

Im Namen Allâh des Allbarmherzigen des Allerbarmers!

# Eine Broschüre über Ramadân

Eine Buchproduktion von



## A. Einleitung

Der Lobpreis ist Allâhs, des Herrn der Welten, und möge Allâh unseren Propheten Muhammad und dessen Familie und all dessen Gefährten in Ehren halten und ihnen Wohlergehen schenken!

### 1. Definition des Fastens

Es handelt sich um eine Anbetungshandlung gegenüber Allâh indem man von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang alles unterlässt, was die Befriedigung körperlicher Bedürfnisse enthält.

### 2. Die Wichtigkeit des Fastens im Ramadân

Es ist eine der großartigen Elementarpflichten des Islâm. Der Prophet ﷺ sagte: *„Der Islâm wurde auf fünf Säulen gebaut: Dem Bezeugen, dass es keine Gottheit gibt außer Allâh, und dass Muhammad der Gesandte Allâhs ist, dem Verrichten des rituellen Gebets, dem Entrichten der Zakâ, der Pilgerfahrt und dem Fasten im Ramadân.“* (Al-Buchârî und Muslim).

### 3. Der hohe Stellenwert des Monats Ramadân

- Fasten und Demut in Ehrfurcht gegenüber Allâh:

Allâh der Erhabene teilt uns mit, dass das Fasten Demut in Ehrfurcht gegenüber Allâh herbeiführt und dass das Fasten dem Menschen hilft, sich vor den Gelüsten der Seele fernzuhalten. Allâh der Erhabene sagt: **„O ihr, die den Glauben verinnerlichen! Vorgeschrieben ist euch das Fasten, wie es auch denen vorgeschrieben ward, die vor euch gewesen; vielleicht seid ihr ja demütig in Ehrfurcht gegenüber Allâh.“** (Sûra 2:183).

- Das Tor der Fastenden (Ar-Rayyân):

Von Sahl ibn Sa'd ؓ ist überliefert, dass der Prophet ﷺ sagte: *„Wahrhaftig, im Paradies befindet sich ein Tor, das Ar-Rayyân genannt wird! Durch dieses werden am Tag der Auferstehung die Fastenden eintreten und niemand sonst wird durch dieses eintreten. Jemand wird sagen: „Wo sind die Fastenden?“ Daraufhin werden sie durch dieses Tor hindurchgehen, und wenn dann der Letzte unter ihnen hindurchgegangen ist, wird es geschlossen und niemand wird es danach durchschreiten.“* (Muslim).

- Die Tore des Paradieses werden geöffnet, die Tore der Hölle werden geschlossen und die Satane werden in Ketten gelegt:

Der Prophet ﷺ sagte: *„Wenn der Monat Ramadân anbricht, werden die Tore des Himmels geöffnet, die Tore der Hölle geschlossen und die Satane werden in Ketten gelegt.“* (Al-Buchârî),

- Vergangene Sünden werden getilgt:

Abû Huraira überlieferte, dass der Prophet ﷺ sagte: *„Wer auch immer aus dem Glauben heraus und aus der Hoffnung auf die Belohnung Allâhs im Monat Ramadân fastet, dem werden seine vergangenen Sünden vergeben.“* (Al-Buchârî).

Ferner überlieferte Abû Huraira, dass der Prophet ﷺ sagte: *„Wer auch immer aus dem Glauben heraus und aus der Hoffnung auf die Belohnung Allâhs den Monat Ramadân im Beten verbringt, dem werden seine vergangenen Sünden vergeben.“* (Al-Buchârî und Muslim).

Darüber hinaus überlieferte Abû Huraira, dass der Prophet ﷺ sagte: *„Wer auch immer aus dem Glauben heraus und aus der Hoffnung auf die Belohnung Allâhs die Nacht der Allmacht (Laila Al-Qadr) im Beten verbringt, dem werden seine vergangenen Sünden vergeben.“* (Al-Buchârî).

- Das Fasten ist Allâhs und Er belohnt dafür wie es Ihm beliebt:

Von Abû Huraira ist überliefert, dass der Prophet ﷺ sagte: *„Allâh sagt: »Alle Taten der Kinder Adams gehören ihnen, außer dem Fasten, das Mir gehört, und Ich werde es belohnen!« Das Fasten ist ein Schutz. Wenn einer von euch fastet, soll er geschlechtliche Beziehungen mit seiner Frau vermeiden, und er soll Streit vermeiden. Sollte jemand ihn angreifen oder mit ihm Streit suchen, soll er sagen: »Ich faste.« Bei Dem, in Dessen Hand meine Seele ist, der Mundgeruch eines Fastenden ist Allâh lieber als der Duft von Moschus! Der Fastende erfreut sich zweier Dinge: Wenn er sein Fasten bricht, freut er sich, und wenn er seinem Herrn gegenübersteht, freut er sich über sein Fasten.“* (Al-Buchârî).

- Von einem Ramadân bis zum nächsten:

Von Abû Huraira ist überliefert, dass der Prophet ﷺ zu sagen pflegte: *„Zwischen den fünf rituellen Gebeten und von Freitag zu Freitag, und von Ramadân zu Ramadân gibt es Buße für das Begangene in den Zeiträumen zwischen ihnen, vorausgesetzt, es werden keine großen Sünden begangen.“* (Muslim).

#### **4. Wie empfangen wir Ramadân?**

Laut einer Überlieferung von Abû Huraira ﷺ in den Hadith-Werken von Ahmad und An-Nasâi pflegte der Prophet ﷺ seinen Gefährten die frohe Botschaft der Ankunft des Ramadân zu verkünden: Der Prophet ﷺ verkündete seinen Gefährten die frohe Botschaft der Ankunft des Ramadân, indem er sagte: *„Der Ramadân ist nun gekommen, ein gesegneter Monat, in dem zu fasten Allâh euch zur Pflicht machte. In ihm werden die Tore des Paradieses geöffnet, die Tore der Hölle geschlossen und die Satane in Ketten gefesselt. In ihm gibt es eine Nacht, die besser ist als tausend Monate. Wer den Segen dieser Nacht verpasst, der hat Verlust erlitten.“*

Ma'lâ ibn Al-Fadhl berichtet über die rechtschaffenen Vorfahren: *„Sie beteten zu Allâh sechs Monate lang, dass Er ihnen bis zum nächsten Ramadân Leben schenke; und dann beteten sie sechs Monate lang, dass Allâh ihr Fasten annehmen möge.“*

Yahyâ ibn Abû Kathîr sagte: „Zu ihren Bittgebeten gehörte Folgendes: »O Allâh, lasse mich in gutem Zustand Ramadân empfangen und lasse mich einen einwandfreien Ramadân empfangen und empfangen ihn von mir akzeptierend!«“

Die rechtschaffenen Vorfahren pflegten den Ramadân stets mit dem Duft intensiver Qurân-Rezitation zu verschönern. Sie nahmen sich hierbei den von Adnân abstammenden Gesandten [gemeint ist der Prophet Muhammad] als Vorbild, mit dem der Engel Gabriel den Qurân zu studieren pflegte. So pflegten die rechtschaffenen Vorfahren den Ramadân zu empfangen. Sie verspürten ein einzigartiges Gefühl der Zufriedenheit möge Allah mit ihnen zufrieden sein; er verstärkte in ihnen den Glauben und die Sehnsucht nach Allâh.

