: Iqtisad fee Akl.
- [7] Sunan Abu Dawud, Band 1, S. 646-7, No. 2349.
- [8] Sunan Ibn-i-Majah, Band 1, S. 539.
- [9] Sahih al-Bukhari and Sahih Muslim.
- [10] Sahih al-Bukhari, Band 3, S. 71, No. 128 und Sahih Muslim, Band 2, S. 558, No. 2563.
- [11] Sahih al-Bukhari, Band 3, S. 70-1, No. 127.
- [12] Sunan Abu Dawud, Band 2, S.675, No.2448.
- [13] Sahih al-Bukhari, Band 3, S. 68, No. 122 und Sahih Muslim, Band 2, S. 524, No. 2361.
- [14] Sahih Muslim, Band 2, S. 559, No. 2566.
- [15] Lane's Lexicon, Band 1, S. 1156-7.

Alles Lob gebührt Allah, dem Erhabenen dem Hohen!

Mit Allahs Hilfe und eurer Unterstützung konnten wir eine weitere Seite ins Netz stellen.

Möge Allah euer Fasten annehmen und euch Al-Firdaus geben!

Macht Dua für uns für die Vergebung unserer Sünden.

Barakallahu fiekum

---

## **DANK**

Alles Lob gebührt Allah, dem Erhabenen!

Friede und Segen auf Seinen Gesandte Muhammed und seiner Familie und seinen Gefährten insgesamt.

Wir möchten uns auf diesem Wege bei allen bedanken, die uns bei diesem Projekt geholfen haben. Bei unseren Übersetzern sowie unserem Korrektur-Team.

Möge Allah subhanehu wa t'ala euch reichlich dafür im Paradies belohnen und möge Er unsere Sünden vergeben und uns zu besseren Menschen machen!

Falls ihr Fehler findet im Text oder in der Übersetzung bitte E-Mail an:

[admin \[at\] diewahrheitimherzen.net](mailto:admin@diewahrheitimherzen.net)

Barakallahu fiekum wa aleikum selam

Euer Die Wahrheit im Herzen - Team

---

## **Copyright**

© DieWahrheitimHerzen.net 2011.

Alle Rechte vorbehalten.

Kein Teil dieser Webseite oder von deren Tochterwebseiten darf ohne schriftliche Genehmigung verändert, reproduziert, gedruckt oder vervielfältigt werden.

Die freie Verteilung über elektronische Medien in unveränderter Form **mit Erwähnung der Webseite** und der Druck für den privaten Gebrauch sind gewährt.