



Ramadan Magazin

**Informationen
Traditionen
Erfahrungen**

GYMNASIUM
Ursulaschule

Ramadan 1445 März/April 2024

Inhaltsverzeichnis

Grußwort	3
Vorwort	4
Das Ramadan-ABC	5

I Dimensionen des Ramadans

1. Kurz und knapp: Das Fasten im Ramadan	7
2. Ramadan im Koran und in der Überlieferung	8
3. Der Mondkalender	9
4. Zur spirituellen Dimension des Fastens: Die drei Stufen	10
5. Zur sozialen Dimension des Ramadans: Spenden und Teilen	11
6. Zur körperlichen Dimension des Fastens: Fasten und Gesundheit	12
7. Zur historischen Dimension: Die Nacht der Bestimmung	14
8. Zur interreligiösen Dimension: Das Projekt „Fasten und Feste“ im Jahrgang 5	15
9. Die persönliche Dimension: Unsere Fasten-Erfahrungen	16

II Ramadan-Traditionen

1. Die wichtigsten Traditionen des Ramadans	19
2. Ramadan in aller Welt	20
Ägypten, Iran, Syrien, Libanon, Kosovo, Singapur	
3. Ramadan-Erinnerungen	24
4. Ramadan in Osnabrück	
Was macht ein Imam im Ramadan? Interview mit Imam Ajdin Suljakovic	25
Wie lernt man den Koran auswendig? Interview mit Ustadh Mohammad Haddad	26
Der öffentliche Iftar in Osnabrück im Ramadan 2023/1444 – Interview mit Büşra und Yasin Kabaktepe	28
Alle Religionen sichtbar machen – Gespräch mit Oberbürgermeisterin Katharina Pötter	30
5. Gedichte	31
6. Das Schönste an Ramadan	32
7. Lieder	34
8. Rezepte	36

III Vermischtes

1. Alle Jahre wieder... Die Top Ten der nervigen Bemerkungen im Ramadan	38
2. Kurzgeschichte: Sara will fasten	39
3. Rätsel-Seite	40
4. Ausmalbild	41



Ramadan Kareem!

Die Zeit des Ramadans ist für viele unserer muslimischen Schülerinnen und Schüler eine besondere Zeit. Uns Christen ist der besondere Zusammenhalt, der Muslime auf der ganzen Welt in der Fastenzeit verbindet, verloren gegangen. Fasten ist eher etwas für den einzelnen Christen. Wir verzichten auf bestimmte Nahrungsmittel, Gewohnheiten oder Eigenschaften. Jeder fastet so, wie er es für sich selbst festlegt. Für uns Christen sieht die Bibel keine besondere Regelung des Fastens vor. Auch Jesus hat sich nicht explizit zur Art und Weise des Fastens geäußert. Ihm war besonders die innere Haltung wichtig:

Wenn ihr fastet, macht kein finsternes Gesicht wie die Heuchler! Sie geben sich ein trübseliges Aussehen, damit die Leute merken, dass sie fasten. Amen, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn bereits erhalten. Du aber, wenn du fastest, salbe dein Haupt und wasche dein Gesicht, damit die Leute nicht merken, dass du fastest, sondern nur dein Vater, der im Verborgenen ist; und dein Vater, der das Verborgene sieht, wird es dir vergelten. (Mt 6, 6-18)



Für uns Christen beginnt die Fastenzeit mit dem Aschermittwoch, dem ersten Fastentag. Zum Zeichen der Buße hat man sich im Mittelalter mit Asche bestreut. Das Aschekreuz, das wir heute noch im Gottesdienst empfangen, erinnert uns Christen an die Vergänglichkeit des Lebens. Mit der Passionswoche, vierzig Tage später, endet die Fastenzeit. Diese letzte Woche erinnert uns Christen an die Leiden Jesu vor und während seines Todes. Auch wenn die muslimischen und christlichen Fastenriten jeweils unterschiedlich intensiv erlebt und unterschiedlich

in ihrer Art sind, so eint uns in diesem Jahr der Monat März als gemeinsamer Fastenmonat. Uns eint aber noch mehr, nämlich der bewusste Verzicht zu Gunsten einer intensiven Konzentration auf das Göttliche. Religiöses Fasten bietet uns Menschen die Möglichkeit, unsere Ausrichtung auf den Schöpfer des Lebens zu reflektieren, unseren Glauben zu vertiefen und eine gute Gemeinschaft mit den anderen Geschöpfen zu bilden.

Unseren muslimischen Schülerinnen und Schülern, ihren Eltern und Ihnen, Frau Dr. Horsch, wünsche ich eine gesegnete Fastenzeit und danke allen Beteiligten recht herzlich für dieses Magazin!

Daniela Boßmeyer-Hoffmann, Schulleiterin

Liebe Schulgemeinschaft,

wir haben uns für diesen Ramadan etwas Schönes überlegt, um diese besondere Zeit mit euch zu teilen. Die Muslime aus allen Jahrgängen haben sich zusammengetan und ein Ramadan-Magazin gestaltet. Im Magazin findet ihr Informationen über verschiedene Aspekte des Ramadans, Interviews mit muslimischen Vertretern und Vertreterinnen aus Osnabrück und der Oberbürgermeisterin, Länderberichte, Rezepte aus unterschiedlichen Kulturen und vieles mehr. Wir hoffen, dass für alle etwas dabei ist, und wünschen euch viel Spaß beim Lesen!

Tala Zaza, stellvertretende Schulsprecherin

Vorwort



Wer zu den Stichworten „Ramadan“ und „Schule“ recherchiert, findet zahlreiche Zeitungsartikel, einige Informationsbroschüren, auch amtliche Verlautbarungen – Stimmen aus der muslimischen Schülerschaft selbst jedoch eher nicht. Das ist in diesem Ramadan-Magazin anders: Schülerinnen und Schüler des Islamischen Religionsunterrichts aus den Jahrgängen 5-11 informieren, berichten von ihren Erfahrungen und teilen ihre Erinnerungen. Dazu haben sie Texte, Berichte, Geschichten und Gedichte geschrieben, Interviews geführt, Rätsel erstellt, Bilder gemalt und schließlich das Magazin gestaltet.

Im ersten Teil „Dimensionen des Ramadans“ geht es um die verschiedenen Bedeutungen des Ramadans, aber auch um die ganz persönlichen Erfahrungen. Unsere muslimische Schülerschaft ist zwar klein, aber vielfältig: Es sind nicht ganz 60 Schüler und Schülerinnen mit Migrationsgeschichten aus 15 Ländern, aus denen ihre Familien auch verschiedene Ramadan-Traditionen mitgebracht haben. Der zweite Teil „Ramadan-Traditionen“ beschäftigt sich mit solchen Traditionen in den Ländern der islamischen Welt, vor allem aber in Deutschland und Osnabrück. Denn auch hier sind mittlerweile Ramadan-Traditionen entstanden, die nicht nur in den Familien und Moscheen gelebt werden, sondern seit einiger Zeit auch in der Stadt erfahrbar sind. Dass einige Geschäfte Ramadan-Dekoartikel in ihr Sortiment aufgenommen haben, ist ein Beispiel für diese Entwicklung, dass Festgebete zu den hohen islamischen Feiertagen seit einigen Jahren im Schlossgarten stattfinden, ein anderes. Ein Höhepunkt war im letzten Jahr das große öffentliche Fastenbrechen auf dem Marktplatz vor dem Rathaus, an dem auch einige Schüler und Schülerinnen teilgenommen haben.

Der Ramadan macht sich schließlich auch in der Schule bemerkbar. Zur islamischen Fastenzeit sind manche Unterrichtsräume geschmückt, zuletzt erstrahlte auch das große Fenster vor dem Lehrerzimmer im Licht von Ramadan-Laternen. Und da sich die islamische und die christliche Fastenzeit seit einiger Zeit überschneiden und Fasten und Feste Thema des Unterrichts beider Religionen sind, liegt ein gemeinsames Unterrichtsprojekt nahe. Dieses wird derzeit im Jahrgang 5 zum zweiten Mal durchgeführt, im Magazin findet sich ein Beitrag zum ersten Durchlauf im letzten Schuljahr.



Den muslimischen Familien der Ursulaschule wünschen wir einen gesegneten Ramadan, den christlichen Familien eine besinnliche Fastenzeit und allen Leserinnen und Lesern viel Freude beim Schmökern, Anschauen, Rätseln, Singen und Nachkochen!

Dr. Silvia Horsch, Lehrerin für Islamische Religion



DAS RAMADAN ABC

- A Allah - Der, für Den wir fasten
- B Beten - im Ramadan besonders im Fokus
- C chronisch Erkrankte - sind vom Fasten befreit
- D Datteln - mit einer Dattel wie der Prophet das Fasten brechen
- E Eid ul-Fitr - Fest des Fastenbrechens (arab.)
- F Fajr - das Morgengebet, mit dem der Fastentag beginnt
- G Gedenken - Allah loben, preisen und danken
- H Hunger - eine seltene Erfahrung
- I Iftar - das Fastenbrechen bei Sonnenuntergang
- J Jannah - der Paradiesgarten, dessen Türen im Ramadan offenstehen
- K Koran - wird im Ramadan besonders viel gelesen
- L Lailatu l-Qadr - die „Nacht der Bestimmung“ im letzten Drittel des Ramadans
- M Mondkalender - Ramadan ist der neunte Monat im islamischen Kalender
- N neue Gewohnheiten
- O Offenbarung - die ersten Verse des Korans wurden im Ramadan offenbart
- P persönliche Ziele - Ramadan motiviert zur Verbesserung
- Q Qataiyef - arabische Süßigkeit, die es nur im Ramadan gibt
- R Reue - Fehler bereuen, zu Gott zurückkehren
- S Suhur - das Frühstück vor Beginn der Morgendämmerung
- T Tarawih - freiwillige zusätzliche Gebete in den Nächten des Ramadans
- U Unterwerfung - deutsche Übersetzung von „Islam“, auch: Hingabe, Ergebung
- V Vergebung - Gott vergibt unsere Sünden, wir vergeben einander
- W Wasser - Nein, auch kein Wasser!
- X XXL-Einladungen
- Y You are welcome! Alle sind eingeladen!
- Z Zuckerfest - Woher das wohl seinen Namen hat?

(zusammengestellt von den Schülern und Schülerinnen des IRU aus Jg. 10 und 11)

I Dimensionen des Ramadans



KURZ UND KNAPP: DAS FASTEN IM RAMADAN

Nun fängt für uns Muslime der schönste Monat im Jahr an! Ramadan ist der neunte Monat des islamischen Mondkalenders. Das Fasten im Ramadan ist eine der fünf Säulen des Islams und ab der Pubertät verpflichtend. Kinder üben ab und zu, einen Teil des Tages mitzufasten. Als Kinder waren wir immer stolz, wenn wir z.B. bis 13 Uhr durchgehalten haben.

Gefastet wird von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang. Am ersten Fastentag in diesem Jahr, dem 11.03., ist das z.B. von 5:05 Uhr bis 18:33 Uhr, das sind also ca. 13 1/2 Stunden. Fasten bedeutet Enthaltung von Essen, Trinken und sexuellen Handlungen während dieser Zeit. Natürlich gibt es für die Verpflichtung zum Fasten auch Ausnahmen: Chronisch Kranke sind vom Fasten befreit und spenden stattdessen den Betrag für eine Mahlzeit pro Fastentag an arme Menschen.

Menschen, die während des Ramadans krank sind oder sich auf einer Reise befinden, sowie Schwangere können die Tage nachfasten. Frauen fasten während ihrer Menstruation nicht und holen die Tage ebenfalls nach. Man hat ein Jahr Zeit nachzufasten, und zwar bis zum nächsten Ramadan - ganz einfach oder?