Vor allem in der heutigen Zeit, in der sich viele Menschen auf den Ramadân vorbereiten, indem sie planen, was sie an Speisen und Gerichten verzehren und welche Filme und Serien sie sehen werden, sollten wir uns umso mehr bemühen, ihn mit aufrichtiger Buße zu empfangen. Wir sollten ihn empfangen, indem wir unser Ego zur Rechenschaft ziehen und unsere Gelüste bekämpfen.

Wie schön ist es, für Allâh zu fasten und dabei das Gefühl zu haben, als wäre es der letzte Ramadân, den man erleben wird, weil man nicht sicher ist, ob man zum kommenden Ramadân nicht schon gestorben ist! So sollte man beim Fasten stets das Gefühl haben, sich von diesem großartigen Monat zu verabschieden. Jeder, der den Glauben verinnerlicht, wird sich im Moment des Sterbens zwischen zwei Belohnungen befinden; die eine Belohnung wird ihm gutgeschrieben, weil er sie durch eine bestimmte Tat verdient hat. Hierauf wird er sich freuen und er wird ihre gute Wirkung erkennen. Die zweite Belohnung ist eine Belohnung, die ihm gutgeschrieben würde, hätte er sie nicht aufgeschoben. Derjenige wird sich deswegen selbst verurteilen.

Ein Muslim ist jederzeit verpflichtet, Allâh in Gehorsam zu dienen. Umso stärker ist diese Pflicht in den Zeiten, die von Allâh hervorgehoben wurden. Also muss der Muslim seine Anstrengungen im Fastenmonat vervielfachen und vorzugsweise bereits im Vormonat Scha'ân seine Anbetungen mehren und mit dem Fasten beginnen, um sich auf den Ramadân optimal vorzubereiten.

Das Erste, was man tun muss, um sich vorzubereiten, besteht bekanntlich im Fassen der Absicht. Man muss von diesem Moment an die gute Absicht fassen, den Monat in bester Weise zu leben. Wenn Allâh der Großzügige uns das Privileg gibt ihn fasten zu können, dann setzen wir unsere Absicht in Taten und in Gehorsam um. Wenn wir jedoch vorher sterben, dann wird uns unsere Absicht besser angerechnet als unsere Taten. Jeder Muslim ist in einer guten Lage, solange er Gutes beabsichtigt und ebenso Gutes verrichtet.

Wir bitten Allâh, dass er uns rechtschaffen sein lässt und dass wir den kommenden Ramadân erleben können und dass Er uns dazu verhilft ihn zu fasten und seine Nächte für Gebete zu nutzen.

## B. Ausgewählte Fatwâs

### Frage:

Wie lauten die Voraussetzungen zum Fasten?

### Fatwâ:

Die Voraussetzungen zum Fasten sind in drei Kategorien unterteilt.

Erstens: Die Voraussetzungen, die das Fasten zur Pflicht machen.

Diese sind:

1. Die Mündigkeit, die mit dem Erreichen der Pubertät einhergeht: Ein Junge, der noch keinen Samenfluss hatte, ist nicht zum Fasten verpflichtet. Der Prophet ﷺ sagte: „*Die Taten dreier Menschen werden nicht aufgezeichnet: Ein Kind, das noch keinen Samenfluss hatte, ein Schlafender, bis er aufwacht, und ein geistig Verwirrter, bis er zu sich kommt.*“ (Ahmad und Abû Dâwûd).

Kinder, die die Pubertät nicht erreicht haben, werden ermutigt so viele Tage zu fasten wie sie können. So können sie sich nach und nach mit zunehmendem Alter an dieses Gebot gewöhnen.

2. Die Fähigkeit zu fasten: Wer nicht in der Lage ist, wie auf Grund hohen Alters oder Krankheit, ist von der Pflicht befreit. Allâh der Erhabene sagt: „... **Wer nun von euch krank ist oder auf einer Reise, so eine Anzahl anderer Tage. Und denjenigen, die es nur unter großer Beschwernis zu leisten vermögen, obliegt eine Ersatzleistung: die Speisung eines Bedürftigen ...**“ (Sûra 2:184).

Demgemäß müssen Personen, deren gesundheitliche Situation sich voraussichtlich nicht bessern wird, wie beispielsweise chronisch Kranke oder Altersschwache, für jeden im Ramadân versäumten Fastentag einen Bedürftigen speisen. Versäumte Tage müssen in solch einem Fall nicht nachgeholt werden.

3. Sesshaftigkeit: Ein Reisender ist von der Pflicht des Fastens befreit. Es ist ihm gestattet die Tage, an denen er sich auf Reisen befindet, nicht zu fasten; diese Tage müssen jedoch nach Ramadân nachgeholt werden. Allâh der Erhabene sagt: „... **Wer nun von euch krank ist oder auf einer Reise, so eine Anzahl anderer Tage ...**“ (Sûra 2:184).

Zweitens: Die Voraussetzungen für die Gültigkeit des Fastens

Diese sind:

1. Die Absicht: Der Prophet ﷺ sagte: „Die Handlungen beruhen ja einzig auf den Absichten ...“ (Al-Buchârî und Muslim).

Die Absicht zu fasten muss bereits in der Nacht gefasst werden. Der Prophet ﷺ sagte: „Wer die Absicht zu fasten nicht schon in der Nacht gefasst hat, dem wird kein Fasten angerechnet.“ (Abû Dâwûd und An-Nasâî).

2. Die Mündigkeit: Ein unmündiges Kind braucht nicht zu fasten, da es den Sinn und die Bedeutung der Anbetungshandlung noch nicht erkennt.

3. Es darf nicht in einer Zeit sein, in dem ein Fastenverbot herrscht: Also darf man beispielsweise nicht am Festtag fasten.

Drittens: Die Voraussetzungen für die Gültigkeit und für die Pflichtmäßigkeit des Fastens. Wenn eine dieser Voraussetzungen nicht erfüllt wird, ist das Fasten nicht gültig und man ist dann nicht dazu verpflichtet.

Diese sind:

1. Man muss Muslim sein: Ein Nicht-Muslim wird für seine Taten nicht belohnt. Allâh der Erhabene sagt: „... **Wenn du beigesellst, wird dein Werk ganz gewiss wertlos und du gehörst ganz gewiss zu den Verlierern!**“ (Sûra 39:65).

2. Zurechnungsfähigkeit: Die Taten eines geistig Verwirrten werden nicht verzeichnet. Der Prophet ﷺ sagte: „*Die Taten dreier Menschen werden nicht aufgezeichnet: ... und ein geistig Verwirrter, bis er zu sich kommt.*“ (Ahmad und Abû Dâwûd).

3. Die rituelle Reinheit der Frau von Menstruations- und Wochenbettblutungen: Frauen in der Menstruation und Wöchnerinnen dürfen nicht fasten und müssen die nicht gefasteten Tage nachholen. Âscha ؓ sagte: „*Zur Zeit des Propheten ﷺ wurde uns angeordnet, alle auf Grund von Menstruationsblutungen nicht gefasteten Tage nachzuholen, nicht jedoch die nicht verrichteten Pflichtgebete.*“

**Frage:**

Wie holt man einen legitim nicht gefasteten Ramadân Tag nach?

**Fatwâ:**

Wer wegen eines rechtmäßigen Grundes, wie zum Beispiel eine heilbare Krankheit, Reise, Menstruations- oder Wochenbettblutung, Schwangerschaft oder das Stillen eines Säuglings Tage im Ramadân nicht fasten kann, muss jeden nicht gefasteten Tag in den Monaten nach Ramadân, jedoch vor dem kommenden Ramadân nachholen.

