

Seelenfrieden

Und Zufriedenheit



**Die Übernahme Positiver
Eigenschaften führt
Zu Innerem Frieden**

Seelenfrieden Und Zufriedenheit

ShaykhPod Bücher

Veröffentlicht von ShaykhPod Books, 2024

Obwohl bei der Erstellung dieses Buches mit größter Sorgfalt vorgegangen wurde, übernimmt der Herausgeber keine Verantwortung für Fehler oder Auslassungen oder für Schäden, die sich aus der Verwendung der hierin enthaltenen Informationen ergeben.

Seelenfrieden und Zufriedenheit

Zweite Auflage. 22. März 2024.

Urheberrecht © 2024 ShaykhPod-Bücher.

Geschrieben von ShaykhPod Books.

Inhaltsverzeichnis

[Inhaltsverzeichnis](#)

[Danksagung](#)

[Anmerkungen des Compilers](#)

[Einführung](#)

[Seelenfrieden und Zufriedenheit](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 1](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 2](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 3](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 4](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 5](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 6](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 7](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 8](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 9](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 10](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 11](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 12](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 13](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 14](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 15](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 16](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 17](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 18](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 19](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 20](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 21](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 22](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 23](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 24](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 25](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 26](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 27](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 28](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 29](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 30](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 31](#)

[Seelenfrieden & Körperfrieden - 32](#)

[Zufriedenheit - 1](#)

[Zufriedenheit - 2](#)

[Zufriedenheit - 3](#)

[Über 400 kostenlose eBooks zum Thema „Guter Charakter“](#)

[Andere ShaykhPod-Medien](#)

Danksagung

Aller Lob gebührt Allah, dem Erhabenen, dem Herrn der Welten, der uns die Inspiration, Gelegenheit und Kraft gegeben hat, dieses Buch fertigzustellen. Segen und Frieden seien auf dem Heiligen Propheten Muhammad, dessen Weg von Allah, dem Erhabenen, zur Rettung der Menschheit gewählt wurde.

Wir möchten der gesamten ShaykhPod-Familie unseren tiefsten Dank aussprechen, insbesondere unserem kleinen Star Yusuf, dessen fortwährende Unterstützung und Beratung die Entwicklung von ShaykhPod Books inspiriert hat.

Wir beten, dass Allah, der Erhabene, seine Gunst an uns vollendet und jeden Buchstaben dieses Buches vor seinem erhabenen Gericht annimmt und ihm erlaubt, am Jüngsten Tag für uns auszusagen.

Alles Lob gebührt Allah, dem Erhabenen, dem Herrn der Welten, und ewiger Segen und Frieden seien mit dem Heiligen Propheten Muhammad, seiner gesegneten Familie und seinen Gefährten, möge Allah mit ihnen allen zufrieden sein.

Anmerkungen des Compilers

Wir haben uns mit aller Sorgfalt bemüht, diesem Band gerecht zu werden. Sollten dennoch Mängel festgestellt werden, so ist dafür ausschließlich der Verfasser persönlich verantwortlich.

Wir akzeptieren die Möglichkeit von Fehlern und Unzulänglichkeiten bei dem Versuch, eine so schwierige Aufgabe zu erfüllen. Wir könnten unbewusst gestolpert sein und Fehler begangen haben, für die wir unsere Leser um Nachsicht und Verzeihung bitten und die uns dankbar wären, wenn Sie uns darauf aufmerksam machen würden. Wir sind aufrichtig um konstruktive Vorschläge dankbar, die an ShaykhPod.Books@gmail.com gerichtet werden können.

Einführung

Das folgende kurze Buch befasst sich mit zwei Aspekten eines edlen Charakters: Seelenfrieden und Zufriedenheit.

Die Umsetzung der besprochenen Lektionen wird einem Muslim dabei helfen, einen edlen Charakter zu entwickeln. Gemäß dem Hadith in Jami At Tirmidhi, Nummer 2003, hat der Heilige Prophet Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, darauf hingewiesen, dass das Schwerste auf der Waage des Jüngsten Gerichts ein edler Charakter sein wird. Es ist eine der Eigenschaften des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, die Allah, der Erhabene, in Kapitel 68 Al Qalam, Vers 4 des Heiligen Quran lobte:

„Und tatsächlich besitzen Sie eine große moralische Persönlichkeit.“

Daher ist es die Pflicht aller Muslime, sich die Lehren des Heiligen Qur'an und die Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad (Friede und Segen seien auf ihm) anzueignen und danach zu handeln, um einen edlen Charakter zu erlangen.

Seelenfrieden und Zufriedenheit

Seelenfrieden & Körperfrieden - 1

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich gerne mit Ihnen teilen möchte. In den heiligen Schriften gibt es viele Beispiele, die darauf hinweisen, dass eine Person entsprechend ihrer Taten behandelt werden soll. In einem Vers des Heiligen Quran beispielsweise erklärt Allah, der Erhabene, dass Er der Person gedenken wird, die Seiner gedenkt. Kapitel 2 Al Baqarah, Vers 152.

„Denkt an mich, dann werde auch ich an euch denken.“

Ein weiteres Beispiel findet sich in Kapitel 2 Al Baqarah, Vers 40:

„...erfülle Meinen Bund [mit dir], dann werde Ich deinen Bund [von Mir aus] erfüllen...“

Und schließlich weist der Heilige Prophet Muhammad (Friede und Segen seien auf ihm) in einem Hadith, der in Jami At Tirmidhi, Nummer 1924, zu

finden ist, darauf hin, dass jeder, der anderen gegenüber Barmherzigkeit erweist, von Allah, dem Erhabenen, Barmherzigkeit erfahren wird.

Es ist ganz offensichtlich, dass die Menschen in dieser materiellen Welt streben, weil sie sich nach Seelenfrieden und Zufriedenheit sehnen. Im Lichte der vorangegangenen Diskussion wird Frieden im eigenen Leben oft erreicht, wenn eine Person anderen erlaubt, in Frieden zu leben. Wenn man über sein eigenes Leben nachdenkt, wird man feststellen, dass die Menschen in zwei Kategorien unterteilt werden können: diejenigen, die sich um ihre eigenen Angelegenheiten kümmern und anderen erlauben, in Frieden zu leben, und diejenigen, die das nicht tun. Man muss kein Genie sein, um herauszufinden, dass diejenigen, die andere in Frieden leben lassen, diejenigen sind, die Frieden erlangen. Während die Mitglieder der anderen Gruppe niemals Frieden finden, unabhängig davon, wie viele weltliche Segnungen sie besitzen mögen. Dies ist einer der Gründe, warum der Heilige Prophet Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, in einem Hadith in Sunan Ibn Majah, Nummer 3976, riet, dass ein Muslim seinen Islam nicht vervollkommen kann, bis er Dinge vermeidet, die ihn nichts angehen. Diejenigen, die diesen Rat ignorieren und sich damit beschäftigen, sich in die Angelegenheiten anderer einzumischen, sind diejenigen, die niemals Frieden finden. Indem sie anderen den Frieden rauben, raubt Allah, der Erhabene, ihnen den Frieden.

Ein großer Schritt in Richtung Seelenfrieden ist es daher, andere in Frieden leben zu lassen. Es ist wichtig zu beachten, dass dies nicht bedeutet, dass man aufhören sollte, Gutes zu befehlen und Böses zu verbieten, da dies eine wichtige Pflicht ist. Es bedeutet jedoch, dass man die Dinge, die nicht sündig sind, in Ruhe lassen sollte, da ständiges Tadeln anderer in Angelegenheiten, die nicht ungesetzlich sind, nur zu Feindseligkeit und dem Verlust des Friedens im Leben der Menschen führt. Es gab eine Zeit, in der die Menschen es liebten, von anderen in

allen rechtmäßigen und ungesetzlichen Angelegenheiten beraten zu werden, selbst wenn dies bedeutete, dass sie getadelt wurden, weil sie sich zum Besseren verändern wollten. Aber diese Zeit ist lange vorbei. Heutzutage mögen es die meisten Menschen nicht, wegen des Ungesetzlichen getadelt zu werden, geschweige denn wegen der Dinge, die zwar rechtmäßig, aber unerwünscht sind. Daher ist es am besten, diese Einstellung zu vermeiden, wenn man ein wenig Frieden in seinem Leben erlangen möchte.

Abschließend sei gesagt: Derjenige, der andere in Frieden leben lässt, wird von Allah, dem Erhabenen, mit Frieden bedacht.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 2

In einem Hadith, der in Jami At Tirmidhi, Nummer 2465, zu finden ist, wies der Heilige Prophet Muhammad (Friede und Segen seien auf ihm) darauf hin, dass jedem, der die Vorbereitung auf das Jenseits dem Streben nach dieser materiellen Welt vorzieht, Zufriedenheit gewährt wird, seine Angelegenheiten für ihn in Ordnung gebracht werden und er die ihm zugedachte Versorgung auf einfache Weise erhält.

Diese Hälfte des Hadith bedeutet, dass jeder, der seine Pflichten gegenüber Allah, dem Erhabenen, und der Schöpfung richtig erfüllt, wie etwa seine Familie auf rechtmäßige Weise versorgt und dabei die Exzesse dieser materiellen Welt vermeidet, Zufriedenheit erlangen wird. Das ist der Fall, wenn man mit dem zufrieden ist, was man besitzt, ohne gierig zu sein und aktiv danach zu streben, mehr weltliche Dinge zu erlangen. In Wirklichkeit ist derjenige, der mit dem zufrieden ist, was er besitzt, ein wahrhaft reicher Mensch, selbst wenn er wenig Vermögen besitzt, da er von Dingen unabhängig wird. Unabhängigkeit von irgendetwas macht einen in Bezug darauf reich.