Im Ramadan liest man viel Koran und versucht das Beste aus sich herauszuholen. Dazu gehört, sich nicht aufzuregen, nicht zu beleidigen und immer ruhig zu bleiben. Das sind einige der Ziele, die wir Muslime uns im Ramadan vornehmen. Die Übung im Ramadan soll es leichter machen, diese Ziele auch im Rest des Jahres zu verfolgen. (Maysam, Jg. 10)

2. Ramadan im Koran und in der Überlieferung

O die ihr glaubt, vorgeschrieben ist euch das Fasten, so wie es denjenigen vor euch vorgeschrieben wurde, auf dass ihr gottesfürchtig werden möget. (Koran, Sure 2, Vers 183)

Das Fasten, das von Gott festgelegt wurde und Gott gewidmet ist, ist nicht nur für Muslime ein bedeutsamer Bestandteil ihres Glaubens, sondern für alle abrahamitischen Religionen. Ziel des Fastens ist es, das Bewusstsein für Gott zu stärken.

Trachtet nach dem, was Allah für euch bestimmt hat und esst und trinkt, bis sich für euch der weiße vom schwarzen Faden der Morgendämmerung klar unterscheidet. Hierauf vollzieht das Fasten bis zur Nacht! (Koran, Sure 2, Vers 187)

Oft werden der Beginn und das Ende der Fastenzeit in diesem Koranvers falsch verstanden und interpretiert. Um die Fastenzeiten festzulegen, muss man nicht wortwörtlich einen weißen von einem schwarzen Faden unterscheiden. Stattdessen wird täglich vom Beginn der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang gefastet.

„Das Fasten ist ein Schutz, so soll der Fastende weder Schändlichkeit noch Torheit begehen und wenn jemand ihn zum Zweikampf auffordert oder beschimpft, so soll er zweimal sagen: ‚Ich faste.‘ [...] Allah sagte: ‚Der Fastende stellt Meinetwegen sein Essen und Trinken sowie seine Begierde zurück. Das Fasten ist Mir gewidmet, so belohne Ich entsprechend, und jede gute Tat wird zehnfach belohnt.“ (überliefert vom Prophetengefährten Abu Huraira, gesammelt von al-Bukhari)

Im Fastenmonat Ramadan verzichtet man nicht nur tagsüber auf Essen und Trinken. Ebenso wichtig ist es, sein Verhalten zu kontrollieren, sich nicht von innerem Verlangen und Lust leiten zu lassen und darüber hinaus Konflikte mit anderen zu vermeiden oder zu deeskalieren. Insbesondere ist es das, was Gott am meisten schätzt.

„Wer immer aus der Hoffnung auf den Lohn Allahs die Nacht der Bestimmung (Lailatu-l Qadr) im Gebet verbringt, dem werden seine vergangenen Sünden vergeben. Und wer immer aus dem Glauben heraus und in der Hoffnung auf den Lohn Allahs im Ramadan fastet, dem werden seine vergangenen Sünden vergeben.“ (überliefert von Abu Huraira, gesammelt von al-Bukhari)

Gott vergibt den Gläubigen vergangene Sünden, wenn sie im Monat Ramadan fasten und die Nacht der Bestimmung (Lailatu l-qadr, eine der letzten 10 Nächte des Ramadans) im Gebet verbringen. Eine Voraussetzung, um diese Belohnung zu erhalten, ist jedoch der Glaube an Gott und das Jenseits.

„Wenn sich jemand nicht der Falschheit in Wort und Tat enthält, dann liegt Allah nichts daran, dass er sich des Essens und Trinkens enthält.“ (überliefert von Abu Huraira, gesammelt von al-Bukhari)

Dieser Hadith betont nochmals die große Bedeutung des aufrichtigen Verhaltens und der ehrlichen Haltung als wichtige Aspekte des Fastens während des Ramadans. Wenn beides nicht beachtet wird, wird der Verzicht auf Nahrung allein von Gott weder anerkannt noch wertgeschätzt.

(ausgewählt und kommentiert von Dian, Jg. 10)

Der Mond = kalender

3. Der islamische Kalender richtet sich nach dem Mond. Das bedeutet, dass der Neumond den Beginn eines Monats markiert. Beim Neumond stehen Mond, Erde und Sonne in einer Linie, und man kann von der Erde aus den Mond nicht sehen. Ein Monat dauert so lange, bis diese Konstellation aufs Neue erreicht ist, das sind entweder 29 oder 30 Tage. Ein Mondjahr hat entsprechend 354 oder 355 Tage.

Was sind die Unterschiede zwischen den islamischen und dem „normalen“ Kalender?

Der gregorianische Kalender, der weltweit als der „normale“ Kalender anerkannt ist, basiert auf dem Sonnenjahr. Seine zwölf Monate richten sich nach dem Umlauf der Erde um die Sonne, was zu einem Jahr mit etwa 365 Tagen führt und dazu, dass die Jahreszeiten immer in die gleichen Monate fallen. Weil das Mondjahr 10 bis 11 Tage kürzer als das Sonnenjahr ist, verschiebt sich der Monat Ramadan jedes Jahr um die entsprechende Anzahl Tage nach vorne.

Das Jahr 0 des gregorianischen Kalenders ist das Jahr der Geburt Jesu. Der islamische Kalender ist auch als Hidschri-Kalender bekannt: Sein Jahr 0 ist das Jahr der Auswanderung des Propheten Muhammad von Mekka nach Medina, die Hidschra. Wir befinden uns derzeit im Jahr 1445 des islamischen Kalenders.

Die Monate im Islamischen Kalender

Die islamischen Monate, von Muharram bis Dhu l-Hiddscha, spielen eine wichtige Rolle im Islam. Jeder dieser Monate hat eine bestimmte Bedeutung und bietet die Möglichkeit, durch Gebete, Fasten und Wohltätigkeit die Verbindung zu Gott zu stärken.

(Nouran und Lemar, Jg. 9)



Hinweis: Ein Lied zu den Monaten des islamischen Kalenders für Jg. 5/6 befindet sich auf S. 35.

4. Die drei Stufen

Zur spirituellen Dimension des Fastens

Das Fasten hat eine tiefe spirituelle Bedeutung im Islam. Es ist eine Zeit der Selbstreflexion, des Gebets und der Hingabe für Gott. Es ist eine Zeit des geistigen Wachstums und der Reinigung der Seele. Es gibt drei Stufen des Fastens während des gesegneten Monats Ramadan: Die erste Stufe des Fastens ist, dass die Muslime von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang auf Essen und Trinken verzichten.

Neben dem physischen Verzicht soll das Fasten auch dazu dienen, die Sinne zu kontrollieren. Dies ist die zweite Stufe und bedeutet, dass Muslime sich während des Fastens bemühen sollen, ihre Augen, Ohren, Zunge und Gedanken von negativen Einflüssen wie Lügen, schlechten Gedanken und Handlungen fernzuhalten. So bedeutet das Fasten der Zunge, keine schlechten Dinge zu sagen, das Fasten der Hände, niemanden zu schlagen oder andere schlechte Taten zu tun.

Die schwerste und letzte Stufe des Fastens ist die Reinigung des Herzens von negativen Eigenschaften wie Hass, Neid, Gier und Arroganz. Man sollte versuchen, diese Gefühle durch Großzügigkeit, Liebe und Dankbarkeit zu ersetzen und sich auf diese Weise Gott anzunähern. (Tala, Jg. 10)



Bild: Allah und Seine Eigenschaften, Jg. 7, Schuljahr 2022/23

5. Zur sozialen Dimension des Ramadans: Spenden und Teilen

Im Ramadan engagieren sich viele Menschen weltweit in Spendenaktionen, um Bedürftigen zu helfen. Es ist inspirierend zu sehen, wie die Solidarität im Ramadan die Gemeinschaft stärkt und uns dazu motiviert, für Gerechtigkeit einzutreten. Viele Organisationen sammeln Spenden für bedürftige Familien, Bildungsprojekte und Gesundheitsversorgung. Wenn wir bei solchen Aktionen mitmachen, sehen wir, wie kleine Dinge große Veränderungen bewirken können. Viele Organisationen profitieren von erhöhten Spenden im Ramadan, da viele Muslime ihre Zakat in dieser Zeit zahlen, in der gute Taten vervielfacht werden. Die Zakat ist eine jährliche, verpflichtende Abgabe, die vor allem bedürftigen Menschen zugutekommt. Sie beträgt 2,5% des Besitzes, über den man seit einem Jahr verfügt und den man nicht zum Leben braucht. Zakat kann direkt an Bedürftige gezahlt oder an Hilfsorganisationen gegeben werden, die das Geld an die berechtigten Empfängergruppen weiterleiten. Außerdem geben Muslime im Ramadan besonders gerne Sadaqa, das sind freiwillige Spenden.

Spenden im Ramadan hilft uns, über den Tellerrand zu schauen: Wir können Mitgefühl für Menschen zeigen, die weniger privilegiert sind. Als Schüler lernen wir nicht nur theoretisch über Werte wie Großzügigkeit und Hilfsbereitschaft, sondern setzen sie auch konkret um. Jeder Beitrag kann einen positiven Einfluss haben. In einer Welt, in der es viele Probleme gibt, können Spenden im Ramadan dabei helfen, Hoffnung und Erleichterung zu verbreiten.

(Mayar, Jg. 10)



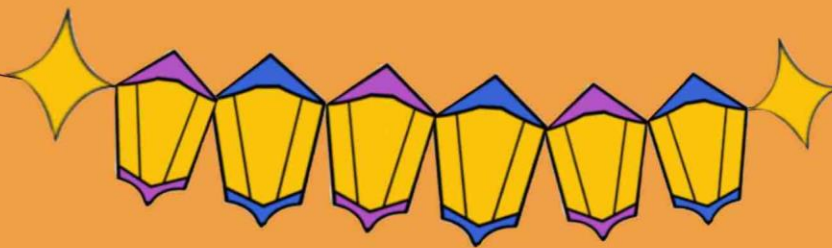
Zu den 99 schönsten Namen Allahs gehört u. a.: „Der Versorger“, „Der Großzügige“, „Der Wohltäter“.
Kastanien- Gebetsketten mit den Namen Allahs, Jg. 6, Schuljahr 2021/22.



6. Zur körperlichen Dimension: Fasten und Gesundheit

Zum Fasten im Islam gibt es viele Fragen: Ist das Fasten gut? Was bringt es? Dieser Frage gehen wir im folgenden Text nach. Die Ärztin Dr. Hatun Karakas hat über 60 weltweit von medizinischen Fakultäten oder Forschungszentren veröffentlichte Studien zum klassischen Heilfasten (mit trinken) und zum Ramadan-fasten (intermittierendes Trockenfasten) zusammengetragen.

Als erster wichtiger Punkt für das islamische Fasten und das Fasten im Allgemeinen ist die Verstärkung der Autophagie zu nennen. Unter Autophagie versteht man die Selbstreinigung der Zellen, die durch längere Fastenperioden unterstützt wird.



Yoshinori Ohsumi, Forscher und Nobelpreisträger für Medizin im Jahr 2016, hat das Fasten als eine „Müllabfuhr“ der Zellen beschrieben: Der zelluläre Abfall (fehlerhafte Proteine und beschädigte Zellbestandteile) wird aus der Zelle geschleust. Verschiedene Erkrankungen, wie z. B. Demenz, Parkinson, Diabetes, Übergewicht, Krebs und Entzündungen, werden mit einer unzureichenden Autophagie in Zusammenhang gebracht.

Ein zweiter wichtiger Punkt ist die durch Fasten verursachte Regulierung des Blutzuckers, die langfristig das Risiko, an Diabetes zu erkranken, reduziert.

Weiterhin hat Fasten eine Auswirkung auf unser Herzkreislaufsystem: Es kommt zu einer signifikanten Senkung der Blutdruckwerte. Dies hat insbesondere einen Vorteil für Menschen, die an Bluthochdruck leiden.

