Ramadan 2026

19. Februar 2026



Mit dem Ramadan beginnt die islamische Fastenzeit. Sie steht wie die christliche Passionszeit für Verzicht, Besinnung und Gottesnähe. Dieses Jahr beginnen die beiden großen Fastenzeiten gemeinsam am Mittwoch den 18. Februar.

Der Ramadan ist der neunte Monat im islamischen Mondkalender, dessen Tage sich im gregorianischen Kalender jährlich nach vorne verschieben. Der Ramadan beginnt 2026 am Abend des 18. Februar. In diesem Monat verzichten die muslimischen Gläubigen von Beginn der Morgendämmerung bis Sonnenuntergang auf Essen, Trinken, Rauchen und Geschlechtsverkehr. Ausgenommen vom Fasten sind etwa Alte und Kranke, Kinder, Schwangere und Reisende. Zudem ist der Ramadan ein spirituell erfüllter Monat, in dem täglich ein Nachtgebet stattfindet (*tarāwīḥ*), innerhalb dessen im Ramadan der gesamte Koran rezitiert wird. Der Ramadan endet am Abend des 20. März. Am 21. März mit dem Morgengebet wird das Fest des Fastenbrechens (*ʿĪd al-Fiṭr*) begangen.

Wie jedes Jahr sendet die deutsche Bischofskonferenz Segensgrüße zum Ramadan. In diesem Jahr betont Bischof Dr. Georg Bätzing in seinem Grußwort die Friedenspotentiale von Christentum und Islam. Auch die katholischen (Erz-)Bistümer und die evangelischen Landeskirchen in Nordrhein-Westfalen haben wieder ein Grußwort verfasst.

Es ist mittlerweile eine schöne Tradition geworden, dass Muslime neben Familienangehörige auch Freunde, Nachbarn und Arbeitskollegen zum Fastenbrechen einladen. Wenn Sie zu diesem besonderen, gemeinschaftlichen Ereignis eingeladen werden, können Sie sich an

folgenden Benimmregeln orientieren:

- Seien Sie pünktlich zur eingeladenen Zeit und unbedingt vor Sonnenuntergang da. Das Fasten wird gemeinsam mit dem Gebetsruf gebrochen.
- Wählen Sie angemessene, eher konservative Kleidung, die Schultern und Knie bedeckt.
- Kleine Gastgeschenk sind sehr geschätzt. Passend sind u.a. Süßigkeiten (Baklava, Kunafa, Schokolade), Datteln (sehr traditionell), Kuchen etc. Achten Sie auf jeden Fall darauf, dass die Geschenke kein Alkohol oder Gelantine enthalten.
- Während des Gebets und des eigentlichen Essens sollten Handys ausgeschaltet oder stummgeschaltet sein.

Umgekehrt laden auch beispielsweise Christen Muslime ein und bereiten den Tisch, damit ihre muslimische Freunde ihr Fastenbrechen können. Wenn Sie Menschen aus Ihrer muslimischen Gemeinde, Nachbarschaft oder Ihrem Freundeskreis zum Fastenbrechen (*ifṭār*) einladen möchten, können folgende Hinweise hilfreich sein – sie beruhen auf praktischen Erfahrungen:

- Haben Sie keine Scheu vor möglichen Unsicherheiten. Kleine Missgeschicke passieren schnell und werden in der Regel mit Gelassenheit aufgenommen.
- Das Fastenbrechen ist zunächst schlicht eine gemeinsame Mahlzeit zum Sonnenuntergang. Mehr Rahmen braucht es nicht zwingend.
- Viele Musliminnen und Muslime beginnen traditionell mit einer Dattel – in Anlehnung an die überlieferte Praxis des islamischen Propheten Muhammad – und greifen zunächst gern zu Wasser oder Saft. Auch Tee wird im weiteren Verlauf des Abends geschätzt.
- Wenn Fleisch angeboten wird, sollte es halal sein. Halal (arab. *ḥalāl* für „erlaubt“ oder „rein“) bezeichnet im Islam alle Handlungen und Dinge, die nach islamischem Recht zulässig sind. Verboten ist Alkohol und Schweinefleisch, weshalb hierauf und auf Gelantine zu verzichten ist. Fleisch muss von Tieren stammen, die rituell geschlachtet wurden (Schächten). Hierfür gibt es halal-Siegel, die besonders in türkischen/arabischen Lebensmittelläden einfach erhältlich sind. Ein Buffet hat sich als praktische Form bewährt.

Im Verlauf des Abends entsteht häufig der Wunsch zu beten. Dafür genügt ein sauberer, ruhiger Platz mit etwas Freiraum. Manche bringen eigene Gebetsteppiche mit; es kann aber auch sinnvoll sein, einfache Teppiche oder Matten bereitzuhalten.

Ein mögliches Programm könnte so aussehen: Wenn jemand von den muslimischen Gästen des Arabischen mächtig ist, kann er oder sie eine kurze Rezitation aus dem Koran (optional, aber meist willkommen) vornehmen, anschließend eine sorgfältig vorgetragene deutsche Übersetzung, gegebenenfalls der Gebetsruf, ein kurzes Tischgebet – und dann das

gemeinsame Essen.

Damit Gespräche in Gang kommen, lohnt es sich, Begegnungen bewusst zu fördern. Eine gemischte Sitzordnung, persönliche Vorstellungen beim Ankommen oder ein kurzer Impulsbeitrag im Vorfeld können helfen. Auch vorbereitete Fragen auf den Tischen – etwa zu einem bedeutenden Schriftwort, zu prägenden Glaubenserfahrungen oder zu wichtigen Personen im eigenen religiösen Leben – können einen offenen Austausch anregen.

Nicht zuletzt: Die muslimische Gemeinschaft ist so vielfältig wie jede andere religiöse Tradition. Verzichten Sie darauf, Ihr Gegenüber über dessen eigenen Glauben zu belehren. Nehmen Sie das, was Ihnen erzählt wird, als Vertrauensbeweis an.

Bild von haruudu auf Pixabay

Stand: 17. November 2026