



Gute Stimmung bei Familie Özmen, die nach einem Fastentag das feine Essen genießt, das Mutter Nihal gekocht hat.

CORINNE RUFLI

Fladenbrot und ein Blick nach Mekka

Turgi Die az-Reporterin Corinne Ruffli war beim Fastenbrechen einer türkischen Familie dabei

VON CORINNE RUFLI

Hungrig sieht die Familie Özmen nicht aus, als sie mir die Türe im obersten Stock eines Wohnblocks in Turgi öffnet. Auch wenn der Vater Cemil auf die Minute genau weiss, seit wann er nichts mehr gegessen hat: 16 Stunden und 20 Minuten.

Die muslimische Familie hält den Fastenmonat Ramadan. Sie haben mich eingeladen, beim Iftar, dem Fastenbrechen nach Sonnenuntergang, dabei zu sein.

Ein Malheur zu Beginn

Das erste Malheur passiert mir gleich beim Betreten der Wohnung. «Schuhe ausziehen, bitte», sagt der Vater freundlich, aber bestimmt, als ich schon eintreten wollte. Die Mutter Nihal gibt mir rote Schlüpferschuhe und bringt mich in die Küche. Es ist warm und riecht nach Fladenbrot. Überall Töpfe, Teig und der heisse Ofen. Tülay, die 27-jährige Tochter, hilft der Mutter. «Meine Mutter macht das beste Fladenbrot. Das kann man nirgends kaufen. Ich hoffe, dass ich das auch einmal so hinkriege.» Die Mutter lacht und sagt, dass sie es schon besser mache als letztes Jahr. Der Va-

ter kommt in die Küche und zeigt auf einen Ramadan-Kalender am Külschrank. Um 20.44 Uhr geht die Sonne unter: «Dann dürfen wir essen.» Je näher dieser Zeitpunkt kommt, desto nervöser werden alle. Im Gang steht Gürbey, der 21-jährige und jüngste Sohn der Özmens. Schick in einem Hemd und ein wenig scheu begrüsst er mich. Er und sein Vater ziehen sich ins Wohnzimmer zurück und lesen im Koran.

Gebetsruf

Dann ist es so weit, Punkt 20.44 Uhr: Sohn Gürbey steht im Gang, den Blick nach Mekka gerichtet, und spricht, oder singt. Es ist der Gebetsruf. Ich verstehe nichts. Gleich danach kommen die Frauen mit den dampfenden Töpfen an den Tisch.

Das Familienoberhaupt, der Vater, bricht das Fasten mit einer Dattel. «Diese Datteln sind aus Saudi Arabien. Man sagt, dass sie an dem Baum gewachsen sind, den Mohammed einst gepflanzt hat», erklärt er. Lin-

sensuppe wird serviert und die Familie beginnt, mit Freude zu essen. «Das Fasten ist nicht immer einfach», sagt der Vater, «gerade, wenn es so heiss ist, aber es ist eine Einstellungssache.» Seit 30 Jahren leben die Özmens in Turgi. Cemil und Nihal haben drei Kinder, der Mittlere konnte nicht kommen. Der Vater sagt, er sei froh, dass seine

Sohn Gürbey steht im Gang, den Blick nach Mekka gerichtet, und spricht, oder singt, ein Gebet.

Frau nicht arbeite. «Ich komme am Abend nach Hause und es duftet wunderbar nach Essen. Da verzichte ich lieber auf ein zweites Einkommen.» Cemil arbeitet als Programmierer und Stanzer und trainiert nebenbei die Junioren des FC Windisch.

Google und Orman Kebap

«Ich hätte gerne, dass meine Tochter ein Kopftuch trägt», sagt der Vater. Tülay sagt mir später, dass sie irgendwann ein Kopftuch tragen werde, aber der Zeitpunkt sei noch nicht gekommen. Sie tischt Peperoni, mit Reis gefüllt, auf. Dann Bulgur Pilaw, zu Deutsch Weizengrütze, wie der Sohn nach kurzem Googeln heraus-

gefunden hat. Dazu Orman Kebap, also Erbsen. Ich erfahre, dass Kebap so viel wie «Über dem Feuer gemacht» heisst. Ich esse und genieße. «Wir essen nie mit der linken Hand», klärt mich der Vater auf. Ich gebe mir Mühe, doch es passiert mir immer wieder, dass ich das Brot mit der linken Hand zum Mund führe, oder die Gabel aus Gewohnheit links halte.