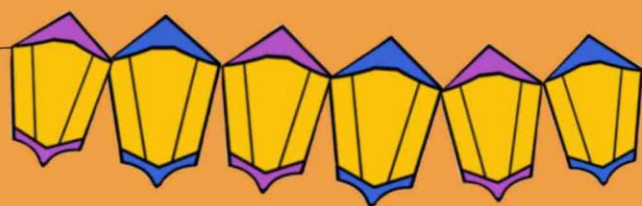




✧ Eine sehr häufig gestellte Frage von Nicht-Muslimen während der Fastenzeit soll an dieser Stelle beantwortet werden: „Dürft ihr auch kein Wasser trinken?“ Ja, wir dürfen auch kein Wasser trinken. Aber das ist für mehrere Stunden für unseren Körper kein Problem. Die Studien zeigen, dass es keinen signifikanten Unterschied zwischen dem Körperwasser eines Fastenden und eines Nicht-Fastenden gibt. Allerdings treten größere Körperwasserverluste bei heißem Wetter oder bei größerer sportlicher Betätigung auf. Man muss zwischen den Fastenzeiten darauf achten, genügend Flüssigkeit zu sich zu nehmen.

Die positiven Auswirkungen des religiösen Fastens wurden anhand des Bahá'í Fastens festgestellt. Die Bahá'í, eine religiöse Gemeinschaft, die im 19. Jahrhundert im Iran entstanden ist, fasten auf die gleiche Art wie Muslime, also mit dem Verzicht auf Nahrung und Getränke von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang.

Der Unterschied ist, dass sie immer zur gleichen Zeit, nämlich im Frühjahr, fasten. In Deutschland beträgt die Fastenzeit dann ca. 12 Stunden. Aufgrund der besseren Vergleichbarkeit gegenüber dem islamischen Fasten, das durch das Jahr wandert, wurde das Bahá'í Fastens für eine Studie ausgewählt. In der Studie wurde auf den Hormon- und Stoffwechsel geachtet. Sowohl der Zucker- als auch der Fettstoffwechsel verbessern sich. Man hat auch festgestellt, dass die sich die Stimmung der Fastenden, trotz des Nahrungsverzichts und des ungewöhnlichem Rhythmus verbessert hat.



Wir hoffen, wir konnten euch helfen, einige neue Informationen zu lernen!
(Ilayda und Jawad, Jg. 10)

Zum Nachlesen: „Das Ramadan-Fasten aus medizinischer Sicht“,
www.drhatun.de, „Bahá'í-Fasten bringt's", <https://www.deutschlandfunk.de/neue-studie-bahai-fasten-bringt-s-100.html>



Zur historischen Dimension: *Die Nacht der Bestimmung*

Im Jahr 610 n. Chr. geschah etwas Wichtiges im Leben Muhammads, der damals noch ein Kaufmann war. Regelmäßig zog er sich zur Meditation und zum Gebet in die Höhle Hira bei Mekka zurück. Eine der letzten zehn Nächte des Ramadans wurde zu einem entscheidenden Moment, als er plötzlich die erste Offenbarung vom Engel Gabriel erhielt. Diese Worte Gottes, offenbart in arabischer Sprache, bildeten den Startpunkt des Korans, des heiligen Buchs der Muslime. Der vollständige Koran wurde in einem Zeitraum von ca. 22 Jahren offenbart. Die erste Offenbarung in dieser Nacht lautete:

Lies im Namen deines Herrn, Der erschuf. Er erschuf den Menschen aus einem Blutklumpen. Lies; denn dein Herr ist allgütig, Der mit dem Schreibrohr lehrt, den Menschen lehrt, was er nicht wusste. (Sure 96, Verse 1-5)

Die „Nacht der Bestimmung“ (Lailatu l-Qadr) ist bis heute die wichtigste Nacht im Ramadan. Sie liegt in den letzten zehn Nächten des Ramadans, aber das genaue Datum kennt man nicht. Es heißt, man solle sich vor allem auf die ungeraden Nächte konzentrieren. Im Koran heißt es, diese Nacht sei „besser als tausend Monate“ (Sure 97). Sie ist wertvoll durch ihren Segen, der auf den guten Taten und Gebeten liegt, die man in dieser Nacht verrichtet.

(Rajana und Mohamad, Jg. 9)
Hörgeschichte für den IRU:

Die Geschichte der ersten Offenbarung für Kinder erzählt vom Projekt „Qaswa, das Kamel“ auf SoundCloud.



<https://soundcloud.com/qaswa-kamel/eine-wundersame-nacht>

8. Die interreligiöse Dimension: Das Projekt „Fasten und Feste“

Was ist das jeweils höchste Fest der abrahamitischen Religionen? Anders als viele denken, ist es nicht Weihnachten im Christentum, sondern Ostern, und nicht das Zuckerfest im Islam, sondern das Opferfest. Und der höchste jüdische Feiertag ist Jom Kippur. Diese und andere Fakten erfuhren Schüler und Schülerinnen des Jahrgangs 5 im interreligiösen Projekt „Fasten und Feste“ im Schuljahr 2022/23. Doch Faktenwissen war nur ein Aspekt dieses Projekts, im Vordergrund standen die Begegnung und der Austausch.



Die Klassen 5c und 5d mit ihren Religionslehrerinnen Lena Wellmann, Dr. Wiebke Krohn, Gabriele Vallo und Dr. Silvia Horsch trafen sich vor den Osterferien an drei Freitagen. In elf jeweils klassen- und religionsgemischten Gruppen arbeiteten die Schüler und Schülerinnen in den drei Wochen als Team zusammen. Dabei traten sie in einen Wettbewerb, in dem es darum ging, die religiöse Vielfalt der Gruppe zu nutzen. Im Vorfeld hatten die verschiedenen Gruppen des Religionsunterrichts ihren eigenen Festkreis erarbeitet und jeweils christliche, jüdische und islamische Festkreis-Scheiben erstellt. Diese legten wir beim ersten gemeinsamen Treffen zu fünf abrahamitischen Festkalendern zusammen.

Fasten in verschiedenen Variationen

Der Beginn des Projekts lag in der christlichen Fastenzeit, und so berichteten einige der christlichen Kinder von ihren Erfahrungen beim Fasten von Süßigkeiten oder Spielen mit der Playstation. Der letzte Projekttermin lag dann schon im Ramadan, so dass einige muslimische Kinder, die das Fasten bereits ausprobierten, von ihren Fastenerlebnissen erzählen konnten. Zwei Formen des Fastens übten wir alle gemeinsam: Schimpfwörter- und Medien-Fasten, das waren die Wochen-Challenges zwischen den freitäglichen Treffen. In ihren Gruppen tauschten sich die Schüler und Schülerinnen darüber aus, welche Auswirkungen das (mehr oder weniger gelungene) Schimpfwörter-Fasten in ihrem Umfeld hatte: Einige berichteten, dass es weniger Streit gegeben habe. Wir besprachen auch, was den zeitweisen Verzicht auf Medien so schwer macht. Festhalten konnten wir, dass bei allen Formen des Fastens die Konzentration auf das Wesentliche im Mittelpunkt steht.

Nach dem Fasten wird gefeiert

Zum Abschluss ging es um die Hochfeste Ostern, Pessah und das Zuckerfest (Fest des Fastenbrechens), die in diesem Jahr nah beieinander lagen. Am Ende gab es dann zwei Gewinnerteams, aber einen Preis nahmen alle Gruppen mit nach Hause bzw. in den Klassenraum: den abrahamitischen Festkalender. Dieser hängt jetzt in den Räumen der beteiligten Klassen sowie in Haus 5 unserer Schule.

(Text und Bild: Silvia Horsch)

9. Die persönliche Dimension: Unsere Fasten-Erfahrungen

Anfangs haben mir meine Eltern nicht erlaubt zu fasten, später durfte ich aber. An meinem allerersten Fastentag habe ich mich sehr gefreut, dass ich fasten durfte, also habe ich bis 10.00 morgens ausgeschlafen. Direkt bekam ich Hunger, aber er ging irgendwann weg. Ich habe mich dann sehr gefreut, als Iftar war, und habe so viel gegessen, bis ich nicht mehr konnte. Es fühlt sich für mich toll an, zu fasten. (*Rayan, Jg. 6*)

Beim Fasten merke ich, wie wichtig und wertvoll Essen und Trinken ist. Dass es nicht selbstverständlich ist. Da muss ich an die Leute denken, die hungern müssen, und sich keine Lebensmittel kaufen können. Gelobt sei Allah, der uns Essen und Trinken gibt. (*Jusef, Jg. 5*)



Beim Fasten erlebe ich oft Hunger. In diesen Momenten denke ich viel ans Essen und warte ungeduldig auf das Iftar. Doch ich nutze die Fastenzeit nicht nur, um über Essen nachzudenken, sondern auch, um meinen Glauben zu stärken. Die Zeit, die ich normalerweise mit Essen verbringe, kann ich dann nutzen, um im Koran zu lesen. (*Lemar, Jg. 9*)

In Ramadan macht man viel und man lernt immer was Neues dazu. Bei mir ist es so, dass ich mehr zur Moschee gehe, weil diese oft Aktionen anbietet, bei denen viel über Ramadan gelehrt wird. Mir ist aufgefallen, dass ich während des Fastens viel mehr Zeit für andere Sachen habe, und ich habe außerdem viel weniger Bauchschmerzen (ich habe Laktose-Intoleranz). (*Tala, Jg. 10*)



Immer, wenn ich faste, habe ich ein Hungergefühl, aber in der Fastenzeit hält man viel länger durch als sonst. Wenn ich aus der Schule komme, habe ich normalerweise Riesen hunger und will einfach nur essen, obwohl ich schon in der Schule gefrühstückt habe. Aber in der Fastenzeit warte ich einfach und spiele etwas zur Ablenkung. (*Liya, Jg. 5*)

Meine Erfahrung war, dass es am Anfang schwer war. Aber nach einiger Zeit war es sehr einfach, bis zum Iftar zu warten. (*Omar, Jg. 7*)

Die Erfahrung des Fastens lehrt mich Mitgefühl mit Schwachen, die jeden Tag Hunger leiden. Es erinnert mich daran, wie wichtig es ist, dankbar zu sein für das, was ich habe, und fördert ein tieferes Verständnis für die Werte Großzügigkeit und Dankbarkeit. (*Mayar Jg. 10*)





Beim Fasten habe ich mehr Zeit, um nachzudenken und um Vergebung zu bitten. (Nouran, Jg. 9)

Das Fasten schwächt körperlich, aber stärkt mental, da es eine Herausforderung darstellt. Das Schöne ist, dass der Glaube einem das Durchhaltevermögen verleiht. (Hilal, Jg. 11)

Wenn ich vom Fasten müde werde, kann ich mich an Allah erinnern und mir bewusst sein, dass ich ohne Ihn nicht existieren kann. (Salih, Jg. 11)

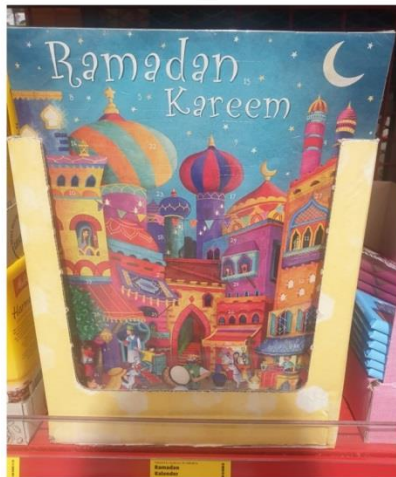
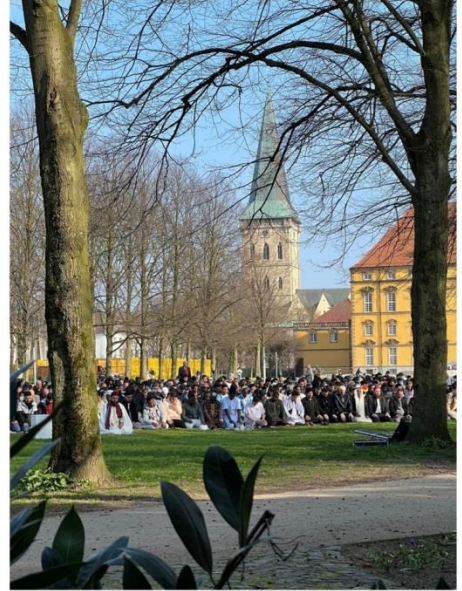


Du spürst an deinem eigenen Körper, wie es ist, von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang nichts zu essen und nichts zu trinken. Dadurch kannst du die Situation der Menschen in Not, die dies beinahe jeden Tag durchmachen müssen, besser nachvollziehen. Nach dem Fastenbrechen merkst du erst, wie glücklich du bist, dass du die Möglichkeit hast, zu essen und zu trinken. Dabei empfindest du Dankbarkeit Allah gegenüber und fühlst dich möglicherweise auch auf eine gewisse Weise schlecht, weil du weißt, dass andere Menschen nicht so eine Möglichkeit nach so einem schweren Tag haben. (Elyesa, Jg. 10)

Ich merke immer wieder, wenn ich faste, dass es meiner Seele sehr guttut. (Erjonit, Jg. 10)



II Ramadan-Traditionen



1. Die wichtigsten Ramadan-Traditionen

Suhur

Suhur ist sowohl eine der anstrengendsten als auch eine der schönsten Traditionen des Ramadan. Suhur bedeutet wörtlich „Morgendämmerung“ und bezeichnet das Frühstück vor dem Fasten. Dieses findet meist ca. 1-2 Stunden vor der Morgendämmerung statt. Die Familie steht auf, um noch ein letztes Mal etwas zu sich zu nehmen, bevor der Fastentag beginnt. Dabei gibt es z.B. Fladenbrot, Oliven, Sa'tar (eine Kräutermischung mit Thymian), Wasser und Tee. Man versucht, nicht viel Salziges zu sich zu nehmen, damit man während des Fastens nicht zu durstig wird.

