

Gebedsgids voor ramadan 2026

18 februari - 19 maart



 Hoe kan ik deze ramadan voor moslims bidden?



Waarom bidden we voor moslims tijdens de ramadan?



Voor de miljoenen moslims in Oost- en Zuidoost-Azië markeert de vastenmaand ramadan het tijdstip waarop volgens moslims de Koran voor het eerst aan Mohammed werd geopenbaard.

Het is daarom een goede tijd om te bidden dat God deze moslims zegent en dat ze meer over Jezus leren.

We hopen ook dat je de vragen en antwoorden nuttig vindt bij het leren kennen van je islamitische naasten en hen daardoor beter kunt zegenen.

Dit jaar loopt de ramadan van 18 februari tot en met 19 maart. We nodigen je uit om met ons te bidden tijdens de ramadan met deze gebedspunten.

Dag 1: woensdag 18 februari



Wanneer begint de ramadan?



Ramadan, de islamitische vastenmaand, begint vandaag. Een islamitische dag begint bij zonsondergang, niet om middernacht. Deze praktijk volgt de bijbelse traditie die we terugvinden in Genesis: 'Toen was het avond geweest en het was morgen geweest: de eerste dag.'

Neem vandaag contact op met een moslimvriend(in) en laat hen weten dat je voor hen zult bidden tijdens hun vastenmaand.

De komende maand zullen moslims over de hele wereld er actief naar streven heilig te leven voor Allah, terwijl zij overdag vasten. Bid voor volgelingen van Jezus die in moslingemeenschappen leven, dat zij wijsheid mogen ontvangen in hoe ze de moslims tot zegen kunnen zijn.

Dag 2: donderdag 19 februari



Wat betekent de ramadan voor moslims?



Het is een tijd om te oefenen in het leiden van een rein leven, zodat ze spiritueel kunnen groeien en dichterbij Allah kunnen komen. De ramadan helpt moslims ook om geduld en mededogen te oefenen, als ze ervaren hoe het is om honger en dorst te hebben.

Zet je geestelijke praktijken eens op een rijtje te zetten en kijk of er gebieden zijn waar God je roept om veranderingen aan te brengen.

Dank dat veel van China's moslimvolkeren die aan de zijderoute wonen, ernaar verlangen om een rein leven te leiden. Bid dat ze meer zullen leren over wat Jezus leert over reinheid.

Dag 3: vrijdag 20 februari



Hoe wordt de ramadan beoefend?



Elke dag van zonsopgang tot zonsondergang, onthouden moslims zich van zowel eten als drinken. Op de evenaar duurt het vasten twaalf uur, maar ten noorden of ten zuiden van de evenaar duurt een ramadan-dag veel langer als het zomer is.

Welke gewoontes heb jij die je dichterbij God brengen?

Bid voor je islamitische naasten die zich overdag onthouden van eten en drinken. Bid dat ze meer leren over Jezus en hoe Hij in al hun behoeften kan voorzien.

Dag 4: zaterdag 21 februari



Hoe kan ik christenen aanmoedigen om betrokkenheid te tonen voor moslims?



Vraag God om alle christenen eraan te herinneren dat moslims mensen zijn die naar Gods beeld zijn geschapen, en dat zij mogen bidden om mogelijkheden om relaties op te bouwen met hun moslimburen, om hen lief te hebben en tot zegen te zijn.

Bouw mee aan de gemeenschap christenen die voor moslims bidt en nodig een christelijke vriend(in) of je kring/gemeente uit om tijdens de ramadan met jou mee te bidden aan de hand van deze gebedsgids.

Vraag God om ons te helpen alle mensen te zien zoals Hij hen ziet. 'En God zei: "Laten Wij mensen maken naar Ons beeld, naar Onze gelijkenis.'" (Gen. 1:26a) Bid vandaag dat christenen over de hele wereld een diep verlangen krijgen om verbinding te zoeken met moslims, regelmatig voor hen te bidden en voor hun noden.

Dag 5: zondag 22 februari



Hoe verbindt de ramadan moslims?



De ramadan is een wereldwijde vastenperiode. Stel je voor dat al je vrienden en familie zouden besluiten om samen te vasten. Denk eens aan het gevoel van eenheid dat dat zou geven. Stel je voor dat iedereen in jouw gemeenschap hetzelfde zou doen. De ramadan versterkt het sterke identiteitsgevoel van moslims als gezamenlijke volgelingen van de islam.

