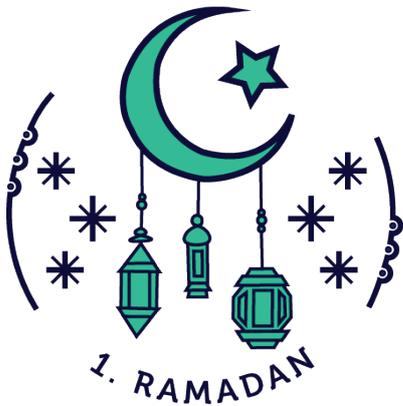


# Ramadan



Let the Hunger Games begin...

...denkt sich Malika, Malika hat sich in den letzten zwei Wochen intensiv auf die Ankunft eines besonderen Gastes vorbereitet. Es besucht sie so wie jedes Jahr der Ramadan, der muslimische Fastenmonat. Während seiner Anwesenheit wird sie sich von einigen Angewohnheiten distanzieren und sich bewusst Zeit für ihre Spiritualität nehmen.

Musliminnen und Muslime sprechen im Zusammenhang des Fastenmonats Ramadan oftmals über die **Anwesenheit eines Gastes**, der sie ein Monat lang besucht und auf dessen Ankunft sie sich auch entsprechend vorbereiten.

Weltweit werden MuslimInnen in den nächsten vier Wochen fasten, um sich von weltlichen Begierden abzuwenden und stattdessen ihre Spiritualität in den Vordergrund zu stellen.

So wird von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang auf Essen, Trinken sowie Beischlaf und Streitigkeiten verzichtet.

Der eigentliche Anlass weshalb Musliminnen und Muslime im neunten Monat des islamischen Kalenders fasten, bezieht sich auf die Offenbarung des Korans. So spielt der Koran im Fastenmonat eine wesentliche Rolle. MuslimInnen versuchen in dieser Zeit viel aus dem Koran zu lesen, ihn zu rezitieren, sich Zeit für sein Studium zu nehmen und über die Worte Gottes nachzudenken. Und nachts, wenn der

Alltagsstress vorbei ist und die Gedanken klar sind, geht es dann zum gemeinsamen Nachtgebet in die Moschee.

Neben der **spirituellen Komponente** des Fastens ist der Monat Ramadan ein Monat der Geselligkeit, so werden Fastende in ihren Moscheen fast täglich auf ein gemeinsames Abendmahl eingeladen. Aber auch im familiären Umfeld und Freundeskreis ist die Gastfreundschaft im Ramadan besonders groß.

Die Belohnung dafür einen Fastenden zu speisen erhöht die Motivation Nachbarn, Freunde und Familie einzuladen und gemeinsam in Austausch zu treten.

Also geht es beim Monat Ramadan um weit **mehr als den bloßen Verzicht auf Essen und Trinken** - es geht vor allem um die Reflexion des eigenen Lebens, die persönliche Beziehung zu Gott und sich darauf zu konzentrieren, sich während des Fastenmonats zu verbessern, um insgesamt eine **Entwicklung in der Persönlichkeit zu erleben**.

**TIPP:** Falls du in deiner Umgebung muslimische Bekannte, Freunde, Nachbarn hast, kannst du sie ruhig fragen, ob du nicht an einem Abendessen teilnehmen kannst. Sie laden dich sicherlich mit Freude ein. Ein besonders beliebtes Geschenk sind im Monat Ramadan Datteln!

MJÖ, CY