Iftar

Wie ihr bereits wisst, fasten Muslime von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang. Nach dem Abendgebet versammelt sich die Familie, um Iftar zu machen. Iftar heißt wörtlich „Frühstück“ und bezeichnet das Essen zum Fastenbrechen.

Meine Familie hat beispielsweise die Tradition, am ersten Tag von Ramadan etwas Weißes zum Mahl zuzubereiten. Da die weiße Farbe sehr neutral ist, soll sie uns Glück für den Ramadan geben. Das Gericht, welches wir zu jedem ersten Ramadan vorbereiten, heißt Schischbarak. Schischbarak sind kleine Teigbällchen, die mit Fleisch und Kräutern gefüllt und in Joghurt gekocht sind.

Eid al-Fitr

Eid al-Fitr heißt übersetzt „das Fest des Fastenbrechens“. In Deutschland wird meist der Begriff „Zuckerfest“ benutzt. Das allerwichtigste an diesem Fest ist das Festgebet am Morgen. Zu diesem gehen die Muslime, häufig die Männer der Familie, in eine Moschee und beten dort gemeinsam mit allen anderen Geschwistern des Islams. Danach geht die ganze Familie zu Verwandten, Bekannten oder Freunden, um ihnen zum Fest zu gratulieren. Dort gibt es für die Kinder meistens auch Geschenke und/oder Geld. Außerdem gibt es immer viel Gebäck, wie z.B. die arabische Spezialität Ma'moul, das sind mit Datteln gefüllte Grießkekse.

(Sana, Jg. 9)

Tarawih

Das Tarawih-Gebet ist ein spezielles Gebet, das nur im Ramadan stattfindet. Nach dem letzten Gebet des Tages, dem Nachtgebet, versammelt man sich dazu in den Moscheen. In einigen Moscheen wird im Laufe des Ramadans während des Tarawih-Gebetes der gesamte Koran rezitiert. Je nach Anzahl der Gebetseinheiten und der Länge der rezitierten Suren (Kapitel) des Korans dauert das Gebet zwischen einer halben und zwei Stunden. Das Wort *Tarawih* bedeutet wörtlich „Ruhe“ oder „Erholung.“ Das Gebet wird so genannt, weil zwischen den Gebetseinheiten viele Pausen stattfinden.

(SH)

2. Ramadan in aller Welt

Ägypten

Im vergangenen Jahr habe ich die Osterferien, in denen der größte Teil des Ramadans lag, in Ägypten verbracht, und möchte gerne über meine Erfahrungen und das Leben im Ramadan dort berichten.

Das erste Gefühl, welches anders war als in Deutschland, war ein Gefühl der Gemeinschaft, da vor Ort jeder um mich herum ebenfalls gefastet hat. Man hat sich gegenseitig motiviert und somit fiel mir das Fasten viel leichter. Die Straßen waren festlich geschmückt und auch die Moscheen waren mit bunten Lichtern verziert. Sobald die Sonne begann, unterzugehen, fing die Stadt Kairo an zu leben. Wir waren jeden Abend in einem anderen Haus, sowohl bei Freunden als auch bei Familie, zum Iftar eingeladen. Um unser Fasten zu brechen, aßen wir alle zusammen eine Dattel und tranken einen Schluck warme Milch. Daraufhin beteten wir gemeinsam das Abendgebet und danach aßen wir verschiedenste Gerichte. Von Pommes und Chicken-Nuggets bis hin zu aufwendigen Nationalgerichten war alles dabei. Mein persönliches Highlight waren die mit Reis gefüllten und eingerollten Weinblätter, welche sehr aufwendig zu machen sind.



Nach dem Iftar ging der Tag erst richtig los: Wir spielten Tennis, besuchten andere Stadtteile oder gingen spazieren. Gegen drei Uhr nachts besuchten wir meist ein Restaurant oder aßen zuhause, um uns für den nächsten Tag zu stärken. Gegen vier Uhr morgens ging dann die Sonne auf und wir gingen schlafen. In der Schule wurden die Stunden gekürzt, sodass der Unterricht später los ging und früher endete. Nicht einmal in der Schule fiel mir das Fasten schwer, da dort alle anderen in Ramadan Stimmung waren. Manchmal sprachen wir darüber, auf welches Essen wir heute Abend Hunger hatten oder was wir am Vorabend gegessen hatten. Doch durch mein Umfeld fiel mir nicht nur das Fasten leichter, sondern ich merkte auch, wie ich meiner Religion näherkam und mich viel mehr mit dem Islam und mit dem Koran auseinandersetzte als sonst. Wir haben auch an einer Hilfsaktion teilgenommen, bei der Essenspakete für Bedürftige vorbereitet wurden.

Ich bin sehr traurig darüber, dass ich diesmal nicht die Zeit hatte, die Altstadt Kairos zu besuchen, da sie im Ramadan am schönsten ist und man dort an jeder Ecke auf einen Tee oder zum Iftar eingeladen wird. Für mich persönlich war es eine sehr schöne Erfahrung, welche ich jedem empfehle. Auch als Nichtmuslim lohnt es sich, diese Erfahrung von Gemeinschaft und Zusammenleben mitzunehmen.

(Hana, Jg. 11, Fotos: Hana)

Syrien

Während der Ramadan-Zeit ist Damaskus eine niemals schlafende Stadt. Die Geschäfte sind immer geöffnet, noch um drei Uhr nachts sind die Menschen unterwegs, sei es in den Moscheen oder in den Geschäften. Im Ramadan gibt es natürlich auch bestimmte Spezialitäten, die es nur in dieser Zeit gibt, wie z.B. Qatayif, mit Sahne gefüllte und frittierte Taschen aus Teig, die in Zuckersirup eingetunkt werden, oder Maruuk, ein Gebäck, das meistens in Kreisform gebacken, mit Butter, Schokolade oder Datteln gefüllt und mit Sesamkernen bestreut wird.



Die Familien besuchen sich gegenseitig, Freunde treffen sich in Moscheen zum Beten, es wird Koran rezitiert, die Menschen sind glücklich. Ärmere Menschen werden mit Essen versorgt, und es wird viel gespendet, niemand wird hängen gelassen. Sogar die Tiere werden gefüttert, denn das hat uns Allah und unser Prophet Muhammad (Friede sei mit ihm) befohlen. Das Highlight im Ramadan in Syrien war für mich, dass alle

Menschen ein Lächeln in ihrem Gesicht hatten und jeder hilfsbereit und barmherzig gegenüber anderen war. Ramadan in Syrien ist einfach ein sehr schönes Gefühl!

(Jawad, Jg. 10)

Libanon

Im Libanon wird Ramadan groß gefeiert! Es ist eine besondere Zeit, in der die Leute zusammenkommen, um zu fasten, zu beten und die Gemeinschaft zu stärken. Die Straßen sind mit Lichtern geschmückt, und die Luft ist voller Freude und Frieden. Familien bereiten leckere Mahlzeiten vor, um das Fasten zu brechen, und teilen sie mit ihren Nachbarn und Bedürftigen. Es ist eine Zeit der Besinnung, Dankbarkeit und Großzügigkeit, die die Herzen der Menschen berührt und sie näher zusammenbringt. Während des Ramadan haben die Schüler in Libanon normale Schulzeiten, aber sie genießen die festliche Atmosphäre zu Hause nach dem Unterricht.

Während des Ramadans im Libanon helfen sich alle gegenseitig: Sie teilen Essen, beten zusammen und unterstützen einander. Das schafft eine starke Gemeinschaft und macht die Zeit besonders.

(Hadi, Jg. 11)



Iran

Ramadan ist im Iran ein sehr wichtiger Monat und spielt eine große Rolle. Als ich im Ramadan in Teheran war, waren die Straßen mit Lichtern geschmückt und es gab Märkte mit speziellen Süßigkeiten. Wenn ich durch die Straßen gelaufen bin, habe ich Lebensfreude und eine ruhige Atmosphäre zugleich gespürt. Die Moschen sind voll mit Menschen, die zusammen ihr Iftar machen und den Koran rezitieren wollen. Bei uns war es so: Meine Oma hat immer extra viel Essen gemacht, damit Freunde und Familie genug zu essen haben. Traditionelle Gerichte, die zum Iftar gegessen werden, sind z.B. Ash Reshte (Suppe mit Kräutern, Linsen, Nudeln, u.a.) oder Kabap. Auch auf den Straßen wird Ash Reshte verkauft und das Geld wird dann an Arme als Sadaqa (Spende) gegeben. Außerdem gibt es viele kulturelle Vorstellungen und Tanzvorführungen.



Ramadan ist ein sehr schöner Monat, denn nicht nur im Iran, sondern auch in anderen Ländern kommt man sich dadurch näher und feiert die Verbundenheit der Muslime.

(Yalda, Jg. 8)

Kosovo

Als kleine Kinder haben wir mit unseren Cousins im Ramadan oft den ganzen Tag draußen gespielt. Während meine Mutter mit meiner Oma und meinen Tanten das Essen zubereitet haben, hat mein Vater meinen Onkeln und meinem Opa im Garten oder bei anderen Arbeiten geholfen. Zum Iftar gab es meistens Besuch von Nachbarn, Familie oder Freunden und wir saßen alle zusammen. Die Auswahl an Essen war mindestens doppelt so groß wie bei einem Iftar-Essen in Deutschland. Nach dem Essen haben wir oft Çay (schwarzen Tee) getrunken und Baklava, Kuchen oder etwas anderes Süßes gegessen. Wir wurden auch oft eingeladen und haben dann den Iftar bei Nachbarn, Freunden oder Verwandten verbracht.

Zum Suhur waren wir alle sehr müde, als kleines Kind bin ich oft gar nicht aufgestanden. Zum Suhur haben wir etwas Kleines gegessen, wie z.B. Eier mit Suçuk. Freitags bin ich immer mit zum Jumu'a-Gebet (Freitagsgebet) gegangen. Das war auch sehr schön, da ich in Deutschland nie hingegangen bin, weil mein Vater arbeiten musste und meine Onkel und Cousins alle in der Heimat waren. So haben wir oft unseren Ramadan bis zum Bayram (Zuckerfest) im Kosovo verbracht.

(Erjonit, Jg. 10)



Singapur

Aromatische Gerüche, farbenfrohe Kleider und das Gefühl der Gemeinschaft – für mich sind diese Dinge wichtige Bestandteile des Ramadans in Singapur. Singapur ist ein Insel- und Stadtstaat in Südostasien und ist von Diversität und Multikulturalität geprägt. Es gibt vier große ethnische Gruppen in Singapur: Chinesen, Malaien, Inder und Eurasier. Die überwiegende Mehrheit der Malaien und ein Anteil der indischen Bevölkerung gehören dem Islam an. Das schöne und einzigartige an Singapur ist, dass alle Festlichkeiten der Religionen (Tauismus, Buddhismus, Islam, Hinduismus, Christentum) und der vier Ethnien gleichwertig gefeiert werden.