Wenn der nächste Ramadân gekommen ist und es stehen noch Tage aus, die man vom vorigen Ramadân hätte nachholen müssen, so muss man diese nach Ablauf des Fastenmonats nachholen und zusätzlich eine Sühneleistung verrichten. Diese Sühneleistung besteht darin, dass man für jeden dieser Tage einen Bedürftigen speist.

## Frage:

Was macht das Fasten ungültig?

## Fatwâ:

Folgende Dinge machen das Fasten ungültig:

1. Beabsichtigtes Essen oder Trinken, unabhängig davon, ob das Gegessene oder Getrunkene eine nahrhafte Speise ist oder nicht. Allâh der Erhabene sagt: „ ... **und esst und trinkt, bis für euch der weiße Faden vom schwarzen Faden von der Morgendämmerung klar unterscheidbar ist! Hierauf vollzieht das Fasten bis zur Nacht! ...**“ (Sûra 2:187).

Wenn man jedoch vergisst, dass man fastet, oder man irrt sich in der Zeit und isst im Glauben, die Sonne sei bereits untergegangen, oder man isst unter Zwang, so wirkt sich dies nicht auf das Fasten aus.

Der Prophet ﷺ sagte: „*Wahrhaftig, Allâh hat meiner Gemeinschaft das erlassen, was sie auf Grund eines Irrtums, eines Vergessens oder unter Zwang tat!*“ (Ibn Mâdscha, At-Tabarânî und Al-Hâkim).

2. Absichtlich erwirktes Erbrechen:

Der Prophet ﷺ sagte: „*Wen das Erbrechen überkommt, der muss nicht nachholen. Wer jedoch absichtlich erbricht, der muss nachholen.*“ (Ahmad, Abû Dâwûd, At-Tirmidhî und Andere).

3. Geschlechtsverkehr: Wer mit seiner Ehefrau tagsüber im Ramadân Geschlechtsverkehr vollzieht, muss diesen Tag nachholen und eine Sühneleistung vollbringen. Allâh der Erhabene sagt: „**Es ist euch für halâl erklärt, in der Nacht des Fastens euren Frauen beizuwohnen ...**“ bis: „... **Hierauf vollzieht das Fasten bis zur Nacht! ...**“ (Sûra 2:187).

In einem Hadîth ordnet der Prophet ﷺ demjenigen, der mit seiner Frau den Geschlechtsverkehr vollzog, eine Sühneleistung an.

4. Herbeigeführter Samenerguss:

Es ist unerheblich, ob dies mit der Hand, mit anderen Mitteln oder durch Zärtlichkeiten mit der Ehefrau herbeigeführt wird. Dies ist gemäß dem Konsensus der Gelehrten.

5. Menstruations- und Wochenbettblutung:

Dies ist gemäß dem Konsensus der Gelehrten.

6. Die Absicht, an einem Fastentag das Fasten zu unterbrechen:

Hier ist entscheidend, dass man die Absicht mit voller Entschiedenheit fasst und sie nur noch in die Tat umsetzen muss, auch wenn man dann nicht die Gelegenheit dazu hat. Der Prophet ﷺ sagte: „*Die Handlungen beruhen ja einzig auf den Absichten ...*“ (Al-Buchârî und Muslim).

**Frage:**

Macht alles, was in den Körper gelangt, das Fasten ungültig?

**Fatwâ:**

Der entscheidende Maßstab in dieser Frage ist, dass es sich um ein festes oder flüssiges Nahrungsmittel oder etwas Vergleichbares handeln muss, das in den Magen gelangt oder den Körper mit Nährstoffen versorgt.

Prinzipiell geht man von der Richtigkeit des Fastens aus, bis etwas eintritt, was es ungültig macht. Demgemäß macht ein Suppositorium, allgemein bekannt als Zäpfchen, das Fasten nicht ungültig, da es sich nicht um ein Nahrungsmittel handelt, das den Magen erreicht oder den Körper mit Nährstoffen versorgt. Ebenso steht es mit den Medikamenten der Diabetiker, die sie sich mit Hilfe von Spritzen injizieren müssen, und mit Augentropfen, da es sich hierbei nicht um die Zufuhr von Nährstoffen handelt.

Injizierte Vitaminpräparate jedoch machen das Fasten ungültig, ebenso wenn jemand Dinge zu sich nimmt, die man nicht essen oder trinken darf, weil es dem Essen und Trinken gleichkommt. Allâh weiß es am besten.

**Frage:**

Ist das Fasten ungültig, wenn der Fastende blutet?

**Fatwâ:**

Austretendes Blut macht das Fasten nicht ungültig. Dies gilt sowohl bei ungewolltem Bluten als auch dann, wenn man bewusst Blut austreten lässt, wie beispielsweise bei einer Blutspende oder beim Aderlass. Von Ibn Abbâs und Ikrima wird die Aussage überliefert: *„Man enthält sich beim Fasten all dessen, was [in den Körper] hineingelangt, nicht von dem, was austritt.“* Umm Alqama sagte: *„Wir pflegten bei Âischa zu schröpfen, während wir fasteten, und mit uns waren Âischas Neffen, ohne dass sie uns davon abhielt.“* Die Mehrheit der Gelehrten vertritt ebenfalls diesen Standpunkt. Wir empfehlen jedoch, dass man erst nach dem Fastenbrechen Blut spendet oder schröpft, vor allem, wenn man befürchtet, nicht mehr die Kraft zu haben das Fasten an diesem Tag fortzuführen. Az-Zuhrî berichtete: *„Ibn Umar pflegte zu schröpfen, während er fastete, im Ramadân wie auch an anderen Tagen. Doch dann unterließ er es, weil er sich zu schwach fühlte.“* Allâh weiß es am besten.

**Frage:**

Was ist für einen Fastenden in Ramadân empfohlen?

**Fatwâ:**

Es entspricht der Sunna, dass man die Sahûr-Mahlzeit so spät wie möglich zu sich nimmt, jedoch sollte man darauf achten, dass man nicht bei Anbruch des Morgengrauens noch etwas isst oder trinkt. Man sollte die Iftâr-Mahlzeit so früh wie möglich zu sich nehmen, also sobald man sich sicher ist, dass die Sonne vollständig untergegangen ist. Der Prophet ﷺ sagte: *„Beeilt euch beim Iftâr und lasst euch Zeit beim Sahûr!“* (Von At-Tabarânî nach einer Aussage von Umm Husain überliefert).



Wenn man beschimpft wird, sollte man sagen: „Ich faste.“

Der Prophet ﷺ sagte: „Wenn jemand einen beschimpft oder ihn bekämpft, soll dieser sagen: »Ich faste, ich faste.«“ (Muslim).

Es entspricht der Sunna, dass man sein Fasten bricht, indem man als Erstes einige überreife Datteln (Rutab) isst. Wenn man keine findet, nimmt man stattdessen getrocknete Datteln (Tamr). Wenn auch diese nicht vorhanden sind, trinkt man ein paar Schluck Wasser. In einer Überlieferung von Anas heißt es: „Der Prophet ﷺ pflegte sein Fasten zu brechen, indem er, bevor er betete, einige überreife Datteln verzehrte; wenn er keine hatte, ein paar getrocknete Datteln, und wenn er auch diese nicht hatte, trank er ein paar Schluck Wasser.“ (Ahmad, Abû Dâwûd und At-Tirmidhî).

