



Das Fasten - Sinn und Vorteile

Titelvers: Im Namen Allahs, des Gnädigen, des Barmherzigen. Wahrlich Wir sandten ihn (den Qur'an) hernieder in der Nacht Al-Qadr. Und was lehrt dich wissen, das die Nacht Al-Qadr ist? Die Nacht Al-Qadr ist besser als tausend Monde. In ihr steigen die Engel herab und der Geist nach dem Gebot ihres Herrn – mit jeder Sache. Friede währt bis zum Anbruch der Morgenröte (Sura 97)

Der Text stammt von einem Vortrag, der kurz vor Beginn des Fastenmonats 1986 in Clausthal gehalten wurde.

Herausgeber: Islamischer Weg e.V. - Postfach 1321 – 27733 Delmenhorst



„O ihr Gläubigen euch ist das Fasten vorgeschrieben, wie es auch denjenigen, die vor euch waren, vorgeschrieben ward, damit ihr fromm (gottesfürchtig) werdet.“

Koran 2/183)

Gepriesen sei Allah, der Barmherzige und Gnädige.

Der Friede Allahs und sein Segen sei mit Seinem Gesandten Mohammad (s.a.s.) (Friede sei auf ihm und seine Nachkommenschaft „Familie“), sowie mit seinen rechtmäßigen reinen Nachfolgern aus seiner Familie.

Das Wort **Fasten** (Saum oder Siam= heißt im allgemeinen „Verweigerung einer Handlung“. Sei es eine Tat wie Essen, Trinken und Geschlechtsverkehr oder etwas wie Reden, Schlafen usw. Manche haben auch gesagt, das die Enthaltung von Handlungen, die man sonst sehr gerne tut, **Fasten** heißt.

Wir wollen hier mit Allahs Hilfe und seiner Erlaubnis nur das islamische **Fasten** behandeln, das seit über 1400 Jahren als eines der wichtigsten göttlichen Gebote mit spezifischen Vorschriften durch die Mosleme praktiziert wird. Das islamische **Fasten** bedeutet, sich zur Annäherung an Allah von einigen bestimmten Handlungen jeden Tag des Monats Ramadan vollkommen zu enthalten, beginnend mit der Morgendämmerung, bis nach Sonnenuntergang. Jeder Erwachsene und geistig-körperlich gesunde Moslem- ob Mann oder Frau- muss den ganzen Monat Ramadan tagsüber **fasten**. Wenn er nicht gerade auf Reisen oder krank bzw. körperlich nicht fähig dazu ist (wie z.B. schwangere Frauen, stillende Mütter oder sehr alte Menschen). Dieses **Fasten** ist kein unnötig auferlegter Zwang für den Moslem, sondern ein gesegnetes Hilfsmittel, mit dem der Gläubige die erlösende Frömmigkeit

und die ideale Vollkommenheit seiner göttlichen Natur erreichen kann. **Fasten** wirkt auf den Körper, die Seele sowie die Gesellschaft heilsam.

Soweit es der Menschheit bekannt ist, haben fast alle Völker immer irgendeine Art des **Fastens** vollzogen. Obwohl in den heutigen Büchern der Juden und Christen das **Fasten** nicht in dieser Art als ein Gebot betrachtet wird, ist aber auch bei ihnen eine bestimmte Art des **Fastens** geehrt und empfohlen.

Beispielsweise wird bei ihnen die Verweigerung von Fleisch bzw. von Milch oder überhaupt von Speis und Trank an bestimmten Tagen noch befolgt. Als Beispiel wird in Deutschland während 40 Tagen zwischen Aschermittwoch und Ostern das **Fasten** nach Anordnung der katholischen Kirche als Mittel zur Buße und innere Einkehr mit allen ihren Vorschriften des Fastensspeisens, das Fastensopfer und des Fastensalmosens empfohlen. Sogar für die Götzenanbeter im alten Ägypten, in Rom und Griechenland gab es schon das **Fasten** ; ebenso bei den Indern, die heute noch nach ihrer traditionellen Art **fasten**. Wenn man die Bedeutung des **Fastens** und speziell des **Fastens im Ramadan** mit Hilfe von islamischen Quellen etwas genauer betrachtet, versteht man deutlich, warum die Menschen schon immer irgendwie gefastet haben. Wir stützen uns hierbei außer den quranischen Hinweis auf die erleuchtende Aussage des heiligen Propheten Mohammad (s.a.s), die durch seine reine Nachkommenschaft (Friede sei mit ihnen allen) überliefert sind, um der Menschheit für immer den Weg zur Wahrheit zu zeigen.

Der Mensch, der fähig ist, als ausgewähltes Geschöpf – höherstehend als die Engel - durch seine Willenskraft Verantwortung zu übernehmen und als treuer Vertreter Allahs auf Erden zu wirken, kann oft Sklave des Teufels werden und alle seine göttlichen Fähigkeiten durch Übeltaten vernichten.

Die Vernunft, die den Menschen unter allen Lebenswesen besonders auszeichnet, wird oftmals durch die tierischen Eigenschaften des Menschen beherrscht. Der Prophet Mohammad (s.a.s) war besorgt um die Mosleme, weil die Gefahr bestand, das sie ebenso durch diese aufrührerische Teufelsfalle den rechten Weg verlieren könnten, wobei er sorgvoll sagte:

„Ich fürchte zwei Dinge für meine Umma (die islamische Weltgemeinschaft); Das sie Sklavin ihrer eigenen Begierden und Sklavin ihrer Sehnsüchte werden könnte.!

Allahs Gebote sind im allgemeinen für die ganze Menschheit und insbesondere für die Gläubigen, um sie Rechtzuleiten und ihnen zu verhelfen, zum seelischen und gesellschaftlichen Frieden, zur Gerechtigkeit sowie zur Befreiung des Individuums und der Gesellschaft von allen materiellen Versklavungen zu gelangen und um ihnen das Erreichen des ewigen Glücks im Dies – und im Jenseits zu ermöglichen.

Fasten ist eine Quelle der Reinheit und der Befreiung der seelischen Fähigkeiten von allen antigöttlichen Anziehungskräften des Übels. Wenn die übertriebenen Gelüste der Seele das Gewissen versklaven, dann kann das **Fasten** den Menschen aus seinem Zustand retten. Wenn zwischen Reichen und Armen Misstrauen und Unfrieden herrscht, dann ist die Lösung für die ganze Gesellschaft **Fasten**.

Im Ramadan hat jeder die Möglichkeit, das Gefühl des Hungers kennen zulernen und das Leid des Hungernden zu verstehen. Fastenzeit ist wie ein Trainingskurs zur gegenseitigen Hilfe, Zusammenarbeit und Gleichheit in der Gesellschaft. Es beseitigt die Hilflosigkeit und den gegenseitigen Kampf unter den Menschen und verhindert, dass die Schwachen durch die Starken und die Armen durch die Reichen übersehen oder gar erniedrigt werden. Somit wird die Feindseeligkeit unter den Menschen abgeschafft.

Wenn die Fettablagerung im Körper des Menschen die Gesundheit belastet und die Beweglichkeit erschwert, dann ist die natürliche Diät **Fasten**. Das ist noch besser als die künstliche Fastenkur, die ärztlich überwacht wird, weil islamisches **Fasten** sowohl kostenlos als auch mit zusätzlichen moralischen und gesellschaftlichen Vorteilen und vor allem mit großer göttlicher Belohnung verbunden ist. Beim **Fasten** erhält der Magen seine jährliche Ruhepause und „Urlaubszeit“, um danach gesünder, leistungsfähiger und langlebiger zu arbeiten.

Wenn die Willenskraft des Menschen schwach wird. Seine Glaubensstärke verkümmert und die Ungeduld bei ihm wächst, heißt seine große Chance **Fasten**, wobei er in allen Bereichen seines Lebens Ausdauer und Geduld ausüben lernt. Wenn man unter Drogenabhängigkeit leidet bzw. raucht, ist die Fastenzeit eine himmlische Gelegenheit, sich langsam davon unabhängig zu machen, so wie viele Mosleme, die sich nach dieser Zeit vom Rauchen und anderen Abhängigkeiten befreit haben.

Aber das ist nicht alles, was den Menschen durch **Fasten** zugute kommt. **Fasten** verschönt den göttlichen Charakter im Menschen und steigert

seine Tugenden, weil er bereitwillig an den Tagen des Fastenmonats auf den Genuss bestimmter Handlungen verzichtet und um Allahs Willen die vollkommene Beherrschung seiner Gedanken, Taten und Worten trainiert. Im Ramadan befasst man sich viel mehr als sonst mit Quran lesen und – lernen und mit Anbetung Allahs, mit guten Taten, mit Problemen der anderen Mosleme, mit islamischen Vorschriften usw...