Im Gebiet Geylang Serai des Stadtteils Geylang kann man jedes Jahr das „Geylang Serai Hari Raya Light Up“ bewundern. Bunte Festbeleuchtungen werden dieses Jahr vom 17.03. bis zum 30.04. über die Straßen hinweg gespannt, um den Fastenmonat Ramadan zu feiern. Typisch für Ramadan in Singapur ist ebenfalls der „Geylang Serai Ramadan Bazaar“, welcher ein riesiger Markt mit hunderten von Essens-, Getränke- und Verkaufsständen ist, der bis spät in die Nacht geöffnet ist.

Normalerweise bricht man das Fasten beim Iftar immer mit Familie oder Freunden, welches meiner Meinung nach ein bedeutendes Symbol der Gemeinschaft ist. Oft wird beim Iftar traditionelles malaiisches Essen gegessen, das entweder selbst gekocht oder von einem der Märkte, die man in jeder Ecke Singapurs finden kann, eingekauft wurde. Nach dem Iftar gehen viele Menschen in die Moschee oder zu den Freiflächen unter den Wohnblocks, um das Tarawih-Gebet (besonderes, nächtliches Ramadan-Gebet) zu beten.

Mein persönliches Highlight des Ramadans in Singapur ist das Fest des Fastenbrechens, das man Hari Raya nennt. Viele Familien putzen ihre Wohnung oder ihr Haus gründlich vor Hari Raya, da man während des Festtags und über einen Monat lang danach seine Verwandten besucht und von Verwandten besucht wird. Tradition ist es auch, an Hari Raya seine Eltern um Vergebung für Fehler zu bitten, die im vergangenen Jahr begangen wurden. Das Essen ist für Hari Raya ein wesentlicher Bestandteil: Verschiedenste Gerichte wie Rendang (Rindfleischge-



richt), Sator Lodeh (Gemüse in Kokosmilchsoße), Lontong (länglicher Reiskuchen), Ketupat (diamantförmiger Reiskuchen) und Serundeng (Kokosnussfäden mit Chilli) werden serviert. Außerdem bekommen die Kinder von Eltern und Verwandten grüne mit Geld gefüllte Umschläge als Geschenk. Zusätzlich trägt man an Hari Raya und bei den Familienbesuchen traditionelle malaiische Kleidung, die sich Baju Kurung nennt. Oftmals besteht das Baju Kurung aus handgedrucktem Batikstoff oder Seide. Bei manchen Familien ist es ein Brauch, Kleidung in derselben Farbe oder in demselben Muster zu tragen. Üblich ist es auch, sogenannte „Hari Raya Open Houses“ zu organisieren, bei denen man seine Freunde und Kollegen, egal ob muslimisch oder nicht, zu sich nach Hause einlädt. Ramadan in Singapur ist ein sehr bunter, sozialer und abwechslungsreicher Monat und kulinarisch kommt jeder auf seine Kosten.

3. Ramadan-Erinnerungen

Die schönste Ramadan-Erinnerung ist, als meine Familie und ich uns zum Iftar versammelten und jeder von seinem Tag erzählte. Es war schön zu sehen, wie wir uns alle über die kleinen Erfolge freuten: gute Noten, erfolgreiche Arbeitstage und persönliche Glücksmomente. (Lemar, Jg. 9)

Meine schönste Erinnerung an Ramadan ist, als ich das erste Mal einen Tag durchgefastet habe. Ich erinnere mich auch daran, als ich einmal heimlich trinken wollte, und meine Mutter mich erwischt hat. Sie hat gelacht und meinte, es ist nicht schlimm. (Omar, Jg. 9)

Meine schönste Erinnerung ist an den Ramadan während des Lockdowns. Alles war viel einfacher und entspannter in Bezug auf das Fasten, und es war eine schöne Abwechslung zu dem sonst hektischen Hin und Her von Regelungen und Videokonferenzen. Ich bin mit meiner Schwester oft lange wach geblieben, wir haben uns gerne den Mond angesehen und das friedliche Miteinander genossen. (Ilayda, Jg. 10)

Ich erinnere mich gerne daran, als alle im Schlossgarten das Festgebet gebetet haben. (Jg. 6)

Meine beste Ramadan-Erinnerung ist wohl an den Ramadan im Jahr 2020. Trotz der schlimmen Auswirkungen der Pandemie war Ramadan für mich persönlich eine glückliche Zeit, eine Zeit, in der man sich etwas zurücklehnen und entspannen konnte. Mir persönlich fiel das Fasten viel leichter. Dies lag wahrscheinlich daran, dass ich jeden Tag nur zu Hause war. Zudem habe ich mit meiner Familie abends beim Iftar viele Gespräche geführt, und wir merkten, dass wir wirklich die Zeit zusammen schätzen und die kleinen und einfachen Dinge genießen wollen. (Dian, Jg. 10)

Ein gemeinsames Fastenbrechen mit der ganzen Familie, inklusive Cousins, Tanten, Onkel... Wir haben den ganzen Abend gespielt, und weil der Ramadan damals noch im Sommer war, war es schön warm. (Salih, Jg. 11)

Meine schönste Ramadan-Erinnerung habe ich an Pakistan, als ich mit meiner ganzen Familie, also mit meinen Großeltern, Onkeln, Tanten und Cousinen, Iftar und Suhuur gemacht habe. (Jaza, Jg. 7)

An Ramadan habe ich viele schöne Erinnerung, aber wie schön diese auch sein mögen – die Zuckerfest-Tage sind immer am besten, da aus allen Ecken Familie vorbeikommt, um diese besondere Zeit zusammen zu verbringen. Es ist fast immer derselbe Ablauf, aber trotzdem entstehen jedes Mal neue wunderbare Erinnerungen. (Tala, Jg. 10)

Meine schönste Ramadan-Erinnerung ist an ein gemeinsames Fastenbrechen in der Osnabrücker Universität. (Aaya, Jg. 6)

Das Allerschönste für mich war, als ich im Ramadan Menschen in Not geholfen habe. Mit meiner Familie haben wir Essen an diejenigen verteilt, die Unterstützung brauchten. Die glücklichen Gesichter der Menschen haben mein Herz so richtig fröhlich gemacht. Durch diese Erfahrung habe ich gelernt, wie wichtig es ist, anderen zu helfen, und es hat meinen Ramadan zu etwas Besonderem gemacht. (Homam, Jg. 7)

Was macht ein Imam im Ramadan?

Interview mit Imam Ajdin Suljakovic

As-salamu alaikum, Herr Suljakovic! Würden Sie etwas zu Ihrer Person und Ihrer Gemeinde erzählen?

Wa alaikum salam wa rahmatullahi wa barakatuhu – Frieden sei mit euch und Allahs Segen und seine Barmherzigkeit. Ich heiße Ajdin Suljakovic, bin 35 Jahre alt, verheiratet, Vater dreier Kinder und arbeite als Imam. Mein Werdegang hat in Bosnien-Herzegowina mit dem religiösen Gymnasium angefangen, danach habe ich islamische Theologie in der Hauptstadt Sarajevo studiert und Ende 2012 bin ich nach Osnabrück in meine erste Moscheegemeinde gekommen, wo ich jetzt seit elf Jahren als Imam tätig bin. Ich bin Imam in der Islamischen Gemeinschaft der Bosniaken, die sich in der Meller Straße 298 befindet. Wir finanzieren uns selbst durch Mitgliedsbeiträge und Spenden.



Was sind Ihre Aufgaben?

Die erste Aufgabe, die man mit diesem Dienst in Verbindung bringt, ist die Leitung der täglichen Gebete. Die Muslime sind verpflichtet, fünf Mal am Tag zu beten, und es ist empfohlen, die Gebete in der Moschee zu verrichten. Dazu kommt das Freitagsgebet, bei dem nicht nur gebetet, sondern auch eine Predigt gehalten wird, diese ist auch Aufgabe des Imams. Außerdem unterrichte ich Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Dann bin ich für die Totengebete zuständig, genauso wie für die islamischen Ehen, die in unserer Gemeinde geschlossen werden. Außerdem bin ich als Berater, als Seelsorger und in vielen anderen Angelegenheiten tätig.

Gibt es im Ramadan mehr zu tun?

Im Ramadan gibt es natürlich zusätzliche Aktivitäten, für die ich zuständig bin. Sofort in den Sinn kommt das Tarawih-Gebet, das ist ein Gebet, welches ganz spät abends, in der Regel in der Moschee verrichtet wird. Dann gibt es im Ramadan das gemeinsame Fastenbrechen, Rezitationen des Korans nach dem Nachmittags-Gebet und auch verschiedene Vorträge. Letztes Jahr hatte ich die Ehre, beim öffentlichen Iftar auf dem Marktplatz zu sprechen. Am Ende des Ramadans findet das Festgebet statt, zu dem sehr viele Menschen in die Moschee kommen.

Wie unterscheidet sich das Erleben des Ramadans in Bosnien von Deutschland?

In Bosnien, genau wie in anderen Ländern, in denen Muslime die Mehrheit bilden, wird das Erleben des Ramadans ganz anders nach außen getragen. Es herrscht einfach eine andere Atmosphäre, wenn alle, die man trifft, am Fasten sind. Viele Geschäfte haben tagsüber geschlossen und öffnen erst nach dem Fastenbrechen. Es wird laut zum Gebet gerufen, und abends, vor allem in den größeren Städten, ist diese besondere Stimmung wahrzunehmen, die vor allem dann entsteht, wenn die Leute nach dem Fastenbrechen in der Moschee oder an anderen Orten Kaffee trinken.

(Interview: Khaled, Jg. 11; Foto: Ajdin Suljakovic)

Wie lernt man den Koran auswendig?

Interview mit Ustadh* Mohammad Haddad

Würden Sie sich kurz vorstellen?

Mein Name ist Mohammad Haddad, ich bin 30 Jahre alt, verheiratet und wohne in Osnabrück. Ich bin im Irak geboren und in Kiel aufgewachsen. Ich habe in Osnabrück Islamische Theologie und Wirtschaftsingenieurwesen im Bereich der Lebensmitteltechnologie studiert und arbeite als Halal-Zertifizierer in der Lebensmittelbranche. In der Tawba-Moschee in der Johannisstraße engagiere ich mich als einer der ehrenamtlichen Imame.

Mit wieviel Jahren haben Sie den Koran auswendig gelernt und wie lange hat es gedauert?

Ich habe mit 23 Jahren, parallel zum Beginn meines zweiten Bachelors, angefangen den Koran auswendig zu lernen und bin mit 27 Jahren fertig geworden.

Wie war es für sie, den Koran auswendig zu lernen?



Es war die schönste Erfahrung in meinem Leben. Es geht nicht nur um das Auswendiglernen, sondern auch um eine bestimmte Erziehung: frühes Aufstehen, Warten auf den Lehrer, langes anstrengendes Sitzen, korrigiert werden. Außerdem gehört dazu das Zusammensein mit meiner Lehrerin und den anderen Koranschülern. All das und viel mehr war für mich eine besondere spirituelle Reise.

Es war nicht einfach, da ich gleichzeitig in den Alltag involviert war, in mein Studium und meine Jobs. Ich hatte schwere Zeiten, in denen ich nicht weiterkam und abbrechen wollte. Doch auf den Segen, den Koran von einer Lehrerin zu lernen, deren Überlieferungskette ununterbrochen bis zum Propheten Muhammad zurückgeht, konnte ich nicht verzichten.

Von wem haben Sie den Koran gelernt?

Meine Lehrerin war Ustadha Mariem Dhouib, möge Gott ihrer Seele gnädig sein. Sie war eine wundervolle, rechtschaffene und gelehrte Person, die mich sehr geprägt hat. Sie hat die islamischen Wissenschaften mehr als ein Jahrzehnt studiert und den Koran von einem sehr bekannten Koran-Lehrer in Syrien gelernt, von dem sie die Lehrerlaubnis erhalten hat.