Darüber hinaus wird diese Einstellung es einem ermöglichen, mit allen weltlichen Problemen, die während des Lebens auftreten können, bequem umzugehen. Denn je weniger man mit der materiellen Welt interagiert und sich auf das Jenseits konzentriert, desto weniger weltliche Probleme wird man haben. Je weniger weltliche Probleme eine Person hat, desto angenehmer wird ihr Leben. Beispielsweise wird jemand, der ein Haus besitzt, weniger Probleme damit haben, wie zum Beispiel einen kaputten Herd, als jemand, der zehn Häuser besitzt. Schließlich wird diese Person leicht und angenehm ihren rechtmäßigen Unterhalt

erhalten. Nicht nur das, sondern Allah, der Erhabene, wird ihnen eine solche Gnade in ihren Unterhalt legen, dass er alle ihre Pflichten und Bedürfnisse abdeckt, das heißt, er wird sie und ihre Angehörigen zufriedenstellen.

Die Vorbereitung auf das Jenseits zu priorisieren bedeutet, dass man immer so handeln und sprechen sollte, dass einem das Jenseits zugute kommt. Wie bereits erklärt, beinhaltet dies das Streben nach der rechtmäßigen Versorgung, um seine Bedürfnisse und Pflichten zu erfüllen, ohne verschwenderisch oder extravagant zu sein. Jede Aktivität, die einem im Jenseits keinen Nutzen bringt, sollte minimiert werden. Je mehr man sich auf diese Weise verhält, desto zufriedener wird man sein und desto einfacher werden die täglichen Aktivitäten. Darüber hinaus bereitet man sich auch angemessen auf das Jenseits vor, was beinhaltet, die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt. Daher erreicht man Frieden und Erfolg in beiden Welten.

Aber wie in der anderen Hälfte dieses Hadith erwähnt, wird derjenige, der das Streben nach der materiellen Welt der Vorbereitung auf das Jenseits vorzieht, indem er seine Pflichten vernachlässigt oder nach dem Unnötigen und Überfluss dieser materiellen Welt strebt, feststellen, dass sein Bedürfnis, also seine Gier, nach weltlichen Dingen nie befriedigt wird. Dies macht ihn per Definition arm, selbst wenn er viel Reichtum besitzt. Diese Menschen werden den ganzen Tag von einem weltlichen Problem zum nächsten gehen und keine Zufriedenheit erreichen, da sie zu viele weltliche Türen geöffnet haben. Und sie werden ihre ihnen zugedachte Versorgung nur mit Mühe erhalten und sie wird sie nicht zufriedenstellen und nie genug zu sein scheinen, um ihre Gier zu stillen. Dies kann sie sogar in Richtung des Ungesetzlichen drängen, was nur zu einem größeren Verlust in beiden Welten führt. Schließlich werden sie sich

aufgrund ihrer Einstellung nicht ausreichend auf das Jenseits vorbereiten.
Daher erfährt diese Person Stress und Unzufriedenheit in beiden Welten.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 3

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich gerne mit Ihnen teilen möchte. Viele Menschen legen die Maßstäbe für ihr Glück nach den Regeln und Wünschen anderer fest. Das Problem mit dieser Mentalität ist, dass man je nach den Wünschen anderer traurig oder glücklich wird. Wenn sie an dieser Einstellung festhalten, erreichen sie ein Niveau, auf dem sie lieben, hassen, geben, zurückhalten und entsprechend den Wünschen anderer handeln. Diese Einstellung führt nur zu allgemeiner Traurigkeit im Leben, da es unerreichbar ist, anderen wirklich zu gefallen. Die Menschen sind nicht zufrieden mit Allah, dem Erhabenen. Wenn Er ihnen unzählige Segnungen gewährt hat, wie können sie dann mit Menschen zufrieden sein, die ihnen von Natur aus nichts gegeben haben? Wenn man also mit der Einstellung lebt, immer danach zu streben, anderen zu gefallen, wird das nur zu Traurigkeit führen.

Ein Muslim sollte daher danach streben, die Gunst Allahs des Erhabenen zu erlangen, die leicht zu erlangen ist. Diese Person wird um Allahs des Erhabenen willen lieben, hassen, geben und zurückhalten, was ein Aspekt der Vervollkommnung des eigenen Glaubens ist. Dies wird in einem Hadith bestätigt, der in Sunan Abu Dawud, Nummer 4681, zu finden ist. Dies wird nur durch aufrichtigen Gehorsam gegenüber Allah dem Erhabenen erreicht, was die Erfüllung der Gebote Allahs des Erhabenen, das Unterlassen seiner Verbote und Geduld mit dem Schicksal beinhaltet. Dies wird zu wahrem Glück in beiden Welten führen und ist daher der Schlüssel zum Glück.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 4

Ich hatte einen Gedanken, den ich teilen wollte. Es ist wichtig, dass Muslime in allen Aspekten ihres Lebens immer realistische Erwartungen haben, da unrealistische Erwartungen immer zu Enttäuschung, Traurigkeit, Kummer und Depression führen, die wiederum die Zutaten für Ungeduld und Ungehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, sind. Dies führt nur zu weiteren Problemen in beiden Welten. Muslime sollten zum Beispiel die von Bollywood geschaffene Fantasie ablehnen, indem sie glauben, ihre Ehe werde wie ein Märchen sein. Dies ist eine lächerliche und unrealistische Erwartung, die nur zu Enttäuschung führen wird. Wenn man hingegen versteht, dass eine Ehe Schwierigkeiten mit sich bringt, aber bereit ist, diese zu bewältigen, ist es wahrscheinlicher, dass man Glück und Seelenfrieden erreicht.

Darüber hinaus sollte ein Muslim realistische Erwartungen entsprechend seiner eigenen Situation und Lebensaufgabe setzen, er sollte nicht andere beobachten und seine Erwartungen nach deren Maßstäben setzen. Dies wird in einem Hadith in Jami At Tirmidhi, Nummer 2513, dargelegt.

In Wirklichkeit wird ein wahrer Muslim keine Erwartungen an andere Menschen stellen, da er sich nur auf Allah, den Erhabenen, verlässt und ihm vertraut. Aber das ist ein hoher und selten zu erreichender Status. Wenn ein Muslim also Erwartungen an andere Menschen stellen muss, sollten diese realistisch sein, sonst führen sie nur zu Enttäuschung, Kummer und Depression.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 5

Ich habe vor einiger Zeit einen Zeitungsartikel gelesen, den ich kurz besprechen wollte. Der Zeitungsartikel berichtete über eine hochrangige amerikanische Regierungsangestellte, die entlassen wurde, weil sie sich weigerte, einen Befehl auszuführen, der eindeutig unethisch und unmoralisch war. Es ist ganz klar, dass hohe Positionen in Regierungen und großen Unternehmen von Männern besetzt sind. Man kann sich also vorstellen, wie hart sie gearbeitet und wie viele Opfer sie gebracht haben muss, um ihren Rang in der amerikanischen Regierung zu erreichen. Sie wusste, dass sie ihren Job verloren hätte, wenn sie sich geweigert hätte, den Befehlen ihres Vorgesetzten zu folgen, und dennoch machte sie keine Kompromisse bei ihren Werten. Der Islam lehrt Muslime, dass auch sie diese Mentalität annehmen und niemals Kompromisse bei ihrem Glauben eingehen sollten, um etwas aus der materiellen Welt zu gewinnen. Kapitel 4 An Nisa, Vers 135:

„Ihr Gläubigen, seid standhaft in der Gerechtigkeit und Zeugen für Allah, auch wenn es gegen euch selbst oder gegen Eltern und Verwandte ist ...“

Da die materielle Welt vergänglich ist, wird alles, was man daraus gewinnt, irgendwann vergehen und man wird im Jenseits für seine Taten und seine Einstellung zur Rechenschaft gezogen. Da sie außerdem vergessen haben, Allah, dem Erhabenen, aufrichtig zu gehorchen, werden die weltlichen Dinge, die sie durch Kompromisse in ihrem Glauben erlangt haben, zu einer Quelle ihres Elends, selbst wenn sie einige Momente der Freude haben. Kapitel 9 At Tawbah, Vers 82:

„Lass sie also ein wenig lachen – sie werden viel weinen als Belohnung für das, was sie begangen haben.“

Und Kapitel 20 Taha, Verse 124-126:

„Und wer sich von Meiner Erinnerung abwendet, dem wird ein bedrückendes Leben bevorstehen, und Wir werden ihn am Tag der Auferstehung blind wieder auferstehen lassen.“ Er wird sagen: „Mein Herr, warum hast Du mich blind wieder auferstehen lassen, wo ich doch sehend war?“ Er wird sagen: „So kamen Unsere Zeichen zu euch, und ihr vergaßt sie, und so werdet auch ihr heute vergessen sein.““