Nach dem Fasten entspricht es der Sunna, Folgendes zu sprechen: „O Allâh, um Deinetwillen habe ich gefastet und mit Deiner Versorgung habe ich mein Fasten gebrochen! Der Durst ist nun verschwunden, die Adern sind wieder feucht und die Belohnung ist festgeschrieben, so Allâh will.“ (Abû Dâwûd und Ad-Dâraqutnî und Andere).

Das Tarawîh-Gebet (freiwilliges rituelles Gebet nach dem Nachtgebet im Ramadân) gehört ebenfalls zu den großartigen Dingen, die der Sunna entsprechen. Der Prophet ﷺ sagte: „Wer im Ramadân [nachts im Gebet] im Glauben und in der Hoffnung auf Belohnung steht, dem werden seine vergangenen Sünden vergeben.“ (Al-Buchârî und Muslim).

#### **Frage:**

Was ist euer Rat an die Jugendlichen im Ramadân?

#### **Fatwâ:**

Der beste Rat, den wir den Jugendlichen im Ramadân geben können, besteht darin, demütig in Ehrfurcht gegenüber Allâh zu sein. Dies ist der Rat der Altvorderen wie der zeitgenössischen Gelehrten. Allâh der Erhabene sagt: „... **Und Wir haben bereits denjenigen, denen vor euch die Offenbarungsschrift gegeben ward, und euch anbefohlen: Seid demütig in Ehrfurcht gegenüber Allâh!**“ (Sûra 4:131).

Demut in Ehrfurcht gegenüber Allâh ist schließlich die Frucht, die man sich vom Fasten erhofft. Allâh der Erhabene sagt: „**O ihr, die ihr den Glauben verinnerlicht! Vorgeschrieben ist euch das Fasten, wie es auch denen vorgeschrieben ward, die vor euch gewesen; vielleicht seid ihr ja demütig in Ehrfurcht gegenüber Allâh.**“ (Sûra 2:183).

Der einzige Weg, um Demut in Ehrfurcht gegenüber Allâh zu erlangen, besteht darin, Allâhs Anordnungen Folge zu leisten und Seine Verbote zu beachten. Deshalb müssen unsere Jugendlichen in diesen gesegneten Tagen mit äußerstem Eifer all ihre Anbetungshandlungen vermehren, um näher zu Allâh zu gelangen. Zu den wichtigsten dieser Anbetungshandlungen zählen rituelles Gebet, Fasten, Qurân-Rezitationen, nächtliches Beten, Almosen, Spenden und den Bedürftigen zu helfen.

Darüber hinaus müssen sie sich von allem fernhalten, was den Zorn Allâhs schürt wie zum Beispiel üble Nachrede und das Betrachten von verbotenen Dingen wie Bilder, Filme und Serien mit aufreizenden Inhalten.

Generell muss der Fastende wissen, dass sich das Fasten nicht darauf beschränkt, Essen, Trinken und Geschlechtsverkehr zu unterlassen. Vielmehr umfasst das wirkliche Fasten alle Taten des Menschen; der Fastende enthält sich aller Sünden und Übeltaten. Der Prophet ﷺ sagte: „Wenn sich jemand nicht der Falschheit in Wort und Tat enthält, dann liegt Allâh nichts daran, dass er sich des Essens und Trinkens enthält.“ (Al-Buchârî).

Dschâbir ibn Abdullâh ؓ sagte: „Wenn du fastest, dann sollen dein Gehör und deine Augen fasten! Du sollst dich andächtig und ruhig verhalten! Hüte dich davor, deinen Nachbarn zu stören! Lass den Tag, an dem du fastest, nicht dem Tag, an dem du nicht fastest, gleichkommen!“

Allâh weiß es am besten.

### **Frage:**

Was ist das Tarâwîh-Gebet und was sind dessen Vorzüge?

### **Fatwâ:**

Aller Lobpreis gebührt Allâh, dem Herrn aller Welten, und möge Allâh Seinen Gesandten, dessen Familie und Gefährten in Ehren halten und ihnen Wohlergehen schenken!

Das Tarâwîh-Gebet ist das bekannte Gebet, das im Ramadân nach dem Nachtgebet auf freiwilliger Basis verrichtet wird. Der Prophet ﷺ war es, der das gemeinschaftliche Verrichten dieses Gebetes zur Sunna für seine Umma machte, jedoch unterließ er es, damit niemand fälschlicherweise diese Sunna als Pflicht empfinden könnte.

Unsere rechtschaffenen Vorfahren hatten hinsichtlich der Anzahl der Rak'as (Gebetseinheiten) dieses Gebetes unterschiedliche Meinungen, wobei die am meisten der Richtigkeit entsprechende Meinung lautet, dass es aus elf oder dreizehn Rak'as besteht. Âscha ؓ wurde gefragt: „Wie war das Gebet des Propheten ﷺ im Ramadân?“ Worauf sie antwortete: „Weder im Ramadân noch zu einer anderen Zeit hat er jemals mehr als elf Rak'as gebetet.“ (Al-Buchârî und Muslim).

Ibn Abbâs ؓ berichtete: „Das rituelle Gebet des Propheten ﷺ bestand aus dreizehn Rak'as.“ (Al-Buchârî).

Der Bezeichnung „Tarâwîh“ ist darauf zurückzuführen, dass es ein sehr langes Gebet und es üblich ist, dass sich die Betenden nach vier Rak'as ausruhen. (Das arabische Wort „Tarâwîh“ ist vom Verb „rauwha“, das heißt „sich ausruhen“ abgeleitet.)

Der Prophet ﷺ hat uns angespornt, die Nächte des Ramadân im Gebet zu verbringen, indem er sagte: „Wer auch immer aus dem Glauben heraus und aus der Hoffnung auf die Belohnung Allâhs den Monat Ramadân im Beten verbringt, dem werden seine vergangenen Sünden vergeben.“ (Al-Buchârî und Muslim).

Und er ﷺ sagte ferner: „Wer mit dem Imâm betet, bis dieser das Gebet endgültig abschließt, dem wird es gutgeschrieben, als hätte er eine ganze Nacht im Gebet verbracht.“ (At-Tirmidhî).

Also sollte der Muslim darauf achten, dieses Gebet nicht zu vernachlässigen und es regelmäßig zu verrichten.

Allâh weiß es am besten.

**Frage:**

Ist das Verweilen in einer Moschee (I'tikâf) und das Essen jederzeit erlaubt oder ist es verboten?

**Fatwâ:**

Aller Lobpreis gebührt Allâh, dem Herrn aller Welten, und möge Allâh Seinen Gesandten, dessen Familie und Gefährten in Ehren halten und ihnen Wohlergehen schenken!

Das Verweilen in einer Moschee (I'tikâf) ist eine Handlung, die den Muslim in die Nähe Allâhs bringt. Es ist eine hervorragende Tat des Gehorsams gegenüber Allâh.

Es ist erlaubt den I'tikâf zu jeder Zeit und in jeder Moschee zu verrichten. Das Mindestmaß der Dauer richtet sich hierbei nach dem, was von der Allgemeinheit der Muslime als I'tikâf angesehen wird.

Jedoch ist die beste Zeit, um den I'tikâf zu verrichten, in den letzten zehn Tagen des Ramadân.