**Ustadh/Ustadha ist die arabische Bezeichnung für Lehrer/Lehrerin und wird auch als Titel für Menschen mit religiösem Wissen verwendet.*

Wie behalten Sie den ganzen Koran im Kopf?

Man kann den Koran schnell auswendig lernen, aber auch schnell wieder vergessen. Mir fällt es bis heute immer noch schwer, das Gelernte zu behalten. Das wichtigste ist, eine Regelmäßigkeit zu etablieren.

Wie ist es, das Tarawih-Gebet zu leiten?



Beim Tarawih-Gebet wird in manchen Moscheen, wie in der Tawba-Moschee, der gesamte Koran innerhalb eines Monats rezitiert. Das Tarawih-Gebet nach einem Fastentag im gesegneten Ramadan vor einer großen Menschenmenge zu leiten, ist etwas sehr besonderes. Meine Lehrerin hat mich immer daran erinnert, dass wir den Koran nicht vor den Menschen

rezitieren, sondern vor Gott. Sobald also das Mikrofon vor dir aufgestellt wird, gilt höchste Vorsicht: Du stehst nun vor deinem Herrn, also richte dein Herz nur auf Ihn und versuche die Bedeutung Seiner Worte zu verinnerlichen.

Was passiert, wenn Sie als Imam im Gebet etwas vergessen?

Ich überlege etwas, gehe vielleicht einige Wörter oder bis zum Beginn des Verses zurück. Wenn es mir nicht mehr einfällt, warte ich, bis jemand aus den Reihen hinter mir aushilft. Manchmal rufen dann viele auf einmal rein, so dass ich gar nichts verstehe. Deswegen ist es empfohlen, dass man bestimmte Leute auswählt, die dafür zuständig sind.

(Interview: Meysara und Yara, Jg. 6)

Fotos: Mohammad Haddad mit seiner Lehrerin Ustadha Mariem Dhouib, Tawba-Moschee



Der öffentliche Iftar in Osnabrück im Ramadan 1444/2023

Im letzten Ramadan fand in Osnabrück zum ersten Mal ein öffentlicher Iftar auf dem Marktplatz vor dem Rathaus statt. Um diesen verwirklichen zu können, arbeiteten viele Organisationen zusammen, unter anderem auch die ehrenamtlich Beteiligten Büşra Kabaktepe, Studentin der klinischen Psychologie, und ihr Mann Yasin Kabaktepe, Lehramtsstudent im Master mit den Fächern Biologie und Islamischer Religionslehre, die in ihrer Moscheegemeinde in den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit und interreligiöser Dialog tätig sind.



Woher kam die Idee, einen öffentlichen Iftar in Osnabrück zu veranstalten?

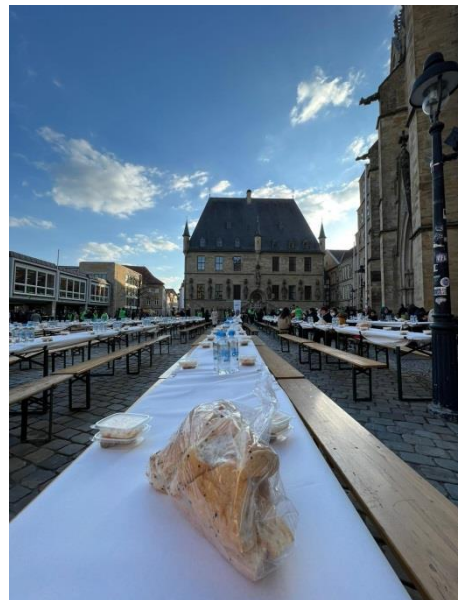
Yasin: Die Idee für das öffentliche Fastenbrechen kam vom Vorstandsvorsitzenden der IGMG Zentral (Merkez) Moschee, Kenan Akçöltekin. Anschließend wurde die Idee mit den anderen Moscheegemeinden und der Stadt geteilt.

Welche Organisationen standen dahinter?

Yasin: Der Iftar wurde zusammen mit diesen Gemeinden veranstaltet: der IGMG Zentral Moschee, der Atib Moscheegemeinde, der Ditib Moscheegemeinde, den zwei bosnischen Moscheegemeinden, der Ibrahim al-Khalil Gemeinde und der pakistanische Gemeinde.

Welches Ziel verfolgten Sie mit dieser Veranstaltung?

Büşra: Das Ziel war einerseits als Musliminnen und Muslime in Osnabrück zusammen zukommen und andererseits die schöne Atmosphäre dieser spirituellen und gesegneten Zeit mit unseren nichtmuslimischen FreundInnen, Bekannten und MitbürgerInnen zu teilen. Wir wollten betonen und zeigen, dass das friedliche Zusammenkommen und Beisammensein aller Menschen in Osnabrück, unabhängig von Religion, Kultur oder Herkunft, ein großer Gewinn für unsere Gesellschaft ist. Wir wollten als Vorbilder dafür stehen, dass solche Veranstaltungen dazu beitragen den Respekt, die Toleranz und die Liebe zueinander zu stärken, und für mehr Bewusstsein und Aufklärung sorgen. Es war das erste Mal, dass so etwas in Osnabrück veranstaltet wurde.



Gab es Herausforderungen, wie verlief die Planung und Umsetzung?

Yasin: Grundsätzlich gab es keine großen Probleme oder Herausforderungen. So eine Veranstaltung bringt jedoch einen großen Aufwand mit sich, weswegen sie viel Organisation benötigt. Wir haben uns mit den Organisatoren mehrmals getroffen und hatten eine gute Aufteilung und Zusammenarbeit.

Wie verlief die Kooperation mit der Stadt?

Yasin: Die Zusammenarbeit mit der Stadt war sehr positiv, sodass vieles im Einvernehmen und gemeinsam bewältigt werden konnte. Nur die finanzielle Unterstützung hätte für so eine außergewöhnliche und besondere Veranstaltung mehr sein können. Schließlich muss berücksichtigt werden, dass die Moscheegemeinden nur ihre Mitgliedsbeiträge und Spenden als finanzielle Mittel haben, und dass so eine Veranstaltung viele Kosten begleiten.



Wie würden Sie persönlich diese Erfahrung beschreiben?

Büşra: Für uns persönlich war es ein unfassbar schönes Erlebnis, in der Öffentlichkeit mit mehr als tausend Menschen während des Ramadans zum Fastenbrechen zusammen zu kommen. Diese Veranstaltung moderieren zu dürfen, war einerseits sehr aufregend und andererseits eine tolle Erfahrung, die wir sehr schätzen. Sowohl die Rückmeldungen der Teilnehmenden, der Moscheegemeinden, als auch der Stadt und der Presse haben gezeigt, dass die Veranstaltung ein voller Erfolg war.

Können Sie sich noch an die Teilnehmeranzahl erinnern?

Yasin: Wir hatten ca. 1500 Teilnehmende, mehr als erwartet.

Was würden Sie von zukünftigen Aktionen dergleichen halten?

Yasin: Auch dieses Jahr 2024 wird ein öffentliches Fastenbrechen geplant und veranstaltet. Durch die positiven Rückmeldungen aus dem letzten Jahr erwarten wir mehr Gäste. Unsere Erfahrungen werden wir dafür nutzen, um eine noch schönere Veranstaltung zu organisieren!

(Interview: Hilal, Jg. 11; Fotos: Büşra Kabaktepe, Eda Martiensen)



Über den Iftar in Osnabrück berichtete auch das Fernsehen. Hier ein Bericht über die Vorbereitungen vom NDR aus der ARD-Mediathek.

Alle Religionen sichtbar machen

Gespräch mit Katharina Pötter, Oberbürgermeisterin der Stadt Osnabrück

Der öffentliche Iftar wurde auch durch die Unterstützung der Stadt verwirklicht. Oberbürgermeisterin Katharina Pötter hielt während der Veranstaltung eine Rede, in der sie ihre Freude darüber zum Ausdruck brachte, dass so viele Menschen, Muslime und Nichtmuslime, der Einladung gefolgt waren. Dass mit einer solchen Aktion die religiöse Identität der muslimischen Osnabrücker und Osnabrückerinnen sichtbar werde, sei „gelebte demokratische Teilhabe“. Sie begrüßte, dass „der islamische Fastenmonat zunehmen auch im Bewusstsein der nichtmuslimischen Bevölkerung präsent ist“ und den Muslimen „während des Ramadans in der Schule oder am Arbeitsplatz vielfach mit größerer Sensibilität begegnet“ werde. Im Gespräch mit uns erzählte sie, dass sie schon seit



mehreren Jahren Iftar-Essen auf Einladung der Stadt besuchte, welche jedoch nur „im geschlossenen Raum“ stattfanden. Zu diesen wurden mehrere Moscheegemeinden eingeladen, die durch einige ihrer Mitglieder, wie beispielsweise Imame oder Gemeindevorsitzende, vertreten wurden. Den Wunsch, einen öffentlichen Iftar, zugänglich für die ganze

Gesellschaft zu veranstalten, hat sie sofort unterstützt: „Es war selbstverständlich für mich, dass ich daran teilnehme. Das ist ein Fest, welches genauso in unsere Stadtgemeinschaft gehört wie alle anderen religiösen Feste.“ Die Gelegenheit zu schaffen, „die unterschiedlichen Feiertage der Religionsgemeinschaften erlebbar zu machen“, habe eine hohe Priorität, da das zufällige Zusammen- und In-Berührung-Kommen die Vermeidung von Vorurteilen und das gegenseitige religiöse und gemeinschaftliche Kennenlernen fördere.

Sie berichtete, dass beim Iftar ein muslimischer Teilnehmer auf sie zukam und sagte: „Frau Pötter, ich bin vor 28 Jahren in Osnabrück geboren, aber heute ist es meine Heimat geworden.“ Es war sehr bewegend für sie zu sehen, dass jemand, der hier geboren und aufgewachsen ist, in dem Moment, in dem er seine Religion in dieser Weise akzeptiert sieht, Osnabrück auch als seine wirkliche Heimat empfindet. „Das hat mich darin bestärkt, dass es richtig ist, so ein Iftar zu veranstalten.“

Wie würden Sie persönlich die Erfahrung im Ramadan beschreiben?

„Da ich in der Zeit ja nicht faste, bewundere ich es sehr, wie Menschen so religiös und gläubig leben und es so für ihr Leben annehmen können. Die Erfahrung beim Fastenbrechen, wo alle zusammen kommen, ist eine sehr schöne Gemeinschaftserfahrung, und das mit uns zu teilen, ist ein großes Glück. Deswegen finde ich es auch wichtig, diese Erfahrung zu öffnen und erlebbar zu machen, das ist ein Gewinn.“ Mit Frau Pötter sprachen Hilal (Jg. 11) und Erjonit (Jg. 10), Foto: Katharina Opladen.

5. Gedichte

Ramadan



Ich erzähl' euch was von Ramadan
Da liest man gerne im Koran
Da ist man auch sehr viel am beten
Und geht recht oft Moscheen betreten

Es ist ein Monat voller Segen
Er wird uns Gutes im Herzen geben
Nach dem Iftar ist man sehr satt
Iss' nicht zu viel, sonst bist du platt!

Am Ende gibt's ein Zuckerfest
Das ist dann wirklich auch *the best!*
Das war's mit meinem kleinen Gedicht
Natürlich ist Ramadan nicht ganz so schlicht.

(Yara, Jg. 6)

Eid



Eid ist eine wunderschöne Zeit.
Überall herrscht Fröhlich- und Heiterkeit.
Bist mit Familie, Freunden zusammen,
Ihr esst und lacht beisammen,
In den schönsten Gewändern und Kleidern.

Die Tische sind gedeckt mit Köstlichkeiten,
Von Kuchen bis hin zu süßen Spezialitäten.
An Eid kommen die Menschen zusammen,
Sie umarmen sich herzlich und lächeln sich zu,
Und genießen die tollen Momente in Ruh.

In den Moscheen, da betet man zusamm',
Es gibt Speisen für Reich und Arm
Kein Unterschied, alle gemeinsam.

