

**Zeitschrift:** Frei denken : das Magazin für eine säkulare und humanistische Schweiz  
**Herausgeber:** Freidenker-Vereinigung der Schweiz  
**Band:** 101 [i.e. 103] (2020)  
**Heft:** 1: Abtrünnig : Ex-Muslimin Sarah Haider im Interview  
  
**Artikel:** Interview mit der Ex-Muslimin Sarah Haider\* : "Es ist okay, seinen Glauben aufzugeben"  
**Autor:** Kyriacou, Andreas / Haider, Sarah  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1091371>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 08.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Foto: ©mehdi-sepehri-GW/LSdq1 axes-unsplash

Interview mit der Ex-Muslimin Sarah Haider\*

# «Es ist okay, seinen Glauben aufzugeben»

INTERVIEW: ANDREAS KYRIACOU

**Andreas Kyriacou:** Erzähl uns zunächst etwas zu deinen Kindheitsjahren.

Sarah Haider: Ich bin in Pakistan geboren, als ich sieben war, zogen meine Eltern in die USA, ich erinnere mich noch, wie ich als Kind Englisch zu lernen begann, und dass ich wahrnahm, dass ich mich nun in einer anderen Kultur bewegte.

Meine Eltern waren vergleichsweise liberal eingestellte Muslime. Allerdings würden die Verhaltensregeln, die sie mir

aufbürdeten, unter Christen sehr wohl als konservativ gelten. Ich musste keinen Hijab tragen, aber ich wurde angehalten, mich züchtig zu kleiden. Ich führte also nicht wirklich das Leben eines durchschnittlichen Kindes in meinem Alter.

**Welche Rolle spielte Religion für dich als Jugendliche?**

Zu Beginn meiner Jugendjahre – ich sehe sie als die Zeit, in der ich mich zu einer denkenden Person entwickelte – wurde mir bewusst, dass ich mich nicht meiner Religion entsprechend benahm.

Ich wollte eine bessere Muslima werden. Ich entschied mich mit dreizehn, den Hijab zu tragen. Zu dieser Zeit empfand ich das als meine freie Wahl. Ich bemerkte erst später, dass ich mich in einem Umfeld bewegt hatte, in dem dies nachhaltig befürwortet wurde, ich mich bei meiner Entscheidungsfindung also stark von anderen hatte leiten lassen.

Ich wurde zu meiner Zeit als Hijab-Trägerin gar missionarisch, ich wollte die Seele meiner nicht-muslimischen Freunde retten.

### Doch dann kamen nach und nach Zweifel in dir auf ...

Ja, da war ich fünfzehn oder sechzehn. Die Idee, dass Personen nicht in den Himmel kommen können, nur, weil ihnen der Islam nie offenbart worden war, obschon sie anderweitig gute Menschen waren, schien mir ungerecht. Viel später erfuhr ich im Austausch mit anderen Ex-Muslimen, dass dieser Punkt für viele am Anfang ihres Zweifels stand. Doch dieses Gefühl führte bei mir zunächst noch nicht wirklich zu einem Glaubensverlust. Man redet sich ein, dass etwas noch lange nicht unfair sein muss, nur weil es ungerecht scheint. Es könnte ja einfach daran liegen, dass man die Religion nicht genug versteht.

Bald sah ich mich aber an der High School mit den, wie ich sie nenne, Standardargumenten von Atheisten konfrontiert, wie der Existenz von Üblem auf der Welt, trotz eines gutmütigen Schöpfers. Anfänglich war ich schockiert, dass jemand ungläubig sein könnte, versuchte die Argumente zu entkräften und missionierte für meine Religion. Ich umschiffte theologische Inkonsistenzen und fand Gefallen an wissenschaftlichen Erklärungen, die meinen Glauben scheinbar stützten.

