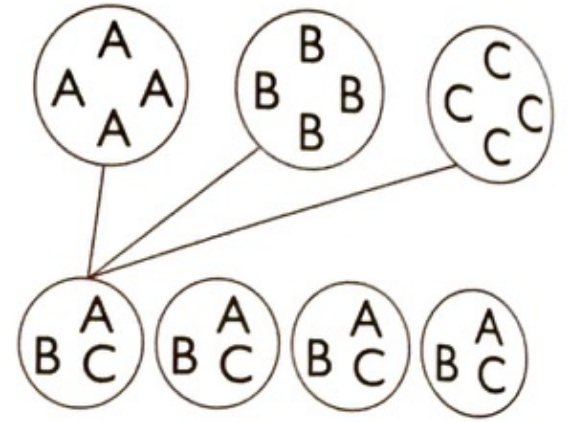


## Regeln für das Fasten



1. Bildet drei Gruppen: A, B und C. Jede Gruppe liest einen Text und bespricht ihn. Danach mischen sich die Gruppen folgendermaßen: In jede neue Gruppe kommt ein Teilnehmer der Gruppe A, B und C. Mitglieder der Gruppe A erklären den anderen ihren Text, danach die Mitglieder der Gruppe B ihren Text und dann jene der Gruppe C ihren. Am Ende kennen alle von euch alle Texte, obwohl sie nur einen gelesen haben.



2. Besprecht anschließend in der Klasse, was ihr gelernt habt.

### A Das Fasten ist eine 'Ibada

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

„O, die ihr glaubt! Das Fasten ist euch vorgeschrieben, wie es jenen vorgeschrieben war, die vor euch waren, auf dass ihr Allahs bewusst seid.“

Koran, Sura 2, Vers 183

Das Fasten im Monat Ramadan gehört zu den fünf Säulen des Islam. Es ist für alle Muslime, die volljährig und gesund sind, eine Pflicht. Fasten bedeutet auf Arabisch *Siyaam*, sich von etwas fernhalten. Während des Fastens im Ramadan halten wir uns von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang von Essen und Trinken fern, aber auch vom Schimpfen und Streiten. Allah hat schon den Menschen vor uns das Fasten vorgeschrieben und auch in anderen Religionen wird – allerdings auf andere Weise – gefastet.

Das Fasten im Islam ist eine 'Ibada, so wie das Gebet. Damit reinigen wir unseren Körper und unser Herz. Das bewusste Fasten macht aus uns einen besseren Menschen. Fastende belohnt Allah besonders.

Allah, der Erhabene, sagt: „Jede gute Tat, die der Mensch begeht, ist für ihn selbst. Nur das Fasten ist für Mich und Ich belohne es.“

(Buchari, Muslim)

### B Was muss ich beim Fasten beachten?

Muslime fasten von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang. In dieser Zeit dürfen sie nichts essen und nichts trinken. Kaugummi und Medikamente sind auch nicht erlaubt. Isst oder trinkt man unabsichtlich beim Fasten, so fastet man danach einfach weiter: Es wird als Geschenk Allahs betrachtet. Der Islam legt sehr viel Wert auf Körperpflege und Reinheit. Deshalb ist das Zähneputzen, Duschen und Eincremen während des Fastens erlaubt. Beim Zähneputzen sollte man jedoch darauf achten, kein Wasser zu schlucken. Während des Fastens ist es wichtig, auf dein Verhalten zu achten: Du sollst nicht streiten, schimpfen, lügen und raufen. Wenn du vergisst, dass du fastest, so erinnere dich mit den Worten: „Ich faste, ich faste!“ Der Monat Ramadan ist die beste Gelegenheit, das alles zu lernen und zu üben.

### C Wer ist vom Fasten befreit?

Kinder sind noch nicht *mukallaf* (vor Allah verantwortlich) und deshalb nicht verpflichtet zu fasten. Oft möchten Kinder aber gerne fasten und das ist natürlich erlaubt. Sie sollten aber – wie alle anderen Fastenden auch – darauf achten, dass sie das Suhur so spät wie möglich beenden und das Iftar so schnell wie möglich beginnen.