(Meysara, Jg. 6)



6. Das Schönste an Ramadan

Es ist immer sehr besonders, den Iftar mit der ganzen Familie vorzubereiten. Ich liebe es, wie ich die letzten Minuten vor dem Iftar mit meiner Familie am Esstisch runterzähle. (*Tala, Jg. 10*)

Für mich persönlich ist das Schönste an Ramadan, dass durch gemeinsames Beten und gemeinsames Beginnen und Brechen des Fastens die Beziehung zu den Mitmenschen und zu Allah gestärkt wird. (*Hilal, Jg. 10*)

Das Fastenbrechen und der Aufenthalt in der Moschee danach sind für mich das Schönste an Ramadan. Ich esse Baklava, trinke Çay, rede mit Freunden, spiele Schach und bete dann Tarawih. Das ist ein freiwilliges Gebet, welches nachts im Ramadan gebetet wird und eine halbe Stunde bis zwei Stunden dauert. (*Salih, Jg. 11*)



*Laternen
Leuchten nachts
Zwischen Fasten und Essen
Tags sind sie aus
Schönheit
(Jg. 5)*

*Familie
Hält zusammen
Hilft beim Fasten
Miteinander machen wir Iftar
Nie allein
(Jg. 6)*



Das Schönste an Ramadan ist für mich das Fastenbrechen. Der schönste Moment ist, wenn die ganze Familie am Esstisch versammelt ist, denn dann sind wir nicht nur für das Essen dankbar, sondern auch für das Miteinandersein. (*Lemar, Jg. 9*)

Das Schönste am Ramadan ist für mich die Möglichkeit, Gott näher zu kommen und meine spirituelle Verbindung zu vertiefen. Durch das Fasten erlebte ich eine Zeit intensiver Selbstreflexion und Hingabe. Es ist eine Gelegenheit, meine Gedanken zu klären, meine Handlungen zu überdenken und meine geistige Disziplin zu stärken. (*Mayar, Jg. 10*)

Das Beste an Ramadan ist, dass man nicht alleine fastet, sondern mit der ganzen Familie und sogar mit Freunden. Das Allerbeste ist das Fastenbrechen und mit allen das Essen zu genießen. Außerdem hat man beim Fasten ein gutes Gefühl und denkt an die armen Menschen. (*Liya, Jg. 5*)

Was mir am Ramadan am meisten gefällt, ist das gemeinschaftliche Fasten. Für mich ist es einfacher zu fasten, wenn ich weiß, dass meine Familie und viele meiner Freunde auch das gleiche durchmachen. Die anderen geben mir die Motivation und Unterstützung, mit ihnen das Fasten durchzuziehen. Abgesehen davon ist Eid auch einer meiner Höhepunkte im Jahr. In meiner Familie gibt es jedes Jahr traditionelles singapurisches Essen und jeder zieht sich traditionelle Kleidung zur Feier an. (*Dian, Jg. 10*)



Moschee
So besonders
Gehen wir hin
Gebete hören wir dann
Wundervoll
(Jg. 5)

Mond
Ramadan-Hilal
Der Mond wird voll
Schon endet der Monat
Mondgang
(Jg. 5)



Das Schönste an Ramadan ist das intensivere Ausleben der Religion, z.B. dass man viel mehr im Koran liest, mehr betet und mehr Bittgebete macht. (*Ali, Jg. 10*)

Es gibt eine Sache, die ich während des Ramadan liebe. Am Wochenende darf ich mit Papa das Morgengebet in der Moschee beten. Es ist meistens noch sehr ruhig in den Straßen. In der Moschee ist es morgens sehr schön, vor allem, wenn kleine Ramadanlichter brennen. Es ist echt ein schönes Gefühl, morgens zu beten, während alle noch schlafen. Ich habe dann das Gefühl, dass Allah nur für mich da ist. (*Mustafa, Jg. 5*)

7. Lieder

In allen Sprachen der islamischen Welt gibt es spezielle Lieder für den Ramadan und auch die Kinder im Islamischen Religionsunterricht singen gerne – jedenfalls in der Unterstufe. Es gibt jedoch im IRU keine andere gemeinsame Sprache als das Deutsche, so dass es einen großen Bedarf an deutschsprachigem Liedgut gibt. Das hier übersetzte, arabische Lied *Ramadan tadschalla* („Ramadan ist erschienen“) wird vor allem zu Beginn des Ramadans gesungen, um den gesegneten Monat als Gast zu begrüßen.

Ramadan tadschalla // Ramadan ist erschienen

Ramadan ist erschienen, hat uns angelacht
Frohbotschaft dem Diener, der Gutes aus ihm macht (2x)
Stellt seinen Herrn zufrieden, zur Pflicht ist's ihm gemacht
Frohbotschaft der Seele, die auf Allah bedacht (Refrain)



Ramadan, die Zeit der guten Taten
Ramadan, die Zeit der Segensgaben (2x)
Ramadan, der guten Segenswünsche Tor
erhebt die Seele zu ihrem Herrn empor
(Refrain)



Ramadan gleicht aus den Mangel, der geschah
der Menschen Fehler, was in Verwirrung war (2x)
Allah schenkt in Vergebung, was uns nutzt:
den Herzen der Umma Seinen bewahrend' Schutz
(Refrain)



Eine Aufnahme aus dem IRU – wir treffen noch nicht jeden Ton, aber der Rhythmus läuft, und die Freude kann man raushören!
<https://ursulaschule.de/gemeinschaft/141-ramadan>

Und noch einmal in professionell mit arabischem Text und englischer Übersetzung vom-Ensemble As-Surur (die Freude), Berlin:
<https://www.youtube.com/watch?v=6rDYwF3eZ0>



In der islamischen Gelehrsamkeit gibt es seit Jahrhunderten die Tradition des Lehrgedichts: Die wichtigsten Inhalte und Themen einer Disziplin, wie z.B. Glaubens- oder Normenlehre, Logik oder Grammatik, werden in Gedichtform zusammengefasst und dienen so als Gedächtnisanker. Um das Auswendiglernen zu erleichtern, werden diese Gedichte oft gesungen. Während gelehrte Gedichte vor allem auf Arabisch verfasst werden, gibt es für Kinder Gedichte in allen Sprachen, die einführende Grundlagen der Religion vermitteln. Das folgende Lied für Jg. 5/6 steht in dieser Tradition und fördert neben der Freude am Singen das Erlernen der islamischen Monatsnamen. Es greift zugleich die interkulturelle Situation des IRU auf: Die arabischen Monatsnamen werden auf die Melodie eines alten deutschen Volkslieds zu einem türkischen Trommelrhythmus gesungen.

Mondgang – eine Reise durch den islamischen Kalender



1. Ihr Leute, seht des Mondes Gang!
Muharram ist der Neuanfang,
 'Ashura-Pudding schmeckt uns dann!
 Der Monat *Safar* schließt sich an.

2. *Rabi' al-auwal* kommt heran,
 dann fangen wir zu singen an:
 Der Maulid-Lieder schöner Klang.
Rabi' ath-thani folgt sodann.

3. Nun ist *Dschumada l-ula* dran,
Dschumada th-thani währt nicht lang,
 Schon fängt der Segensmonat an!
 Segne uns *Radschab* und *Scha'ban*!

4. Allah, schenk' uns den *Ramadan*!
 Dann fangen wir zu fasten an.
 Lailatu l-Qadr zeigt uns an:
 Als Licht gabst Du uns den Koran.

5. Neun Bahnen zog der Mond entlang,
Schawwal geht heil'ger Zeit voran.
 Dann fängt sie mit *Dhu l-Qada* an,
 der zwölfte Monat folgt sodann.

6. *Dhu'l Hiddscha* ist als letzter dran,
 Dann fangen wir zu pilgern an.
 Wir opfern auch und feiern dann,
 Zehn Segenstage, denkt daran!

7. Das Ende ist ein Neuanfang!
 Der Mond geht weiter seinen Gang,
 So enden wir mit dem Gesang:
 Für alles sei Allah der Dank!

Text: Silvia Horsch

*Melodie: „Der Gutzgauch auf
 dem Baume saß“ (16. Jh.)*

Trommel: Düyek

8. Rezepte

Linsensuppe

von Rayan (Jg 6)

Zutaten:

- 250 g rote Linsen
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Möhre
- 1 EL Olivenöl
- 1,4 L Wasser
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

1. Linsen abspülen. Zwiebel und Knoblauch klein hacken, Möhre schälen und in Würfel schneiden.
2. Olivenöl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch, Möhren und Linsen unter Rühren kurz anschwitzen.
3. Wasser zugeben und alles einmal aufkochen. Bei geringer Hitze für 20-30 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen weich sind. Dann die Suppe pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken

Fattoush

von Maysam (Jg. 10)

Zutaten:

- ½ Gurke
- 2 große Tomaten
- ½ Kopf Salat
- 5 Stiele Petersilie
- 2 Lauchzwiebeln
- frische Minze oder getrocknete Minze (nach Geschmack)
- 1 Zitrone (Saft) oder 2 Esslöffel Essig (nach Geschmack)
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 2 Zehen Knoblauch
- Salz, Paprika
- 1 Scheibe Fladenbrot



Zubereitung:

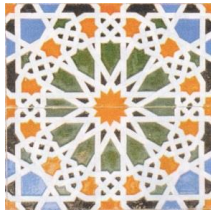
Gemüse klein schneiden und zusammen mischen. Petersilie auch sehr klein schneiden und mit der Minze hinzufügen. Dann Salz und Paprika-Pulver hinzufügen. Danach die Flüssigkeiten Zitrone oder Essig und Öl ergänzen. Die gepresste Knoblauchzehe zugeben und alles gut vermischen. Das Fladenbrot in Quadrate schneiden und frittieren. Man kann es auch im Ofen oder Heißluft-Fritteuse erhitzen. Den Salat servieren und das Fladenbrot darüber streuen.

Auberginengericht

von Maysam (Jg. 10)

Zutaten:

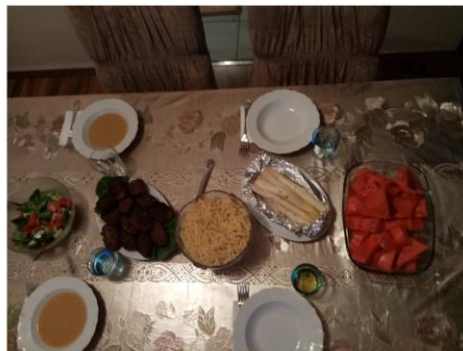
- 2 Auberginen
- 6 große Esslöffel Natur Joghurt
- bisschen Tomatenmark
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Esslöffel Sesampaste
- 200g Hackfleisch
- 1 Zwiebel
- Salz, Pfeffer
- 1 Fladenbrot (syrisch)



Zubereitung:

Zu Beginn werden das Brot und die zwei Auberginen in Quadrate geschnitten und frittiert. Die frittierten Auberginen mit Salz und Pfeffer sowie ein bisschen Tomatenmark in eine Pfanne geben und etwas braten lassen. Hackfleisch mit der klein geschnittenen Zwiebel ebenfalls braten, hier auch bisschen Salz und Pfeffer hinzufügen. Dann kommt die Soße: Den Joghurt mit der Sesampaste und dem Knoblauch gut mischen.

Zum Servieren eine große Schüssel oder Teller nehmen. Erst das frittierte Brot hineingeben, darüber die Auberginen. Danach das Hackfleisch und zum Schluss die Soße. Damit es noch leckerer wird, etwas Butter (zwei Esslöffel) schmelzen und darüber gießen.



III Vermischtes

1. Alle Jahre wieder... Die Top Ten der nervigen Bemerkungen zum Ramadan

1. „Nicht mal Wasser?“

2. „Das ist doch total ungesund!“

3. „Dürft ihr jetzt einen Monat lang nichts essen?“

4. „Das könnte ich niemals!“

5. „Mach doch mal die Tür zu und das Licht aus, dann sieht dein Allah dich nicht.“

6. „Kann Gott nicht mal eine Ausnahme machen?“

7. „Du kannst ruhig was essen, der Allah wird schon nichts sagen!“

8. „Mach doch eine kurze Trinkpause!“

9. „Machst du das freiwillig?“

10. „Ich wünsch dir noch ein schönes Wochenende, trotz Ramadan!“



1.2

Die muslimisch-christliche Satire-Truppe „Datteltäter“ hat einige der alljährlich wiederkehrenden Ramadan-Situationen szenisch umgesetzt.