«Allah al akbar»

Nach dem Mahl holen die beiden Männer ihre Seccade, die Gebetsteppiche, und richten sich wieder nach Osten aus. Auf den Knien beten sie, die Stirn berührt immer wieder den Boden. Das Einzige, was ich raushöre, ist: «Allah al akbar», «Allah ist gross». Die Frauen räumen währenddessen den Tisch ab. Und schon kommt das Dessert auf dem Tisch. Mit dem lang ersehnten Kaffee für Vater Cemil, der sich als islamischen Schweizer sieht: «Ich mag Süßes, ich kann kaum warten», sagt er. «Für den Notfall haben wir immer Nutella im Haus.»

Öffentliches Fastenbrechen

Mo, 22. August, ab 19.15 Uhr. Ref. Kirchgemeindehaus in Baden. Zur Förderung des interreligiösen Dialogs

«Ich nehme während des Ramadans zu»

Baden Ramadan ist für die Muslime die Zeit der Besinnlichkeit. Halit Duran trinkt tagsüber nicht einmal Wasser und isst abends gerne Süßigkeiten.

VON CORINNE RUFLI

Es ist Sommer, es ist heiss, ist es nicht ungesund, den ganzen Tag nichts zu trinken und zu essen?

Halit Duran: Wer eine körperlich anstrengende Arbeit hat, nimmt besser Ferien während des Ramadans. Schwangere oder Wöchnerinnen, oder alte Menschen werden vom Fasten befreit, sollten es aber nachholen.

Nachholen?

Man kann verpasste Fastentage nachholen. Wer aus gesundheitlichen Gründen nie fasten kann, muss als Entschädigung Bedürftige speisen. Die Religion versucht es den Men-

schen nicht schwieriger zu machen, als nötig. Es dürfen aber keine billigen Ausreden sein. Wenn man es ernsthaft macht, dann weiss man selber, was drin liegt und was nicht.

Wie verbringen Sie die Freizeit während des Ramadans?

Vor dem Fastenbrechen am Abend lege ich mich oft noch ein wenig hin, lese im Koran und nehme mir Zeit für Besinnlichkeit. Man versucht, sich schlechter Taten zu enthalten.

Und das Hungergefühl?

Es ist eine Einstellungssache. Ich mache es für Gott. Und ich weiss, dass ich nicht der Einzige bin. Ich erlebe das Hungergefühl nie sehr stark. Es ist keine Qual. Bei uns isst man am Morgen vor Sonnenaufgang noch etwas und legt sich dann nochmals hin. Es gibt viele Menschen, die aus Mangel hungern müssen. So kennt man dieses Gefühl.



Halit Duran kennt auch während des Ramadans keinen Hunger. ZA

Wie wird das Fasten am Abend nach Sonnenuntergang gebrochen?

Das Fastenbrechen, auch Iftar genannt, beginnt man meist mit drei

Datteln, so wie Prophet Mohammed das getan hat. Andere beginnen aber auch mit Salz oder Oliven.

Und jeder Abend ist wie ein Fest?

Wichtig ist, dass man Mass hält. Es ist nicht islamisch, sich den Bauch vollzuschlagen. Man soll nicht über-

«Ich erlebe das Hungergefühl nie sehr stark. Es ist keine Qual.»

treiben. Aber klar hat man Freude. Oft isst man Süßigkeiten. Das ist nicht sehr gesund. Ich nehme während des Ramadans meistens zu.

Halit Duran (42). Der Elektroingenieur aus Turgi ist Präsident des Verbandes Aargauer Muslime (VAM). Er setzt sich für einen Dialog der Religionen ein.