Allah liebt die Fastenden und belohnt sie dafür. Auch Reisende und kranke Menschen sind vom Fasten befreit. Sie sollen die verpassten Fastentage dann in einem anderen Monat nachholen – oder für jeden verpassten Fastentag einen Armen speisen.

Gleiches gilt für schwangere Frauen und Mütter, die ein Baby stillen. Lies, was dazu im Koran steht:

وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ.

„Wer aber von euch krank ist oder auf Reisen,  
soll stattdessen die gleiche Anzahl anderer Tage  
fasten.“

Koran, Sura 2, Vers 185

## DIE SURE AL-FIL (DER ELEFANT)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الَمْ تَرَ كَيْفَ فَعَلَ رَبُّكَ بِأَصْحَابِ الْفِيلِ \*  
الَمْ يَجْعَلْ  
كَتَبَهُمْ فِي تَضَلُّيلٍ \*  
وَأَرْسَلَ عَلَيْهِمْ طَيْرًا أَبَابِيلَ \*  
تَرْمِيهِمْ بِحِجَارٍ مِّنْ يَّسْفِيلٍ \*  
فَجَعَلَهُمْ كَعَصِفٍ أَمَا كُولٍ \*

Bismillaahir-Rahmaanir-Rahiim.

„Elemtera kejfe fe'ale rabbuke biashaabil-fiil. Elem jedsch'al kejdehum fii tadliil. We ersele 'alejhim tairan ebaabiil. Termiihim bihidschaaretim min sidchdschiil. Fe dsche'alehum ke'asfim me'kuul.“

**Bedeutung:**

Im Namen Allahs, des Allerbarmers, des Barmherzigen. Hast du nicht gesehen, wie dein Herr mit den Leuten des Elefanten verfahren ist? Hat Er nicht ihre List mißlingen lassen und Vögel in Scharen über sie gesandt, die sie mit Steinen aus gebranntem Ton bewarfen, und sie dadurch wie abgefressene Saat gemacht.

5

## Das Tor Ar-Rayyan

Der Prophet Muhammad ﷺ sagte: „Es gibt ein Tor im Paradies, das Ar-Rayyan heißt. Am Tage der Auferstehung werden nur die Fastenden durch es eintreten und sonst keiner außer ihnen. Dann wird gerufen: „Wo sind die Fastenden?“ Diese treten dann ein und keiner außer ihnen wird eintreten. Wenn sie dann alle im Paradies sind, wird das Tor geschlossen und es tritt keiner mehr durch dieses ein.“ (Buhari)



5. Ar-Rayyan bedeutet „Quelle der Bewässerung“. Warum trägt ausgerechnet das Tor der Fastenden diesen Namen?



6. Warum werden Fastende von Allah besonders bevorzugt? Greife noch einmal auf die Bildgeschichten zurück.



## Die Besonderheiten des Fastens

Das Fasten im Monat Ramadan bedeutet nicht nur, dass man nichts isst und nichts trinkt. Das Fasten soll uns auch helfen, unser Verhalten zu verändern und ein besserer Mensch zu werden.

Unser geliebter Prophet Muhammad ﷺ sagte: „Wenn sich jemand nicht der Falschheit in Wort und Tat enthält, dann liegt Allah nichts daran, dass er sich des Essens und Trinkens enthält.“ (Buhari)

1. Was bedeutet die Aussage des Propheten ﷺ?

	richtig	falsch
Allah will nicht, dass ich faste.		
Falschheit im Wort bedeutet lügen, fluchen, Versprechen nicht halten.		
Beim Fasten kommt es nur darauf an, nichts zu essen und nichts zu trinken.		
Ich darf fasten und über jemanden schlecht reden.		
Falschheit in Tat bedeutet, immer Gutes zu tun.		
Beim Fasten muss ich auf meine Worte und meine Handlungen achten.		
Das Fasten hilft mir, mein Verhalten zu verbessern.		

