

# Die Weisheit, die das Fasten mit sich bringt

Aus dem Buch "Majalis Schahr Ramadan" (S. 41 ff)

[       ]

Von

Scheikh Muhammad Ibn Salih al-Utheimin

-       -

Aus dem Englischen übersetzt von: Abu Imran

:

Überarbeitet von: Farouk Abu Anas

:

Kooperatives Büro für die Da'wa-Arbeit unter Ausländern in Rabwah/Riyadh (Saudi-Arabien)

islamhouse.com

1429-2008

*Der Islam für Alle zugänglich!*

*Im Namen Allahs, des Erbarmers, des Barmherzigen*

# Die Weisheit, die das Fasten mit sich bringt


Von

Scheikh Muhammad Ibn Salih al-Utheimin

Zur Weisheit des Fastens gehört: Es ist eine gottesdienstliche Handlung für Allah (‘Ibada), in welcher der ‘Abd (Diener) sich seinem Herrn nähert, indem er sich von Dingen entsagt, die er liebt und begehrt, wie zum Beispiel Essen, Trinken und Geschlechtsverkehr. Aufgrund dieser Taten wird die Wahrhaftigkeit seines Glaubens und die Vollständigkeit seiner Dienerschaft gegenüber Allah - Erhaben ist Er - ersichtlich, aber auch seine Liebe zu Allah und seine Sehnsucht nach dem, was Allah für ihn (an Gutem) vorbereitet hat. Dies aus dem Grund, weil der Fastende nicht von Dingen ablässt, die er liebt, außer für etwas, was für ihn eine größere Bedeutung hat (, nämlich Allah). Wenn der Gläubige weiß, dass das Erlangen von Allahs Wohlgefallen im Fasten liegt - also das Ablassen von Wünschen, die er normalerweise liebt - so wird er der Zufriedenheit Allahs über seine Triebe den Vorrang gewähren. Daher verzichtet er auf seine Leidenschaften, egal wie sehr er auch danach verlangt und sehnt, weil die Freude und Ruhe seiner Seele in seinem Verzicht von allem für das Wohlgefallen Allahs liegt.

Deswegen würden viele Gläubige - wenn sie geschlagen oder gezwungen werden würden, ihr Fasten während eines Tages im Monat Ramadan ohne eine gültige Entschuldigung zu brechen - nicht ihr Fasten brechen. Deshalb ist dieser Punkt einer der größten und tiefsten bezüglich der Weisheit, die das Fasten mit sich bringt.

Ebenso von der Weisheit hinterm Fasten ist es, dass es ein Mittel zur Erlangung von Taqwa (Gottesfurcht) ist, so wie Allah -Erhaben ist Er- sagt:

 *„O ihr, die ihr glaubt! Das Fasten ist euch vorgeschrieben, so wie es denen vorgeschrieben war, die vor euch waren. Vielleicht werdet ihr (Allah) fürchten.“*  
[Sura 2:183]

Dies aus dem Grund, weil jemand, der fastet, dazu aufgefordert ist, die obligatorischen Pflichten zu erfüllen und sündhafte Handlungen zu vermeiden. Der Prophet, Allahs Segen und Heil auf ihm, sagte: *"Wer das falsche Wort und dessen*

*tatkräftige Durchsetzung nicht unterlässt, von dem verlangt Allah nicht, dass er auf sein Essen und Trinken verzichtet.“<sup>1</sup>*

Wenn also eine Person fastet, wird sie sich jedes Mal daran erinnern, dass sie fastet und sich davor zurückhalten, falls sie es begehrt, eine sündhafte Tat zu begehen. Dies ist der Grund, warum der Prophet, Allahs Segen und Heil auf ihm, denjenigen befohlen hat, wenn sie verunglimpft und beschimpft werden, zu sagen: *„Ich faste“*, somit den Schmäher davor warnend, dass eine fastende Person anbefohlen wurde, sich vor Verunglimpfungen zurückzuhalten und sich selber daran erinnernd, dass er fastet und nicht mit Beschimpfungen dagegenhalten darf.

Auch ist es von der Weisheit des Fastens, dass sich das Herz zum Nachsinnen und Allahs Gedenken öffnet. Dies aus dem Grund, weil das Verwirklichen jemandes Wünsche zu Unachtsamkeit führt, und vielleicht wird das Herz hart und blind für die Wahrheit. Deswegen ermahnte uns der Prophet, Allahs Segen und Heil auf ihm, wenig zu essen und zu trinken, als er sagte: *„Der Sohn Adams füllt kein Gefäß, das schlimmer ist als sein Magen.“<sup>2</sup>*

Und in Sahih Muslim sagte Handhala Al-Usaidi, Allahs Wohlgefallen auf ihm, einer der Schreiber des Propheten, in einer Überlieferung zum Gesandten Allahs, Allahs Segen und Heil auf ihm: *„Handhala ist ein Heuchler geworden.“ Allahs Gesandter, Allahs Segen und Heil auf ihm, sagte: „Wieso denn das?“ Handhala sagte: „O Gesandter Allahs, wenn wir mit dir zusammen sind, erinnerst du uns an das Höllenfeuer und an das Paradies, so als würden wir sie mit unseren eigenen Augen sehen. Aber wenn wir von dir weggehen, treffen wir unsere Frauen, unsere Kinder und unsere Wohnungen, dabei vergessen wir vieles, (was wir von dir gehört haben).“* Im letzten Abschnitt des Hadith sagte der Prophet, Allahs Segen und Heil auf ihm, zu ihm: *„O Handhala, es gibt eine Zeit für dies, und es gibt eine Zeit für das (dreimal).“* Abu Sulaiman Ad-Darani sagte: *„In der Tat, wenn die Seele hungert und durstet, wird das Herz mild und rein. Und wenn sie ernährt ist, so wird das Herz blind.“*