Fastenmonat ist eine sehr günstige Zeit, in der sich die islamische Gemeinschaft verpflichtet, die Wahrheit, die Kultur und die moralischen Prinzipien des Islam näher kennen zulernen, damit sie ihre verlorene göttliche Identität in der Welt der Verzweiflung und Ungerechtigkeit als Inhaber der vollkommensten Religion wiederfindet. Allah spricht zu den Moslemen im heiligen Quran:

**„Und verzagt nicht und seid nicht niedergeschlagen (traurig), da ihr die Oberhand haben werdet, solange ihr Gläubige seid.“
(Quran 3/ 139)**

Im ersten Vers über das **Fasten**, welcher zu Beginn erwähnt wurde, spricht Allah die Gläubigen an und betont dabei, das ihnen das **Fasten** als ein wichtiges, notwendiges und wertvolles Gebot zugunsten ihrer eigenen Frömmigkeit vorgeschrieben ist.

Nur die Gläubigen können den Wert und die Wichtigkeit eines Gottesgebots wahrnehmen und durch seine Praktizierung davon Nutzen ziehen. Der Mensch strebt durch seinen Glauben an Allah nach dem göttlichen Ziel des Lebens. (In diesem Text werden die Begriffe „Allah“ und „Gott“ im identischen Sinn benutzt) Dabei durchläuft er eine herrliche Laufbahn, wozu für ihn das **Fasten** erforderlich ist, um auf dieser Bahn in Richtung der Vollkommenheit bis an das höchste Ziel gesichert fortschreiten zu können.

Der Mensch nähert sich seinem Schöpfer, seiner geistigen Reinheit und den göttlichen Wertvorstellungen, indem er durch das **Fasten** seine treibende Kraft zu sündigen vermindert und durch Verzicht auf manche sonst erlaubte Handlungen (wie z.B. Essen, Trinken usw.) mit mehr Freude und Bereitschaft auch allen anderen islamischen Geboten gehorcht; und so wird er glücklich, rein und vollkommen. Das **Fasten** ist, trotz seiner seelischen- und körperlichen Vorteile und großen weltlichen Nutzens sowie vor allem reichlicher göttlicher Belohnung im Jenseits, nur für einen bestimmten Monat vorgeschrieben worden, und nicht für das ganze Jahr und nicht einmal für den ganzen Monat, sondern nur für die Tage und nicht die Nächte, damit keinem das **Fasten** schwerfällt.

Das **Fasten** geschieht in einem gesegneten Monat, der eine Sonderstellung besitzt und, wie der Prophet Muhammad (s.a.s) sagt, „Gottesmonat“ genannt wird. Allah hat unter den Religionen den Islam, unter seinen Gesandten den Propheten Mohammad (s.a.s) und unter seinen Büchern den Quran sowie unter seinen Geschöpfen den Menschen als Seinen Verwalter auf Erden, unter den Tagen den Freitag zur Versammlung der Mosleme und unter den Nächten „die Nacht der Bestimmung und Nacht zur Belebung“ erwählt, wie Er auch unter den Monaten den Ramadan zum **Fasten** ausgewählt hat.

In der heiligen Nacht des Monats Ramadan hat Allah den allgemeinen Sinn sowie den Geist und die immaterielle Wahrheit des Qurans auf einmal in das Herz des Propheten Muhammad (s.a.s) herabgesandt wonach dann noch einmal im Laufe von 23 Jahren der Quran, allmählich in Worten und abschnittweise verkörpert durch die arabische Sprache in einer für die ganze Menschheit verständlichen Form, herabgesandt wurde.

Vielleicht wurde aber auch erst ein Teil des Quran in dieser Nacht herabgesandt bzw. begann erst überhaupt während dieser Nacht die Offenbarung, da jedes Wort, jeder Satz und jede Sura vom Quran auch als Quran bezeichnet wird.

„Wir haben ja ihn (den Quran) während der Nacht Al-Qader (der Zumessung und der göttlichen Bestimmung) offenbart“.(Quran 97/1)

In einem anderen Vers sagt Allah:

„Wir haben Ihn (den Quran) in einer gesegneten Nacht geoffenbart.“ (Quran 44/3)

Wenn wir diese beiden Verse mit einem dritten Vers vergleichen, der sagt:

„Der Monat Ramadan ist der Monat, in dem der Quran geoffenbart wurde.“ (Quran 2/185)

So erkennen wir, dass diese besondere gesegnete Nacht im Fastenmonat Ramadan gewesen sein müsste. Es ist zwar nicht im Quran erwähnt worden, um welche Nacht vom Ramadan es sich handelt, aber nach den

Aussagen vom Propheten Mohammad (s.a.s) wird angenommen, das diese heilige Nacht im letzten Drittel vom Ramadan sein könnte.

Es ist eine mächtige Nacht, in der die Engel und der heilige Geist zu den auserwählten Menschen herabkommen, die Gebete besonders erhört werden, manche Schicksale bestimmt werden und die Gütigen mit göttlichem Frieden und seinem Segen durch die herabkommenden Engel im Reich Allahs empfangen werden. Wahrlich lohnt es sich, wenn die Gläubigen während aller Nächte des Ramadan aufstehen und zu Allah beten und ihn um Rechtleitung, Gesundheit, Erhöhung ihrer Seele, Allahs Zufriedenheit und um alle wertvollen Wünsche ernsthaft bitten und diese würdigen Nächte nicht im Schlaf bzw. Gleichgültigkeit verbringen, weil eine von diesen Nächten – so Gott will- die heilige Nacht ist, die selbst gesegneter und wertvoller als tausend Monate ist:

„Die Nacht von Al-Qadr ist besser als tausend Monate. Hinab steigen in ihr die Engel und der Geist mit ihres Herrn Erlaubnis zu jeglichem Geheiß (zu einem jeden Auftrag)!“ (Quran 97/3-5)

Deshalb sollte man zumindest einige bestimmte Nächte, die vermutlich Al-Qadr sein könnten- wie die Nächte zum 19., 21., 23., und 27., Ramadan- mit Beten und Quran lesen bis zur Morgendämmerung beleben. (Ehja machen). Der **Fastenmonat** Ramadan ist auch heilig wegen der Offenbarung des heiligen Qurans, der als Rechtleitung für die ganze Menschheit und als rein Zeichen der Leitung und als ein Zeugnis der Unterscheidung zwischen dem Wahren und dem Falschen herabgesandt wurde. Der Quran als göttliche Aufforderung zum Nachdenken ist eine Heilung und eine Barmherzigkeit für die Gläubigen; er ist das Licht der Herzen, die Rechtleitung und frohe Botschaft für die Mosleme. Der fastende Mensch kann in diesem Monat wegen seiner erreichten seelischen Reinheit durch sein **Fasten** den Frühling des Qurans miterleben und den wahren Frühling in seinem Herzen beleben.

„Der Monat Ramadan ist es, in dem der Quran geoffenbart wurde, als eine Führung für die Menschen und als klares Zeugnis für die Rechtleitung und die Auseinandersetzung (zwischen Wahrheit und Unwahrheit).“ (Quran 2/185)

Ramadan ist der neunte Monat des arabischen Kalenders und der einzige Monat, der im Quran namentlich erwähnt ist. Das Wort **Ramadan** ist abgeleitet von der Wortwurzel **Ra-ma-dan**, was die **Hitze**, **Ruhelosigkeit** und **Härte** beschreibt; die Pluralform davon ist **Ra-ma-da-nat**.