Während sich der Muslim im I'tikâf befindet, sollte er seine Zeit auf beste Weise nutzen, indem er vermehrt Allâhs gedenkt, den Qurân rezitiert und viele freiwillige rituelle Gebete verrichtet. Schließlich bedeutet „I'tikâf“ das Verweilen in einer Moschee, um sich in Gehorsam gegenüber Allâh zu üben.

Das Verzehren von Nahrung in der Moschee ist sowohl im I'tikâf als auch zu jeder anderen Zeit erlaubt. Der Prophet ﷺ pflegte den Bedürftigen, die in der Prophetenmoschee schliefen, Essen bringen zu lassen.

Allâh weiß es am besten.

## C. Ausgewählte Ratschläge

### Frage:

Ich bereite ein Programm vor, wie ich den Ramadân am besten nutzen kann. Was ratet ihr mir hierbei?

### Antwort:

Wir empfehlen, dass dein Programm folgende Dinge einschließt:

1. Teilnahme an Lehrveranstaltungen muslimischer Gelehrter. Denn das Wissen kommt vor der Tat. Ein Wissender ist dem Satan gefährlicher als eintausend anbetend Dienende.
2. Verrichte alle Pflichten ordnungsgemäß und vernachlässige sie nicht! Allâh nimmt nichts Freiwilliges an, bevor die Pflicht erfüllt wurde.
3. Ausgewogenheit in den Anbetungshandlungen: Allâh verliert das Interesse erst dann, wenn ihr Langeweile verspürt. Der Prophet ﷺ hat uns in dieser Hinsicht unterwiesen, indem er sagte: *„Bemüht euch von den Taten das zu verrichten, was ihr ohne Mühe verrichten könnt!“*
4. Verbirg einige Taten, so dass sie geheim bleiben und nur Allâh um sie weiß!
5. Bitte Allâh in vermehrtem Maße um Vergebung vor allem immer dann, wenn du eine gute Tat vollendet hast! So kannst du dich davor schützen stolz oder überheblich zu werden.
6. Verrichte zahlreiche unterschiedliche Gebetshandlungen! Es ist nicht unbedingt notwendig die Nacht der Macht (Laila Al-Qadr) im Gebet zu verbringen, vielmehr sind es Nächte für verschiedene Formen der guten Werke.
7. Achte darauf, dass gute Taten unterschiedlich vergütet werden! Die besten Worte, die der Gesandte und alle Propheten sprachen, lauten „Lâ ilâha illa-llâh“ (Es gibt keine Gottheit außer Allâh), und die Worte, die Allâh am meisten liebt, lauten „Subhâna-llâhu wa bihamdihi, subhâna-llâhu Al-Azîm“ (Gepriesen sei Allâh ob Seiner Erhabenheit über jeden Mangel und wir lobpreisen Ihn, gepriesen sei Allâh der Großartige ob Seiner Erhabenheit über jeden Mangel!)
8. Halte dich fern von allen Sünden und Übeltaten und hüte deinen Blick vor Verbotenem! Eine Sünde nicht zu begehen ist einfacher als Reue zu beweisen. Möge Allâh unser und euer Fasten und Beten annehmen! Allâh ist es, der uns zum Guten leitet.

**Frage:**

Worin besteht der gesundheitliche Nutzen des Fastens?

**Antwort:**

Das Fasten ist eine Anbetungshandlung und Gehorsam gegenüber Allâh und als solches soll der Muslim es vollbringen. Man soll beim Fasten nicht den gesundheitlichen Nutzen vor Augen haben, man muss vielmehr aus absolutem Gehorsam gegenüber Allâh fasten. Dennoch ist zu erwähnen, dass alle Anbetungshandlungen gemäß Allâhs Weisheit gewisse Vorteile aufweisen. So findet man in ihnen seelischen, gesellschaftlichen und auch gesundheitlichen Nutzen. Ständig entdeckt die Wissenschaft neue gesundheitlich positive Aspekte des Fastens. Generell ist festzustellen, dass die Wissenschaften im Vergleich zu Allâhs Weisheit recht eingeschränkt sind und es somit nicht möglich sein wird auf wissenschaftlichem Wege den Nutzen des Fastens zu erfassen und seine Auswirkung speziell hinsichtlich des Menschen zu erkennen.

Damit man den gesundheitlichen Nutzen des Fastens erfährt, muss man sich an die Regelungen des Fastens halten. Dazu zählt, dass man die Zeit vom Fastenbrechen nach Sonnenuntergang bis zum Sahûr nicht dazu nutzt, um Speisen und Trank im Übermaß zu sich zu nehmen, so dass man seinen Körper und seinen Magen überlastet. Wissenschaftliche Studien und Recherchen haben erwiesen, dass das Fasten eine Praxis ist, die der menschliche Körper benötigt, damit er in der Lage ist, all seine Funktionen in optimaler Weise auszuführen. Die Studien haben ergeben, dass das Fasten für die Gesundheit des menschlichen Körpers ebenso wichtig ist wie Essen, Atmen, Bewegung und Schlaf. Wenn der Mensch über einen längeren Zeitraum daran gehindert wird zu essen oder zu schlafen, dann macht sich das durch Erschöpfung oder gar Krankheit bemerkbar. Wenn man nicht fastet, wird das mit Sicherheit ebenfalls irgendwelche negativen Folgen auf die Gesundheit haben.

Das Fasten hilft dem Körper beim Stoffwechsel. Der Körper stößt alle Fremdstoffe besser ab und die Körpersubstanz wird somit besser aufgebaut und erhalten. Entgegen der Annahme vieler Menschen, dass das Fasten nur Schlappeit und Müdigkeit hervorruft, hat das Fasten also doch einen erheblichen Nutzen für den Körper. Das islâmische Konzept des Fastens bietet die optimal ausgewogene Form des Fastens, in der man mindestens vierzehn Stunden lang gegen Hunger und Durst ankämpfen muss und dann die Möglichkeit hat über ein paar Stunden seinen Hunger und Durst zu stillen. Man muss einen Monat lang im Jahr fasten und in allen restlichen Monaten ist es erwünscht drei Tage zu fasten. Außerdem hilft das Fasten bei der Heilung von vielen Krankheiten wie beispielsweise Krankheiten des Verdauungstraktes, Erkrankungen der Leber sowie Fettleibigkeit und Blutdruck. Fasten schützt den Körper vor zu hohen Zuckerwerten, weil es die Bauchspeicheldrüse entlastet und ihr die Möglichkeit gibt das nötige Insulin auszuscheiden. Darüber hinaus schützt es vor zu hohem Cholesteringehalt und verringert Gelenkschmerzen bei entzündlichen Erkrankungen der Gelenke. Dies sind die gesundheitlichen Vorteile des Fastens, die die Wissenschaft bisher entdecken konnte, jedoch gibt es noch weitaus mehr Vorteile, die die Wissenschaft bisher nicht zu Tage fördern konnte.

Allâh ist es, der uns zum Erfolg leitet.

**Frage:**

Was empfiehlt ihr uns hinsichtlich des Verzehrs bei der Iftâr-Mahlzeit? Wie soll man dies tun, wenn man im Ramadân einen leeren Magen hat? Bitte gebt uns Ratschläge zur besten Vorgehensweise!