<https://www.youtube.com/watch?v=gBt4yqjIVtE>

2. Kurzgeschichte: Sara will fasten

„Ramadan steht vor der Tür!“, denkt sich Sara. „Schon morgen ist der erste Fastentag. Ich möchte unbedingt mitfasten!“ Also stolzierte sie zu ihrer Mutter und sagt: „Ich will fasten!“ Ihre Mutter schmunzelt nur und sagt: „Du bist doch noch ein Kind, du musst doch noch nicht fasten. Das ist nicht so einfach, wie du denkst!“ Sara antwortet: „Ich schaffe das!“ „OK, wir werden ja sehen,“ sagt ihre Mutter, „dann bist du morgen beim Suhur dabei.“

Sara ist fest entschlossen. Am nächsten Morgen steht sie ganz früh auf und nimmt mit ihrer Familie das Frühstück vor dem Fastentag ein. Sie legt sich wieder schlafen, und als sie aufwacht, hat sie sofort Hunger. Wenn sie jetzt etwas isst, wäre das extrem peinlich, denkt sie sich. „Ich muss durchhalten!“ Doch dann knurrt wieder ihr Magen. Also schleicht sich in die Küche und stibitzt sich einen Apfel. Ausgerechnet jetzt kommt ihre Mutter in die Küche. „Sara, was machst du hier? Du fastest doch!“ „Ach ja, stimmt, ein Glück, dass du mich erinnert hast!“ sagt Sara schnell und geht mit dem Apfel in der Hosentasche aus der Küche. „Puh, das war knapp!“

Und so macht sie es den ganzen Tag: Wenn sie Hunger hat, holt sie sich heimlich etwas aus der Küche. Beim Fastenbrechen tut sie dann so, als ob sie großen Hunger hätte. Da lacht ihre Mutter laut und fragt: „Also, willst Du morgen auch fasten?“ Sara lacht mit und antwortet: „Vielleicht warte ich doch noch ein Jahr.“

(Ziyad, Jg. 8)

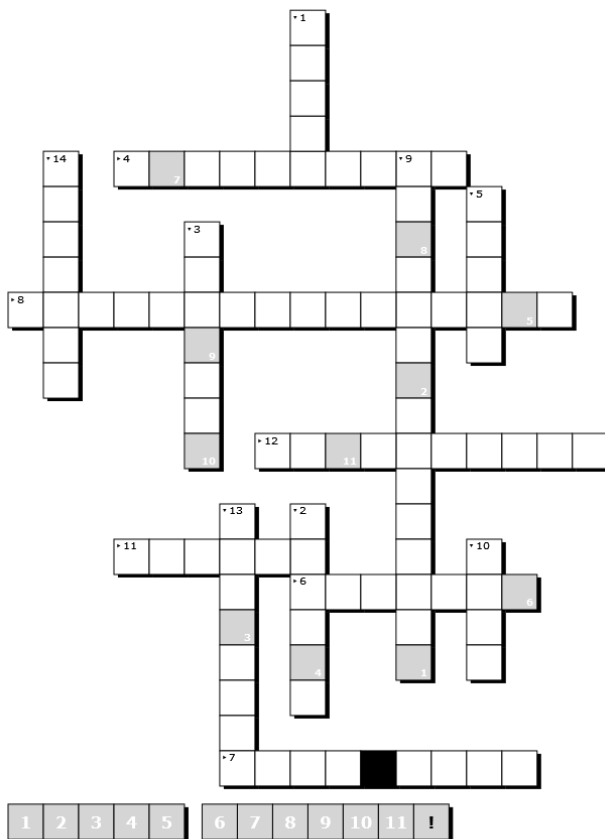


3. Rätsel

Ali (Jg. 10) hat ein Kahoot zum Ramadan erstellt. Mit allem, was ihr in diesem Magazin erfahren konntet, dürfte dieses für euch ein leichtes Spiel sein!

<https://create.kahoot.it/share/ramadan/5748ba0d-a28a-4032-b1f9-d764fb036a33>

Kreuzwörterrätsel



Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzwörterrätsel-Generator
<https://www.xwords-generator.de/de>

1. Mit welcher Frucht wird das Fasten oft gebrochen?
2. Wie heißt das Buch des Islams?
3. Was bedeutet das Wort "Islam"?
4. Wie heißt das Fest nach Ramadan?
5. Wie heißt die letzte Mahlzeit vor dem Fastentag?
6. Welches besondere Gebet wird im Ramadan verrichtet?
7. Wie heißt das Zuckerfest in Singapur?
8. Wann beginnt der Fastentag?
9. Wann endet der Fastentag?
10. Wie heißt die Höhle, in der der Prophet Muhammad die erste Offenbarung erhalten hat?
11. Wie nennt man freiwillige Spenden im Islam?
12. Wo hat 2023 in Osnabrück das öffentliche Iftar stattgefunden?
13. Wie nennt man den arabischen Brotsalat?
14. Womit beginnt ein neuer Monat im islamischen Kalender?

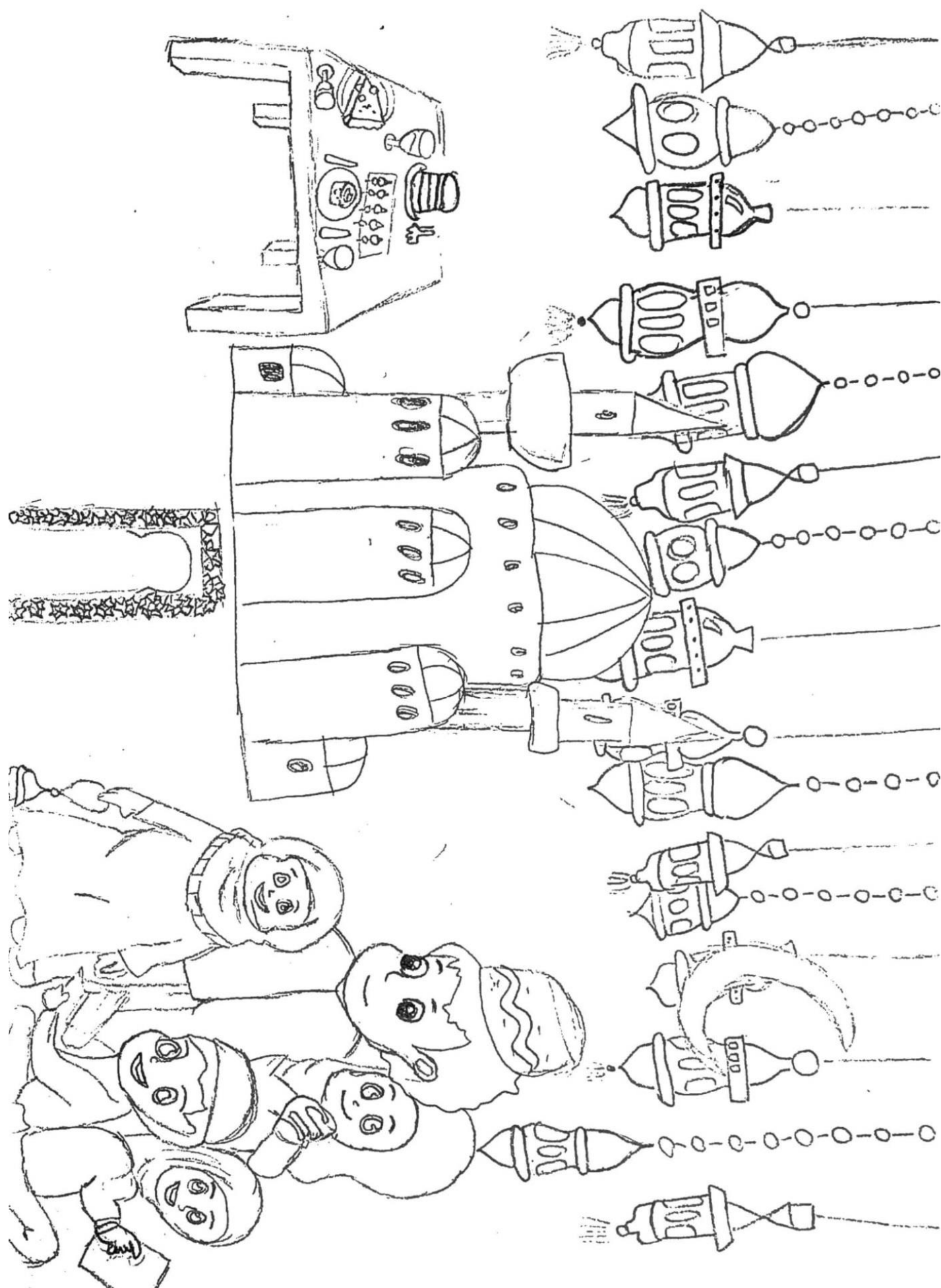
(mit Fragen von Kian und Ilyas, Jg. 8)

Suchwörterrätsel

H	A	G	M	U	R	S	F	R	P	L	I	M	U	S	O	N	Z	W	D	C	V	U	O
R	U	R	M	K	I	Z	A	K	A	T	U	F	E	I	E	R	N	O	P	S	C	H	T
H	A	X	H	L	U	P	M	F	R	E	H	E	G	O	N	Z	R	I	W	P	H	V	R
M	F	M	O	N	D	L	I	C	H	T	A	S	I	H	M	O	S	C	H	E	E	R	F
U	R	U	A	F	O	R	L	Q	K	A	U	T	C	B	A	D	U	I	I	N	R	I	D
H	U	S	F	D	F	Z	I	U	O	R	F	H	G	I	P	W	H	S	L	D	Z	E	N
A	D	L	I	W	A	I	E	P	D	A	T	T	E	L	N	E	U	N	A	E	U	U	H
M	O	I	C	D	S	N	L	S	R	W	D	A	B	D	K	L	R	E	L	N	D	K	C
M	M	M	H	I	T	O	Z	G	U	I	E	B	E	H	U	D	S	C	H	O	T	G	R
A	I	E	T	S	E	G	E	N	P	H	I	F	T	A	R	S	Q	A	T	A	Y	I	F
D	R	K	U	R	N	U	P	H	E	P	L	E	E	S	A	C	H	E	A	R	U	H	I
W	O	N	A	C	H	T	M	B	L	L	A	T	E	R	N	E	W	I	D	W	M	S	L

Hinweis: Es sind 22 Wörter versteckt, die etwas mit Ramadan zu tun haben.

(Suchwörter von Homam und Omar, Jg. 7)



Bildnachweis

Titelbild/Rückseite:

Zentralmoschee in Duisburg, (Exkursion Jg. 5/6 im Schuljahr 2017/18, Foto: Silvia Horsch)

Laternen: Junes (Jg. 8)

Mosaik: Mosaic Tree Press

S. 3: Daniela Boßmeyer-Hoffmann

S. 4: Bilal Erkin, Silvia Horsch

S. 6: Silvia Horsch, Hana (Jg. 11), Sana (Jg. 9)

S. 10: Silvia Horsch (Vorlage: Materialband IRU Jg. 7/8, MK Niedersachsen)

S. 11, 15, 17: Silvia Horsch

S. 18: Silvia Horsch, Eda Martiensen, Hana, Khaled (Jg. 11)

S. 20: Hana (Jg. 11)

S. 21: Ulrich Waack, Wikimedia

S. 22: MRG90, Wikimedia

S. 23: Toni Pomar, unsplash

S. 25: Ajdin Suljakovic

S. 26: Mohammad Haddad

S. 27: Tawba-Moschee

S. 28, 29: Büşra Kabaktepe, Eda Martiensen

S. 30: Katharina Opladen

S. 31: Hamza (Jg. 8)

S. 36: Cyrus Roepers, Wikimedia

S. 37: Silvia Horsch, Hana (Jg. 11), Eda Martiensen

S. 41: Aaya (Jg. 6)

Herzlichen Dank an den Medien-Profilkurs des Jahrgangs 10 für die Unterstützung bei der Gestaltung!