5



2. Welche Aussage des Propheten Muhammad ﷺ passt zu welcher Situation? Verbinde Aussage und Bild:



„Streite nicht mit deinen Mitmenschen, mache dich nicht lustig über sie und gib ihnen kein Versprechen, das du später brichst.“

(Tirmidhi)



„Ein guter Muslim ist jemand, vor dessen Zunge und Hand die Menschen sicher sind.“

(Buhari)



Der Prophet ﷺ erzählte von den Taten, die Allah am meisten liebt, und sagte unter anderem: „Gut zu den Eltern sein.“

(Buhari)



„Sei dir Allahs bewusst, wo immer du auch bist. Und begegne den Menschen mit bestem Charakter.“

(Tirmidhi)



3. Fallen dir weitere Situationen zu den Aussagen des Propheten ﷺ ein?



4. Was soll man beim Fasten noch vermeiden? Überlegt neue Situationen und spielt sie vor.



5. Versuche, einen Tag zu fasten. Beachte dabei die verschiedenen Arten des Fastens. Berichte in der Klasse darüber.

## MÂÛN SÛRESİ (Eraeytellezî...)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ  
اَرَآیْتَ الَّذِیْ یُكذِّبُ بِالْذِّیْنِ ﴿۱﴾ فَذٰلِكَ الَّذِیْ یَدْعُ الْیَتِیْمَ ﴿۲﴾  
وَلَا یَحْضُرُّ عَلٰی طَعَامِ الْمِسْكِیْنِ ﴿۳﴾  
فَوَيْلٌ لِّلْمُصَلِّیْنَ ﴿۴﴾ الَّذِیْنَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُوْنَ ﴿۵﴾  
الَّذِیْنَ هُمْ یُرَاوُنَّ ﴿۶﴾ وَیَمْنَعُوْنَ الْمَاعُوْنَ ﴿۷﴾

Bismillâhi'r-Rahmâni'r-Rahîm.

Eraeytellezî yükezzibü biddîn ﴿۱﴾ Fezâlikellezî yedü'u'l-yetîm ﴿۲﴾ Ve lâ yehuddu alâ ta'âmi'l-miskîn ﴿۳﴾ Feveylün li'l-müsallîn ﴿۴﴾ Ellezîne hüm 'an salâtihim sâhûn ﴿۵﴾ Ellezîne hüm yürâûn ﴿۶﴾ Ve yemne'ûne'l-mâ'ûn ﴿۷﴾<sup>8</sup>

<sup>8</sup> Bedeutung: Hast du den gesehen, der den Dîn (Islâm) als Lüge ansieht? Das ist der, der den Waisen verstößt und nicht zur Speisung des Armen anspornt. Aber wehe denen die in das Veyl genannte Loch in der Cehennem fallen, denn sie sind in Bequemlichkeit vor der Bedeutung des Namaz; geben keine Acht ob sie ihn verrichtet haben oder nicht, sind (auch) nicht betrübt darüber, daß sie ihn nicht verrichtet haben. In der Tat betreiben sie Riyâ; sie betreiben Schau und verweigern den Zekât.

## KUREYŞ SÛRESİ (Li îlâfi..)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
لَا يَلَا فِ قُرَيْشٍ ❖ إِيْلَافِهِمْ رِحْلَةَ الشِّتَاءِ وَالصَّيْفِ ❖  
فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ ❖ الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ  
وَأَمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ ❖

Bismillâhi'r-Rahmâni'r-Rahîm.

Li îlâfi Kuraysş ❖ Îlâfihim riħlete's-şitâi ve's-sayf ❖ Fel-ya'büdû Rabbe hâze'l-beyt ❖ Ellezî et'amehüm min cû'in ve âmenehüm min ħavf ❖<sup>7</sup>

<sup>7</sup> Bedeutung: Auch wenn sie die unzähligen Nîmets und Gaben Allâhü Teâlâs nicht bedenken, sollten die Kureysş wenigstens diese Gabe der Îlâf wegen – wo das Volk in den umliegenden Regionen so viele Beschwernisse zu bewältigen hat -, weil sie in ihren Reisen im Winter und im Sommer in Sicherheit und Wohlergehen sind, den Rabb und Herrn des Hauses (Ka'be) anbeten mit Ibâdât (und Ihm Knecht sein). ER ist jener Rabb des Beytullâh, Der sie vor großem Hunger erlöst in dem er ihnen Speise gibt und Der sie vor einer ungemein großen Angst befreit/ihnen Sicherheit gibt.