Andererseits ist der Glaube das kostbare Juwel, das einen Muslim sicher durch alle Schwierigkeiten dieser Welt und des Jenseits führt. Daher ist es schlichtweg Dummheit, etwas Nützlicheres und Dauerhafteres zugunsten einer vorübergehenden Sache aufs Spiel zu setzen, die in beiden Welten zu Elend führt. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Viele Menschen , insbesondere Frauen, erleben in ihrem Leben Momente, in denen sie sich entscheiden müssen, ob sie in Bezug auf ihren Glauben Kompromisse eingehen oder nicht. So glaubt eine muslimische Frau beispielsweise, dass sie bei der Arbeit mehr Respekt genießt und sogar schneller die Karriereleiter erklimmt, wenn sie ihr Kopftuch ablegt und sich auf eine bestimmte Weise kleidet. In der Geschäftswelt gilt es als wichtig, sich nach der Arbeit mit den Kollegen zu treffen. So kann es passieren, dass ein Muslim nach der Arbeit in eine Kneipe oder einen Club eingeladen wird. In Zeiten wie diesen ist es wichtig, sich daran zu erinnern, dass Seelenfrieden und Erfolg in beiden Welten nur denjenigen gewährt werden, die den Lehren des Islam treu bleiben. Dazu gehört, die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, wie es im Heiligen Koran und in den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt ist. Diejenigen, die so handeln, werden weltlichen und religiösen Erfolg haben. Aber was noch wichtiger ist: Ihr weltlicher Erfolg wird ihnen nicht zur Last werden. Tatsächlich wird es für Allah, den Erhabenen, zu einem Mittel, ihnen Frieden zu gewähren, ihren Rang und ihre Erinnerung unter den Menschen zu erhöhen. Beispiele hierfür sind die rechtgeleiteten Kalifen des Islam. Sie gingen keine Kompromisse in ihrem Glauben ein, sondern blieben ihr Leben lang standhaft, und im Gegenzug gewährte Allah, der Erhabene, ihnen ein weltliches und religiöses Reich.

Alle anderen Formen weltlichen Erfolgs sind sehr vergänglich und werden früher oder später zu einem Problem für den Träger. Man muss sich nur die vielen Prominenten ansehen, die ihre Ideale und ihren Glauben kompromittiert haben, um Ruhm und Reichtum zu erlangen, nur damit diese Dinge zu einer Ursache für ihre Traurigkeit, Angst, Depression, Drogenmissbrauch und sogar Selbstmord werden.

Denken Sie einen Moment über diese beiden Wege nach und entscheiden Sie dann, welcher bevorzugt und gewählt werden sollte.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 6

Ich hatte einen Gedanken, den ich teilen wollte. Ich dachte über ein allgemeines Problem nach, mit dem die meisten Menschen in ihrem Leben konfrontiert sind. Menschen beschwerten sich oft, dass sie es scheinbar nicht allen recht machen können, egal wie sehr sie sich anstrengen. Egal in welcher Situation sie sich befinden, scheint immer jemand unzufrieden mit ihnen zu sein. Das ist eine Realität, die jeder erlebt, sei es im Familienleben, im Berufsleben oder mit Freunden. Ein Muslim sollte sich immer an ein paar einfache Dinge erinnern, die ihn davon abhalten, sich über dieses Problem aufzuregen.

Erstens sind die meisten Menschen mit Allah, dem Erhabenen, nicht zufrieden, obwohl Er ihnen unaufgefordert unzählige Segnungen gewährt hat. Wie können diese Menschen dann wirklich mit einer anderen Person zufrieden sein, die ihnen in Wirklichkeit nichts gegeben hat? Ihre mangelnde Zufriedenheit mit Allah, dem Erhabenen, wird ganz offensichtlich durch ihre Klagen und den Mangel an Dankbarkeit, den sie Ihm entgegenbringen.

Zweitens, egal wie sehr eine Person ihren Charakter verbessert, wird sie nie den erhabenen Charakter erreichen, den der Heilige Prophet Muhammad (Friede und Segen seien auf ihm) und die anderen Heiligen Propheten (Friede sei auf ihnen) besaßen, und dennoch waren sie bei manchen Menschen unbeliebt. Wenn das bei ihnen der Fall ist, wie kann dann ein normaler Mensch im Laufe seines Lebens die Freude aller Menschen erreichen?

Ein Muslim sollte auch bedenken, dass die Menschen mit unterschiedlichen Denkweisen erschaffen wurden und es immer Menschen geben wird, die mit ihrer Einstellung und ihrem Verhalten nicht einverstanden sind. Aus diesem Grund wird es immer Menschen geben, die zu einem bestimmten Zeitpunkt mit einer Person unzufrieden sind. Der einzige, der es annähernd allen recht machen kann, ist der doppelzüngige Mensch, der seine Einstellung und Überzeugungen je nach dem, mit wem er es zu tun hat, ändert. Aber letztendlich wird sogar diese Person von Allah, dem Erhabenen, öffentlich entehrt.

Daher ist es unerreichbar, die Zufriedenheit aller Menschen zu erlangen, und nur ein dummer Mensch wird danach streben, etwas zu erreichen, das nicht erreichbar ist. Ein Muslim sollte daher danach streben, die Zufriedenheit Allahs, des Erhabenen, über alles andere zu stellen, indem er Seine Gebote befolgt, Seine Verbote missachtet und seinem Schicksal gemäß den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, mit Geduld entgegentritt. Dies bedeutet nicht, dass ein Muslim anderen gegenüber nicht respektvoll sein sollte, da dies der Überlieferung des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, widerspricht. Es bedeutet, ein Muslim sollte verstehen, dass Allah, der Erhabene, ihn vor der negativen Einstellung und den negativen Auswirkungen der Menschen schützen wird, wenn er ihm gehorcht, auch wenn dieser Schutz für ihn nicht offensichtlich ist. Aber wenn er es vorzieht, den Menschen zu gefallen, wird er dies nicht erreichen, und Allah, der Erhabene, wird ihn nicht vor dem Missfallen und den negativen Auswirkungen der Menschen schützen.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 7

Ich hatte einen Gedanken, den ich teilen wollte. Da nicht alle Menschen gleich geschaffen sind, sind sie zwangsläufig in bestimmten Dingen unterschiedlicher Meinung. In religiösen Angelegenheiten und solchen, bei denen zwischen erlaubten und unerlaubten Dingen unterschieden wird, muss ein Muslim in seiner Gehorsamkeit gegenüber Allah, dem Erhabenen, standhaft bleiben, unabhängig davon, wer ihn in Frage stellt oder ihm widerspricht. Aber in Angelegenheiten, bei denen es um die Wahl zwischen zwei erlaubten weltlichen Optionen geht, ist ein Muslim berechtigt, anderen seine Meinung mitzuteilen, wenn er darum gebeten wird. Aber er sollte weder seine Zeit verschwenden noch sich aufregen, wenn andere seiner Meinung nicht zustimmen. Wenn man über längere Zeit an diesen Meinungsverschiedenheiten festhält, kann sich Feindschaft zwischen den Menschen aufbauen, was zu zerbrochenen und zerrütteten Beziehungen führen kann. Dies kann sogar zu der Sünde führen, die Verbindungen zu Menschen abzubrechen. In solchen Fällen ist es für Muslime also wichtig, die Dinge loszulassen und keine negativen Gefühle gegenüber jemandem zu hegen, der mit ihrer Meinung und Wahl nicht einverstanden ist. Sie sollten sich stattdessen dazu zwingen, ihre Meinungsverschiedenheit zu akzeptieren und die Situation ohne schlechte Gefühle hinter sich zu lassen. Wer dies nicht tut, wird ständig mit anderen streiten und Feindseligkeit gegenüber empfinden, da er aufgrund unterschiedlicher Charaktereigenschaften und Mentalität in bestimmten Themen und Fragen zwangsläufig anderer Meinung ist als andere. Diesen Rat zu verstehen und danach zu handeln ist ein Weg, in dieser Welt Frieden zu finden.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 8

Ich hatte einen Gedanken, den ich teilen wollte. Es ist wichtig, dass Muslime die Rechte wahrnehmen, die Menschen ihnen gegenüber haben, wie zum Beispiel ihre Eltern, gemäß den Lehren des Islam. Aber sie sollten dies nicht zum Wohle der Menschen tun, noch sollten sie ihre Pflichten übertreiben, indem sie die Grenzen überschreiten, die Allah, der Erhabene, gesetzt hat. Man sollte stattdessen nur zum Wohle Allahs, des Erhabenen, handeln und innerhalb der Grenzen bleiben, die Er gesetzt hat, wenn man seine Pflichten gegenüber anderen erfüllt. Zum Beispiel sollte man Allah, dem Erhabenen, nicht ungehorsam sein, wenn man versucht, Menschen zu gefallen. Das Problem, wenn man sein Leben und seine Bemühungen den Menschen widmet, selbst wenn man keine Sünden begangen hat, ist, dass sicherlich ein Tag kommen wird, an dem diese Person erkennt, dass sie so viel Mühe in die Menschen gesteckt hat, aber im Gegenzug nichts Bedeutendes von ihnen erhalten hat, wie zum Beispiel Dankbarkeit. Diese Einstellung führt zu Bitterkeit gegenüber dem Leben und den Menschen. Wenn man an dieser Einstellung festhält, wird man schließlich seinen Pflichten gegenüber Allah, dem Erhabenen, und insbesondere seinen Pflichten gegenüber den Menschen, nicht nachkommen. Wenn man andererseits für Allah, den Erhabenen, handelt, wird man nicht verbittert, egal wie wenig Dankbarkeit die Menschen einem zeigen, da man für Allah, den Erhabenen, handelt und auf eine Belohnung von ihm hofft. Wenn die Absicht aufrichtig ist, wird dies Bitterkeit verhindern, da man für seine Bemühungen von Allah, dem Erhabenen, und nicht von den Menschen, eine Belohnung erwartet. Die Menschen könnten einen aus Mangel an Dankbarkeit enttäuschen, wohingegen Allah, der Erhabene, sie über ihre Erwartungen hinaus belohnen wird.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 9

Ich habe vor einiger Zeit einen Zeitungsartikel gelesen, den ich kurz diskutieren wollte. Er berichtete über soziale Freiheit und die Rechte der Menschen, insbesondere der Frauen. Zunächst einmal ist es wichtig zu verstehen, dass der Hauptunterschied zwischen Mensch und Tier darin besteht, dass Menschen nach einem höheren Moralkodex leben. Wenn die Menschen diesen aufgeben und einfach nach ihren Wünschen handeln würden, gäbe es keinen Unterschied zwischen ihnen und Tieren. Tatsächlich wären die Menschen noch schlimmer, da sie über eine höhere Denkebene verfügen und sich dennoch dafür entscheiden, wie Tiere zu leben.