Hoe kun je moslims welkom heten in je kerkgemeenschap op een manier die zij zouden herkennen?

Bid voor moslims die niet in hun eigen land wonen en zich geïsoleerd en alleen voelen. Bid dat volgelingen van Jezus beter begrijpen hoe ze relaties zouden kunnen opbouwen met de moslimbevolking in hun gemeenschap.

Dag 6: maandag 23 februari



Waarom is de ramadan een speciale maand voor moslims?



Moslims geloven dat de Koran voor het eerst aan Mohammed werd geopenbaard door een engel tijdens de maand ramadan. De Koran schrijft vasten voor zodat volgelingen van de islam zich bewust worden van Allah.

Vraag je islamitische buurman of vriend wat de ramadan voor hem of haar betekent.

Veel Chinese moslims op de zijderoute nemen specifiek de tijd om tijdens de ramadan de Koran door te lezen, vaak in het originele Arabisch. Kinderen leren ook delen van de Koran in het Arabisch opzeggen. Bid dat deze mensen meer zullen leren over Jezus, die in de Koran wordt genoemd.

Dag 7: dinsdag 24 februari



Hoe ziet de dag van een moslim eruit tijdens de ramadan?



Het begint lang voor zonsopgang met *suhoor*, een stevig ontbijt, voor het ochtendgebed. Overdag gaan velen naar de moskee voor het middaggebed. Bij zonsondergang verbreken moslims hun vasten met water en een dadelhapje voor het *maghrib*gebed, waarna ze *iftar* eten, de belangrijkste avondmaaltijd. In de late avond gaan mannen naar de moskee voor het speciale *tarawih* ramadan avondgebed.

Denk na over welke geestelijke disciplines je zou kunnen ontwikkelen om God eer te brengen.

Vasten gedurende de dag is erg uitdagend. Bid dat christenen rekening houden met hun islamitische naasten die vasten.

Dag 8: woensdag 25 februari

Q Wat zijn de vijf zuilen van de islam?



De vijf pilaren zijn de basispraktijken die een moslim als volgeling van de islam moet volbrengen. Dit zijn: 1) het zeggen van de *shahada*, de islamitische geloofsbelijdenis; 2) het gebed; 3) liefdadigheid; 4) vasten tijdens de maand Ramadan en 5) op bedevaart gaan naar Mekka voor degenen die daartoe in staat zijn.

Begin een respectvol gesprek met je moslimvriend of -buren over wat hun religieuze praktijken voor hen betekenen.

Bid voor mogelijkheden voor christenen om respectvolle gesprekken te voeren met hun islamitische naasten, zodat ze rekening kunnen houden met hun behoeften en geloof.

Dag 9: donderdag 26 februari

Q Waar wonen de meeste moslims?



Het zal je misschien verbazen dat de meeste moslims in Oost- en Zuidoost-Azië wonen. Indonesië is het land met de grootste moslimbevolking ter wereld.

Bekijk de video 'Waar in de wereld wonen moslims?' en/of onderzoek of er moslims bij jou in de buurt wonen.

Bid dat meer christenen zich bewust worden van de grote populaties moslims in Zuidoost-Azië, zodat ze kunnen leren hoe ze hen kunnen zegenen in gelovig gebed.

Dag 10: vrijdag 27 februari



Op welk moment van de dag beginnen moslims weer te eten?



Na zonsondergang neemt een moslim normaalgesproken wat dadels en water tot zich, voordat hij of zij het vroege avondgebed verricht. Na het gebed gaan moslims samen zitten voor een familiemaaltijd die *iftar* wordt genoemd.

Nodig een christelijke vriend(in) uit voor een avondmaaltijd en bid samen bij zonsondergang voor moslims terwijl zij het vasten breken. Je kunt deze gids gebruiken om je gebeden richting te geven.

Bid voor je islamitische naasten die vasten. Mogen zij geduld hebben met elkaar en met de mensen om hen heen wanneer zij honger en dorst beginnen te voelen.

Dag 11: zaterdag 28 februari



Wat gebeurt er met de geestelijke discipline van moslims tijdens de Ramadan?



Ramadan is een heilige maand omdat het de maand is waarin de Koran werd geopenbaard. Het is een tijd waarin bewust wordt gefocust op goede geestelijke praktijken. In deze maand wordt van een moslim verwacht dat hij of zij veel tijd besteedt aan gebed en het overdenken van geestelijke zaken, zodat men iemand wordt die goede daden verricht en goede intenties heeft.

