



Freitagsgedanken 01.07.16 - „Weniger ist Mehr“ oder die Bedeutung des Verzichts im Islam

Liebe Schwestern und Brüder,
As-salamou-alaykoum wa rahmatoullah hi barakatouh,

Ich schreibe diese Zeilen am 3. Ramadan. Die ersten beiden Tage war ich mehr oder weniger damit beschäftigt, meinen Tagesablauf, meinen Körper und damit den gesamten körperlichen Rhythmus auf die veränderten Bedingungen im Ramadan umzustellen. Auch wenn man es schon oft gemacht hat, es ist jedes Mal eine neue Herausforderung. Was esse und trinke ich morgens zum „*suhur*“, was vermeide ich usw.. Der erste Tag vergeht bei mir mehr oder weniger mit „profanen“ Fragen, wie halte ich den Tag ohne Essen und Trinken aus – zumal wenn einem wie bei mir am ersten Tag noch das Kopfweh als Begleiterscheinung plagt. Der zweite Tag ging schon besser. Ich plane meine „Schlaflogistik“, denn im Ramadan ist alles anders – auch die Ritualgebete meiner Moschee. Der gewohnte Trott, auf den man eingestellt war, ist seit 3 Tagen dahin. Irgendwie ist alles anders.

Die „komfortablen“ zusammengelegten Gebetszeiten abends (*salat maghrib* und *salat ischaa* werden ab Mitte Mai bis Anfang August zusammengelegt und das Nachtgebet direkt im Anschluß an das Abendgebet verrichtet), bei denen man „zeitig“ gegen halb elf abends im Bett liegen konnte bis morgens um dreiviertel Vier (weil wir das *salat fadschr* sozusagen auf den letzten Drücker um viertel nach Vier schon kurz vor Anbruch des Morgenlichts beteten) gehören jetzt der Vergangenheit an. Was für Nicht-Muslime oft abenteuerlich hinsichtlich seiner Praktikabilität erscheint war für mich ein normaler Tagesablauf, der mir zur Selbstverständlichkeit erwuchs. Im Ramadan schrumpfen potentielle Schlafzeiten noch einmal beträchtlich zusammen, weil das Abendgebet bei uns eine Stunde später anfängt – also um halb Elf, dann „*salat ischaa*“, dann „*salat taraweh*“. Vor Mitternacht kommt man selten aus der Moschee, der Adhan-Ausruf (für den ich beim Morgengebet zuständig bin) findet um 03:20Uhr statt und „*salat fadschr*“ vereinbarungsgemäß um 3:40Uhr. Unter Berücksichtigung einer halben Stunde für die *suhur*-Mahlzeit muß ich meinen Wecker auf 02:20 Uhr stellen! Der Gedanke ließ mich erschauern, als ich vorab die Zeiten im Kopf plante, denn ich gehe fast normal meinem Tagesgeschäft nach und kann mich als keinen halben Tag ins Bett legen. Die Beibehaltung des Tagesgeschäfts war eine wichtige Prämisse für meine Ramadanvorsätze. Normal oder annähernd normal weiterleben, aber Verzicht üben. Opfer bringen, die mitunter körperlich weh tun.

Ich unterlag der Versuchung, das *taraweh*-Gebet aus meinem persönlichen Gebetskalender zu streichen, schließlich ist es ein *sunnah*-Gebet. Letztes Jahr habe ich „*salat fadschr*“ noch zu Hause gebetet – schnell schnell, um wieder ins Bett zu kommen. Ist das der Sinn eines Gebets? Wohl kaum. Ich habe deshalb dem schlechten Gewissen aus dieser Praxis folgend letztes Jahr beschlossen, das „*salat Fadschr*“ in der Moschee zu verrichten und in diesem Zusammenhang auch einige Aufgaben am Dienst der Gemeinschaft übernommen. Da kann ich keinen Rückzieher aus Gründen meiner Bequemlichkeit machen, das wäre unsozial und schäbig gegenüber den Brüdern, die sich auf mein pünktliches Erscheinen verlassen. Ich mache das ja auch gern und habe mir diese „Bürde“ mit Absicht auferlegt, um mir einen Druck zu erzeugen, frühmorgens der Versuchung zu widerstehen, im Bett liegen zu bleiben.