Doch dann ging es sehr schnell. Ich begann Philosophieforen zu besuchen, und mein Glaube wurde nachhaltig erschüttert. Rückblickend kann ich sagen, dass die mir aufgezwungene Auseinandersetzung mit Gegenargumenten viel in mir auslöste. In der Atheistenszene wird ja intensiv darüber debattiert, ob man Gläubige herausfordern oder sich eher mitfühlend zeigen soll. Ich sehe mich selbst nicht als militante Atheistin, aber ich weiss, dass ich damals den einen

oder anderen verbalen Schlag ins Gesicht benötigt hatte, um bereit zu sein, meine eigenen Überzeugungen zu hinterfragen.

Ich wurde Atheistin, bevor ich Ex-Muslimin wurde, das heisst, ich hörte erst auf, an Gott zu glauben, bevor ich mich der Religion als Ganzes entfremdete. Das war der weitaus schwierigere Schritt. Ich war mir sicher, dass ich stigmatisiert und Freunde verlieren würde, wenn ich in meinem muslimischen Umfeld offen über meinen Abfall vom Glauben sprechen würde.

### Doch dann kam ein Wendepunkt, und du wurdest zur Mitgründerin der Ex-Muslims of North America. Wie das?

Ich kannte lange keine anderen Ex-Muslims. Dann begegnete ich Muhammad Syed. Ich glaubte ihm anfänglich nicht, dass er auch ungläubig war, ich war wirklich noch niemandem begegnet, der sich vom Islam abgewendet hatte. Wir beschlossen, das war im Jahr 2013, die

Ex-Muslims of North America zu gründen, ursprünglich als Unterstützungsgruppe für Personen in einer ähnlichen Situation. Die Resonanz war überraschend gross. Es kamen Leute an unsere Treffen, die acht Stunden Fahrzeit auf sich nahmen, um sich mit uns und anderen austauschen zu können. Wir bemerkten schnell, dass wir das Entstehen regionaler Ableger fördern mussten.

Wir machen längst auch viel Öffentlichkeitsarbeit, um auf die spezifischen Probleme, mit denen sich Ex-Muslims konfrontiert sehen, aufmerksam zu machen. Und wir stehen hin und sagen: Es ist völlig in Ordnung, seinen Glauben aufzugeben, auch den Islam. Ich würde selbst das Etikett «Ex-Muslimin» nicht aktiv verwenden, wenn die Verfolgung der Islamaussteiger und -aussteigerinnen nicht so drastisch wäre.

2019 lancierten wir eine Plakatkampagne, um anderen Ex-Muslimen Mut zu

Fortsetzung Seite 22



Plakatkampagne der Ex-Muslims of North America



machen. Als Sujet hatten wir unter anderem den Spruch «There is no God, but Allah» geplant – mit «but Allah» durchgestrichen. Eine Plakatgesellschaft testete den Slogan an Muslimen – und wies ihn dann zurück. So erging es uns mit mehreren Textvarianten und Dutzenden von Plakatgesellschaften. Doch wir liesen uns nicht entmutigen. Die Kampagne ging dann live mit dem Slogan «Godless. Fearless. Ex-Muslim». Nicht meine Lieblingsvariante, aber immer noch eine starke Aussage.

### Wie reagiert die Politik auf euer Engagement für Apostatinnen?

Historisch betrachtet war Gottlosigkeit in den USA immer eine Sache der Linken, das ist auch heute noch so. Aber die Anliegen der Ex-Muslime nehmen einen sehr seltsamen Platz ein. Unsere Anliegen erhalten nur von zwei Gruppen wirklich Beachtung: von Atheisten und von Fremdenfeinden. 95% unserer ex-muslimischen Unterstützer positionieren sich selbst mitte-links. Doch ausgerechnet von diesem Teil des Politspektrums erhalten wir leider kaum Zuspruch.

Ein Teil der Zurückhaltung mag darin begründet sein, dass die USA immer noch ein sehr religiöses Land sind. Die Zugehörigkeit zu Glaubensgemeinschaften geht allerdings zurück, und langsam wird Religionslosigkeit auch in der Politik salonfähig. Und das Wissen um die schwierige Situation für Ex-Muslime nimmt stetig zu. Auf der anderen Seite nimmt Identitätspolitik einen immer grösseren Stellenwert ein.