Vraag God om je te helpen gewoonten te ontwikkelen die je meer op Jezus doen lijken.

Bid dat Jezus christenen die onder moslims leven helpt om rechtvaardig te handelen, en integriteit en vergevingsgezindheid te laten zien aan de mensen om hen heen.

Dag 12: zondag 1 maart



Hoe houdt een moslim het overdag vol zonder eten of drinken?



Moslims staan vóór zonsopgang op om ervoor te zorgen dat zij tijdens de suhoor, de maaltijd vóór het vasten, voldoende eten en drinken voordat de dageraad aanbreekt. Deze maaltijd is zo voedzaam dat die hen door de dag heen ondersteunt. Toch worden zij, wanneer zij overdag honger en dorst voelen, eraan herinnerd om medeleven te tonen met armere moslims die niet genoeg te eten hebben.

Bied gastvrijheid aan iemand in je buurt van wie je weet dat hij of zij compassie nodig heeft.

Tijdens *tarawih*, de extra avondgebeden in de moskee tijdens de Ramadan, worden lange gedeelten uit de Koran gereciteerd. Isa, de Arabische naam van Jezus, wordt in de Koran geëerd. Bid dat degenen die over Hem horen, verlangen krijgen om Hem beter te leren kennen.

Dag 13: maandag 2 maart



Kun je zomaar met een moslim over diens geloof praten?



Moslims praten graag over wat zij geloven en hoe zij hun geloof in praktijk brengen. Zij zullen openstaan voor vriendelijke, respectvolle en doordachte vragen over hun geloof.

Zou je een moslimvriend(in) kunnen ontmoeten en meer van hen leren over hun geloof?

Mogen christenen in deze tijd, die voor moslims in het teken staat van religieuze toewijding en een zuiver leven, aandacht hebben voor hun islamitische naasten. Bid dat christenen gelegenheden krijgen om met moslims te spreken over Jezus' onderwijs over zuiverheid en toewijding.

Dag 14: dinsdag 3 maart



Hoe kan ik de rol van gebed in de islam beter begrijpen?



De beste manier om te leren hoe een moslim de islam in praktijk brengt, is door het een moslim zelf te vragen. Moslims willen meestal graag meer delen over hun geloof en hoe zij dat beleven. Je zou een moslim kunnen vragen wat de verschillende vormen van gebed die zij praktiseren voor hen betekenen.

Maak een afspraak om een moskee te bezoeken, moslims te ontmoeten en meer te leren over wat zij geloven.

Bid dat God een gelegenheid geeft om een moslimvriend(in) te ontmoeten en een relatie op te bouwen waarin je over geloof kunt spreken. Bid dat meer volgelingen van Jezus verlangen krijgen om verbinding te zoeken met moslims, zodat zij in deze ramadan Gods zegen over hen kunnen uitspreken.

Dag 15: woensdag 4 maart



Hoe kan ik mijn interesses gebruiken om aan te sluiten bij moslims?



Moslims zijn net als iedereen: zij geven om hun vrienden, familie en gemeenschap, en zij doen graag de dingen die iedereen doet, zoals sporten volgen, hobby's uitoefenen, films kijken, afspreken voor een kop koffie of gastvrijheid tonen.

Denk na over welke sporten of hobby's je samen met een moslimvriend(in) zou kunnen doen, delen of starten om jullie vriendschap te versterken.

Bid dat christenen manieren vinden om contact te maken met hun moslimburen via gedeelde hobby's en interesses.

Dag 16: donderdag 5 maart



Is de ramadan de enige tijd van het jaar dat moslims vasten?



Moslims kunnen op andere tijden van het jaar vasten - en dit wordt behandeld als een extra vasten naar het voorbeeld van Mohammed. Ook degenen die niet in staat zijn om tijdens de ramadan te vasten, bijvoorbeeld omdat ze ziek zijn, kunnen ervoor kiezen om op een ander moment te vasten.

Hoe kun je moslims in je omgeving die ziek of onwel zijn helpen om in contact te komen met het grotere lichaam van Christus?

Bid dat christenen medeleven tonen met mensen die niet kunnen vasten en zich buitengesloten voelen tijdens de ramadan.

