

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَصَلَّى اللَّهُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَاصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ

WWW.MADRASAH.DE

Wie ist es mit der Reihenfolge nachzuholender Fastentage aufgrund der Menstruation?

Beantwortet von Schaykh Faraz Rabbani

FRAGE: Ich habe einige Jahre im Ramadan nicht gefastet. Es gab auch Jahre, in denen ich gefastet habe, jedoch einige Tage aufgrund meiner Menstruation nicht fasten konnte/durfte. Soll ich nun zuerst die versäumten Fastentage wegen meiner Menstruation nachholen und dann die Kaffara für 60 versäumte Fastentage der letzten Jahre zahlen? Ich fühle mich durch die Menge der Fastentage, die ich noch nachholen muss, überwältigt. Können Sie mir ein Bittgebet (Dua) empfehlen?

ANTWORT: Das, die wir an erster Stelle erkennen sollten, ist, warum wir all das tun. Unsere Gottesdienste sind eine Äußerung unserer Liebe zu Allah und eine Dankbarkeit für die unzähligen Segen, die er in jedem Augenblick über uns schüttet. Deshalb sollten wir uns beeilen, die Befehle Allahs zu erfüllen, sowie der Verliebte sich beeilt, die bitten seines Geliebten zu erfüllen, aus Liebe, Freude und leidenschaftlicher Sehnsucht.

Deshalb sagt Allah (gepriesen und erhaben ist er) : „Die aber, die glauben, lieben Allah noch mehr.“ (Qur'an 2:165)

(...)

Es ist verpflichtend, jedes verpasste Fasten, egal ob es auf erlaubte (sowie das Auftreten der Menstruation oder ernsthaften Krankheiten) oder unerlaubte Weise verpasst

wurde, nachzuholen.

Die notwendige Sühne (Kaffara) sollte am besten erst verrichtet werden, nachdem alle verpassten Fastentage nachgeholt wurden. [Shaykh Zada, Majma' al-Anhur] Dies wird damit begründet, weil das Nachholen der Fastentage wichtiger ist.

Berechne für dich, wie viele verpasste

Fastentage du hast und mache dir eine übersichtliche Liste, die du dann regelmäßig nach einem bestimmten Zeitplan nachholst.

Passe es an deine persönliche Situation an: Zwei Tage in der Woche zu fasten wäre eine Möglichkeit (z.B. Montags und Donnerstags, wie der Prophet (Allah Segne ihn und schenke ihm Heil)), oder auch einmal in der Woche. Du kannst auch in den „weißen Tagen“ fasten, wenn in der Mitte des Mondmonats Vollmond ist (der 13., 14. und 15. jeden Mondmonats), denn auch das ist von der Sunna des Propheten (Allah Segne ihn und schenke ihm Heil).

Um dich selbst zu motivieren denke daran, dass es einen enormen Lohn und Verdienst für das Fasten gibt. Allah (gepriesen und erhaben ist Er) sagte uns, überliefert vom Propheten (Friede und Segen sei auf ihm), "Das Fasten ist für Mich, und Ich werde dafür belohnen." [Bukhari und Muslim]

4. Du'a

Es gibt kein spezielles Bittgebet (Du'a) dafür, es ist jedoch gut, die Surah al-Fatiha zu rezitieren, wenn du dich schwach, schlecht oder entmutigt fühlst. Es ist auch empfehlenswert, ein Buch über die prophetischen Gebete zu nutzen, welches man in jeder guten islamischen (online) Buchhandlung findet. Lerne einige dieser schönen Gebete und Ausdrucksformen der Dienerschaft, Liebe und Dankbarkeit gegenüber Allah.

Wassalam.

Faraz Rabbani