Religiosität wird von Vertretern der Identitätspolitik oftmals als etwas Unveränderliches angesehen. Dabei beweisen wir Ex-Muslime alleine durch unsere Existenz, dass die eigene Weltanschauung etwas Dynamisches ist und man einem ganzen Strauss von Ideen nachgehen kann. Es wird übrigens spannend sein zu sehen, welchen Einfluss die Gen-

derdebatte auf die Identitätspolitik haben wird, die in vielerlei Hinsicht von der Unveränderbarkeit von Merkmalen ausgeht, beim sozialen Geschlecht aber Fluidität betont.

Eine weitere Herausforderung ist die Tendenz im Westen, den Westen als von Vernunft geprägt zu sehen, den Osten hingegen als Ort der kulturellen Tradition und des Aberglaubens. Das machen Personen auf beiden Seiten des Politikspektrums, die Linke ist sich dessen aber kaum bewusst. Vertreter der Demokraten kommen kaum auf die Idee, die rigiden Kleidervorschriften der Mormonen zu verteidigen. Frauenfeindliche Bräuche waren in der viktorianischen Kultur allgegenwärtig, aber niemand fordert, dass wir ihnen weiterhin folgen sollten. Beim Hijab hingegen argumentieren viele auf der linken Seite, dass die Verschleierung ein legitimes Element der muslimischen Kultur darstelle, sie sei Teil der Tradition und sollte deshalb auch heutzutage als wichtig angeschaut werden.

Viele Akteure auf der linken Seite nehmen an, die Ungerechtigkeiten in muslimischen Ländern seien primär oder gar ausschliesslich eine Folge westlicher Interventionen, die quasi als Erbsünde betrachtet wird. Dieses verkürzte Erklärungsmuster geht nur auf, wenn diese Länder als von Tradition geprägt verstanden werden, und nicht von Vernunft und von individuellem Handlungswillen. Dies ist letztlich genauso rassistisch untermalt, wie wenn auf der politischen rechten Seite Muslime als unzivilisierte Barbaren porträtiert werden, die nicht imstande seien, funktionierende Gesellschaften zu bilden.

Der offene Rassismus von rechts führt auf der linken Seite oftmals zu einer weiteren Unterstellung: dass Ex-Muslime ihre Religion nur deshalb aufgäben, weil sie wegen der rechten Hetze einen solch

schlechten Ruf habe. Das ist ungeheuerlich anmassend – Ex-Muslime werden so schlicht nicht als autonom handelnde Personen wahrgenommen.

Die politische Arbeit ist also ausgesprochen herausfordernd. Ex-Muslime passen oftmals weder zur Linken noch zur Rechten, und unser Zweiparteiensystem erschwert es zusätzlich, Gehör zu finden.

### Welche Veränderungen wünschst du dir in der politischen Debatte?

Wie müssen zurückfinden zum Anspruch der universellen Gültigkeit der Menschenrechte, für die die Linke so lange einstand. Der Kulturrelativismus hätte Verständnis und Nuancen in die politische Debatte bringen sollen, aber er hat auch zu einer Abkehr vom Prinzip der universellen Werte geführt, gerade bei Leuten, die für sich in Anspruch nehmen, sich für Minderheiten einzusetzen. Dies müssen wir überwinden. ■



Foto: ©Evan Mann

**Sarah Haider (28)** ist eine pakistanisch-amerikanische politische Aktivistin und Speakerin. Sie ist Gründerin der Interessenvereinigung Ex-Muslims of North America (EX-MNA), die ehemaligen Muslimen dabei hilft, ihre Religionsgemeinschaft zu verlassen, und sich für eine Normalisierung religiöser Dispute innerhalb muslimischer Glaubensgemeinschaften einsetzt.