Zweitens, ob die Menschen es zugeben wollen oder nicht, in Wirklichkeit ist jeder Mensch ein Diener von etwas oder jemandem. Manche sind Diener anderer, wie etwa Hollywood-Manager, und tun, was immer sie ihnen befehlen, selbst wenn es gegen Sittsamkeit und Scham verstößt. Andere sind Diener ihrer Verwandten und Freunde und tun, was immer nötig ist, um ihnen zu gefallen. Andere sind die schlimmeren Diener, da sie nur ihren eigenen Wünschen dienen, genau wie Tiere und die bösen Menschen in der Gesellschaft, wie etwa Pädophile und Vergewaltiger. Die beste und höchste Form der Dienerschaft ist, ein Diener Allahs, des Erhabenen, zu sein. Dies ist ganz offensichtlich, wenn man die Seiten der Geschichte umblättert, die deutlich zeigt, dass denen, die Diener Allahs, des Erhabenen, waren, wie etwa den Heiligen Propheten, Friede sei mit ihnen, die höchste Ehre und der höchste Respekt in dieser Welt zuteilwurden und dies auch in der nächsten Welt zuteilwurde. Jahrhunderte und Jahrtausende sind vergangen, doch ihre Namen werden als Säulen und Leuchtfeuer der Geschichte in Erinnerung bleiben. Diejenigen hingegen, die Diener anderer wurden, insbesondere ihrer eigenen Wünsche, gerieten schließlich in dieser Welt in Ungnade und

wurden von Geisteskrankheiten und Drogensucht geplagt, selbst wenn sie einen gewissen weltlichen Status erlangten und zu bloßen Fußnoten der Geschichte wurden. Die Medien erinnern sich kaum länger als ein paar Tage an diejenigen, die sterben, bevor sie zur nächsten Person übergehen, über die sie berichten. Im Laufe ihres Lebens werden diese Menschen schließlich traurig, einsam, depressiv und sogar selbstmordgefährdet, da der Verkauf ihrer Seelen und ihrer Anständigkeit an ihre weltlichen Herren ihnen nicht die Zufriedenheit brachte, nach der sie suchten. Man muss kein Gelehrter sein, um diese offensichtliche Wahrheit zu verstehen. Wenn Menschen also Diener sein müssen, sollten sie Diener Allahs, des Erhabenen, sein, da nur darin dauerhafte Ehre, Größe und wahrer Erfolg liegen. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Seelenfrieden & Körperfrieden - 10

Diejenigen, die nicht an den Islam glauben oder es vermeiden, nach ihrem Glauben zu handeln, tun dies aus Liebe zur materiellen Welt und den Dingen darin. Sie glauben, dass der Glaube oder das Handeln nach ihrem Glauben sie daran hindern wird, weltliche Segnungen zu genießen. Für sie ist der Glaube etwas, das ihre Wünsche einschränkt, und deshalb wenden sie sich entweder buchstäblich oder praktisch davon ab. Stattdessen wenden sie sich der materiellen Welt zu und bemühen sich, ihre Wünsche ohne Einschränkungen zu erfüllen, da sie glauben, dass darin wahrer Frieden liegt. Sie blicken auf diejenigen herab, die ihren Glauben annehmen und verwirklichen, indem sie ihre Handlungen kontrollieren und ihre weltlichen Segnungen auf eine Weise nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt. Sie glauben, dass diese frommen Muslime niedere Sklaven sind, denen es untersagt ist, sich zu vergnügen, während sie, die Ungläubigen und Irregeleiteten, frei sind. Aber in Wirklichkeit könnte dies nicht weiter von der Wahrheit entfernt sein, denn die wahren Sklaven sind diejenigen, die Allah, den Erhabenen, nicht annehmen und sich ihm nicht unterwerfen, und die Überlegenen sind diejenigen, die dies getan haben, da sie sich von der Sklaverei der Welt befreit haben. Dies kann anhand eines Beispiels verständlich gemacht werden. Gute Eltern schränken die Art der Nahrung ein, die ihr Kind isst, das heißt, sie lassen es nur ab und zu Junkfood und ungesunde Nahrung essen und zwingen es stattdessen, sich gesund zu ernähren. Dieses Kind glaubt daher, dass seine Eltern ihm unerwünschte Beschränkungen auferlegt haben und dass es zum Sklaven seiner Eltern und ihrer gesunden Ernährung geworden ist. Auf der anderen Seite hat ein anderes Kind von seinen Eltern die Erlaubnis erhalten, zu essen, was es möchte, wann es möchte und wie viel es möchte. Dieses Kind glaubt also, dass es völlig frei von allen Beschränkungen ist. Wenn diese Kinder zusammenkommen, kritisiert das Kind, dem völlige Freiheit gewährt wurde, das Kind, das von seinen Eltern eingeschränkt wurde, und sieht auf es herab. Das letztere Kind wird sich auch selbst bemitleiden, wenn es sieht, dass das andere Kind freie Hand hat, sich zu benehmen, wie es möchte. Äußerlich scheint

das Kind, dem die Freiheit gewährt wurde, glücklich zu sein, während das andere Kind zu sehr mit Einschränkungen beschäftigt ist, um das Leben zu genießen. Aber im Laufe der Jahre wird die Wahrheit offenbar. Ein Kind ohne Einschränkungen wächst extrem ungesund auf, leidet z. B. an Fettleibigkeit, Diabetes, Bluthochdruck usw. Infolgedessen wird es sogar geistig ungesund, da es das Vertrauen in seinen Körper und sein Aussehen verliert. Dadurch wird es zum Sklaven von Medikamenten, Krankheiten, psychischen und sozialen Problemen. All diese Dinge schränken sein Glück und sein Leben ein. Ein Kind, das von seinen Eltern eingeschränkt wurde, wächst hingegen geistig und körperlich gesund auf. Infolgedessen entwickelt es Vertrauen in seinen Körper und seine Fähigkeiten, was ihm hilft, im Leben erfolgreich zu sein. Da es mit der richtigen Ausgeglichenheit und Anleitung aufwächst, wird es frei von jeglicher Sklaverei von Medikamenten, Krankheiten, psychischen und sozialen Problemen. Ein Kind ohne Einschränkungen wächst also zum Sklaven vieler Dinge auf, während ein Kind mit Einschränkungen unabhängig von allen Einschränkungen aufwächst.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass der wahre Sklave derjenige ist, der zum Sklaven aller anderen Dinge außer Allah, dem Erhabenen, wird, wie etwa der sozialen Medien, der Gesellschaft, der Mode und der Kultur, und dies führt zu geistigen, körperlichen und sozialen Problemen, während der wirklich freie Mensch derjenige ist, der sich nur Allah, dem Erhabenen, unterwirft und dadurch Seelenfrieden und Körper erlangt.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 11

Ich habe vor einiger Zeit einen Nachrichtenartikel gelesen, auf den ich kurz eingehen möchte. Darin wurde über die strengeren Maßnahmen berichtet, die die Regierung ergreift, um die Ausbreitung des Coronavirus einzudämmen.

Da die Menschen in eine Art Ausgangssperre versetzt wurden, sollte dies Muslime daran erinnern, dass eine dauerhafte Ausgangssperre den Tod bedeutet. So wie die Menschen sich beeilen, Vorräte anzulegen, um den täglichen Bedarf, beispielsweise an Lebensmitteln, zu decken, sollte sich ein Muslim beeilen, Vorräte anzulegen, um in beiden Welten erfolgreich zu sein, nämlich Allah dem Erhabenen gegenüber gehorchen, was bedeutet, seine Gebote zu erfüllen, seine Verbote zu missachten und dem Schicksal mit Geduld gemäß den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, zu begegnen. Dies wiederum stellt sicher, dass man die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise nutzt, die Allah dem Erhabenen gefällt. Muslime sollten die Gelegenheit der Ausgangssperre nutzen, indem sie sich islamisches Wissen aneignen und danach handeln, um sich auf ihre dauerhafte Ausgangssperre vorzubereiten, die bald, zu einem unbekannten Zeitpunkt, eintreten wird.