Es sind verschiedene Bedeutungen für das Wort **Ramadan** genannt worden, welche die wahre Bedeutung des **Fastens** in diesem Monat verdeutlichen sollen, damit wir mit vollem Bewusstsein vollkommen **fasten** und den Ramadan nutzen:

- Die erste Bedeutung von **Ramadan** ist „die Hitze der Sonnenstrahlung im Sommer auf die trockene Erde mit allen ihren Härten“. Die Araber haben damals ihre Monate nach den jeweiligen zeitlichen Vorkommnissen und Zuständen benannt und damals ereignete sich Ramadan während eines hitzigen Sommers mit seinem brennenden Boden. Durst, Hunger und verhältnismäßige Ruhelosigkeit wegen der Selbsterziehung und anderen Anstrengungen begleiten mehr oder weniger immer das **Fasten** was eine besondere Gelegenheit ist, sich daran zu erinnern, was Hunger und Not bei den Bedürftigen Menschen ist. Es ist keine Zeit der Faulheit, des langen Schlafens und der Langeweile.
- Die zweite Bedeutung vom Ramadan ist „Verbrennen“ bzw. „Schmelzen“. Ein vollkommendes **Fasten** verbrennt die Sünden und die abscheulichen Eigenschaften des Charakters und lässt die bösen Gefühle und verdorbenen Ideen schmelzen, wie die Sonne den Schnee schmelzen lässt. Das geschieht im Fastenmonat sowohl individuell als auch in der Gemeinschaft der Mosleme. Obwohl die meisten islamischen Gesellschaften noch unter der Herrschaft verdorbener Systeme (der Sklaven der Weltmächte) schwer leiden, haben trotzdem die Statistiken bewiesen, das selbst unter Menschen in solchen Ländern während des Fastenmonats Ramadan die Kriminalität, Mord, Diebstahl und Streitereien außergewöhnlich abnehmen und gleichzeitig das Vertrauen und die Freundlichkeit unter den Leuten wächst, und viele Menschen ruhiger, geduldiger, höflicher und anständiger werden. Unser geliebter Gesandter Allahs (s.a.s) gab uns schon damals diese frohe Botschaft, als er sagte:

„Ramadan verbrennt die Sünden und Fehler, wie das Feuer das Holz verbrennt“.

- Die dritte Bedeutung von Ramadan ist „Strömender Regen“ und „Regenguss“, wie er im Herbst oder Frühling vorkommt. Darunter können mehrere Aspekte verstanden werden, u.a. :

1. Im Ramadan fallen uns Allahs Gnade, Segen und seine Gaben so in Hülle und Fülle zu wie der fallende Regenguss; dazu muss man sich in der Fastenzeit nur befähigen, all diesen himmlischen Nutzen zu empfangen und Allahs Huld zu sammeln.
 2. Fastenzeit verlangt auch die Hinnahme einiger Schwierigkeiten und Anstrengungen durch Hunger, Durst usw. , wie der strömende Regen auch manche Probleme und Schwierigkeiten mit sich bringt.
 3. Der Regenguss belebt die Wiese und das Grün und reinigt den Boden von argem Schmutz, so wie der Fastenmonat die menschliche Natur von allen Unreinheiten säubert und in ihr wunderschöne Klarheit schafft.
- Die vierte Bedeutung von Ramadan heißt „Schärfen“ und „Spitzen“ des Schwertes bzw. des Speeres, um sich für den Kampf vorzubereiten. Der Moslem muss während des Fastenmonats das Schwert seiner Vernunft schärfen und den Speer seines Glaubens spitzen, um die Wahrheit des Islam besser zu verstehen und um gegen alle seine eigenen inneren und äußeren Feinde gut gerüstet kämpfen zu können. Der Moslem muss sich aber auch während und durch den **Fastenmonat** zur Vervollkommnung seines Fastens verstärkt rüsten, um gegen alle Feinde des Islam und der islamischen Gesellschaft zur Beseitigung jeglicher Unterdrückung, Gewaltherrschaft und Ungerechtigkeit aufzustehen. Allah betont die Notwendigkeit und Wichtigkeit des Fastens im Ramadan mit dem Wort:

„Es ist euch das Fasten vorgeschrieben“(Quran 2/183)

Wenn wir Allah fragen, was noch für das Leben der Gläubigen und ihre islamische Identität wichtig ist, das Allah es ihnen als unumstößlich festlegt, dann gibt uns der heilige Quran die klare Antwort mit dem gleichen göttlichen Ausspruch :

Es ist euch vorgeschrieben,

Aus derartigen Vorschriften ist zu erkennen, das manche andere islamischen Gebote zumindest genauso nötig und wichtig für die Gläubigen sind, wie das vorgeschriebene **Fasten** im Ramadan; so z.B. das islamische Vergeltungsgebot als göttliche Strafrecht und noch wichtiger, die islamische Kriegsführung als heilige Verteidigung des Islam und der Mosleme, den Allah in aller Ausführlichkeit den Gläubigen vorgeschrieben hat:

„Vorgeschrieben ist euch der Kampf, obwohl es euch schmerzhaft und zuwider ist. Aber vielleicht verabscheut ihr etwas, während es gut für euch ist, und vielleicht liebt ihr etwas, während es schlecht für euch ist und Allah weiß (was gut oder schlecht für euch ist), aber ihr wisset nicht.“(Quran 2/216)

Es ist nicht von ungefähr, dass die großen und entscheidenden Kriege wie z.B. Badr und Khandaq in der Zeit des Propheten Muhammad (s.a.s) während des Fastenmonats Ramadan geschahen, sowie auch der Einmarsch der islamischen Armee zur Befreiung von Mekka.

So ermahnt uns Ramadan noch einmal mit der Stimme der Offenbarung, dass wir die obdachlosen Mosleme aus Palästina, Afghanistan, Libanon und viele andere nicht vernachlässigen dürfen. Hierzu fragt uns Allah vorwurfsvoll:

„Was ist mit euch, dass ihr nicht kämpft auf Allahs Weg und für die Schwachen (Unterdrückten) unter den Männern, Frauen und Kinder)“ (Quran 4/75)

- Die fünfte Bedeutung von Ramadan ist der Name eines gottesgefälligen und wohl tätigen Dieners Allahs, der in der arabischen Halbinsel wie eine erhobene Stimme der Entrechteten für das Wohlergehen des Volkes kämpft.

Der Monat Ramadan müsste jeden Moslem dahin führen, die Tugendhaften und Wohltäter der Mosleme, die im heutigen Sprachgebrauch als islamische Revolutionäre bezeichnet werden, ehrlich zu lieben und ihnen von Herzen zu folgen und gleichzeitig die verdorbenen Tyrannen und die Verderber der islamischen Weltgemeinschaft „Umma“ zu verabscheuen und zu bekämpfen, um die Mosleme von ihrer Versklavung durch die antireligiösen Mächte zu befreien damit der Ramadan, als Monat der Ausdauer und des Kampfes auch zum Monat des Sieges und der Befreiung wird. So sehen wir auch, dass der letzte Gesandte Allahs als Befreier der Sklaven und Helfer der Unterdrückten und Symbol der Tugendhaftigkeit zum erstenmal durch Offenbarungen des Qurans im Ramadan göttlich inspiriert und beauftragt wird, gegen alle Götzen der Zeit und islamfeindlichen Supermächte der Welt aufzustehen, um die Rettung der Menschheit von den ihnen auferlegten Verderbnissen und Ungerechtigkeiten durch islamische Gebote zu ermöglichen.

- Und die sechste Bedeutung von Ramadan ist „ein Name Allahs“. Somit sind die Gläubigen als Gäste Gottes um Gottes Willen und im Gottesmonat zum **Fasten** eingeladen worden, um sich befreit vom materiellen Genuss mit immaterieller Nahrung und mit dem himmlischen Genuss zu versorgen, und um sich auf die ewigen paradiesischen Freuden vorzubereiten.

Wer sich entsprechend der Gastfreundschaft des Gastgebers würdig benimmt, Seine Gebote achtet und sich nach Seinem Willen verhält und vollkommen fastet, erhält sicherlich die schönsten Belohnungen und wird reichlich von Allah selbst belohnt; wie der heilige Prophet (s.a.s) und übermittelt:

„Allah der Erhabene sagt: Das Fasten ist für mich und ich gebe die Belohnung dafür“.