Day 17: vrijdag 6 maart



Mogen moslims tijdens het vasten in de ramadan iets drinken?



Tijdens de Ramadan mogen moslims tussen zonsopgang en zonsondergang niets tot zich nemen, zelfs geen water. Daarom zorgen moslims ervoor dat ze tijdens suhoor, de maaltijd vóór het vasten, genoeg water drinken om de lange dag door te komen.

Reflecteer eens op hoe jij reageert als je moe en hongerig bent, en vraag God je te helpen de gewoonte te ontwikkelen om altijd met vriendelijkheid en respect te spreken.

Naarmate de ramadan vordert, kunnen mensen sneller geïrriteerd raken door gebrek aan eten en slaap. Bid dat moslims geduldig en vriendelijk blijven spreken, zelfs als de gemoederen hoog oplopen.

Dag 18: zaterdag 7 maart



Als ik een moslim thuis uitnodig, moet ik dan voorzichtig zijn met wat ik kook?



Moslimes hebben specifieke gebruiken rond wat ze eten en drinken. Sommige voedingsmiddelen zijn *halal*: die zijn toegestaan. Voedingsmiddelen die moslimes niet eten, worden aangeduid als *haram* of verboden.

Vraag je moslimvrienden wat ze mogen eten en nodig ze dan uit voor een maaltijd. Als je dit na de ramadan doet, is het misschien het makkelijkst voor je vriend(in).

Bid vandaag voor Gods zegen over je moslimvriend en diens familie terwijl ze vasten.

Dag 19: zondag 8 maart



Hoeveel van de vluchtelingen in de wereld zijn moslim?



Wereldwijd zijn er meer dan 42 miljoen vluchtelingen, dat is meer dan het dubbele van de Nederlandse bevolking. Vluchtelingen uit landen met een moslimmeerderheid zoals Syrië en Afghanistan, en de Rohingya's uit Myanmar, vormen naar schatting ruim de helft van dit totaal. Deze vluchtelingen verblijven meestal in buurlanden.

Bekijk de vluchtelingenorganisaties bij jou in de buurt om te zien of ze meer steun nodig hebben.

Bid voor de Rohingya-vluchtelingen in Zuidoost-Azië en verder weg, dat God voor hen voorziet in een veilig onderkomen, gerechtigheid en een vreedzame oplossing voor hun problemen.

Dag 20: maandag 9 maart



Wordt Jezus genoemd in de Koran?



Jezus, *Isa al-Masih*, wordt in de Koran genoemd als één van Allah's profeten, wonderbaarlijk geboren uit de maagd Maria. De Koran beschrijft dat Hij wonderen verrichtte met Allah's toestemming en de *Injil*, of het evangelie, verkondigde. In de *Hadith*, de overleveringen van Mohammed, staat geschreven dat Jezus zal terugkeren vóór het einde der tijden.

Bekijk wat de Koran over Jezus zegt op Christian.net.

Bid dat moslims goede gesprekken mogen hebben met christelijke vrienden of burens over wat vasten en Pasen betekenen.

Dag 21: dinsdag 10 maart



Waarom zijn de laatste tien dagen van de ramadan zo belangrijk voor moslims?



Eén van de laatste tien nachten van de ramadan staat bekend als *Lailat al Qadr*, oftewel de Nacht van Kracht. Moslims geloven dat de eerste hoofdstukken van de Koran aan Mohammed werden geopenbaard in deze tijd. De Koran belooft dubbele spirituele beloningen voor aanbidding en gebed op de Nacht van Kracht.

Vraag je moslimvriend(in) om je te vertellen over *Lailat al Qadr*, of nodig een christelijke vriend uit om mee te doen aan een speciaal gebed voor je islamitische naasten in de laatste tien dagen van de ramadan.

Veel moslims zullen de laatste tien nachten van de ramadan doorbrengen in intens gebed en aanbidding tot Allah voor het openbaren van de Koran. Bid dat moslims in Oost- en Zuidoost-Azië meer leren over Isa (Jezus) die in de Koran wordt geëerd.

Dag 22: woensdag 11 maart



Hebben moslims en christenen
gemeenschappelijke geschriften?



