Name: ..... **Datum:** .....

Fasten im Ramadan

Lektion 7 · Saum

📖 **Die Geschichte: Fasten im Ramadan**
Lest gemeinsam, Teil für Teil.

Teil 1 – Der erste Tag

Es ist der erste Tag des Ramadan. Malak ist fünfzehn und fastet dieses Jahr zum ersten Mal den ganzen Monat. Um halb fünf isst sie schnell ein Brot und trinkt Wasser: das Suhur. In der Schule riecht sie Pommes in der Mensa. Ihr Magen knurrt. „Warum machst du das?“, fragt ihre Freundin Emma. Malak denkt nach. „Allah bittet darum. Und ich lerne, stark zu sein. Wenn ich zu Pommes Nein sagen kann, kann ich auch zu anderen Dingen Nein sagen.“ Emma lacht. „Dann esse ich heute woanders.“ Malak findet das lieb. Sie fühlt sich weniger allein.

☆ **Fasten lehrt dich, stark zu sein und Nein zu sagen.**

Suhur = die Mahlzeit vor der Morgendämmerung · **Mensa** = Speisesaal in der Schule

Teil 2 – Was ist Fasten?

Zu Hause erklärt ihre Mutter genau, was Fasten ist. „Von der Morgendämmerung bis zum Sonnenuntergang isst und trinkst du nicht. Aber du fastest auch mit deiner Zunge, deinen Augen und deinen Händen: kein Lästern, kein Lügen, kein Fluchen.“ Sie zählt an den Fingern ab, wer nicht fasten muss: Kranke, Reisende, Schwangere, alte Menschen, die es nicht schaffen, und Kinder, die noch nicht erwachsen sind. „Wer einen Tag auslässt, holt ihn später nach, wenn möglich.“ Um neun vor sechs ertönt auf dem Handy der Adhan zum Maghrib. Malak bricht ihr Fasten mit einer Dattel und einem Glas Wasser, wie der Prophet es tat. Das Iftar beginnt.

☆ **Du fastest auch mit deiner Zunge, deinen Augen und deinen Händen.**

Morgendämmerung = das erste Licht am Morgen · **Iftar** = die Mahlzeit bei Sonnenuntergang

Teil 3 – Die letzten Nächte

In den letzten zehn Nächten bleibt Malak mit ihrer Mutter etwas länger wach, um zu beten. Irgendwo in diesen Nächten liegt Lailat al-Qadr, die Nacht der Bestimmung. In dieser Nacht wurde der Koran zum ersten Mal herabgesandt. „Diese Nacht ist besser als tausend Monate“, sagt ihre Mutter. Malak bittet Allah um Gesundheit für ihren Opa und um einen Praktikumsplatz. Am Ende des Monats gibt die Familie Zakat al-Fitr, eine kleine Gabe für die Armen, damit auch sie feiern können. Dann ist ‘Id al-Fitr. Malak zieht ihr neues Kleid an und bringt Emma eine Schachtel Kekse.

☆ **Lailat al-Qadr ist besser als tausend Monate.**

Bestimmung = was Allah entscheidet · **Gabe** = etwas, das du umsonst gibst

💬 **Lass uns reden:** Was findest du am schwersten beim Fasten: das Essen, das Trinken oder deine Zunge?

💡 Wusstest du? – Der Monat Ramadan

- Ramadan ist der neunte Monat des islamischen Kalenders. Er beginnt, wenn der Neumond gesichtet wird.
- Weil der Mondkalender kürzer ist, kommt der Ramadan jedes Jahr etwa elf Tage früher.
- Fasten ist die vierte Säule des Islam. Wer krank ist, muss nicht fasten: Gesundheit geht vor.

📖 Aus dem Koran

Koran 2:183

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Yaa ayyuha lladhina aamanu kutiba ’alaykumu s-siyaamu kamaa kutiba ’ala lladhina min qablikum la’allakum tattaqun.

„Ihr Gläubigen! Euch ist das Fasten vorgeschrieben, wie es denen vor euch vorgeschrieben war, damit ihr Allah bewusst werdet.“

Fasten im Ramadan

Lektion 7 · Fragen und Schreiben

✔ Fragen

Kreuze die richtige Antwort an.

1. Wie heißt die Mahlzeit vor der Morgendämmerung?

- ◯ Iftar
- ◯ Suhur

2. Was riecht Malak in der Mensa?

- ◯ Pizza
- ◯ Pommes

3. Wer muss nicht fasten?

- ◯ Kranke und Reisende
- ◯ alle müssen fasten

4. Womit bricht Malak ihr Fasten?

- ◯ mit Pommes
- ◯ mit einer Dattel und Wasser

5. In welcher Nacht kam der Koran zuerst herab?

- ◯ in der ‘Id-Nacht
- ◯ Lailat al-Qadr

6. Was bringt Malak Emma?

- ◯ ein Kleid
- ◯ eine Schachtel Kekse

☆ **Merk dir:** Fasten: von der Morgendämmerung bis Sonnenuntergang, mit deinem ganzen Körper.

✍ Denk nach und schreib

Antworte in ein paar Sätzen.

1. Was lernst du beim Fasten außer Nicht-Essen?

2. Warum sollen Kranke nicht fasten?

Rätsel

Lektion 7 · Fasten im Ramadan

🔤 Suchsel

Finde die Wörter: von links nach rechts und von oben nach unten.

K	T	M	F	A	S	T	E	N	D	T
R	A	O	I	F	I	F	T	A	R	M
N	N	N	N	I	T	A	A	E	U	Q
R	S	D	R	A	S	U	H	U	R	E
D	M	M	F	E	M	A	L	A	K	U
M	F	A	A	M	F	I	T	R	D	N
D	A	L	A	M	E	L	E	R	T	H
O	K	A	I	A	E	A	N	A	D	M
D	A	T	T	E	L	A	D	S	N	T
M	R	A	M	A	D	A	N	R	A	L
Q	A	D	R	T	A	F	F	N	I	A

☐ RAMADAN ☐ DATTEL ☐ FASTEN ☐ SUHUR ☐ IFTAR ☐ MALAK ☐ EMMA ☐ QADR ☐ FITR ☐ MOND

🔍 Finde die 7 Unterschiede

Etwas fehlt, ist größer, kleiner, gedreht oder verschoben.