Darüber hinaus sollten Muslime die Zeit, die sie zu Hause haben, nutzen, um wirklich über ihr Leben, ihre Taten und den Weg, auf dem sie sich befinden, nachzudenken. Es ist wichtig zu verstehen, dass derjenige, der seine Taten während seines Lebens aufrichtig um Allahs, des Erhabenen Willen, beurteilt und beurteilt, inspiriert wird, seinen Charakter gegenüber Allah, dem Erhabenen, und der Schöpfung zu verbessern. Dies wird

sicherstellen, dass sie sich in dieser Welt richtig verhalten, indem sie die Segnungen, die ihnen gewährt wurden, auf eine Weise nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, wodurch sie Seelenfrieden erlangen, und diese Selbstreflexion wird sicherstellen, dass sie am Tag der Auferstehung ein leichtes Urteil fällen können. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Doch wer seine Zeit nicht nutzt, um sich selbst zu richten, wird in seiner Unachtsamkeit verharren und deshalb ein schweres Leben in dieser Welt haben, da er die ihm gewährten Segnungen missbraucht hat, und er wird am Tag der Auferstehung ein strenges und schweres Gericht erleben. Kapitel 20 Taha, Vers 124:

„Und wer sich von Meiner Erinnerung abwendet, dem wird wahrlich ein deprimierendes [d. h. schwieriges] Leben bevorstehen, und Wir werden ihn am Tag der Auferstehung blind versammeln [d. h. auferwecken].“

Schließlich ist es unwahrscheinlich, dass diese Reflexion auftritt, wenn man übermäßig betet, insbesondere in einer Sprache, die man nicht versteht. Diese Reflexion tritt nur auf, wenn man den Heiligen Koran und die Traditionen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, studiert und danach handelt. Es gibt jede Menge Wissen auf Knopfdruck, sodass Muslime keine Ausreden haben.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 12

Ich habe einen Zeitungsartikel gelesen, den ich kurz besprechen wollte. Darin ging es um den Stress der modernen Arbeitswelt und darum, Frieden im Leben zu finden. Es ist ein universelles Ziel und Ziel aller Menschen, unabhängig von ihrem Glauben oder ihrer sozialen Schicht, in dieser Welt inneren Frieden zu finden. Das ist der eigentliche Grund, warum Menschen in dieser materiellen Welt streben, lange arbeiten und den Großteil ihrer Anstrengungen dieser Welt widmen. Menschen möchten ein Leben führen, in dem sie keinen Stress oder Sorgen wie finanzielle Schwierigkeiten haben. Aber es ist seltsam, wie Menschen, insbesondere Muslime, am falschen Ort nach Seelenfrieden suchen. So wie jemand, der ein Fußballspiel sehen möchte, aber zu einem Cricketspiel geht. Allah, der Erhabene, hat klargestellt, dass wahrer Seelenfrieden nur in Seinem Gehorsam liegt, der darin besteht, die Segnungen, die Er ihnen gewährt hat, auf eine Weise zu nutzen, die Ihm gefällt, wie es im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt ist. Kapitel 13 Ar Ra'd, Vers 28:

„...Zweifellos werden die Herzen durch die Erinnerung an Allah versichert.“

Und Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Wenn ein Mensch in der materiellen Welt nach Seelenfrieden sucht, wird ihn das nur weiter von seinem Ziel wegführen, da es ihn dazu ermutigt, die ihm gewährten Segnungen zu missbrauchen. Wenn sich ein Mensch ein Ziel in Bezug auf diese materielle Welt setzt, wird dieses Ziel nur zu weiteren Zielen führen. Dies geht so weiter, bis der Mensch diese Welt verlässt, ohne das zu erreichen, wonach er gesucht hat. Es ist offensichtlich, dass die Reichen keinen wahren Seelenfrieden erlangen, da sie sich mehr Stress machen als normale Menschen und alles, was sie von der Welt bekommen, letztendlich zu einer Belastung für sie wird. Deshalb hat der Heilige Prophet Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, in einem Hadith in Jami At Tirmidhi, Nummer 2465, darauf hingewiesen, dass derjenige, der sich auf das Jenseits konzentriert, mit einem reichen Herzen gesegnet sein wird und Allah, der Erhabene, seine Angelegenheiten ordnen wird, was bedeutet, dass er Seelenfrieden erlangen wird. Aber derjenige, der sich auf die materielle Welt konzentriert, wird nur seine Armut sehen und seine Angelegenheiten werden zerstreut, was bedeutet, dass er keinen Seelenfrieden erlangen wird. Wer Allah, dem Erhabenen, gehorcht, wird inneren Frieden finden, selbst wenn er nur wenig von dieser Welt besitzt. Wer sich jedoch in der materiellen Welt verliert, wird von einer weltlichen Tür zur nächsten gehen, aber niemals wahren Frieden finden, da dieser nicht dort platziert wurde. Wenn jemand ein Fußballspiel sehen möchte, sollte er nicht zu einem Cricketspiel gehen, und wenn ein Muslim nach innerem Frieden sucht, sollte er nicht in der materiellen Welt danach suchen, da dieser nur im Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, liegt.

Es ist wichtig zu beachten, dass diejenigen, die den Lehren des Islam folgen, ihr ganzes Leben lang auf Schwierigkeiten stoßen werden, das ist garantiert. Aber durch ihren Gehorsam wird Allah, der Erhabene, Angst und Kummer von ihnen nehmen, sodass sie fest und standhaft auf dem richtigen Weg bleiben. Dies ist vergleichbar mit demjenigen, der bei einem medizinischen Eingriff nur leichte Beschwerden verspürt, da er betäubt wurde. Dies ist vergleichbar damit, wie dem Heiligen Propheten Ibrahim, Friede sei mit ihm, selbst in einem großen Feuer Sicherheit und Frieden gewährt wurden. Kapitel 21 Al Anbiya, Verse 68-69:

„ Sie sagten: „Verbrennt ihn und unterstützt eure Götter – wenn ihr handeln wollt.“ Wir [Allāh] sagten: „O Feuer, sei Kühle und Sicherheit über Abraham.““

Seelenfrieden & Körperfrieden - 13

Ich habe vor einiger Zeit einen Zeitungsartikel gelesen, den ich kurz besprechen wollte. Darin wurde über den emotionalen Zustand von Menschen berichtet, die versuchen, verschiedene Aspekte ihres Lebens wie Arbeit, Privatleben und Sozialleben ins Gleichgewicht zu bringen. Eine Möglichkeit, den damit verbundenen Stress zu vermeiden, besteht darin, einen ausgeglichenen Geisteszustand anzunehmen. Das bedeutet, dass man versucht, seine Emotionen so zu kontrollieren, dass man keine extremen Gefühlszustände erlebt, da diese oft zu Stress und psychischen Störungen führen. Dies wird in Kapitel 57 Al Hadid, Vers 23 des Heiligen Qurans beschrieben:

„Damit du nicht darüber verzweifelst, was dir entgangen ist, und nicht [stolz] über das frohlockst, was Er dir gegeben hat ...“

Der Islam verbietet es nicht, Gefühle zu zeigen, da dies zum Menschsein gehört. Er empfiehlt jedoch einen ausgeglichenen Geisteszustand, bei dem man nicht von einer extremen Emotion in die nächste schwankt. In schwierigen Situationen traurig zu sein, ist akzeptabel, aber man sollte nicht verzweifeln, was extreme Traurigkeit ist, da dies häufig zu anderen psychischen Störungen wie Depressionen führt. Und glücklich zu sein ist akzeptabel, aber man sollte nicht übermäßig glücklich werden, d. h. nicht übermütig, da dies in beiden Welten häufig zu Sünden und Reue führen kann. Ein Muslim sollte sich bemühen, einen ausgeglichenen Geisteszustand zu erreichen, indem er sich in schwierigen Zeiten an die unzähligen Segnungen erinnert, die er noch besitzt, was extreme Traurigkeit, d. h. Verzweiflung, verhindert. Und in guten Zeiten sollten sie daran denken, dass sie für die Dinge, die ihnen gefallen, zur

Rechenschaft gezogen werden und dass sie bestraft werden können, wenn sie diese missbrauchen oder die damit verbundenen Pflichten nicht erfüllen. Darüber hinaus werden sie in beiden Welten mehr Segnungen erlangen, wenn sie die Segnungen auf eine Weise nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt. Kapitel 14 Ibrahim, Vers 7:

„Und [gedenke], als dein Herr verkündete: ‚Wenn ihr dankbar seid, werde ich eure Gunst gewiss vermehren...‘“

Ein solches Verhalten wird verhindern, dass man übermäßig glücklich, d. h. übermütig wird.

