

# EIN TAG UND EINE NACHT IM RAMADHAN (TEIL 1 VON 2): DAS FASTEN AM TAG

**Bewertung:** 3.4

**Beschreibung:** Ein typischer Tag im Leben eines Muslim im Ramadhan.

**leer:**

[Artikel Gottesdienst und Leben](#) [Die fünf Säulen des Islam und andere Formen des Gottesdienstes](#)

**von:** M. Abdulsalam (© 2008 IslamReligion.com)

**Veröffentlicht am:** 05 May 2008

**Zuletzt verändert am:** 04 Mar 2025

Ramadhan ist für die Muslime ein sehr besonderer Monat, denn die Muslime auf der ganzen Welt verrichten darin viele unterschiedliche gottesdienstliche Handlungen, von denen das Fasten die wichtigste ist. Dieses Fasten im Ramadhan ist eine der fünf Säulen des Islam, es ist eine Pflicht für alle Erwachsenen und alle Heranwachsenden, die dazu in der Lage sind.

Ramadhan ist auch der Monat, in dem der Prophet Muhammad seine erste Offenbarung erhalten hat, deshalb wird er auch "Monat des Quran" genannt. Während dieses Monats kann man eine deutlich spürbare Veränderung im Leben der Menschen, wie auch in den Gesellschaften feststellen. Dieser Artikel wird einen typischen Tag eines Muslim in diesem Monat der Vergebung beschreiben.



## Eine frühe Mahlzeit

***“Nehmt eine Mahlzeit vor der Morgendämmerung ein; denn diese ist eine segenvolle Mahlzeit.” (Sahieh Al-Bukhari)***

Obwohl es keine Pflicht ist, stehen muslimische Familien den ganzen Ramadhan hindurch früh am Morgen, bevor das erste Morgenlicht zu sehen ist, auf, und nehmen in Anlehnung an die Lehren des Propheten, Gottes Segen und Frieden sei auf ihm, eine leichte Mahlzeit ein. Normalerweise beginnt der Tag eines Muslim mit dem Frühgebet, das verrichtet wird, wenn die ersten Spuren des Lichts am Himmel erkennbar sind, aber da dies die Zeit ist, zu der man zu fasten beginnt und sich des Essens und Trinkens enthält, ermunterte der Prophet die Muslime, vor dieser Zeit aufzustehen und ein Mahl einzunehmen.



Hier sehen wir deutlich, dass der Sinn des Fastens nicht darin besteht, den ganzen Tag hungrig zu sein, sondern eher, dass man seinen Lebensalltag umstellt, um mehr Zeit mit dem Gottesdienst für Allah zu verbringen, das ist eine Tatsache, die uns bald ganz klar werden wird. Jemand, der oft das Frühgebet verpasst, dasjenige der fünf Gebete, das am schwersten in seiner vorgeschriebenen Zeit zu beten ist, steht in diesem gesegneten Monat früh auf, um die Mahlzeit einzunehmen. Also gewöhnt sich diese Person daran, früh aufzustehen, was ihm dabei behilflich ist, das Frühgebet in der restlichen Zeit des Jahres pünktlich zu beten.

Das beliebteste freiwillige Gebet ist eines, das als "Qiyaam-ul-Lail" oder als das Nachtgebet bezeichnet wird.<sup>[1]</sup> Dieses Gebet wird einzeln vor dem Frühgebet verrichtet. Es ist so beliebt, dass es auch liebevoll als "Gebet der Frommen" bezeichnet wird, es ist ein Gebet der Demütigen, während der Großteil der anderen Menschen noch in ihren Betten schläft. Gott beschreibt dieses Gebet im Quran indem Er sagt:

***“Ihre Seiten halten sich fern von (ihren) Betten; sie rufen ihren Herrn in Furcht und Hoffnung an ...” (Quran 32:16)***

Das Aufstehen in den frühen Morgenstunden ermuntert die Gläubigen ebenfalls, dieses gesegnete Gebet zu beten, etwas das für manche sonst eine mühsame Aufgabe darstellt.

Diese Mahlzeit vor der Dämmerung sollte möglichst nahe an der Zeit der Dämmerung eingenommen werden und so essen die Menschen, bis sie den Mu'ezzin oder Gebetsrufer den Adhan von der örtlichen Moschee rufen hören, was anzeigt, dass das erste Morgenlicht nun sichtbar ist. Daher beenden die Muslime dann ihre Mahlzeit und bereiten sich darauf vor, am Gemeinschaftsgebet in der örtlichen Moschee teilzunehmen, das das ganze Jahr über fünfmal am Tag gebetet wird.