Fasten bei den Muslimen

Das Fasten hat im Islam als eine seiner fünf Säulen eine grosse Bedeutung. Die Fastenzeit liegt im Monat Ramadan im islamischen Mondkalender und verschiebt sich daher gegenüber dem Sonnenkalender um 10 Tage pro Jahr nach vorne. **Während des Fastens enthalten sich die Muslime zwischen Morgendämmerung und Sonnenuntergang des Essens und Trinkens sowie anderer körperlicher Genüsse.** Am Ende des Fastenmonats Ramadan feiern die Muslime das Fest des Fastenbrechens. Neben der gottesdienstlichen Handlung liegt die Bedeutung des Fastens in der Verinnerlichung der Situation von Menschen, die unfreiwillig fasten müssen, **es geht dabei um Solidarität mit Hungernden weltweit.** Im Ramadan ist auch die Speisung eines Bedürftigen vorgeschrieben. Es ist nicht das Ziel des Islam, den Menschen Lasten aufzubürden, die diese nicht ertragen können. Daher sind Kranke, Gebrechliche, Reisende und Schwangere von der Fastenpflicht entbunden. Die versäumten Tage müssen nachgeholt werden oder es ist für jeden Tag ein Bedürftiger zu speisen.

Text von: Halit Duran, Präsident des Verbandes Aargauer Muslime

Fasten bei den Christen

Die 40-tägige Fastenzeit dauert vom Aschermittwoch bis Ostern, entsprechend jener 40 Tage, welche Jesus in der Wüste gefastet hat. **Die Fastenzeit ist eine Zeit der Besinnung, der Umkehr, der Busse; der Neuausrichtung auf Gott und Mitmensch.** Heutzutage rücken zudem der nachhaltige Umgang mit der Umwelt und deren Ressourcen ins Blickfeld: **Verzicht auf Genussmittel, PC-Spiele, Fernsehkonsum, Autofahren oder bewusstes Sich-Zeit-Nehmen für etwas.** Spürbarer Verzicht, vor allem bei der Nahrung, ist eine wichtige Ausdrucksform. Zu Gebet und Meditation gehört die Pflege der Nächstenliebe – auch im Sinne des Spendens. Durch Verzicht Gespartes soll Notleidenden zugutekommen. Ein Hinweis darauf sind die Erträge gemeinsamer Fastenmittags-tische oder der grossen Geldsammlungen der Kirchen zur Fastenzeit. Christliches Fasten ist nicht nur auf die Fastenzeit beschränkt. Früher gehörte auch die Adventszeit dazu. **Im Gedenken an Jesu Sterben wird von vielen Christen der Freitag als Fasttag (Fleischverzicht) gepflegt.**

Text von: Josef Stübi, katholischer Priester, Stadtpfarrer in Baden

Fasten bei den Juden

Das Fasten kann ein Mittel für Reue, ein Ausdruck für Trauer oder ein Bittgesuch sein. **Das Fasten von Jom Kippur, dem Versöhnungstag, ist der einzige Fastentag, der in der Tora festgelegt ist.** Er dauert vom Sonnenuntergang bis zum Eindunkeln des Folgetages. Dieser Fastentag wird von den meisten Juden eingehalten. Es darf weder gegessen noch getrunken werden, man darf sich nicht waschen, keine Lederschuhe tragen, kein Parfüm benutzen und keinen Geschlechtsverkehr haben. Beim Fasten von Jom Kippur geht es um die Reue vor dem Beginn eines neuen Jahres. **Es gibt weitere Fastentage, der Wichtigste davon ist der 9. Aw. An diesem Fasten- und Trauertag wird der Zerstörung des Jerusalemer Tempels gedacht.** Gefastet wird auch in Situationen, in denen eine nationale Gefahr droht. Jede Person kann aber auch selber für sich fasten, als Bittgesuch. An Fastentagen spricht man zusätzliche Gebete. Es gibt keine Regeln, wie das Fasten gebrochen werden soll. Es wird aber empfohlen, nicht zu viel zu essen, da der Verdauungstrakt verlangsamt ist.

Text von: Aron Müller, Rabbiner der Israelitischen Kultusgemeinde Baden