Weil normalerweise das **Fasten** meist nur um Gottes Willen geschieht und weniger als alle anderen islamischen Anbetungen Allahs durch Heuchelei, Hochmut, Eigeninteressen usw. verunreinigt werden kann, sagt Allah in diesem „Hadith- e- Qudssi“, das Er das **Fasten** selbst annimmt und selbst – ohne irgendwelche Vermittler- belohnt. In einer Zeit, in der die Welt unter Ziellosigkeit, Unwissenheit, Angst, Unsitte, Armut und Ungerechtigkeit schwer leidet; in der Wissenschaftler meist im Dienste der Weltmächte stehen, die selbst die Wurzel allen Übels sind; In der egoistische Reiche immer mehr im Sumpf ihrer eigenen Übeltaten untergehen; in der die gedemütigten Armen in hoffnungsloser Not scharenweise unwürdig sterben, die Stimme ihrer Wehklagen kein Echo findet, und die wenigen islamischen Befreiungskämpfer mit allen Mitteln isoliert werden, ist die ganze Menschheit in eine unheimliche Panik und Ratlosigkeit geraten. Und hier gibt uns der Fastenmonat Ramadan die richtige Orientierung mit zusätzlich einer Chance, das „leben“ islamisch zu begreifen, und es befreit von Sünden und Ängsten gerecht zu gestalten. Ramadan ist die Erneuerung der vernachlässigten göttlichen Kräfte im Geist des Menschen und sein siegreicher Triumph über die Kräfte des inneren und äußeren Teufels. Es ist die erneute Huldigung Allahs und des eigenen Gewissens, um Frömmigkeit und seelischen Frieden zu erlangen. Es ist eine günstige Gelegenheit, um sich zu entscheiden, wie man im kommenden Jahr durch das noch übriggebliebene Leben gehen will; z.B das man sich von Sündhaftigkeit fernhält, seine Verbundenheit mit den Moslemin verstärkt, den Bedürftigen mehr hilft, zu den Nachbarn, Freunden und Verwandten gütig ist, den persönlichen Feinden vergibt, die Feinde des Islam bekämpft, das Oberhaupt der islamischen Umma liebt und ihm aufrichtig

um Allahs willen folgt, die Alten respektiert, zu den Kindern freundlicher wird, die Gelegenheit für Wohltaten nicht verpasst, seine gläubigen Geschwister großzügig behandelt, sich von schlechten Eigenschaften befreit und einen großen Platz in seinem Herzen füllt mit der Liebe zu Allah, dem Propheten und seinen rechtmäßigen reinen Nachfolgern aus seiner Familie, so wie es Allah von uns verlangt, indem Er im Quran sagt:

„Sprich (Oh Prophet): Ich verlange von euch keinen Lohn, außer der Liebe und Zuneigung zu (meinen) Nächsten. (Quran 42(23))

Oder wie der Prophet (s.a.s) in einer Überlieferung sagte:

„Ich hinterlasse euch zwei gewichtige Dinge, solange ihr euch daran festhaltet, werdet ihr nach mir nicht irreführt: diese sind das Buch Gottes und meine Familie (Nachkommenschaft) die nicht voneinander zu trennen sind. (Tirmizi)

In einer anderen Überlieferung sagt der Prophet Muhammad (s.a.s) zu seiner Tochter Fatima, Ali, Hassan und Hussein, die Allah rein gemacht hat:

„Ich bin im Frieden mit dem, der euch ergeben ist.“ (Quran 33(33))

So muss jeder Moslem, sogar um sein rituelles Gebet zu vervollständigen, diese Menschen mit dem Propheten (s.a.s.) zusammen mit einem Friedens- und Segenswunsch grüßen, und segnen, damit sein Gebet von Allah angenommen wird.

„Allah-humma salli a la Mohammad wa a la aali Mohammad“.

Es ist immer noch die himmlische Stimme des heiligen Propheten Mohammad (s.a.s), die aus fernen Zeiten der Tugendhaftigkeit und im Schatten der vergessenen Güte die ganze Menschheit anspricht und ruft:

„Jeder, der im Monat Ramadan seinen Untergebenen in irgendeiner Weise hilft und deren Schwierigkeiten vermindert, wird von Allah belohnt werden, indem auch die anderen guten Taten dieser Menschen aufgrund dieser seiner guten Handlungen

von Allah am Tage des Gerichts angenommen (und belohnt) werden“.

„Jedem, der die Bürde seiner Untertanen in diesem Monat erleichtert, dem wird Allah am Tage des Gerichts seine Sünden erleichtern.“

„O, Leute! Ihr habt euer Gewissen zum Sklaven eurer Begierde gemacht. Macht es frei, indem ihr Allah um Vergebung anruft. Eurer Rücken bricht unter der schweren Last eurer Sünden, daher werft euch vor Allah in langen Zeitspannen nieder und macht das Gewissen leichter. Wenn du fastest, solltest du nicht böse über irgendjemanden sprechen, noch solltest du belästigend und lärmend sein. Wenn jemand schlecht von dir spricht oder versucht, mit dir einen Streit anzufangen, lass dich nicht darauf ein, sondern sage ihm, dass du fastest.“

Der Fastenmonat Ramadan ist die Abrechnungszeit des jährlichen Verhaltens und der Taten. Es ist die schönste Gelegenheit, Allah für all seine materiellen Gaben und immateriellen Gnaden wahrhaftig zu danken, und aufrichtige Reue zu zeigen in der Erinnerung über das eigene bewusste oder unbewusste Fehlverhalten und Undankbarkeit sowie reuig Allah um Vergebung zu bitten, damit das Herz und die Seele von Sünden frei werden. Wie Imam Ali (a.s) den Gläubigen beigebracht hat, muss der Büsser ehrlich traurig sein, über das, was er getan hat; er muss fest entschlossen sein, das Bereute nicht wieder zu tun; er muss Entschädigung für alles leisten, was er den anderen Böses getan hat; er muss die Verpflichtungen der Religion erfüllen, die er früher vernachlässigt hat; er sollte solange **fasten**, bis das Fleisch weggeschmolzen ist, das in seinem Körper durch verbotene Nahrung angewachsen ist; und er soll sich die Qual der Strafe Gottes vorstellen, für den Geschmack der früheren Sünden, den er genossen hat. Der sündige Büsser, der seine Sünden wahrlich – wie schon erwähnt- bereut, wird von diesen und von ihren Folgen vollkommen befreit, so als ob er sie nie begangen hätte. Allahs Gesandter (s.a.s) sagt dazu:

„Wer die Sünde bereut, gleicht jemanden, der sie nie begangen hat.“

Hierzu sagt der heilige Quran:

„O ihr, die ihr glaubt, kehrt euch zu Allah in aufrichtiger Bekehrung, vielleicht deckt Allah eure Missetaten zu und führt euch in Gärten, durchweilt von Bächen, an jenem Tage, an dem Allah den Propheten und die Gläubigen mit ihm nicht zuschaden macht.(Quran 66/8)

Hier wird dem Büßer nicht nur Allahs Vergebung, sondern auch Allahs Belohnung für die wahre Reue ermöglicht.

Auch die Engel bitten Allah um Verzeigung für die reuevollen Gläubigen und rufen:

„Unser Herr, du umfasst alle Dinge in Barmherzigkeit und Wissen: So vergib denen, die sich reuig kehren und Deinen Weg befolgen, und schütze sie vor der Strafe der Hölle.

Unser Herr, führe sie in die Gärten der Ewigkeit ein, die Du ihnen verheißen hast, und den Rechtschaffenen von ihren Vätern und ihren Gattinnen und Nachkommen.“ (Quran 40/7-8)

Aber noch erstaunlicher als die Bittgebete der Engel für die Büßer, die selbst ihr Mitleid und ihre Liebe zu den Menschen zeigen und die herrliche Zusammengehörigkeit aller Geschöpfe Gottes darstellen, ist die unbeschreibliche Barmherzigkeit Allahs und Seine Liebe zu den sündigen Menschen, die aufrichtig bereuen. Dazu sagt der heilige Quran:

„Allah liebt die sich Bekehrenden und die sich Reinigenden.“ (Quran 2/222)

Wenn Allah zu den umkehrenden Frevlern und reumütigen Sündern so gnädig und allbarmherzig ist und ihnen nicht nur vergibt, sondern sie auch achtet und liebt, ist es nicht eine ungeheuerere Schamlosigkeit, das man alle diese Großzügigkeiten Allahs missachtet und immer wieder die islamischen Gebote vernachlässigt?

Ist es nicht unverschämt, das man gegen Allahs Willen handelt und sich undankbar gegenüber allen Gaben Allahs benimmt, obwohl man genau weiß, das man am Ende zu ihm zurückkehren muss?

Der Fastenmonat Ramadan ist auch die Abrechnungszeit des jährlichen Vermögens. Der Moslem muss, wenn er imstande ist, am Ende des Ramadan- vor den Feiertagszeremonien- für sich und für die Personen, für die er den Lebensunterhalt bezahlt bzw. am letzten Tag des Ramadan seine Gäste sind, ein bestimmtes Maß an Nahrungsmitteln bzw. einen entsprechenden Wert um Allahs Willen an moslemische Bedürftige als Zakat-ul-Fitra abgeben, um sein **Fasten** zu erhöhen, sein eigenes Essen zu reinigen und um seine materielle und immaterielle Leistungsfähigkeit im Sinne des Islams zu bereichern. Das geschieht zusätzlich zu dem jährlichen Zakat, welches der Moslem als Armensteuer von seinem Hab und Gut ab einer bestimmten Grenze an die bedürftigen Mosleme zu zahlen hat. So stiftet der Ramadan zwischen Armen und Reichen Frieden, Vertrauen, Liebe und Gerechtigkeit und schenkt den Seelen Zuversicht und Zufriedenheit. Der Ramadan erzieht die Menschen zur Selbsterziehung, Freigebigkeit, Vergebung und Barmherzigkeit.