Ich konnte auch der Versuchung widerstehen, am salat-taraweh nicht teilzunehmen. Al hamdulillah. Ich verteile meinen Schlaf jetzt notgedrungen auf 3 Etappen: Nachts 2 ½ Std., morgens nach shourouk 2 ½ Std. und abends wenn ich aus dem Büro nach Hause komme bzw. meinen Sohn aus der Kita abgeholt habe weitere 2 Std. Heute am dritten Tag stellt sich mein körperlicher Rhythmus einigermaßen auf die neue Situation ein. Es ist nämlich nicht nur Verzicht auf Essen und Trinken, sondern auch Verzicht auf Schlaf und das will ich nicht verschweigen auch der Verzicht auf sexuelle Betätigung, für die ich nachts schlicht keine Zeit mehr haben werde und ich deshalb beschlossen, mich die kompletten vier Ramadanwochen in Enthaltbarkeit zu üben habe (nicht unbedingt zur Freude meiner Frau). Es gibt Momente, da kämpfe ich tagsüber nicht nur gegen Hunger und Durst (erstes ist noch das geringste Problem), sondern auch gegen eine bleiernde Müdigkeit und die sexuelle Lust, die mich trotz des Fastens erfasst.

Das ist jetzt der Punkt, um einmal die Frage zu stellen, welche Bedeutung hat eigentlich der Verzicht im Islam? Bislang war ja nur die Rede von den sog. äußeren Dimensionen des Fastens. Damit ist es aber nicht getan, denn diese Äußerlichkeiten sollen uns zu den inneren Dimensionen führen: Die eigene Demut vor Allah (t), die Hingabe an Allah (t) und die Festigung des Glaubens im Allgemeinen. Das sind Rückkoppelungseffekte, und ohne diese wären die Äußerlichkeiten nichts wert. Modern ausgedrückt könnte man sagen, worin bestehen die Ziele des Fastens - wobei ich jetzt Fasten im weiteren (oben beschriebenen) Sinn verstehen möchte. Die folgenden Ausführungen zum Thema Verzicht stützen sich im Wesentlichen auf die Monographie von Richard Gramlich „Weltverzicht. Grundlage und Weisen islamischer Askese“, die 1997 im Harrassowitz Verlag erschienen ist.

Verzicht gehört zum menschlichen Leben. Leben in Freiheit ist ohne Verzicht undenkbar. Für den gläubigen Muslim ist Gegenstand des Verzichts zunächst das, was der Koran Diesseits (dunya) oder das diesseitige Leben (al-hayat ad-dunya) nennt. Der Koran ist voll von Aufforderungen zum Verzicht auf das Diesseits und Aussagen über dessen Gemeinheit und Bedeutungslosigkeit und sein Zu-Ende-Gehen und baldiges Dahinschwinden und von Erweckungen des Verlangens nach dem Jenseits. Auf das Diesseits verzichten ist: Es nicht oder nicht mehr wollen, kein Verlangen nach ihm haben, es nicht lieben. Denn das Gegenteil des Verzichts ist das Verlangen. Der Verzicht ist die Abkehr des Verlangens von einer Sache zu etwas hin, was besser ist als sie. Ohne Abkehr vom Diesseits verdirbt das religiöse Leben. Als Wort des Propheten und als Wort Jesu ist überliefert: „Die Liebe zum Diesseits ist die Wurzel aller Sünden“.

Verzicht ist eine Art Austauschgeschäft, bei dem man Geringwertiges gegen Hochwertiges oder Wertloses gegen Kostbares tauscht. Das Diesseits gegen das Jenseits, Vergängliches gegen Unvergängliches, Geschaffenes gegen den Schöpfer. Vernunft und gesunder Egoismus verlangen, auf diesen Austausch einzugehen. Aber der Mensch ist unvernünftig, sein Ego ist nicht gesund. Er hängt am Minderwertigen, er liebt das Diesseits, seine Triebe und Bedürfnisse fesseln ihn an es. Sein Ich – die Seele – verlangt gebieterisch nach dem Bösen (vgl. Koran 12:53: „*Und ich behaupte nicht, daß ich unschuldig sei. Das (Menschen-) Wesen verlangt (nun einmal) gebieterisch nach dem Bösen - davon sind jene ausgenommen, derer mein Herr sich erbarmt. Er ist barmherzig und bereit zu vergeben*“) und darum frevelt er gegen sich selber (vgl. Koran 61:1: „*Prophet! Wenn ihr Frauen scheidet, dann tut das unter Berücksichtigung ihrer Wartezeit und berechnet die Wartezeit (genau)! Und fürchtet Allah, euren Herrn! Ihr dürft sie nicht (vor Ablauf ihrer Wartezeit) aus ihrem Haus ausweisen, und sie*



brauchen (ihrerseits) nicht (vorher) auszuziehen, es sei denn, sie begehen etwas ausgesprochen Abscheuliches. Das sind die Gebote Allahs. Wer die Gebote Allahs übertritt, frevelt gegen sich selber (indem er sich ins Unrecht setzt). Du weißt nicht, ob nicht Allah vielleicht nachträglich eine neue Lage schafft (und der betreffende Mann froh ist, wenn er die Scheidung seiner Frau rückgängig machen kann“)

Wichtige Voraussicht für den Weltverzicht ist, neben der Kenntnis des Diesseits, die Kenntnis der Seele (*nafs*), des Sitzes der Triebe, des niederen Ich. Hamdun al-Qassar gab zu bedenken: „Solange du die Fehlerhaftigkeit deiner Seele nicht erkannt hast, bist du ausgeschlossen“. „So kann man nicht wissen, wie es um die eigene Religion bestellt ist“. Ahmad ibn Abi I-Hawari warnte: „Wer seine Seele nicht kennt, täuscht sich über seine Religion“. In dieser Blindheit sah Sari as-saqati den Weg ins Verderben: „Daß einer Stufe um Stufe ins Verderben geführt wird, erkennt man daran, daß er für die Laster der Seele blind ist“.