Ja - moslims geloven dat de Torah, de Psalmen en de Evangelien goddelijke boeken zijn, zoals ze in de Koran worden genoemd. Ze kennen de boeken als de *Tawrat*, de *Zabur* en de *Injil*. Moslimgeleerden beweren dat de *Injil* of verloren is gegaan, of corrupt is, en identificeren het daarom niet met de Evangelien van de Bijbel. Christenen worden 'Mensen van het Boek' (*Ahl al-Kitāb*) genoemd omdat zij een religie aanhangen die door goddelijke openbaring is ontvangen.

Wat betekent goddelijke openbaring voor jou?

Dank dat moslims geloven dat de christelijke Schrift door goddelijke openbaring is gegeven. Bid dat ze de kans krijgen om de *Injil* te lezen en meer over Jezus te leren.

Dag 23: donderdag 12 maart

Q Wat is de moslimdiaspora?



Moslimvolken die hun eigen land hebben verlaten om zich in een ander land te vestigen om sociale, economische of politieke redenen, worden diasporavolkeren genoemd. Als je in een land woont waar diasporavolkeren zich gevestigd hebben, zoek dan naar manieren om hen een welkom gevoel te geven in je gemeenschap.

Neem contact op met OMF Nederland, je kerk of je vereniging om te zien of je samen met hen nieuwkomers in je gemeenschap kunt helpen zich welkom te voelen.

Bid voor mogelijkheden voor christenen om hun islamitische naasten een warm welkom te heten.

Dag 24: vrijdag 13 maart



Wie zorgt er voor moslims die in armoede leven?



In de islam is het geven van *zakat*, een jaarlijkse gift van 2,5% van het vermogen van een moslim aan de armen en kwetsbaren, één van de vijf zuilen. Zakat wordt vaak gegeven tijdens de ramadan, wanneer moslims door hun eigen honger worden herinnerd aan degenen in hun gemeenschap die niet genoeg te eten hebben; men kan bovendien extra verdienste ontvangen als de gift in deze heilige maand wordt gedaan.

Kijk eens naar je eigen vermogen. Hoeveel geef jij nu weg aan degenen die het het hardst nodig hebben?

Bid vandaag voor moslims in Zuidoost-Azië die zich aan de rand van de samenleving bevinden, dat hun naasten bewogen met hen zijn, en hen willen helpen om tot bloei te komen. Bid ook voor christelijke werkers die onder hen leven, dat zij de liefdevolle handen en voeten van Jezus mogen zijn voor deze gemeenschappen.

Dag 25: zaterdag 14 maart



Worden moslims ook vervolgd?



Moslims kunnen worden vervolgd voor hun geloof als ze een minderheid vormen in een land, zoals bijvoorbeeld de Rohingya in Myanmar.

Doe online onderzoek naar de situatie van de Rohingya's.

Bid voor goede relaties tussen moslimminderheden en de gemeenschappen waarin zij wonen. Bid voor vrede en stabiliteit in die regio's. Bid voor autoriteiten die streven naar welvaart en gerechtigheid voor al hun burgers.

Dag 26: zondag 15 maart

 Kun je moslims vragen over Allah stellen? 

Moslims praten graag over Allah en zij hebben respect voor Jezus als de voorlaatste profeet die door hem werd gezonden vóór Mohammed. Zij kennen Jezus onder zijn Arabische naam Isa al-Masih. Door vragen te stellen en met oprechte nieuwsgierigheid te luisteren, kun je meer begrijpen van de islam en leer je respectvol om te gaan met moslims.

Maak een afspraak met een islamitische vriend of collega om hen meer te vragen over wat zij geloven.

‘U bent de God die mij ziet,’ was de naam die Hagar aan God gaf toen zij van Sarai naar de woestijn vluchtte (Genesis 16:13). Ismaël, de zoon van Hagar, wordt door moslims erkend als een belangrijke profeet en gezien als een voorouder van Mohammed. Bid dat moslims in Oost- en Zuidoost-Azië meer zullen leren over de God die hen ziet.

Dag 27: maandag 16 maart



Waar kan ik meer te weten komen over het bidden voor en dienen van moslims?



Wat zou het mooi zijn om ook na de ramadan te blijven bidden voor moslims. Je kunt meer bronnen en gebedsmaterialen online vinden op websites zoals Prayercast.com, HowtoPrayforMuslims.org, pray30days.org en omf.org/blessingmuslims.

Er wonen meer dan 23 miljoen moslims in China en meer dan 250 miljoen in Zuidoost-Azië. Bid dat christenen een blijvende bewogenheid hebben om voor deze mensen te bidden.