Ein ausgeglichener Geisteszustand ist immer am besten, da er die negativen Auswirkungen extremer Stimmungen verhindert. Dies bringt einen Muslim dem wahren Seelenfrieden und der Gehorsamkeit gegenüber Allah, dem Erhabenen, näher, was das Befolgen seiner Gebote, das Unterlassen seiner Verbote und das geduldige Erwarten des Schicksals gemäß den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, einschließt. Dies hilft einem außerdem dabei, einen ausgeglichenen Geisteszustand und Seelenfrieden in beiden Welten zu erlangen. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Seelenfrieden & Körperfrieden - 14

Viele Menschen streben danach, in dieser materiellen Welt mehr zu erreichen, obwohl sie bereits viel weltlichen Erfolg erzielt haben. Obwohl der Islam diese Art von Mentalität nicht verbietet, solange ungesetzliche Dinge vermieden werden, sollte ein Muslim eine wichtige Tatsache verstehen. Es ist offensichtlich, dass man mit vielen weltlichen Besitztümern wie Reichtum keinen Seelenfrieden erlangt. Tatsächlich sind es oft diese Menschen, die so deprimiert werden, dass sie sogar Selbstmord begehen. Die weltlichen Wünsche der Menschen sind so geschaffen, dass sie, egal was sie erreichen, immer mehr wollen, unabhängig von ihrem Glauben und ihrem sozialen Status. Zum Beispiel erhielt Pharao, der zur Zeit des Heiligen Propheten Mosa, Friede sei mit ihm, lebte, jeden erdenklichen weltlichen Segen, aber er erlangte dennoch keinen Seelenfrieden und keine Zufriedenheit. Stattdessen brachte ihn sein Verlangen nach mehr an einen Punkt, an dem er wie ein Gott angebetet werden wollte. Kapitel 79 An Naziat, Vers 24:

„Und sagte: „Ich bin euer erhabenster Herr.““

Egal, welche Wünsche ein Mensch erfüllt, es führt nur dazu, dass er sich noch mehr Dinge wünscht. Eine Person, die zwei Häuser besitzt, möchte drei; der Millionär möchte Milliardär werden. Deshalb warnte der Heilige Prophet Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, in einem Hadith in Sahih Bukhari, Nummer 6439, dass die Person, die ein Tal voller Gold besitzt, sich nur noch ein weiteres wünschen würde. Ein Muslim, der sich

wahren Seelenfrieden wünscht, der wertvoller ist als die Schätze der Erde, sollte daher ihre weltlichen Wünsche einschränken. Je mehr sie diese einschränken und nur ihre Notwendigkeiten und Pflichten erfüllen, desto mehr Seelenfrieden werden sie erlangen. Diese Mentalität verschließt die Türen der Beschäftigung und des Strebens nach weltlicheren Dingen, was wiederum Geist und Körper zur Ruhe bringt. Wenn ein Muslim dies mit dem Streben nach Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, verbindet, was das Befolgen seiner Gebote, das Unterlassen seiner Verbote und das geduldige Ertragen des Schicksals beinhaltet, dann wird ihm wahrer Seelenfrieden gewährt, der sich auf jeden Aspekt seines Lebens in beiden Welten erstreckt. Aber je mehr weltliche Wünsche sie haben, desto mehr werden ihr Geist und ihr Körper damit beschäftigt sein und desto weiter werden sie von wahrem Seelenfrieden entfernt sein.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 15

Es ist wichtig, dass Muslime eine positive Einstellung entwickeln, da sie ihnen im Umgang mit Schwierigkeiten hilft, damit sie Allah, dem Erhabenen, gehorsam bleiben. Wann immer eine Person Schwierigkeiten gegenübersteht, sollte sie immer die Wahrheit verstehen, dass die Schwierigkeiten viel schlimmer hätten sein können. Wenn es sich um ein weltliches Problem handelte, sollte sie dankbar sein, dass es keine Plage war, die ihren Glauben beeinträchtigte. Anstatt sich mit der unmittelbaren Traurigkeit zu beschäftigen, die die Schwierigkeiten begleitet, sollten sie sich auf das Ende und die Belohnung konzentrieren, die diejenigen erwartet, die um Allahs, des Erhabenen, Willen Geduld zeigen. Wenn eine Person einige Segnungen verliert, sollte sie die unzähligen Segnungen aufzählen, die sie noch besitzt. In jeder Schwierigkeit sollte sich ein Muslim an den Vers des Heiligen Korans erinnern, der Muslime daran erinnert, dass es viele verborgene Weisheiten in Schwierigkeiten und Prüfungen gibt, die sie nicht beachtet haben. Daher ist die Situation, der sie gegenüberstehen, besser als die Situation, die sie sich gewünscht haben. Kapitel 2 Al Baqarah, Vers 216:

„...Aber vielleicht hasst ihr etwas und es ist gut für euch; und vielleicht liebt ihr etwas und es ist schlecht für euch. Und Allah weiß es, ihr aber wisst es nicht.“

Abschließend sollte ein Muslim über diese und andere Fakten nachdenken, damit er eine positive Einstellung entwickelt, die ein Schlüsselement im Umgang mit Schwierigkeiten ist und zu unzähligen Segnungen in beiden

Welten führt. Denken Sie daran, das Glas ist nicht halb leer, sondern halb voll.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 16

Ich habe vor einiger Zeit einen Zeitungsartikel gelesen, den ich kurz besprechen wollte. Darin wurde über einen Selbstmordfall berichtet, der durch Depressionen und schwere Trauer verursacht wurde. Es ist wichtig, dass Muslime sich um die Gehorsamkeit gegenüber Allah, dem Erhabenen, bemühen, indem sie die Segnungen, die Er ihnen gewährt hat, auf eine Weise nutzen, die Ihm gefällt, wie es im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt ist, da Er demjenigen, der sich so verhält, ein gutes Leben in beiden Welten garantiert hat. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist, dem werden Wir gewiss ein gutes Leben führen lassen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Dieses gute Leben wird einen Muslim vor schwerer Trauer, Depression und anderen extremen Stimmungen und psychischen Störungen bewahren, die das Leben eines Menschen zerstören können. Obwohl Muslime Schwierigkeiten gegenüberstehen, die sie traurig machen, wird diese Traurigkeit niemals extrem werden und ihr gesamtes Leben langfristig beeinträchtigen, wenn sie Allah, dem Erhabenen, gehorchen. Dies liegt daran, dass ein Muslim, der sich im Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, anstrengt, einen hervorragenden Grund hat, seine Schwierigkeiten weiter zu überwinden, ohne aufzugeben und sich

Depressionen oder sogar Selbstmord zuzuwenden. Sie freuen sich beispielsweise auf die zahllose Belohnung, die dem Geduldigen zuteil wird. Kapitel 39 Az Zumar, Vers 10:

„...In der Tat wird den Geduldigen ihre Belohnung ohne Berechnung [d. h. ohne Begrenzung] gegeben.“

Dem Muslim hingegen, der sich nicht um die Gehorsamkeit gegenüber Allah, dem Erhabenen, bemüht und den Titel des Muslims nur mit seiner Zunge beansprucht, wird diese Haltung und ein gutes Leben nicht gewährt. Und wann immer sie auf Schwierigkeiten stoßen, werden sie in extreme Stimmungen und Geistesstörungen geraten, die ihr gesamtes Leben zerstören werden. Dies kann sogar auf diejenigen zutreffen, die nur die grundlegenden Pflichten erfüllen und es versäumen, die ihnen gewährten Segnungen wie ihre Zeit, Gesundheit und ihren Reichtum auf eine Weise zu nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, da sie Ihm durch diese Segnungen ungehorsam sind.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 17

Ich habe vor einiger Zeit einen Zeitungsartikel gelesen, den ich kurz besprechen wollte. Darin wurde über die Schwierigkeit berichtet, in der modernen Welt alle weltlichen Pflichten unter einen Hut zu bringen und zu erfüllen, und über den damit verbundenen Stress. Muslime sollten verstehen, dass sie, wenn sie diesen weit verbreiteten Stress vermeiden möchten, jede Aufgabe und Verantwortung richtig priorisieren sollten. Dies ist nur möglich, wenn man dies gemäß den Lehren des Islam tut und nicht gemäß seinen eigenen Wünschen oder den Wünschen anderer. Wann immer man die im Islam empfohlene Prioritätenliste neu ordnet, führt dies immer zu Schwierigkeiten und Stress. Wenn man sich beispielsweise in der materiellen Welt über seine Bedürfnisse und Notwendigkeiten hinaus übermäßig anstrengt und dabei seine anderen Pflichten vernachlässigt, wie etwa die richtige Erziehung seiner Kinder, wird dies nichts als Stress sowohl wegen des Erwerbs als auch wegen seiner fehlgeleiteten Kinder mit sich bringen. Wer seine Pflichten nicht richtig priorisiert, ist wie ein Universitätsstudent, der Spaß über die Vorbereitung auf seine Prüfungen stellt. Dies führt nur dazu, dass er einen schlechten Abschluss und einen schwierigen Job bekommt. Durch die falsche Priorisierung haben sie ein einfaches Leben mit einem guten Job für ein paar Jahre Spaß an der Universität aufgegeben, was auf lange Sicht zu einem schwierigen Leben führt.