## Der Monat des Quran

Nachdem sie am Frühgebet teilgenommen haben, wählen viele Muslime diese Zeit aus, um eine Weile in der Moschee sitzen zu bleiben und einen ausgewählten Abschnitt aus dem Quran zu lesen. Die Quranrezitation ist zu jeder Zeit empfohlen, denn durch sie vertieft sich der Glaube im Islam:



***“Gläubig sind wahrlich diejenigen, deren Herzen erbeben, wenn Allah genannt wird, und die in ihrem Glauben gestärkt sind, wenn Seine Verse verlesen werden.” (Quran 8:2)***

Da es sich um den Monat handelt, in dem der Quran herabgesandt wurde, bemühen sich die Muslime noch eifriger darum, ihn ganz zu rezitieren, wie es auch der Prophet, Gottes Segen und Frieden sei auf ihm, getan hat.

***“[Der Prophet] traf ihn (Gabriel) jede Nacht im Ramadhan und rezitierte ihm den Quran.” (Sahieh Al-Bukhari)***

Im Ramadhan findet man höchst selten eine Moschee zu irgendeiner Tageszeit leer vor. Muslime versuchen in diesem Monat eine Zeit zu reservieren, um den Quran vollständig zu lesen und über seine Bedeutungen nachzudenken.

## **Am Tag fasten**

In den meisten muslimischen Ländern sind die Arbeitslast und die Zeitpläne im Ramadhan gelockert, um den Besonderheiten dieses Monats gerecht zu werden. Die Kinder gehen später zur Schule, damit sie das frühe Aufstehen und das späte Nachtgebet kompensieren können, und der Großteil der Geschäfte schließt zeitig vor Sonnenuntergang. Viele Läden bleiben dafür aber die ganze Nacht hindurch geöffnet.

Während der Tagesstunden bis die Sonne hinter dem Horizont versinkt, enthält sich der Muslim des Essens und Trinkens aller Art, und auch des Geschlechtsverkehrs mit seinem Ehepartner. Dies verschafft dem Muslim im Tagesverlauf einen Sinn dafür, dass er all dies tut, um Gottes Befehlen zu gehorchen, denn es unterlässt Dinge, die sonst tagsüber erlaubt sind. Dies schuf in den Muslimen ein Bewusstsein dafür, das sie ermuntert, unerlaubte Taten auch sonst zu unterlassen. Die Muslime mit ausgetrockneten Mündern durch den Wassermangel und die Enthaltsamkeit von jeglichem Essen den ganzen Tag, erhalten einen sechsten Sinn: Gottesbewusstsein – und das ist das Ziel des Fastens im Monat Ramadhan. Gott sagt im Quran:

***“Das Fasten ist euch vorgeschrieben, so wie es denen vorgeschrieben war, die vor euch waren. Vielleicht werdet ihr Gott fürchten.” (Quran 2:183)***

Fasten ist ein verborgener Gottesdienst, den eine Person Gott darbietet. Sie könnte auch genauso gut heimlich essen und trinken ohne dass jemand etwas davon erfahren würde... aber was sie davon zurückhält, ist das Bewusstsein von der Anwesenheit ihres Herrn.

Aus diesen Grunde sieht man zahlreiche sündige Muslime viele ihrer Sünden in diesem gesegneten Monat wegen seiner Heiligkeit unterlassen, und man kann nur hoffen, dass sie das verbleibende Jahr so vom Glauben erfüllt bleiben werden.

Der Prophet, Gottes Segen und Frieden sei auf ihm, warnte die Muslime vor bestimmten Sünden, in die man leicht verfallen kann und die das Ziel des Fastens ruinieren. Der Prophet sagte:

***“Wer das falsche Wort und dessen tatkräftige Durchsetzung nicht unterlässt, von dem verlangt Gott nicht, dass er auf sein Essen und Trinken verzichtet.” (Sahieh Al-Bukhari)***

Er warnte auch davor, sich provozieren zu lassen, sich unpassend zu benehmen. Er forderte die Muslime auf, jemandem, der einen provozieren möchte, folgendes zu antworten:

***“Ich faste, ich faste.” (Sahieh Al-Bukhari)***

Diese prophetischen Aussagen verdeutlichen, dass der Hauptnutzen vom Ramadhan spirituell und redlicher ist.

Daher stellt man im Ramadhan in den muslimischen Gesellschaften fest, dass ein Geist des Friedens in die Herzen der Menschen eingezogen ist, aufgrund des zusätzlichen Gottesdienstes und dem Meiden sämtlicher Schechtigkeit und bösen Verhaltensweisen. Die Menschen sind allgemein viel umgänglicher und offener und wenn man für einen Monat in einer Gesellschaft lebt, in der die meisten Menschen fasten, dann entsteht eine Einigkeit und Brüderlichkeit, die durch keine andere Gelegenheit übertroffen werden, außer vielleicht dem Ha??.