**Antwort:**

Während des Fastens oder in einer Zeit, in der man wenig Nahrung zu sich nimmt, schrumpft der Magen. Deshalb empfiehlt es sich, das Fasten zu brechen, indem man einige Datteln und Joghurt oder Datteln und Wasser zu sich nimmt, denn der Zucker in den Datteln wird schnell vom Körper verarbeitet und gibt ihm in kurzer Zeit die nötige Energie. Es ist nicht verkehrt, auch ein wenig Suppe zu sich zu nehmen. Dann begib dich zum Abendgebet in die Moschee, und wenn du danach wieder zuhause bist, dann nimm die Iftâr-Mahlzeit in gemäßigter Weise ein! Wenn du beim Essen übertreibst und der Magen sich plötzlich nach mehreren Stunden Ruhe wieder füllt, dann wirkt sich das schlecht auf den Magen aus.

Allâh ist es, der uns zum Erfolg leitet.

**Frage:**

Welche Nahrungsmittel sind für die Sahûr-Mahlzeit empfohlen, die das Gefühl des Durstes am bevorstehenden Fastentag verringern?

**Antwort:**

Die Sahûr-Mahlzeit ist voller Segen. Der Prophet ﷺ sagte: „Nehmt die Sahûr-Mahlzeit ein, denn in ihr liegt Segen!“ Das bedeutet, dass man, wenn man die Sahûr-Mahlzeit einnimmt, am bevorstehenden Tag weniger Durst und Hunger verspürt. Dies ist unabhängig von der Sorte oder der Menge der Nahrung, die man zu sich nimmt. Der Prophet ﷺ lobte es jedoch, Datteln zu essen: „Die beste Sahûr-Mahlzeit eines Gläubigen besteht aus Datteln.“ Und er sagte ferner: „Die Sahûr-Mahlzeit ist voller Segen, so vernachlässigt sie nicht, auch wenn es nur ein Schluck Wasser ist, den ihr trinkt, denn Allâh und Seine Engel loben alle, die die Sahûr-Mahlzeit einnehmen!“ Es entspricht der Sunna, dass man diese Mahlzeit so spät wie möglich einnimmt. Dennoch gibt es einige allgemeine, aber wichtige Dinge, die man für die Sahûr-Mahlzeit beachten sollte. Dazu zählt Folgendes:

Die Sahûr-Mahlzeit sollte eine leichte und fettarme Mahlzeit sein. Man sollte nicht unmittelbar nach der Sahûr-Mahlzeit schlafen. Um das Durstgefühl zu lindern, sollte man es vermeiden, stark Gesalzenes und Gewürztes zu sich zu nehmen. Man sollte auf Konserven und vorgefertigte Speisen verzichten und genügend Wasser trinken, jedoch ohne dabei zu übertreiben. Eine ausgewogene Sahûr-Mahlzeit mit reichlich frischem Obst und Gemüse, frischen Fruchtsäften und Joghurt sowie reichlich Salat – all dies trägt zu gesegnetem Sahûr und Fasten bei.

Allâh ist es, der uns zum Erfolg leitet.

**Frage:**

Ich war in der Vergangenheit jemand, der die Angelegenheiten der Religion nicht ernst nahm. Doch dann schickte mir Allâh jemanden, der mich aus dieser Situation der Unwissenheit herausholte. Ich sehe jedoch, dass mir das Fasten im Ramadân nicht gut gelingt. Ich schäme

mich dafür, dass ich die religiösen Angelegenheiten in hohem Maße vernachlässige. Meine Frage lautet nun: Nimmt Allâh mein Fasten der restlichen Tage des Ramadân an? Werde ich zu den Erfolgreichen in der Nacht der Macht zählen? Wird Allâh meine Sünden vergeben, die ich in den vergangenen Tagen begangen habe?

**Antwort:**

Wir sagen dir das, was ein rechtschaffener und gelehrter anbetend Dienender Allâhs zu demjenigen sagte, der einhundert Menschen getötet hatte: „Wer hindert dich daran Buße zu tun?“ Wer hindert dich daran, bereuend bei Allâh Zuflucht zu suchen, nachdem du den Staub der Sünden von deiner Seele geklopft und sie vom Schmutz der Sünden befreit hast, so dass du absolut rein zu deinem Herrn zurückkehren kannst? Dein Herr ist es, der dem anbetend Dienenden all seine Sünden in Seiner Großzügigkeit und Gnade vergeben kann, selbst wenn seine Sünden im Übermaß sind. Betrachte folgenden ehrwürdigen Vers, in dem dein Herr dich ruft: **„Sprich: O Meine anbetend Dienenden, die ihr wider euch selbst unmäßig wart! Verliert nicht die Hoffnung auf die Barmherzigkeit Allâhs! Wahrhaftig, Allâh vergibt die Sünden allzumal! Wahrhaftig Er, Er ist der stets Vergebende, der Allbarmherzige!“** (Sûra 39:53)! Er ruft dich mit dem besten Namen und stellt einen Bezug zwischen dir und Ihm her: „Meine anbetend Dienenden!“

Dann sagt Er: „die ihr wider euch selbst unmäßig wart ...“ Das heißt, dass ihr viele Sünden begangen habt. Doch Allâh verspricht jenen: „Verliert nicht die Hoffnung auf die Barmherzigkeit Allâhs!“, denn: „Wahrhaftig Er, Er vergibt die Sünden allzumal!“ Das heißt, Er vergibt alle Sünden ungeachtet dessen, ob es kleine oder große, ob es viele oder wenige sind.

Bitte Allâh um Vergebung, lieber Bruder! Wende dich Allâh zu, damit du aus der Finsternis ins Licht und in die innere Ruhe geführt wirst! Willst du nicht innere Ruhe finden? Genau hier findest du sie; in der Reue. Willst du nicht seelische Freude und Glückseligkeit? Genau hier findest du sie; in der Reue. Willst du nicht ein Leben voller Freude in deinen religiösen so wie in deinen weltlichen Dingen haben? Genau hier findest du sie; in der reuevollen Rückkehr zu Allâh. Allâh sagt: **„Wer Rechtschaffenes wirkt, ob Mann oder Frau, und er verinnerlicht den Glauben, dem werden Wir ganz gewiss ein gutes Leben gewähren. Und Wir werden ihnen ganz gewiss mit ihrer Belohnung das Beste von dem vergelten, was sie zu tun pflegten.“** (Sûra 16:97).

Und hier eine noch bessere Nachricht für dich: Allâh vergibt deine Sünden nicht nur, sondern Er ersetzt sie durch Belohnung. Wie großzügig Allâh doch ist; Er ersetzt Sünden und Übeltaten durch edle Belohnung! Allâh der Erhabene sagt: **„Außer wer bereut und den Glauben verinnerlicht und Rechtschaffenes wirkt; jenen wird Allâh ihre schlechten Taten in gute Taten umwandeln; und Allâh ist ja stets vergebend, allbarmherzig.“** (Sûra 25:70). Das ist dein Weg.

