

## Die Fastentage im Islam

إِنَّ الْحَمْدَ لِلَّهِ نَحْمَدُهُ وَنُسْتَعِينُهُ وَنُسْتَغْفِرُهُ

وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ.

Alles Lob gebührt Allah, Ihn allein lobpreisen wir und Ihn allein bitten wir um Hilfe, Rechtleitung und Verzeihung und Sein Segen und Friede seien auf Seinem Propheten Muhammad ﷺ, seiner Angehörigen, Gefährten und Anhängern bis zum Tag des Gerichts.

### Verehrte Muslime,

unsere heutige Freitagspredigt in diesen kurzen Minuten handelt von den Fastentagen, die empfohlen sind, und jenen, die vom Fasten abraten. Was das Pflichtfasten im Islam betrifft, so unterteilt es sich in:

- Das Fasten im Monat Ramadan,
- Das Nachholen versäumter Ramadan-Tage,
- Das Gelübde-Fasten (an-Nadhr صِيَامُ النَّذْرِ),
- Die Sühne für einen Eidbruch (كفارة اليمين),
- Die Sühne für den Vergleich mit der Mutter (كفارة الظهار),
- Die Sühne für fahrlässige Tötung.

Allah und Er hat das Fasten jedem erwachsenen, vernunftbegabten und fähigen Muslim zur Pflicht gemacht. Ein einziger Fastentag entfernt den Fastenden um eine Wegstrecke von siebenzig Jahren von der Hölle. Und im Paradies gibt es ein Tor, durch das nur die Fastenden eintreten werden.

### Verehrte Muslime,

die Tage, die unser Prophet ﷺ uns zu fasten ermutigt hat, sind zehn:

- **Der erste:** Das Fasten jeden zweiten Tag – und dies ist die beste Form des freiwilligen Fastens. Zumal ist das liebste Fasten bei Allah عز وجل ist das Fasten **Dawuds** عليه السلام, er fastete einen Tag und brach das Fasten am nächsten Tag. Es gibt kein besseres Fasten als dieses.
- **Der zweite:** Das Fasten der weißen Tage – dies sind der dreizehnte, vierzehnte und fünfzehnte Tag eines jeden Monats nach dem Mondkalender.
- **Der dritte:** Das Fasten der beiden Tage **Montag** und **Donnerstag**. Der Gesandte Allahs ﷺ danach gefragt und sagte: „**Wahrlich, die Taten der Diener werden am Montag und Donnerstag Allah** سبحانه وتعالى **vorgelegt**“.
- **Der vierte:** Das Fasten der meiste Zeit des Monats Allahs **Muharram**– denn das beste Fasten nach dem Ramadan ist das im **Muharram**.
- **Der fünfte:** Das Fasten des neunten Tages des Monats Muharram – ein Tag, den die Juden und Christen hochehrten. „**Wenn das nächste Jahr kommt, so Allah will, werden wir den neunten Tag fasten**“ versprach sich der Gesandte Allahs ﷺ.

### liebe Geschwister im Islam,

- **der sechste empfohlene Fastentag ist:** Das Fasten des zehnten Tages des Monats Muharram – der Tag von <sup>3</sup>**Aschura**. Der Gesandte Allahs ﷺ wurde danach gefragt und sagte: „**Es tilgt die kleinen Sünden des vergangenen Jahres.**“
- **Der siebte:** Das Fasten von sechs Tagen im Monat **Schawwal**. Denn wer den Ramadan fastet und ihm sechs Tage im Schawwal folgen lässt, ist wie einer, der das ganze Jahr gefastet hat.
- **Der achte:** Das Fasten der meiste Zeit des Monats **Scha<sup>3</sup>ban**. Der Gesandte Allahs ﷺ pflegte im **Scha<sup>3</sup>ban** zu fasten, bis auf wenige Tage.

- **Der neunte:** Das Fasten der ersten neun Tage des Monats **Dhu-l-Hiddscha**. Unser Prophet صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ sagte: „**Es gibt keine besseren Tage für gute Taten als diese zehn Tage.**“ Sie fragten: „**Auch nicht der Kampf auf Allahs Weg?**“ Er sagte: „**Auch nicht der Kampf auf Allahs Weg – außer einem Mann, der mit sich selbst und seinem Besitz auszieht und mit nichts zurückkehrt.**“ [überliefert bei al-Bukhari]
- **Der zehnte:** Das Fasten am Tag von 'Arafa – das ist der neunte Tag des **Dhu-l-Hiddscha**. Das Fasten am Tag von 'Arafa tilgt die kleinen Sünden des vergangenen und des kommenden Jahres.

Es wird jedoch nicht empfohlen, dass jemand, der sich in 'Arafa aufhält, an diesem Tag fastet, damit er Kraft für Bittgebete während dieses besonderen Tages hat.

Die Tage, an denen das Fasten nicht erlaubt ist, werden wir morgen, so Allah will, in der Stunde vor dem Mittagsgebet besprechen.

Möge Allah عز و جل uns helfen, das zu tun, was Ihm wohlgefällt,  
und uns zu denjenigen zählen, die das Fasten lieben und praktizieren,  
So möge Allah تعالى سبحانه unsere Taten annehmen, unsere Fehler vergeben und uns vom Höllenfeuer retten,  
möge Allah عز و جل uns helfen, Seiner zu gedenken, Ihm zu danken und Ihm auf bester Weise zu dienen,  
und möge Allah تعالى سبحانه uns stets den geraden Weg leiten.

آمين و الحمد لله رب العالمين