Der Fastenmonat ist der Frühling des Geistes, wobei teuflische Triebe bekämpft werden, die sittlich hervorragenden Eigenschaften im Menschen wieder belebt werden und die wahre göttliche Schönheit der menschlichen Natur zur Geltung kommt.

Dabei wird die Sündhaftigkeit verachtet und die Tugend geachtet. Und so kann der manchmal vom Teufel besessene wilde Mensch seiner Aufgabe als treuer Verwalter Allahs auf Erden gerecht und bewusst werden. In diesem Fall bleiben für ihn die Tore des dies- und jenseitigen Paradieses geöffnet und die der Hölle geschlossen, wie es uns der Prophet (s.a.s) versprochen hat.

Im Ramadan, wo die Tage voller Gottesgaben und die Nächte segensreich und die Gebete rein sind, wird den Tugendhaften das Herz erleuchtet, der Geist erhöht und die Seele gereinigt; der gottgefällige Diener Allahs beseitigt manche Hindernisse zwischen sich und der Herrlichkeit Allahs und bringt sich näher zu seinem geliebten Herrn, indem er sich selbst zu misshandeln und seine göttlichen Geschenke nicht leichtsinnig zu missbrauchen:

- Seine Augen schlägt er keusch nieder vor den unerlaubten Dingen und Gegenständen. Die Augen sind für ihn eine unersetzliche kostbare Gottesgabe, die ihm für fromme Handlungen und sinnvolle Tätigkeiten geschenkt wurden.
- Mit seinen Ohren empfängt er nur Gottes Wort, Predigten und andere nützliche Reden, aber keine Lügen, Geschwätz, verbotene Musik und unanständige Gespräche.

- Die Macht und die Fähigkeit der Zunge benutzt er für die Verbreitung des Gotteswortes und der Wahrheit. Die Zunge ist für ihn kein teuflisches Mittel, um zu lügen, um zu beschimpfen, um die Diener Allahs zu beleidigen und um Gerüchte und Gerede zu verbreiten.
- Mit seinen Händen tut er keinem Unrecht und schikaniert damit keinen Menschen, sondern er verteidigt mit seinen Händen die Gerechtigkeit und hilft den Entrechteten.
- Mit Hilfe seiner Füße geht er dorthin, wo die Wahrheit gesagt wird oder gesagt werden muss, wo er der Gemeinschaft der Mosleme helfen kann und den Dienern Gottes dienen kann. Er benutzt nie seine wertvollen Füße, um zu den verbotenen Plätzen wie Discotheken, Bars usw., zu gehen.

Aber noch wichtiger ist die Bewahrung von Auge, Ohr, Zunge, Hand und Fuß ist Bewahrung des Herzens und des Verstandes vor jeglichen Unreinheiten. Der Fastende wird mit allen diesen wertvollen Mitteln, die er von seinem Schöpfer zur Erfüllung von bestimmten Aufgaben bekommen hat, nicht so unbedacht umgehen wie ein leichtsinniges Kind mit seinem unwichtigen Spielzeug. Der Gast Allahs, der schon seit seiner Existenz die Gastfreundschaft Gottes genießt und nun in diesem Monat aus besonderem Anlass zu den himmlischen Feierlichkeiten eingeladen worden ist, benimmt sich ehrenhaft und dankbar gegenüber seinem Herrn und Gott. Er hält sich in allen Aspekten seines Lebens durch seine Taten, Gefühle, Gedanken und Absichten immer rein und tadellos. So bemüht er sich, um die Wahrnehmungen und Vergegenwärtigungen der alles durchdringenden Anwesenheit Allahs, bis er durch die göttliche Erleuchtung Seine Herrlichkeit erkennt, den Teufel für immer besiegt und die vollkommene seelische Harmonie und geistige Ruhe findet:

„Nur mit dem Gedanken an Allah beruhigen sich die Herzen“.
(Quran 13/28)

Wahrlich, die Menschen, die während des Ramadan und dadurch auch später im Bewusstsein bei Allah verweilen und Seinen Willen befolgen und unabhängig von irdischen Eigeninteressen, sich absolut den islamischen Vorschriften ergeben, werden sich gewiss mit Erreichen der eigenen echten Ruhe im Herzen, ohne irgendeine materielle Sorge und Angst vor irdischen Mächten erheben, um auf Erden Gottes Gebote durchzusetzen und seine Diener vom Joch der modernen Götzenanbetung zu befreien, damit der Seelenfrieden auch für andere Menschen ermöglicht wird.

„Über Allahs Freunde kommt keine Furcht und sie werden nicht traurig.“ (Quran 10/62)

Wir können mit Hilfe von Überlieferungen des heiligen Propheten Mohammad (s.a.s) und der Aussagen der Imame (Friede sei auf ihnen allen) die Fastenden nach mehreren Gesichtspunkten, nämlich nach den Absichten ihres Fasten, nach ihrem Verhalten in der Fastenzeit und nach der Art ihres Fastensbrechens in recht unterschiedlichen Stufen gruppieren:

1. Absicht:

Prophet Mohammad (s.a.s) sagt:

„Alle Taten werden nach ihren Absichten bewertet.“

Somit ist im Islam die Absicht bei jedem Verhalten von höchster Bedeutung, so wie auch beim **Fasten**, bei dem der Vorsatz den Vorrang hat. Nach einer anderen Aussage des heiligen Gesandten Gottes ist der Grad der Reinheit und Aufrichtigkeit von der Stufe der Gewissheit und der sicheren Überzeugung „Jaqin“ abhängig. Diese „Jaqin“ hängt selbst von der Glaubensstärke „Iman“ und von der Wohltätigkeit „Amal-e-Salih“ ab. Diese ist wiederum von der Kenntnis bzw. der Erkenntnis des Menschen über seinen Schöpfer und seine Schöpfung anhängig. Und eine derartige entscheidende Kenntnis, die der Mensch entsprechend seinen eigenen Anstrengungen und durch absoluten Gehorsam gegenüber Gott über den Schöpfer und seine Schöpfung erlangen kann, ist auch ein Ziel der Schöpfung von Mensch und Dschinn:

„Und ich schuf die Dschinn und die Menschen nur, damit sie Mich anbeten (Mir dienen).“ (Quran 51/56)

Allah hat den Menschen geschaffen, um ihn mit Seiner Huld zu segnen und zu belohnen, und Er gab ihm die Fähigkeit, seinem Schöpfer zu dienen. Dies geschieht nur dann, wenn der Mensch nichts anderes anbetet und keinem anderen dient außer Allah. Der Mensch kann Allah nur dann wahrhaftig dienen, wenn er ihn kennt. Deshalb wird auch in diesem Vers das Wort „dienen“ nach einer Überlieferung als „kennen lernen“ interpretiert. Imam Hussein (a.s) sprach einmal zu seinem Gefährten:

„Allah schuf den Menschen, damit sie Ihn kennen lernen; denn wenn sie Ihn kennen lernen, dienen sie Ihm; und wenn sie Ihm dienen, dann brauchen sie keinem anderen dienen.“

So hängt eigentlich die wahre Freiheit und die vollkommene Glückseligkeit des Menschen absolut von seiner Gottesverehrung ab, die wiederum selbst auf das Wissen über Allah angewiesen ist. Die Fastenden könnte man nach ihren Absichten in folgende verschiedene Stufen unterteilen:

- Es gibt Leute, die **fasten**, um unter den gläubigen Verwandten, Nachbarn, Kollegen nicht negativ aufzufallen bzw. und von ihnen auch als „gläubig“ angesehen zu werden. Eine solche Absicht verdient bei Allah keinen Lohn. Der Heilige Gesandte Allahs (s.a.s) sagte:

„Wie viele Fastende gibt es, denen ihr Fasten (keinen Lohn, sondern) nur Hunger und Durst beschert!“