Zu deiner Frage, ob Allâh dein Fasten der restlichen Tage des Ramadân annehmen wird und ob du zu den Erfolgreichen in der Nacht der Macht zählen wirst, so sagen wir dir ebenfalls: Wer hindert dich daran Buße zu tun? Die Tore der Buße sind immer geöffnet, so tue Buße und wende dich reuevoll zu Allâh, denn Er ist es, der alle Sünden vergibt! Wende dich ab von schlechten Freunden und suche stattdessen gute Freunde! Verlass nicht deine Umgebung, doch suche Freunde, die dir zum Beten verhelfen, weil sie selbst zu den Betenden gehören! Hüte dich vor Freunden, die dir zu Übeltaten und Sünden verhelfen! Aller Lobpreis gebührt Allâh, Der dich zum Weg der reuevollen Rückkehr zu Ihm führte, denn du bist nun in der Tat zu Ihm zurückgekehrt! Sei froh, denn Allâh der Erhabene sagt: „... **Und wer in Ehrfurcht gegenüber Allâh demütig ist,**

**dem schafft Er einen Ausweg und Er versorgt ihn, von wo er nicht vermutet ...“** (Sûra 65:2-3)! Und Allâh sagt weiterhin: **„Und wer in Ehrfurcht gegenüber Allâh demütig ist, dem schafft Er in seiner Angelegenheit eine angenehme Lage.“** (Sûra 65:4).

Eine weitere gute Botschaft findest du im Ausspruch des Propheten ﷺ: *„Jemand, der für eine von ihm begangene Sünde reuevoll gebüßt hat, ist wie jemand, der keine Sünde begangen hat.“* (At-Tabarânî in *Al-Mu'dscham*). Und in seinen Worten ﷺ: *„Alle Söhne Adams begehen Fehler und die besten Fehler Begehenden sind die Büßenden.“* (At-Tirmidhî in *As-Sunan*).

Wir geben dir nun einen ganz besonderen Rat, und zwar den, dass du darauf achtest deine rituellen Gebete in den Häusern Allâhs zu verrichten. Allâh der Erhabene sagt: **„...und verrichte das rituelle Gebet! Wahrhaftig! Das rituelle Gebet hält vom unmoralischen Verhalten und Verwerflichen ab ...“** (Sûra 29:45). Und Er sagt: **„Und verrichte das rituelle Gebet an beiden Enden des Tages und in der Frühe der Nacht! Die guten Taten lassen wahrhaftig die bösen Taten vergehen! Jenes ist eine Ermahnung für Gedenkende.“** (Sûra 11:114). Und Er sagt ferner: **„Achtet auf die rituellen Pflichtgebete und das mittlere rituelle Pflichtgebet, und steht vor Allâh als Gehorsame! ...“** (Sûra 2:238).

Noch einen weiteren Rat sollst du von uns bekommen: Sprich stets Bittgebete, denn Allâh der Erhabene sagt: **„Und wenn dich Meine anbetend Dienenden nach Mir fragen, so bin Ich wahrhaftig nahe! Ich erhöere den Ruf des Bittenden, wenn er Mich bittet. So sollen sie nun auf Mich hören und an Mich glauben! Vielleicht handeln sie ja besonnen.“** (Sûra 2:186).

Wir bitten Allâh, dass Er dich zum Guten leitet, dass Er deine Schritte festigt, dass Er dir innere Ruhe gibt, dass Er deine Sünden vergibt, dass Er dein Herz reinigt und dass Er deinen Geschlechtstrieb schützt!

Allâh ist es, der uns zum Erfolg leitet.



## D. Bittgebete des Propheten

Wir geben dir nun, lieber Bruder, eine Sammlung von Bittgebeten des Propheten ﷺ, die unsere rechtschaffenen Vorfahren zu sprechen pflegten. Streng dich in diesem gesegneten Monat an und halte dir vor Augen, was von Abû Huraira über den Propheten ﷺ berichtet wurde: „Das Bittgebet dreier Leute wird nicht abgewiesen: Ein gerechter Imâm, ein Fastender, bis er sein Fasten bricht, und das Bittgebet eines Unterdrückten.“ (Ahmad und At-Tirmidhî). Streng dich also im Bittgebet an in der Hoffnung, dass Allâh dich im Diesseits so wie im Jenseits wegen eines erhörten Bittgebetes rettet!

### Das Bittgebet bei der Sichtung des Neumondes zu Ramadân:

„Allâhumma ahillahu alainâ bi-l-yumni wa-l-îmâni wa-s-Salâmati wa-l-Islâm Rabbî wa Rabbuka Allâh.“ O Allâh Lass den Neumond über uns in Sicherheit, im Glauben, in Wohlergehen und im Islâm aufgehen! Unser Herr und dein Herr ist Allâh. (Ahmad und At-Tirmidhî).

### Das Bittgebet des Fastenden, wenn dieser sein Fasten bricht:

Der Zeitpunkt des Fastenbrechens ist einer der Zeitpunkte, zu denen Allâh das Bittgebet erhört. Abullâh ibn Amr ؓ sagte: „Der Prophet ﷺ sagte: »Wenn der Fastende sein Fasten bricht, wird ihm ein Bittgebet gewährt, das nicht abgewiesen wird.«“ (Ibn Mâdscha).

Es entspricht der Sunna, beim Fastenbrechen Folgendes zu sagen: „O Allâh, für Dich habe ich gefastet und mit deiner Versorgung breche ich mein Fasten. Der Durst ist verschwunden, die Adern sind nun feucht und die Belohnung steht fest, so Allâh es will.“ (Abû Dâwûd und Ad-Dâraqutnî und Andere).

### Das Bittgebet des Fastenden, wenn er sein Fasten bei einem Gastgeber bricht:

Von Anas ibn Mâlik ؓ wird berichtet, dass der Prophet ﷺ zu sagen pflegte, wenn er bei einem Gastgeber sein Fasten brach: „Mögen die Fastenden ihr Fasten bei euch brechen, mögen die Rechtschaffenen eure Speise essen, und mögen die Engel über euch herniederkommen!“ (Ahmad).

### Das Bittgebet in der Nacht der Macht (Laila Al-Qadr):

Âischa, die Mutter der Gläubigen ؓ, fragte den Propheten ﷺ: „O Gesandter Allâhs, wenn ich wissen würde, welche Nacht die Nacht der Macht ist, was müsste ich dann sagen?“ Er sagte: »Sag: Allâhumma innaka Afûun Karîmun tuhibbu-l-Afwa fa-fuannî. (O Allâh, Du bist allvergebend und großzügig und Du liebst die Vergebung, so vergib mir!)«“ (Von At-Tirmidhî als akzeptabel authentisch eingestuft).

### Allgemeine Bittgebete:

1. „Allâhumma innî a'ûdhu bika mina-l-Adschi wa-l-Kasali wa-l-Dschubni wa-l-Harami wa-l-Buchli wa a'ûdhu bika min Adhâbi-l-Qabri wa min Fitnati-l-Mahiâ wa-l-Mamât.“

*O Allâh, ich nehme Zuflucht bei Dir vor der Unfähigkeit und vor der Faulheit, ich nehme Zuflucht bei Dir vor der Feigheit, vor dem Greisenalter und vor dem Geiz. Ich nehme Zuflucht bei Dir vor der Strafe des Grabes und der Versuchung des Lebens und des Todes. (Muslim).*

2. *„Allâhumma innî a'ûdhu bika min Fitnati-n-Nâri wa adhâbi-n-Nâri wa Fitnati-l-Qabri wa adhâbi-l-Qabri wa min scharri Fitnati-l-Ghinâ wa min scharri Fitnati-l-Faqri. Wa a'ûdhu bika min scharri Fitnati-l-masîhi-d-Daddschâl. Allahumma ighsil Chatâyâa bi Mâi-th-Thaldschi wa-l-Baradi wa naqqi Qalbî mina-l-Chatâyâ kamâ naqqaita-th-Thauba min ad-Danas. Wa Bâ'id bainî wa baina chatâyâi kamâ bâ'adta baina-l-Maschriqi wa-l-Maghrib. Allâhumma innî a'ûdhu bika mina-l-Kasali wa-l-Harami wa-l-Mathami wa-l-Maghram.“*