Und von der Weisheit des Fastens ist es, dass eine Person, die Vermögen besitzt, dazu gebracht wird, den Segen Allahs - Erhaben ist Er - auf ihm zu begreifen, so wie jenen Segen, den Allah ihm mit dem Essen, dem Trinken und dem Geschlechtsverkehr beschert hat. Viele Menschen haben diese Dinge nicht, daher sollte er Allah für diesen Segen lobpreisen und Ihm für die Gewährung dieser Dinge danken. Ebenso sollte er an seinen Bruder denken, der arm ist und wahrscheinlich hungernd durch den Tag geht. Daher sollte er freigebig zu ihm sein und ihm Almosen geben, so dass er sich angemessen kleiden und seinen Hunger stillen kann.

Und von der Weisheit des Fastens ist auch, dass es trainiert, die Begierde zu zügeln, und es gibt einem Kraft seine Begierde mit den Zügeln zurückzuhalten, so, dass er sie beherrschen und zu dem führen kann, was gut für die Seele ist und zum Erfolg

---

<sup>1</sup> Berichtet von al-Bukhari.

<sup>2</sup> Berichtet von Ahmad, Nasa'i und Ibn Maja.

Anm. des Übers.: Weitere Überlieferung zum Thema: *„Und nichts kann den Bauch des Sohnes Adams füllen außer Sand; und Allah wendet Sich demjenigen mit Vergebung Gnädig zu, der sich reumütig von seinen Schlechtigkeiten fernhält.“* (al-Bukhari)

führt. Dies deswegen, weil das Selbst einem befiehlt, Schlechtes zu tun, außer jenen denen mein Herr barmherzig ist. Wenn jemand daher seine Zügel loslässt und zerstört, so wird die Seele ihm viele Gefahren bescheren. Aber wenn er sie kontrolliert und zügelt, so ist er fähig, sie zu höchsten Stufen und den größten Zielen zu führen.

Ebenfalls von der Weisheit des Fastens ist es, dass die Seele davor bewahrt ist, hochmütig zu sein, dadurch, dass sie sich selber gegenüber der Wahrheit erniedrigt und für die Schöpfung enthärtet. Dies, weil Essen, Trinken und Geschlechtsverkehr Anmaßung, Arroganz, Eitelkeit und Hochmut über Leute und über die Wahrheit mit sich bringen. Die Seele beschäftigt sich mit dem Versuch, diese Dinge zu erlangen, aufgrund des Bedarfs dieser Dinge. Wenn sie diese Dinge erlangt, so fühlt sich die Seele, als ob sie erobert hätte, was sie begehrt, und somit fällt sie in Glückseligkeit und Überheblichkeit, die verdammt ist. Und dies ist eine Ursache für ihre Zerstörung. Nur jene, die Allah beschützt, sind vor dieser bewahrt.

Und von der Weisheit ist es, dass der Durchfluss des Blutes (im Körper) sich durch Fasten reduziert. Dadurch reduziert sich auch der Durchfluss des Bösen im menschlichen Körper. Dies aus dem Grund, da das Böse durch den Sohn Adams fließt, wie das Fließen des Blutes, so wie es authentisch in den beiden Sahih Sammlungen (von al-Bukhari und Muslim) verzeichnet steht. Durch das Fasten wird somit das Einflüstern des Bösen eingedämmt und die Stärke des Triebes und der Zorn sind unterjocht. Daher sagte der Prophet, Allahs Segen und Heil auf ihm: ***„O ihr jungen Leute! Wer auch immer unter euch es sich leisten kann zu heiraten, sollte heiraten, denn die Ehe ist das beste Mittel, sein Blick zu senken und das beste Mittel, seine privaten Bereiche keusch zu halten. Aber wer auch immer nicht in der Lage ist zu heiraten, so soll er fasten, denn es hat ein Schutz inne.“***

Und von der Weisheit des Fastens sind die gesundheitlichen Vorteile, die als Ergebnis erlangt werden, indem man wenig Nahrung zu sich nimmt, so dass das Verdauungssystem für eine gewisse Zeit zur Ruhe kommt.

Wie groß und tief doch die Weisheit Allahs - Erhaben ist Er - ist, und wie nützlich doch Seine Befehle für die Schöpfung sind!

*O Allah, gib uns Verständnis für Deine Religion und erlaube uns, die inneren Geheimnisse Deiner Befehle zu verstehen! Berichtige für uns die Angelegenheiten unserer Religion und unseres weltlichen Lebens. Und vergib uns, unseren Eltern und allen Muslimen durch Deine Barmherzigkeit, O Barmherzigster! Und möge der Segen und der Frieden Allahs auf Muhammad, seiner Familie und allen seinen Gefährten sein.*

Quelle: [www.salaf.de](http://www.salaf.de)

Übersetzung: Abu Imran

Überarbeitung: Farouk Abu Anas

[www.islamhouse.com](http://www.islamhouse.com)

*Der Islam für Alle zugänglich!*