- Die zweite Gruppe fastet, um einfach dem Befehl Allahs über das **Fasten** zu gehorchen, damit man nicht deswegen im Jenseits bestraft wird. Die eigentliche Sympathie und das Interesse des Menschen in dieser Gruppe gilt nicht dem **Fasten**, sondern allem anderen.
- Die dritte Gruppe fastet, damit sie sich von ihren sonstigen Sünden befreit, um mit ruhigen Gewissen auf das Paradies und die Belohnung Allahs hoffen zu können.
- Die vierte Gruppe, die sich weniger mit Sünden belastet und von der Hölle entfernt hat, denkt sogar, das sie durch die Barmherzigkeit Allahs einen Platz im Paradies bekommen könnte. Sie kämpfen darum, durch das **Fasten**, die hohe moralische Stufe der Engel und der gütigen Diener Gottes zu erreichen, und versucht damit einen erhabenen Rang im Paradies und im Jenseits zu erreichen. Für diese Gruppe bedeutet das **Fasten** eine große Möglichkeit, sich mit ihrer fröhlichen Enthaltensamkeit alles wahrhaft Genießbare im Jenseits zu verschaffen.
- Der Vorsatz bei der fünften Gruppe, der kaum noch für einfache Leute zu erfassen ist, ist frei von der Sorge um das Paradies und von der Angst vor der Hölle. Die himmlische Freude und der paradiesische Genuss können den Menschen dieser Gruppe nie

reizen, um dies alles gegen die wahre Liebe zu Allah zu tauschen. So einen Menschen bedrückt nur, das er wegen seiner schwachen Natur Allah nicht mit der gebührenden Liebe dienen kann, da er die absolute Herrlichkeit Allahs nicht wahrnimmt. Er fastet ausschließlich um Allahs Willen und erhofft von seinem **Fasten** nur das Erreichen der Zufriedenheit Allahs und nichts anderes. Er geht in Allahs Liebe vollkommen auf und praktiziert Seine Befehle mit voller Freude und Entschlossenheit. Für diese Gruppe ist das **Fasten** ein großartiges Geschenk und der Ramadan eine prächtige Zeit, in der sie sich noch mehr ihrem geliebten Gott nähern können, und wofür sie sich deshalb nie dankbar genug fühlen. Das ist die Art der Absicht hochstehender Menschen, wie die der Propheten, Imame oder der gütigen Diener Allahs, die wahrhaftig Allah lieben und von Ihm geliebt werden.

An dieser Stelle muss erwähnt werden, das keiner über die Absichten der anderen urteilen soll; sondern jeder bei sich selbst aufpassen muss, um festzustellen, zu welcher Gruppe seine Absicht gehört, um seinen eigenen Vorsatz zu verbessern.

2. Verhalten in der Fastenzeit

Im Bereich dieses Aspektes, in dem das praktische **Fasten** und das Verhalten des Fastenden während der Fastenzeit betrachtet wird, kommen einige Stufen vor:

Erste Stufe:

Die niedrigste Stufe ist das **Fasten** von oberflächlichen und leichtfertigen Leuten, das als „**Fasten** des Magens“ zu bezeichnen wäre. Die Menschen dieser Gruppe praktizieren die äußeren Vorschriften des Fastens, aber auf den Sinn ihres weiteren Verhaltens achten sie weniger. Sie nehmen die äußere Form des Fastens an und vernachlässigen seinen Geist und Sinn. Das **Fasten** in dieser Stufe gilt, wenn man sich von Tagesanbruch bis zum Sonnenuntergang nur von folgenden (gegebenenfalls) enthält:

Essen, Trinken, Rauchen (bzw. dichten Staub schlucken); Geschlechtsverkehr; Masturbation, Injektionen, Allah, dem Propheten oder den 12 Imamen falsche Dinge zuschreibt; absichtliches Erbrechen und Eintauchen des ganzen Kopfes ins Wasser; sowie im Zustand der Samenunreinheit; der Menstruation, oder der Nachgeburtenreinheit bis zur Morgendämmerung zu bleiben.

Das ist das einfachste islamische **Fasten**, das von allen Moslemlen verlangt wird, sobald man diesen Vorschriften zu entsprechen fähig ist.

Vom **Fasten** auf diesem Niveau sollte man keine Wunder erwarten. Weil seine Wirkung im Menschen nur gering ist, wird sein Einfluss und Lohn im Dies- und Jenseits nicht allzu groß sein. Aber auch in dieser Stufe muss man aufpassen, weil der Prophet Mohammad (s.a.s) sagt:

„Wer beim Fasten seine Zunge vor Lügenerzählen nicht hütet, und die bösen Taten nicht verweigert, beachtet sein Fasten nicht; und Allah nimmt die bloße Enthaltung von Nahrung nicht an.“

Zweite Stufe:

Das **Fasten** von gläubigen Moslemlen umfasst mehr oder weniger alle äußerlichen Körperglieder. Die Mosleme der zweiten Gruppe praktizieren nicht nur die allgemein gültigen Vorschriften des Fastens, sondern verhindern jedes Fehlverhalten der Augen, Ohren, Zunge, Hände und der Füße, das zur Ungültigkeit des Fastens dieser Stufe führt. Ein Moslem, dessen **Fasten** diesen Grad aufweist, hat von seinem Fasten einen umfangreichen und großen Nutzen, der ihm dann zur Vervollkommnung seiner Seele verhelfen und ihn für die wunderschönen paradiesischen Behaglichkeiten vorbereitet wird. Wenn alle Mosleme in diesem Rang gefastet hätten, würden wir nun wirklich eine bessere Welt haben, sowohl für die Mosleme selbst als auch für die ganze Menschheit. Imam Mohammad Al-Baqir (a.s) der 5. Imam sagt:

„Wer immer während des Ramadan bei Tage fastet, in Teilen der Nacht zum Gebet aufsteht, seine sexuellen Begierden und Gefühle beherrscht, seine Zunge zügelt, seine Augen niederschlägt und die Gefühle anderer nicht verletzt, wird am Ende des Ramadan von Sünden frei werden, wie er am Tage der Geburt war.“

Obwohl all diese Voraussetzungen nicht leicht fallen, lohnt es, sich ernsthaft und mutig für die Befreiung von Kette der vergangenen Sünden zu bemühen, das Leben noch einmal rein zu beginnen.

Dritte Stufe:

Das **Fasten** von frommen Gläubigen ist eine sehr hohe Stufe des Fastens. So ein Fastender misshandelt kein Glied seines Körpers und misshandelt keine von seinen natürlichen Fähigkeiten. Die genannten Bedingungen der ersten und zweiten Gruppen müssen von ihm in vollständigster Form praktiziert werden und zusätzlich muss er noch sein Herz und seine Seele soweit unter Kontrolle bringen, das er beide nicht mit bösen Absichten, falschen Gefühlen und schlechten Gedanken beschmutzt. Taten, Gedanken oder Absichten, die der Zufriedenheit Allahs widersprechen, vermindern den Wert des **Fastens** bei so einem Reinheitsgrad. Die Seele des Fastenden dieser Stufe bleibt unbelastet und sein Herz wird wie ein sauberer Spiegel, der durch das Licht der Herrlichkeit Gottes die Funktionen des gesamten Menschen, von Körper und Seele beleuchtet. Solch ein **Fasten**, das nahe zur idealen Form geschieht, verlangt große Anstrengungen und ständige innere Wachsamkeit, aber lässt den Menschen auch die großartige himmlische Stellung, die ihm als Besitzer des göttlichen Geistes unter allen anderen Geschöpfen geschenkt wurde, erreichen.

Diese Art vom **Fasten** führt zur Erlangung von „Taqwa“ der Gottesfrömmigkeit (Gottesfurcht), welche die Grundbedingung zur Rechtleitung, Glückseligkeit und erhabener Vollkommenheit des Menschen ist. Taqwa ist die allererste Voraussetzung, mit der man die Wahrheit des Quran verstehen kann und dadurch erleuchtet und geführt wird. Taqwa ist diejenige Kraft, die verhindert, das man sündigt, auch wenn es keiner außer Allah sieht. Wenn die Leute im allgemeinen so **fasten** und die notwendige „Taqwa“ erreichen würden, würde das Gesicht der Welt ganz anders aussehen als jetzt:

Es würde nicht nur Armut, Ungerechtigkeit. Krieg, Angst, Mord, Verbrechen und alle anderen Übel zu Fremdwörtern für die Menschheit werden, sondern es würde auch jede Art von Sündhaftigkeit auf diesen Planeten mit größter Abscheu durch die Mosleme verhindert werden, und die Menschen könnten befreit von allen teuflischen Mächten zu freien verehrten Dienern Allahs werden. Und die Engel Gottes würden sich vor ihnen als geachtete Vertreter Allahs und als seine Verwalter auf Erden demütig niederwerfen. Dann wird die gegenwärtige Situation der Welt, die so wirkt wie ein Schatten der Hölle auf Erden, sich so verändern, wie es sich die Propheten gewünscht und die Engel gerne gesehen hätten, und wie

es Allah der Allgnädigste und Allbarmherzigste in der Planung seiner Geschöpfe ermöglicht hat.