*O Allâh, ich suche Zuflucht bei Dir vor der Prüfung des Höllenfeuers und vor den Qualen des Höllenfeuers und vor der Prüfung des Grabes und vor den Qualen des Grabes und vor dem Üblen der Prüfung des Reichtums und vor dem Üblen der Prüfung der Armut. Ich suche Zuflucht bei Dir vor dem Üblen der Prüfung des Antichristen. O Allâh, wasche meine Sünden hinweg mit Eiswasser und Schnee und reinige mein Herz von den Fehlritten, wie Du ein Gewand von Schmutz reinigst! Entferne mich von meinen Sünden, wie Du den Osten vom Westen entfernst! O Allâh, ich suche Zuflucht bei Dir vor Trägheit, vor dem Greisenalter, vor allen Dingen, die Bestrafung herbeiführen, und vor Schulden, die ich nicht begleichen kann!“ (Al-Buchârî und Muslim).*

3. *„Er pflegte Zuflucht zu suchen vor einer schlechten Vorherbestimmung, vor übermannender Müdigkeit, vor der Schadenfreude der Feinde und vor Prüfungen, die das Leben erschweren.“ (Muslim)*

4. *„Allâhumma a'ûdhu bi-ridâka min sachatika wa bi-mu'âfâtika min uqûbatika wa a'ûdhu bika minka lâ uhsî thanâan alaîka anta kama athnaîta alâ nafsik.“*

*O Allâh, ich suche Zuflucht bei Deinem Wohlwollen vor Deinem Zorn und bei Deiner Vergebung vor Deiner Strafe, und ich suche Zuflucht bei Dir vor Dir. Ich kann das Lob für Dich nicht aufzählen, Du bist so, wie Du Dich Selbst gelobt hast. (Al-Buchârî).*

5. *„Allâhumma innî a'ûdhu bika min ilmin lâ yanfa' wa qalbin lâ yachscha' wa du'âin lâ yusma' wa nafsî lâ taschba'. thumma yaqûl: Allâhumma innî a'ûdhu bika min hâulâi-l-arba'.“*

*O Allâh, ich suche Zuflucht bei Dir vor nutzlosem Wissen, vor einem Herzen, das keine Demut kennt, vor einem Gebet, das nicht erhört wird, und vor einem unersättlichen Ego. – Und dann sagte er: – O Allâh, ich suche Zuflucht bei Dir vor diesen vier Dingen. (An-Nasâi und von Al-Albânî als authentisch eingestuft).*

6. *„Da'watu-l-makrûb: Allâhumma Rahmatâka ardschû falâ takilnî ilâ nafsî tarfata ain wa aslih lî scha'nî kullahu lâ ilâha illâ Ant.“*

*Das Bittgebet für jemanden der in einer unheilvollen Lage ist: O Allâh ich erbitte Deine Gnade; so lass mich nicht für einen Augenblick auf mich allein angewiesen sein! Lass all meine Angelegenheiten gut sein! Es gibt keine Gottheit außer Dir. (Abû Dâwûd).*

7. *„Allâhumma Rabbanâ âtinâ fi-d-dunyâ hasanatan wa fi-l-âchirati hasanatan wa qinâ adhâban-nâr.“*

*O Allâh gib uns im Diesseits Gutes und gib uns im Jenseits Gutes und beschütze uns vor den Höllenqualen! (Al-Buchârî).*

8. „Allâhumma innî as`aluka mina-l-chairi kullihî âdschlihi wa âdschilihi mâ alimtu minhu wa mâ lam a`lam wa a`ûdhu bika mina-sch-scharri kullihî âdschlihi wa âdschilihi mâ alimtu minhu wa mâ lam a`lam Allâhumma innî as`aluka min chairi mâ sa`alaka abduka wa nabîjuka wa a`ûdhu bika min scharri mâ âdha bihi abduka wa nabîyuka. Allâhumma innî as`aluka-l-Dschannata wa mâ qarraba ilaihâ min Qaulin au Amal wa a`ûdhu bika mina-n-Nâri wa mâ qarraba ilaihâ min qaulin au amal. Wa as`aluka an tadsch`ala kulla Qadâin qadaytahu lî chairan.“

*O Allâh ich bitte Dich um alles Gute, was in Kürze geschehen kann und was nach einer Weile geschehen wird, was ich kenne und was sich meiner Kenntnis entzieht! O Allâh ich bitte Dich um das Beste, um das Dich Dein anbetend Dienender und Prophet gebeten hat. Ich suche Zuflucht bei Dir vor dem größten Übel, vor dem Dein anbetend Dienender und Prophet Zuflucht bei Dir gesucht hat! O Allâh ich bitte Dich um das Paradies und um alle Worte und Taten, die mich näher zum Paradies bringen! Ich suche Zuflucht bei Dir vor dem Höllenfeuer, und bewahre mich vor allen Worten und Taten, die mich näher zum Höllenfeuer bringen! Ich bitte Dich, dass alle mir vorher bestimmten Dinge gut sind. (Ibn Mâdscha).*

9. „Allâhumma bi-`ilmika-l-Ghaibi wa qudratika ala-l-chalqi ahyinî mâ alimta-l-Haiyâta chairan lî, wa tawaffanî idhâ alimta al-wafâta chairan lî, Allâhumma wa as`aluka chaschiataka fi-l-ghaibi wa asch-schahâda, wa as`aluka kalimata-l-Haqqi fi-r-Ridâ wa-l-Ghadab, wa as`aluka-l-Qasda fi-l-Faqri wa-l-Ghinâ, wa as`aluka Na`îman lâ yanfad, wa as`aluka Qurrata ainin lâ tanqati`, wa as`aluka-l-ridâ ba`da-l-Qadâ, wa as`aluka barda-l-Aischi ba`da al-Mauti, wa as`aluka ladhata-n-Nazari ilâ Wadschhika wa-sch-Schauqi ilâ Liqâika fi ghaîri darrâa mudirra wa lâ Fitnatan mudilla, Allâhumma zaiyinnâ bi-zînati-l-Îmân, wa idsch`alnâ hudâtan muhtadîn.“

*O Allâh, ich bitte Dich in Deinem Allwissen und in Deiner Allmacht über die Schöpfung, dass du mir Leben schenkst, solange Du weißt, dass das Leben besser für mich ist. und lass mich sterben, wenn Du weißt, dass der Tod besser für mich ist! O Allâh, lass mich demütig in Ehrfurcht Dir gegenüber sein, im Verborgenen wie im Offensichtlichen! O Allâh lass mich die Wahrheit sprechen, wenn ich zufrieden bin und wenn ich zornig bin, und lass mich angemessen handeln, wenn ich arm bin und wenn ich reich bin, und gib mir unerschöpflichen Wohlstand und unendliche Freude und Zufriedenheit, nachdem Du etwas für mich bestimmt hast! Gib mir ein kühles Leben nach dem Tod und lass mich den Anblick Deines Antlitzes genießen und gib mir Sehnsucht, vor Dir ohne schädliches Übel oder eine irreführende Versuchung zu stehen! O Allâh, schmücke uns mit dem Glauben und lass uns Andere zur Rechtleitung führen und leite uns recht! (An-Nasâi).*