

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَصَلَّى اللَّهُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَاصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ

[WWW.MADRASAH.DE](http://WWW.MADRASAH.DE)

### **Wie nutze ich den Ramadan am besten?**

*Beantwortet von Zaynab Ansari Abdul-Razaq*

**FRAGE:** Haben Sie einige praktische Ratschläge für Mütter mit kleinen Kindern, wie sie am meisten Nutzen aus dem Ramadan ziehen können, da die zur Verfügung stehende Zeit oft sehr begrenzt ist? Sollte man sich in diesem Zusammenhang darauf konzentrieren, möglichst viel Qur'an zu lesen oder auf Tafsir (Korankommentare) oder auf das Auswendiglernen? Ich frage vor dem Hintergrund der Tatsache, dass viele von uns wegen der Babys oder Kleinkindern das Tarawih-Gebet nicht in der Moschee verrichten können, besonders jetzt, da die Fastentage wie hier in England sehr lang sind und es trotz bester Absichten sehr schwer ist, all diese Ziele während des Ramadans zu erreichen, es sei denn, man hat einen 24-Stunden-Babysitter zuhause!

**ANTWORT:** Wa 'alaykum as-Salam,

Im Namen Allahs, des Erbarmers, des Barmherzigen.

Alles Lob gebührt Allah, dem Herrn der Welten. Möge der Frieden und Segen Allahs auf dem Gesandten Muhammad, seiner Familie, seinen Gefährten und all denen ruhen, die ihnen folgen.

Liebe Schwester,

Vielen Dank für diese sehr wichtige Frage. Mein Rat an dich ist, dass du das auf dich nimmst, was du während des Ramadans und im Laufe des ganzen Jahres konsequent aufrechterhalten

kannst.

Erstens: Beurteile den Zustand deiner Pflicht-Gottesdienste und schaue, wo Verbesserungen gemacht werden können. Bemühe dich, dass du zumindest das Morgen- (Fajr) und Nachtgebet ('Isha) in verhältnismäßiger Ruhe und Frieden verrichten kannst. Natürlich hängt dies vom Alter deiner Kinder ab und davon, wann sie einschlafen und aufwachen.

Zweitens: Beurteile den Zustand deiner freiwilligen Gottesdienste und schaue, was du verbessern oder hinzufügen kannst. Ein Beispiel: Wenn du zum Stillen des Babys in der Nacht aufstehst, könnte das ein guter Zeitpunkt sein, einige Raka'at (Gebetseinheiten) des freiwilligen Gebets in der Nacht (Tahajjud) zu verrichten. Beginne mit etwas, das dir leicht fällt, und baue darauf auf.

Drittens: Richte dir einen gesonderten Platz für dein Gebet ein. Stelle sicher, dass immer saubere Gebetskleidung, ein Gebetsteppich, eine Qur'an-Ausgabe, eine Gebetskette (Misbaha) und deine liebsten Bücher mit Bittgebeten (Dua) bereitliegen. So musst du nicht erst herumsuchen und sparst wertvolle Zeit, die du im Gottesdienst verbringen kannst.

Viertens: Der Ramadan ist der Monat des Qur'ans, und du solltest definitiv danach streben, so viel wie möglich zu lesen. Aber sei dir stets bewusst, dass Qualität ebenso wichtig ist wie Quantität. Allah, der Erhabene, sagt: „So verlest aus dem Qur'an, was leicht (zu bewältigen) ist.“ (Sure al-Muzzammil, 73:20) Wenn du nicht in der Lage bist, täglich einen ganzen Juz (Abschnitt von 20 Seiten) zu lesen, um auf diese Weise den gesamten Qur'an im Ramadan zu lesen, aber trotzdem den Lohn dafür erhalten möchtest, dann könntest du in Erwägung ziehen, ein Khatm al-Qur'an (gemeinschaftliche Komplettlesung des Qur'ans) zu organisieren. Finde eine Gruppe von Schwestern, die vor der gleichen Herausforderung stehen, und weise jeder Schwester einen bestimmten Juz zu (oder lasse sie ihren bevorzugten Juz wählen). Wenn jede ihren Teil fertiggelesen hat, versammelt euch, um den 30. Juz zu lesen und die Komplettlesung mit dem Bittgebet für den Abschluss der Komplettlesung (befindlich am Ende der Qur'an-Ausgabe) fertigzustellen. Auf diese Weise kann jede den Lohn für die vervollständigte Lesung des heiligen Buches erlangen.

Abschließend bleibt noch zu sagen, dass es eine Form der Barmherzigkeit des göttlichen Gesetzes ist, dass Frauen für das Gebet in ihrem Zuhause so belohnt werden, als hätten sie es in der Moschee verrichtet. Auch wenn du wahrscheinlich das Gefühl hast, etwas zu verpassen, indem du das Tarawih-Gebet nicht in der Gemeinschaft verrichten kannst, so kannst du dieses besondere Gebet dennoch zuhause verrichten, vorzugsweise dann, wenn deine Kinder schlafen. Wenn du die Absicht für das Tarawih-Gebet und Qiyam al-Layl (freiwilliges Gebet in der Nacht) fasst, erhältst du die Belohnung für beide.

Möge Allah, der Erhabene, dich mit einem Ramadan voller Barmherzigkeit, Vergebung und Seelenheil segnen.

Zaynab Ansari Abdul-Razaq