3. Art des Fastenbrechens

Nach einem weiteren Gesichtspunkt könnte man die Fastenden nach Art ihres Fastenbrechens; ihres Essens und ihres Verhaltens nach dem Fastenbrechen sowie nach ihren jeweiligen Absichten voneinander unterscheiden. Hier wird auf eine ausführliche Erklärung dieser Bereiche verzichtet; einige Hinweise dazu sollen genügen:

Der heilige Prophet Mohammad (s.a.s) sagt zu seinem verehrten Gefährten Abu Zharr:

„O Abu Zharr, tue alles mit der Absicht, Gott näher zu kommen, sogar das Essen und Schlafen.“

Im allgemeinen freut sich beim Fastenbrechen jeder auf das Abendessen. Das ist ganz natürlich; aber die Absichten unterscheiden sich da, wo einer essen will, um den Hunger zu stillen bzw. um sich möglichst vor dem Hunger am nächsten Tag zu schützen, dabei vergisst man alles und jeden, was eigentlich dem Sinn des Fastens völlig widerspricht. Der andere wird dankbar essen, weil er einen Tag für Allah gefastet hat, und ist beim essen froh, das er dadurch auch am nächsten Tag um Allahs Willen **fasten** kann, und selbst während des Essens denkt er an Hunger und Durst am Tage des Gerichtes; und er vergisst nicht die Hungernden in der Welt, die ihn doch als Mitmenschen bei Allah zur Rechenschaft ziehen können. Selbstverständlich hängen die inneren Folgen des Fastens und dessen Einflüsse auf den Menschen und die göttliche Belohnung auch von all diesen Absichten ab. Die Art des Essens spielt hier eine wichtige Rolle. Dabei sind folgende Punkte sehr zu beachten:

- Ist das Essen selbst, d.h. das, was man isst, ein islamisch erlaubtes Essen? Hat man dieses erlaubte Essen auch auf islamischen Weg verdient? (z.B. durch erlaubte Arbeit und nicht durch verbotene Mittel). Hat man sein Geld, mit dem man das Essen gekauft hat, vorher durch die Zahlung des göttlichen Anteils wie z.B. Khoms, Zakat (Armensteuer) auch gereinigt?
- Wie isst man? Stellt man eine Reihe Essensorten in großen Mengen auf seinen Tisch, isst man, soviel wie möglich und vergisst

dabei jeden Bedürftigen und wirft am Ende das Übriggebliebene weg? Dies wäre eine verbotene Verschwendung.

Der Heilige Quran sagt:

„Und esset und trinket und verschwendet nicht, siehe Er (Allah) liebt nicht die Verschwender.“ (Quran 7/31)

Das ist doch die Verhaltensart einiger verderblichen Staaten, die ihren Wohlstand egoistisch auf Kosten der Bodenschätze der Mosleme und anderer Entrechteter ausgedehnt haben und jährlich ihre überflüssigen Nahrungsmittel kostspielig vernichten, obwohl in der gleichen Zeit hundert Millionen unschuldiger, Menschen von einem unwürdigen Tod durch Hunger bedroht sind. Das ist das Verhalten der undankbaren Verschwender, die Allah als Brüder der Satane bezeichnet:

„Siehe, die Verschwender sind die Brüder der Satane und der Satan ist seinem Herrn undankbar.“ (Quran 17/ 27)

Ei einfacher Fastender macht sich selbst satt, und gibt dann alles überschüssige Essen den Bedürftigen. Ein guter Fastender isst, so viel gerade notwendig ist, und gibt großzügigerweise einen Teil seines eigenen Essens an die Armen, insbesondere an die gläubigen Bedürftigen.

Damit die Gläubigen durch **Fasten** noch näher zueinander kommen, sagt Prophet Mohammad (s.a.s) :

„Wenn jemand unter euch einen Gläubigen zu einem Abendessen nach dem Fastentag einlädt, dann wird Allah ihm eine Belohnung geben, als ob er einen Sklaven befreit hätte, und Er wird ihm seine kleinen Sünden vergeben.“

Das Symbol aller freigebigen gläubigen Männer und Frauen bleiben für immer- außer dem Propheten Mohammad (s.a.s) selbst- seine geliebte Tochter Fatima und ihr Mann Ali (Friede sei mit ihnen allen), durch ihr vorbildliches Verhalten, als die beiden drei Tage lang ihr eigenes Essen freigebig an Bedürftige abgaben und selbst jeden Tag nur mit Wassere und Salz das **Fasten** brachen. Und das taten sie nur Allah zuliebe.

Der Quran spricht über diese großartigen reinen Diener Allahs mit voller Zufriedenheit und Verehrung und sagt:

„Und sie verabreichen die Speise aus Liebe zu Ihm (Allah) dem Armen und dem Verwaisten und dem Gefangenen (und erwähnen dabei .) Wir speisen euch nur um des Wohlgefallen Allahs Willen; wir erwarten von euch weder Lohn noch Dank.“

Am Unterschied all dieser verschiedenen Fälle ist schon erkennbar, das die Fastenden durch ihr jeweiliges **Fasten** nicht alle das gleiche erreichen. Wie der Prophet Mohammad (s.a.s) sagt, wird das **Fasten** im Sommer wegen seiner Schwierigkeiten mehr belohnt als im Winter, wo das **Fasten** leichter und kürzer ist. Jedenfalls muss jeder, soweit er kann, in allen Aspekten des Fastens nach der idealen Stufe streben, um sein **Fasten** zu verbessern und um seinen irdischen und himmlischen Lohn vollkommener zu erreichen. Man kann sicher sein, das alle Bemühungen reichlich belohnt werden. Allah hat die Welt mit ihren unwandelbaren Prinzipien zu einer Arena der Aktionen und menschlichen Aktivitäten und zu einer Farm zum Säen gemacht. Wer kämpft und handelt, so gut er kann, wird entsprechend seinen Anstrengungen ernten. Ohne Kampf und Ausdauer ist es unmöglich, die Ideale Gottes auf Erden und einen hohen Rang im Islam zu erringen. Dafür ist **Fasten** im Ramadan eine gesegnete Gelegenheit. Der Fastenmonat Ramadan ist für den Gläubigen , der die wahre Bedeutung des **Fastens** verstanden hat, der Beginn einer Zeit des geistigen Aufschwungs und der Triumph der seelischen Reinheit. **Fasten**, das zur Erreichung der Frömmigkeit vorgeschrieben wurde, ist neben dem Gebet die stärkste geistige Waffe, mit der die Menschen jede Art von Sündhaftigkeit bekämpfen und die eigenen Schwächen glorreich besiegen können. Der Quran sagt:

Verrichte das Gebet. Siehe, das Gebet hütet vor Schandbarem, und Verbotenem (Abscheulichem). (Quran 29/45)

Und an einer anderen Stelle sagt Allah:

„O ihr, die ihr glaubt, suchet Hilfe in Standhaftigkeit (Fasten) und in Gebet.“ (Quran 2/153)

Der Fastenmonat bringt dem Verstand mit göttlichen Segnungen die Erleuchtung und erteilt dem Herzen Frieden. Die Gefühle bleiben

unter Kontrolle der Vernunft. Großzügigkeit, Vergebung und die Gottesliebe werden durch die Liebe, die Allah zu seinen Geschöpfen hat, den Seelen der Fastenden eingeflößt. Es ist die beste Zeit, Quran zu lesen und die schönste Zeit, Allah anzurufen und zu Ihm zu beten. Sicherlich ist es nicht zufällig das Allah im Quran genau während der Verse über **Fasten** und Ramadan auf einmal von der Herabsendung des heiligen Qurans und seiner Wichtigkeit spricht und plötzlich seine Diener liebevoll ermutigt, Ihn anzurufen, und die Erhörung ihrer Gebete verspricht:

„Und wenn meine Diener dich nach mir fragen, so bin ich ja nah; Ich antworte dem Rufe des Rufenden, wenn er Mich ruft. Daher sollen sie auf Mich hören und an Mich glauben, damit sie recht wandeln.“ (Quran 2/ 186)

Der heilige Prophet Mohammad (s.a.s) sagt in einer Überlieferung:

„(In dem Monat Ramadan) werden eure Taten mehr als gewöhnlich belohnt werden, und eure Bittgebete werden angenommen. Daher müsst Ihr euren Herrn mit dem richtigen Ernst anrufen, mit Herzen , die frei von Sünde und Bösem, und ihr müsst bitten, das euch Allah segnen möge, um das Fasten zu halten, und um den Quran zu rezitieren. Wahrhaftig! Die Person, die in diesem Monat Allahs Gnade und sein Wohlwollen nicht empfängt, ist sehr unglücklich.“

Du´a oder Bittgebet heißt u.a. um Hilfe rufen und fragen. **Du´a** ist die Verbindung zwischen zwei Wesen:

Auf der einen Seite steht der schwache, bedürftige, unwissende, unvollkommene. Unsichere und sterbliche Mensch und auf der anderen Seite der allmächtige, vollkommene, allwissende, gnädige und weise Gott.