Dag 28: dinsdag 17 maart



Zou ik iemand kunnen zijn die tussen moslims gaat wonen?



Een geweldige manier om moslims te zegenen is om onder hen te gaan wonen en je vaardigheden te gebruiken om hun gemeenschappen te dienen en op te bouwen. Dit omvat zaken als gemeenschapsontwikkeling of Engelse les geven. Ook medische, technische en andere professionele vaardigheden zijn waardevol.

Neem de tijd om God te vragen naar de mogelijkheden die hij jou wil geven om moslims te zegenen.

Bid voor volgelingen van Jezus die onderzoeken hoe ze hun vaardigheden kunnen gebruiken om de moslims in Oost- en Zuidoost-Azië te zegenen, dat God hen leidt en richting geeft.

Dag 29: woensdag 18 maart



Hoe kan ik degenen steunen die moslims zegenen?



Het aangaan van partnerschappen met mensen die in moslingemeenschappen overzee wonen, is essentieel om hen te ondersteunen terwijl ze de mensen die ze dagelijks ontmoeten op de lange termijn kunnen zegenen. Jouw gebeden, financiële steun en vriendschap kunnen hen de cruciale hulp bieden die ze nodig hebben om te bloeien.

Als je iemand kent die moslims zegent, vraag dan hoe je regelmatig voor hen kunt bidden. Betrek je kerk bij het sturen van een zorgpakket.

Bid voor hen die de moslimbevolking van Oost- en Zuidoost-Azië willen zegenen. Bid voor goede mogelijkheden om vriendschappen op te bouwen en deel uit te maken van de gemeenschap tijdens de vastenmaand.

Dag 30: donderdag 19 maart



Hoe kunnen we elkaar aanmoedigen om onze islamitische naasten lief te hebben?



Eén van de belangrijkste manieren waarop we elkaar op dit gebied kunnen aanmoedigen, is door zelf het goede voorbeeld te geven. Als we kunnen laten zien hoe we moslims hebben leren kennen en culturele barrières hebben doorbroken, zal dit anderen vaak helpen om hetzelfde te doen. Leer meer over hoe je dit kunt doen door te kijken naar 'Hoe ziet het eruit om een zegen te zijn voor moslims?'

Hoe kun je je gemeenschap betrekken bij het leren kennen van moslims in je omgeving?

Moslims in Zuidoost-Azië praten graag over wat ze geloven. Bid voor meer christenen die onder hen komen wonen en die zich op hun gemak voelen om met hun vrienden over geestelijke zaken te praten.

Dag 31: vrijdag 20 maart



Wat gebeurt er aan het einde van de ramadan?



Op de dag dat de ramadan eindigt, geven moslimvolkeren uiting aan hun vreugde en blijdschap door een gezamenlijk gebed te bidden, indien mogelijk buiten. Deze dag is een feestdag in moslimlanden. Families en gemeenschappen komen samen voor een feest, er worden speciale gerechten bereid en kinderen krijgen cadeautjes. Dit feest staat bekend als *Eid-al-Fitr* - 'het feest van het verbreken van het vasten' - en het kan wel drie dagen duren.

Dank voor het prachtige feest dat in Jesaja 25:6 wordt beloofd.

Na afloop van de ramadan proberen veel moslims de gewoonten die ze tijdens de maand hebben gevormd, in stand te houden. Vraag God om je te helpen om te blijven bidden dat Zijn zegen ook na de ramadan op de moslims in Oost- en Zuidoost-Azië zal rusten.



Wat is de volgende stap voor mij, nu de ramadan voorbij is?



Bij OMF willen we een gemeenschap zijn die onze islamitische naasten zegent. Niet alleen tijdens de ramadan, maar het hele jaar door. Je kunt bijvoorbeeld nu een islamitische buurman/buurvrouw uitnodigen om koffie te drinken, of met hem of haar uit eten gaan.

Ook kun je van vasten tijdens de lunch een vaste gewoonte maken, en de tijd dat je je eten klaarmaakt en eet, gebruiken om te bidden voor moslims met behulp van deze gebedsgids en de nieuwste gebedspunten van *Bid voor de moslims van Oost-Azië* op omf.org.

Als je meer wilt weten, kun je op omf.org/blessingmuslims meer ideeën en bronnen bekijken om te ontdekken hoe je betrokken kunt raken bij het zegenen van moslims in Oost- en Zuidoost-Azië.

