

Im Namen Gottes, des Erbarmers, des Allbarmherzigen

Liebe Musliminnen und Muslime,
Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

Wir von der SIGZ gratulieren Euch herzlich zum Fastenmonat Ramadan. Möge Gott, der Erhabene, uns in diesem heiligen Monat unsere Sünden verzeihen und unsere guten Taten annehmen, Amin!

Der Ramadan ist der Monat der Reinigung! Nicht nur der Reinigung des Körpers, sondern auch der Seele. Der Ramadan lehrt uns, unserem Körper Sorge zu tragen. Während des Jahres nehmen wir zu jeder Tages- und Nachtzeit Esswaren und Getränke zu uns. Im Ramadan hingegen kontrollieren wir die Nahrungszufuhr. Wir essen und trinken nur zu bestimmten Zeiten. Auf diese Weise kann sich der Körper auf einen Rhythmus einstellen. Der verschwenderische Umgang mit Lebensmitteln ist im Islam verboten. Ärzte haben berichtet, dass der Körper am Ende des Ramadans sein ideales Gewicht erreicht! Viele Krankheiten, insbesondere die der Speisewege, werden durch das Fasten geheilt. Unser Prophet Muhammad, Friede sei mit ihm, hat uns überliefert: „Wahrlich, der Mensch hat kein Gefäss schlechter gefüllt als seinen eigenen Magen.“

Auch für die Seele ist der Ramadan ein Monat der Reinigung. Durch das Fasten wird die Seele von all ihren Krankheiten befreit, wie z.B. schlechter Moral und schlechtem Benehmen gegenüber Gott, dem Erhabenen, und gegenüber den Mitmenschen, seien sie Muslime oder Nichtmuslime, seien sie männlich oder weiblich, seien sie gross oder klein, alt oder jung, Verwandte oder Nichtverwandte. Ramadan ist der Monat der Versöhnung mit Gott, mit den Mitmenschen und mit sich selbst. Ramadan ist auch der Monat des Koran. Es wird sehr empfohlen, den Koran zu rezitieren, zu verstehen und in ihm nachzuschlagen, vor allem aber ihn zu praktizieren. Der Prophet, Friede sei mit ihm, war grosszügig und am grosszügigsten war er während des Monats Ramadan. Durch das Fasten fühlen wir mit unseren Schwestern und Brüdern mit, die weder in Sicherheit, noch in Wohlstand leben, wie wir es tun.

Möge Gott diesen heiligen Monat zum Ausgangspunkt für Frieden auf Erden machen! Amin!

Hassan Abo Youssef
Vize-Präsident der
Stiftung Islamische Gemeinschaft Zürich