Diese Verbindung besteht von Allahs Seite her ununterbrochen, aber der Mensch unterbricht selbst immer wieder seine Beziehung mit Gott, die dann durch **Du´a** wieder aufgenommen werden kann. Genau wie die Wasserleitung im Haushalt, in der die Leitung ständig voll Wasser mit der Wasserquelle verbunden ist, man bekommt jedoch das Wasser erst dann zu nutzen, wenn man den Hahn der Wasserleitung aufgedreht hat; mit **Du´a** öffnet man den zugeordneten Leitungshahn und verbindet sich mit der Quelle der Gotteshuld.

Du´a ist eine geistige Reise im Reich der Herrlichkeit Gottes. Wo die Begriffe Vergebung, Wahrheit, Macht, Gerechtigkeit, Schönheit, Liebe, Vollkommenheit und Ewigkeit mit ihren Bedeutungen in Erscheinung treten. **Du´a** ist ein herzliches „Wollen“ zur Rettung aus eigener Verzweiflung und eine unendliche Zuversicht gegen Hoffnungslosigkeit und eine Orientierung zu Gott. Durch **Du´a** stärkt man sich, trotz aller Probleme in den individuellen und gesellschaftlichen Aktivitäten Verantwortung zu übernehmen. Der Heilige Prophet Mohammad (s.a.s) hat mit folgenden Worten „**Du´as**“ Beschrieben:

„Du´a ist das Gewehr des Gläubigen“.

„Du´a verhindert das Unheil und die Not.“

„Du´a ist eine Armee von Allahs Armeen.“

Jederzeit und für jeden Fall kann der ängstliche, müde und verzweifelte Mensch zur Bekämpfung der unlösbar erscheinenden Probleme und Hindernisse Allahs um Hilfe durch diese göttliche Armee bitten.

Man muss soweit mit Allah vertraut sein, um Ihn anrufen, sich mit Ihm aussprechen zu können, und Ihn um Erfüllung der eigenen Wünsche ernsthaft zu bitten. Bevor man noch etwas Neues von Gott verlangt, soll man ehrlich dankbar sein für alles andere, was man schon bekommen hat. Allah sagt im Quran:

„Darum gedenkt Meiner, Ich werde euer gedenken. Und danket Mir und seid nicht undankbar gegen Mich.“ (Quran 2/152)

Diese Dankbarkeit nützt wiederum dem Menschen selbst, wie es der Quran erwähnt:

„Sei dankbar gegen Allahs, denn wer dankbar ist, der ist zu seinem eigenen Besten dankbar.“ (Quran 31/12)

Man soll aber auch vor jedem **Du´a** erst die gegangenen Sünden bereuen. Ein dankbarer und reuiger Diener geht leichter zu seinem Herrn als ein hochmütiger Sünder, der weder auf sich selbst noch auf die Vergebung bzw. Gnade Gottes vertraut.

Die Verherrlichung Allahs und Seine Lobpreisung gehören zu den Grundlagen vor jedem **Du´a**.

Beim **Du´a** muss man um etwas Wichtiges und Richtiges und Gutes für sich selbst bzw. für andere Gläubige bitten und immer zuversichtlich auf die Gnade Gottes vertrauen und an Seine Ermahnung denken, wenn Er sagt:

„Es ist ja möglich, das Euch etwas nicht gefällt, aber Gott findet doch Gutes in Fülle daran.“ (Quran 4/19)

Da man die Zukunft und die Folgen der Geschehnisse meist nicht voraussagen kann, soll man immer sagen: „O Gott, segne mich mit etwas , in das Du mir reichlich Gutes gelegt hast.“

Mit **Du´a** öffnet man sich die Pforten zu himmlischen Gärten der Gnade und die Tore zu den Gaben der göttlichen Huld.

Durch **Du´a** nähert man sich vertrauensvoll zu Gott in einer vertraulichen Atmosphäre, in der man sich ganz frei über die eigenen Geschehnisse und inneren Wünsche ausspricht, und so verbindet man sich mit Gott, der Quelle der Allmacht, Vollkommenheit und Großzügigkeit und der Ursache der Liebe und Barmherzigkeit. Beim **Du´a** darf man eines nicht vergessen, das **Du´a** den Fleiß und die Anstrengungen nicht ersetzt, sondern sie verstärkt, ihre Freude und Leistung erhöht und ihren Erfolg bzw. ihren Lohn sichert.

Möge Allah uns alle im Ramadan segnen, mit **Fasten** und Beten.

Lasst uns an dieser Stelle, all unsere weltlichen Angelegenheiten und materiellen Wünsche beiseite lassen, und unserem großen Gott um große Dinge bitten, die für unsere ewige Existenz und unsere seelische Vervollkommnung sehr wertvoll sind:

Oh Allah, vergib uns unsere Sünden und allen Gläubigen und ihren Verstorbenen.

Oh Allah, schenke uns zum rechten Weg und erleuchte unsere Herzen.

Oh Allah, schenke uns in unserem Glauben Aufrichtigkeit, Ausdauer und Überzeugung und gib uns Wille und Kraft, um den Islam und der islamischen Umma zu dienen.

Oh Allah, bestrafe uns nicht mit unheiliger Unreinheit, sondern rette uns mit unserer Brüderlichkeit und Einigkeit und ver helfe den islamischen Kämpfern zum Sieg.

Oh Allah wir flehen Dich an, um Reue vor dem Tod, um Ruhe während des Todes, um Friede nach dem Tod, und um die Vergebung am Tage des Gerichtes!

Oh Allah, lass Deine Engel in der heiligen Nacht, auch zu uns herabkommen, wo jeder von uns in seinem Alleinsein in der dunklen Nacht zum Beten aufsteht!. Amin.

Somit kommen wir zum Ende dieses Themas, mit den ermahnen den Worten Imam Alis (a.s) der in der heiligen Ka'aba geboren ist, von Allah rein gemacht und von seinem Propheten Mohammad (s.a.s) mit der Lehre des Islams vollkommen erzogen wurde; und am 19. Ramadan, 40 Jahre nach der Hidschra in der Moschee von Kufa während des Gebetes bei der Morgendämmerung mit dem Schwert eines Gottesfeindes, namens Ibne- Muldjam, tödlich verletzt wurde.

Imam Ali (a.s) erreichte zwei Tage später im Morgengrauen den blutigen Märtyrertod und so wurde der heilige Monat Ramadan mit seinem Blut gefärbt und besiegelt. Imam Ali (a.s) sagt:

„Seit tugendhaft, solange noch für euch Zeit bleibt, die Tugend zu erkennen und sie anzunehmen; solange euch die Reue noch gut tun kann, und die Gebete erhört werden; solange ihr Friede und Behaglichkeit genießt, und solange die Engel noch euer guten und bösen Taten aufschreiben. Tu' Gutes, bevor das hohe Alter oder Unfähigkeit euch hindert und aufhält, irgend etwas Gutes zu tun, bevor eine langwierige Krankheit euch erschöpft und bei jeder Arbeit zu Boden werfen kann: und bevor euch der Tod aus diesem Bereich der Lebenstätigkeit hinwegnimmt. Denn der Tod, früher oder später, wird all euren Freuden und Vergnügen ein Ende setzen, er wird euch von eurer geliebten Umwelt hinwegnehmen.“

(Aus Nah-Dschul-Balagha)

Friede sei mit Euch und mit denjenigen, die der Rechtleitung folgen!