Es gibt aber auch Kritik des Verzichts, nämlich dann wenn der Verzicht asketische Formen annimmt. Abu al Faraq ibn al-Chazwi – ein entschiedener Gegner des Asketentums meint: Ein wahrer Gelehrter, der das ganze Diesseits verzehrt (Anm.d.Verf.: im Sinne von konsumiert), sei weit besser als ein Asket, der allem entsagt. Und hier gibt es in der Tat eine Konfliktlinie zwischen der sog. Islamischen Hochreligion und den sufischen Ausprägungen. Den Mystikern, wird zuweilen vorgeworfen, durch ihren Hang zur Askese und Weltabgewandtheit ein vertretbares Maß überschritten zu haben, weil sie sich zu egoistisch im Diesseits verhalten. Am deutlichsten wird dieser Konflikt in ihrem Hang zur zölibateren Lebensweise, die in weiten Teilen dem christlichen Mönchtum ähnelt.

Ein Mönchtum lehnt der Islam jedoch entschieden ab, ebenso wie eine entartete Askese. Es wird nicht verlangt den Genuss des Guten und Genussvollen dieser Welt, das Allah erlaubt hat, zu unterlassen. Diese Aussage bezieht sich jetzt zwar explizit auf die Sexualität, kann aber stellvertretend für alle sinnlichen Genüsse des Diesseits herangezogen werden. Wichtig ist in diesem Zusammenhang folgender hadith:

“Eine Gruppe von drei Männern suchte die Wohnungen der Frauen des Propheten auf, um sich über die Frömmigkeit des Propheten zu erkundigen. Als sie davon Kenntnis nahmen, machten sie den Eindruck, als ob sie derartige Praxis für gering schätzten. Sie sagten dann: "Wer sind wir gegenüber dem Propheten? Ihm ist doch jede vergangene und künftige Schuld vergeben worden." Einer von ihnen sagte: "Was mich aber angeht, so verbringe ich die ganze Nacht im Gebet." Ein anderer berichtet: "Ich aber faste die ganze Zeit und breche nicht mein Fasten." Der dritte sagte: "Ich enthalte mich aber der Frauen und werde niemals heiraten." Der Gesandte Allahs kam hinzu und sagte: "Seid ihr diejenigen, die dies und jenes gesagt haben? Was mich wirklich angeht, so bin ich bei Allah unter euch derjenige, der Allah am meisten fürchtet und Ihm gegenüber am frommsten ist. Dennoch faste ich und breche ich mein Fasten, bete und gehe ich schlafen und heirate die Frauen. Wer sich von diesem meinem Weg (Sunnah) abwendet, der gehört nicht zu mir." (Sahih Al-Bukhari, Hadith Nr. 4776)

Was sagt uns dieser Hadith? Der Verzicht ist eine vorübergehende Entsagung sinnlicher Genüsse im Diesseits. Grundsätzlich bejaht der Islam sinnliche Genüsse im Diesseits, aber nach dem Prinzip der Mäßigung und im Einklang mit den Grundwerten unserer Religion auf der Basis der göttlichen Offenbarungen und der sunnah des Propheten (s.a.s.). Der Heilige Monat Ramadan ist der Monat, in dem wir den Verzicht im Diesseits alljährlich üben mit dem



Liberal-Islamischer Bund e.V.

Ziel der Reinigung unserer Seele. Unsere Anstrengungen müssen aber von Herzen kommen (innere Dimension des Fastens) und die Ergebnisse modern ausgedrückt nachhaltig sein, d.h. wir leben die Tugenden unserer Religion auch nach dem Ramadan fort und fallen nicht in das „alte Fahrwasser zurück“.

Ich bitte Allah (t), unser Fasten anzunehmen und uns zu helfen, unsere guten Vorsätze umzusetzen, die wir uns zum Ramadan genommen haben.

In diesem Sinne wünsche ich allen Schwestern und Brüdern einen gesegneten dschouma.

Dr. Muhammed Wellenreuther, Dresden

(Die Freitagsgedanken spiegeln die Vielfalt an Meinungen und Persönlichkeiten wider, die im Liberal-Islamischen Bund e.V. zu finden sind. Sie stellen nicht immer die offizielle Position des LIB dar, sondern die Meinung der jeweiligen Autoren.)