## **Iftar, oder Fastenbrechen**

Wenn der Tag endet, sammeln sich die Muslime in ihren Häusern und erwarten den Sonnenuntergang. Mütter und Töchter sind normalerweise zu dieser Zeit damit beschäftigt, das Fastenbrechen und Abendessen vorzubereiten, während die Männer von ihrer Arbeit zurückkehren und sich bequemere Kleidung anziehen und dann entweder die Zeit nutzen, um Quran zu lesen oder helfen, das Fastenbrechen vorzubereiten. Kurz vor Sonnenuntergang versammelt sich die Familie am Esstisch, um auf den Mu'ezzin zu warten; diese Zeit nutzen sie, um Allah zu preisen und um Seine Gnade zu bitten.



***“Es gibt für die Fastenden wirklich ein Gebet, das beantwortet wird, wenn sie ihr Fasten brechen.” (Tuhfat-ul-Muhtaj)***

Wenn der Ruf zum Gebet zu hören ist, beeilen sich die Muslime, ihr Fasten mit Datteln zu brechen, indem sie dem Propheten nacheifern und Worte der Dankbarkeit sprechen, die der Prophet uns gelehrt hat, Gottes Segen und Frieden sei auf ihm.

***“Der Durst ist gelöscht, die Adern sind feucht geworden und die Belohnung ist gesichert, so Gott will.” (Abu Dawud)***

Viele Muslime fügen noch hinzu:.

“Oh Allah, für Dich Allein habe ich gefastet und an Dich Allein habe ich geglaubt. Mit Deiner Versorgung habe ich mein Fasten gebrochen und auf Dich habe ich vertraut.”

Muslime nehmen dann eine leichte Mahlzeit mit unterschiedlichen Appetitanregern und Getränken zu sich. Häufig wird man eingeladen oder lädt wiederum andere ein, entweder Familienmitglieder, Freunde oder arme Menschen. In der Mehrzahl der Moscheen wird Essen verteilt, um das Leid der Armen zu vermindern. In manchen Moscheen wird *Iftar* abgehalten, um die Gemeinschaft zu stärken, normalerweise in Ländern in denen die Muslime eine Minderheit darstellen. Der Prophet Muhammad, Gottes Segen und Frieden sei auf ihm, ermunterte die Menschen, andere in diesem gesegneten Monat zu speisen, als er sagte:.

***“Wer einem Fastenden Essen gibt, mit dem er sein Fasten bricht, wird die gleiche Belohnung erhalten (wie der Fastende) ...” (Al-Tirmidhi)***



Besondere Rationen werden zum Beginn von Ramadhan durch wohltätige Organisationen an bedürftige Haushalte verteilt, um die Bedürfnisse dieses Monats zu decken.



Die Erleichterung, die man beim Fastenbrechen fühlt, ist wirklich unbeschreiblich. Niemals sonst erscheint einem das ärmlichste Mahl so wohlschmeckend oder bereitet dem Gläubigen eine solche Freude. Der Prophet, Gottes Segen und Frieden sei auf ihm, sprach wirklich die Wahrheit, als er sagte:

***“Der Fastende wird zwei Augenblicke der Freude erleben: einmal wenn er sein Fasten bricht und ein anderes Mal, wenn er seinem Herrn begegnet.” (Sahieh Al-Bukhari)***

Es gibt keine Zeit für ein großes Essen, denn der Sonnenuntergang ist die Zeit für ein anderes vorgeschriebenes Gebet. Die Muslime bereiten sich darauf vor, an dem Gemeinschaftsgebet teilzunehmen, das meistens zu Fuß zu erreichen ist. Nach dem Gebet essen manche Muslime Abendessen, während andere das Essen verschieben, bis das Nachtgebet beendet ist, ein Ereignis, das eines der Hauptmerkmale der Nächte des Ramadhan darstellt, eine andere spirituelle Dimension dieses gesegneten Monats der Gnade und Segnungen.

---

Footnotes:

[1] Wörtlich: "Das Stehen in der Nacht" aufgrund der langen Rezitation, die beim Stehen durchgeführt wird..

Die Web Adresse dieses Artikels:

<https://webcache001.islamreligion.com/de/articles/415/ein-tag-und-eine-nacht-im-ramadhan-teil-1-von-2>

Copyright © 2006-2015 Alle Rechte vorbehalten. © 2006 - 2026 IslamReligion.com. Alle Rechte vorbehalten.