Falsche Prioritätensetzung wirkt sich auf jeden Aspekt des Lebens aus und kann zu Sünden führen, wenn man anderen Menschen mehr gehorcht als Allah, dem Erhabenen. Daher ist es für Muslime wichtig, der Priorität des Islam zu folgen, die damit beginnt, Allah, dem Erhabenen, und dem Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, vor allen anderen

zu gehorchen. Dies kann nur erreicht werden, indem man islamisches Wissen sucht und danach handelt. Dadurch wird ein Muslim alles und jeden in seinem Leben richtig priorisieren und die Segnungen, die ihm gewährt wurden, auf eine Weise nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, wie es im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm , dargelegt ist . Dies wird zu dem kostbaren und seltenen Geschenk des Seelen- und Körperfriedens in dieser Welt und ewiger Glückseligkeit im Jenseits führen. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Seelenfrieden & Körperfrieden - 18

Ich hatte einen Gedanken, den ich teilen wollte. Muslime werden oft dazu verleitet zu glauben, dass das Lernen und Handeln nach dem Heiligen Koran und den Traditionen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, zwar ins Paradies im Jenseits führt, aber wenn sie diesen Weg wählen, werden sie in dieser Welt unglücklich sein. Sie sind davon überzeugt, dass Frieden in dieser Welt einfach darin besteht, seine Wünsche zu erfüllen, während der Islam einen lehrt, seine Wünsche zu kontrollieren, nicht ihnen freien Lauf zu lassen. In ihren Augen werden Frieden in dieser Welt und Frieden in der nächsten Welt also beide auf zwei verschiedenen Wegen erreicht. Das ist völlig falsch, da Allah, der Erhabene, den Seelenfrieden in beiden Welten tatsächlich auf einen einzigen geraden Weg gelegt hat, den Weg des Islam. Man darf sich nicht von sozialen Medien, Mode und Kultur täuschen lassen und muss stattdessen immer im Hinterkopf behalten, dass der Herrscher der Herzen, der die Station des Seelenfriedens ist, niemand anderes als Allah, der Erhabene, ist. Das bedeutet, dass Allah, der Erhabene, allein entscheidet, wer in dieser Welt Seelenfrieden erlangt, so wie Er allein entscheidet, wer im Jenseits das Paradies erlangt. Daher muss man in beiden Welten Seelenfrieden in aufrichtigem Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, suchen. Dies beinhaltet, die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Ihm gefällt, wie es im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt ist. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren

Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Wenn jemand fälschlicherweise glaubt, dass man Seelenfrieden in dieser Welt und Frieden in der nächsten Welt auf zwei verschiedenen Wegen erlangen kann, wird er unweigerlich versuchen, Seelenfrieden in dieser Welt zu erlangen und die praktische Vorbereitung auf das Jenseits hinauszuzögern. Diese Einstellung wird ihn nur daran hindern, Seelenfrieden in beiden Welten zu erlangen. Kapitel 20 Taha, Verse 124-126:

„Und wer sich von Meiner Erinnerung abwendet, dem wird ein bedrückendes Leben bevorstehen, und Wir werden ihn am Tag der Auferstehung blind wieder auferstehen lassen.“ Er wird sagen: „Mein Herr, warum hast Du mich blind wieder auferstehen lassen, wo ich doch sehend war?“ Er wird sagen: „So kamen Unsere Zeichen zu euch, und ihr vergaßt sie, und so werdet auch ihr heute vergessen sein.““

Seelenfrieden & Körperfrieden - 19

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich gerne mit Ihnen teilen möchte. Es ist allgemein anerkannt, dass eine Erfindung als Fehlschlag gilt, wenn sie ihren Hauptzweck nicht erfüllt, selbst wenn sie viele gute Eigenschaften besitzt. Ein Telefon beispielsweise mit vielen hervorragenden Funktionen, wie einer hochwertigen Kamera, gilt als Fehlschlag, wenn man damit nicht telefonieren kann, was seine Hauptfunktion ist. Ebenso sind die Menschen eine Erfindung und Schöpfung Allahs, des Erhabenen, mit einem bestimmten Zweck. Kapitel 51 Adh Dhariyat, Vers 56:

„Und ich habe die Dschinn und die Menschheit nur erschaffen, damit sie mir dienen.“

Der einzige Zweck der Menschheit ist die Anbetung, das heißt, der Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen. Dieser aufrichtige Gehorsam beinhaltet die Befolgung der Gebote Allahs, des Erhabenen, das Unterlassen seiner Verbote und das geduldige Ertragen des Schicksals gemäß den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm. Dadurch wird sichergestellt, dass man jeden Segen, den man von Allah, dem Erhabenen, erhalten hat, auf eine Weise nutzt, die ihm gefällt.

Doch wer seinen Zweck nicht erfüllt, wird ein sinnloses und zielloses Leben führen, selbst wenn er großen weltlichen Erfolg hat. Das wird ganz deutlich, wenn man die Gesellschaft beobachtet. Man wird deutlich erkennen, dass diejenigen, die großen weltlichen Erfolg haben, am meisten von Angst, Stress, Depression und Drogen- und Alkoholsucht geplagt sind. Dies geschieht, weil sie ihren Schöpfungszweck nicht erfüllen, was dazu führt, dass sie die Segnungen missbrauchen, die ihnen von Allah, dem Erhabenen, gewährt wurden. Kapitel 20 Taha, Vers 124:

„Und wer sich von meiner Erinnerung abwendet, dessen Leben wird wahrlich deprimierend [d. h. schwierig] sein ...“

Ein Muslim darf sich nicht der Illusion hingeben, sein Leben habe einen Sinn, wenn er seine weltlichen Gaben nicht auf eine Weise nutzt, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, selbst wenn er die grundlegenden Pflichten erfüllt, wie etwa die fünf täglichen Pflichtgebete. Der Sinn eines Menschen geht über einige tägliche und jährliche Rituale und Praktiken hinaus. Er umfasst tatsächlich jeden Atemzug und jeden Aspekt des Lebens, z. B. das finanzielle, private, soziale, berufliche und familiäre Leben. Der Muslim, der seinen Sinn nicht erfüllt, ist wie eine Vase, die von außen schön aussieht, da er die grundlegenden Pflichten erfüllt, aber so wie die Vase innen leer ist, ist auch sein Leben leer. Dies ist der Grund, warum viele Muslime, die die grundlegenden Pflichten erfüllen, dennoch unter psychischem Stress und Depressionen leiden, da sie nicht verstehen, dass ihr Sinn ihr ganzes Leben umfasst, nicht nur ein paar Stunden am Tag oder ein paar Tage im Jahr.

Einer der Hauptgründe, warum diese Realität von vielen Menschen, darunter auch Muslimen, übersehen wird, ist die blinde Nachahmung von Gesellschaft, Mode, Kultur und sozialen Medien. Wenn man seinen Verstand nicht nutzt, glaubt man fälschlicherweise, dass ein sinnvolles Leben in weltlichen Dingen wie Reichtum, Karriere, Freunden oder Familie zu finden ist. Man muss vermeiden, sich wie Vieh zu benehmen und stattdessen aus den Lehren des Islam lernen und die Lebensentscheidungen anderer und ihre Folgen beobachten. Wenn man dies richtig macht, wird man verstehen, dass eine sinnvolle Existenz nicht im Streben nach weltlichen Dingen liegt, sondern nur in der Erfüllung des eigenen Schöpfungszwecks, so wie einer Erfindung Wert beigemessen wird, die ihre primäre Funktion der Schöpfung erfüllt. Dies nicht zu erkennen, ist die wahre Tragödie der Menschheit.

Alle Menschen müssen danach streben, den Zweck ihrer Schöpfung zu erfüllen. Dazu gehört, dass sie die ihnen gewährten Segnungen auf eine Weise nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, wie es im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt ist, denn nur dies führt zu einem sinnvollen, zielgerichteten und friedlichen Leben in beiden Welten. Kapitel 13 Ar Ra'd, Vers 28:

„...Zweifellos finden die Herzen Frieden durch die Erinnerung an Allah.“

Und Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Seelenfrieden & Körperfrieden - 20

Eines der grundlegendsten Ziele des Heiligen Quran und der Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, ist, dass die Menschen in dieser Welt körperlichen und geistigen Frieden finden. Kapitel 13 Ar Ra'd, Vers 28:

„...Zweifellos finden die Herzen Frieden durch die Erinnerung an Allah.“

Und Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Dies kann nur erreicht werden, wenn man diesen beiden Quellen der Führung aufrichtig gehorcht und ihnen folgt, was einen wiederum dazu anleitet, die Segnungen, die einem gewährt wurden, richtig zu nutzen, das heißt auf eine Weise, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, und einem hilft, die Dinge und Menschen in seinem Leben richtig zu priorisieren, damit man

inneren und körperlichen Frieden erlangt. Dies ist wie eine Bibliothek von Büchern, die in der richtigen Reihenfolge angeordnet sind, was es einer Person ermöglicht, das Buch, das sie braucht, mit minimalem Aufwand leicht zu finden. Wer hingegen den Anweisungen der beiden Quellen der Führung nicht folgt und dadurch die Segnungen, die ihm gewährt wurden, missbraucht und die Dinge und Menschen in seinem Leben falsch priorisiert, ist wie eine Bibliothek von Büchern, die völlig unorganisiert sind. Ein bestimmtes Buch in dieser Bibliothek zu finden, wäre äußerst schwierig, stressig und zeitaufwendig, und es könnte sein, dass man das gewünschte Buch nicht einmal findet.

Wenn man den beiden Quellen der Führung aufrichtig gehorcht und folgt, wird man, genau wie bei einer geordneten Bibliothek, alles in seinem Leben an den richtigen Platz bringen, was zu innerem und körperlichem Frieden führt. Kapitel 10 Yunus, Verse 57-58:

„Ihr Menschen, zu euch ist Ermahnung von eurem Herrn gekommen und Heilung für das, was in eurem Herzen ist, und Führung und Barmherzigkeit für die Gläubigen. Sprich: „Über die Güte Allahs und über Seine Barmherzigkeit sollen sie sich freuen; das ist besser als das, was sie anhäufen.““

Seelenfrieden & Körperfrieden - 21

Ich hatte einen Gedanken, den ich teilen wollte. Es ist allgemein anerkannt, dass man, um geistigen und körperlichen Frieden zu erlangen, einen organisierten und ausgeglichenen geistigen und körperlichen Zustand erreichen muss. Ein organisierter und ausgeglichener Zustand ist beispielsweise wie eine Bibliothek mit Büchern, die in einer guten Ordnung angeordnet sind, sodass man das gewünschte Buch leicht finden kann. Ein unorganisierter und unausgeglichener Zustand hingegen ist wie eine unorganisierte Bibliothek mit Büchern, die das Finden eines bestimmten Buches schwierig und stressig macht. Ein organisierter und ausgeglichener geistiger und körperlicher Zustand ermöglicht es einem, alles und jeden an den entsprechenden Platz im eigenen Leben zu stellen, wobei man es vermeidet, in einigen Aspekten des Lebens extrem zu sein und andere Aspekte zu vernachlässigen. Dies führt zu geistigem und körperlichem Frieden.

Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass man dieses Ergebnis nicht erreichen kann, wenn man der Gesellschaft, der Mode und der Kultur folgt, da diese Dinge von Natur aus wankelmütig sind und oft von einem Extrem ins andere schwanken. Was beispielsweise vor einigen Jahren als abweichendes Verhalten galt, gilt heute als Norm. Was die Gesellschaft vor einigen Generationen als das Wichtigste erachtete, wie etwa zu heiraten, wird heute als Zeit- und Energieverschwendung abgetan. Vor nicht allzu langer Zeit drängte die Gesellschaft die Menschen dazu, sich selbst zu opfern und die Gefühle und das Glück anderer über sich selbst zu stellen. Während die Gesellschaft heute die Menschen dazu drängt, sich nur um die Erfüllung ihrer eigenen Wünsche zu kümmern und die Kritik anderer zu ignorieren, ob sie nun konstruktiv ist oder nicht. Das heißt, man sollte unter allen Umständen

nur an sein eigenes Glück denken. Es gibt endlos viele Beispiele dafür, wie Gesellschaft, soziale Medien, Mode und Kultur schon immer von einem Extrem ins andere geschwankt sind. Diese Einstellung wird einen immer daran hindern, einen organisierten und ausgeglichenen Geistes- und Körperzustand zu erreichen, der zu geistigem und körperlichem Frieden führt.

Die einzige Möglichkeit, Extreme zu vermeiden, besteht darin, die islamischen Lehren zu lernen und danach zu handeln, da sie auf die zeitlose menschliche Natur zugeschnitten sind und sich nicht von wankelmütigen Dingen wie der Gesellschaft, sozialen Medien, Mode und Kultur beeinflussen lassen. Wenn man fest an den islamischen Lehren festhält, wird man allem und jedem den richtigen Platz in seinem Leben einräumen und vermeiden, in einigen Aspekten des Lebens extrem zu sein und andere Dinge zu vernachlässigen. Dadurch wird sichergestellt, dass man einen organisierten und ausgeglichenen Zustand erreicht, der wiederum zu innerem und körperlichem Frieden in beiden Welten führt. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Seelenfrieden & Körperfrieden - 22

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich mit Ihnen teilen möchte. Obwohl ein Mensch durch viele Faktoren dazu verleitet wird, sich von der Quelle des Seelen- und Körperfriedens in beiden Welten zu entfernen, nämlich dem aufrichtigen Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, der beinhaltet, die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Ihm gefällt, werden hier nur zwei Hauptfaktoren erörtert.

Der erste Faktor ist die Einstellung, die einen dazu verleitet, der Mehrheit der Menschen blind zu folgen. Eines der Hauptargumente, das jede Nation gegen ihren Heiligen Propheten, Friede sei mit ihm, vorbrachte, der sie zu einem besseren und höheren Lebenskodex aufrief, war, wie der Heilige Prophet, Friede sei mit ihm, und seine kleine Anhängerschaft Recht haben könnten, während die große Mehrheit der Menschen, die sie ablehnten, Unrecht hatte. Wenn man die Gesellschaft, die sozialen Medien, die Mode und die Kultur beobachtet, glaubt man, dass wahrer Seelenfrieden darin liegt, seine Wünsche zu erfüllen und weltlichen Luxus wie Reichtum, ein großes Haus, Geschäfte und eine Karriere zu erlangen. Diejenigen, die den Lehren des Islam folgen, bestehen jedoch darauf, dass Seelenfrieden nur darin liegt, Allah, dem Erhabenen, aufrichtig zu gehorchen, was beinhaltet, die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt. Um nicht von einer Haltung getäuscht zu werden, die einen dazu ermutigt, der Mehrheit zu folgen, sollte man die Menschen beobachten und über sie nachdenken, die die oben erwähnten weltlichen Dinge erlangen und wie diese Dinge nur ihren Stress, ihre Angst und ihre Depression erhöhen und sie zu Drogenmissbrauch und sogar Selbstmord ermutigen. Auf der anderen Seite leben diejenigen, die Allah,

dem Erhabenen, aufrichtig gehorchen, in innerem Frieden, selbst wenn ihnen weltlicher Luxus fehlt.

Der zweite Faktor ist, wenn der Teufel einen Menschen davon überzeugt, dass er in dieser Welt niemals glücklich sein wird, wenn er seine weltlichen Wünsche aufgibt und stattdessen die Segnungen, die ihm gewährt wurden, auf eine Weise nutzt, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, da Glück und Seelenfrieden direkt mit der Erfüllung der eigenen Wünsche verbunden sind. Auch wenn dies dennoch überzeugend klingt, ist es nichts als eine Täuschung. Die Wahrheit ist, dass Seelenfrieden ein Geisteszustand ist, der im Herzen zu finden ist. Nur Allah, der Erhabene, kontrolliert die Herzen der Menschen. Wenn Er will, lässt Er Frieden in sie einziehen, und wenn Er will, lässt Er Dunkelheit und Enge in sie einziehen. Diese Ergebnisse haben nichts damit zu tun, welche weltlichen Segnungen man besitzt. Diese Ergebnisse hängen direkt davon ab, wie viel oder wenig man aufrichtig an Allah, den Erhabenen, denkt und ihm gehorcht, indem man die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise nutzt, die Ihm gefällt, wie im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt. Wenn jemand Allah, dem Erhabenen, gehorcht, wird Er Frieden in sein Herz bringen. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist, dem werden Wir gewiss ein gutes Leben führen lassen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Und Kapitel 13 Ar Ra'd, Vers 28:

„...Zweifellos finden die Herzen Frieden durch die Erinnerung an Allah.“

Wer Allah, dem Erhabenen, ungehorsam ist, wird Dunkelheit in seinem Herzen finden, selbst wenn ihm die Welt zu Füßen liegt. Kapitel 20 Taha, Vers 124:

„Und wer sich von meiner Erinnerung abwendet, dessen Leben wird wahrlich deprimierend [d. h. schwierig] sein ...“

Sie mögen zwar Momente des Spaßes und der Unterhaltung erleben, aber insgesamt wird ihr Leben miserabel sein. Kapitel 9 At Tawbah, Vers 82:

„So lasst sie ein wenig lachen und [dann] viel weinen als Entschädigung für das, was sie verdient haben.“

Wie bereits erwähnt, sind diese beiden Ergebnisse offensichtlich, wenn man die Nachrichten und sozialen Medien betrachtet und diejenigen, die

weltlichen Luxus genießen, mit denen vergleicht, die danach streben, Allah, dem Erhabenen, zu gehorchen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass ein Muslim diese beiden Faktoren vermeiden muss, die ihn daran hindern, in beiden Welten Frieden zu finden. Ein Aspekt davon ist, starken Glauben zu erlangen, indem man die Lehren des Islam lernt und danach handelt. Dadurch wird sichergestellt, dass man den richtigen Lebensweg wählt, selbst wenn dies bedeutet, dass man sich der Mentalität der Mehrheit der Menschen widersetzt. Ein kleiner Preis, um in beiden Welten inneren Frieden zu finden. Kapitel 31 Luqman, Vers 33:

„... Wahrlich, das Versprechen Allahs ist Wahrheit, also lass dich nicht vom weltlichen Leben täuschen und lass dich nicht vom Betrüger [d. h. Satan] über Allah täuschen.“

Seelenfrieden & Körperfrieden - 23

Ich hatte einen Gedanken, den ich teilen wollte. Viele Menschen, darunter auch Muslime, suchen aus weltlichen Quellen wie Selbsthilfegurus, Psychologen und Beratern nach Rat und Informationen, die ihre psychischen Probleme wie Stress, Angst und Depression lindern können. Obwohl einige der Informationen und Ratschläge, die sie aus diesen Quellen erhalten können, gut sind, da sie mit den Lehren des Islam verbunden sind, wird die überwiegende Mehrheit ihrer Ratschläge und Informationen nicht nützlich sein, da sie durch zu viele Faktoren eingeschränkt werden, die verhindern, dass sie vollständig nützlich sind. Beispielsweise werden das Wissen und die Erfahrung eines Beraters immer begrenzt sein, unabhängig davon, wie viel er gelernt hat oder wie viele Patienten er beraten hat. Ihre Perspektive wird immer begrenzt sein, da sie die Mentalität und das Verhalten anderer Menschen nur aus einer eingeschränkten Perspektive beobachten und erleben können. Sie wissen nur, was der Patient mit ihnen teilt, und sind sich vieler Gefühle und Emotionen nicht bewusst, die der Patient nicht mit ihnen teilt, da es ihnen möglicherweise schwerfällt, sie in Worte zu fassen. Forscher sind durch die Stichprobe der Menschen eingeschränkt, die sie während ihrer Experimente herangezogen haben. Diese Einschränkungen hängen mit Alter, Rasse, ethnischer Zugehörigkeit, sozialer Schicht, Religion und vielem mehr zusammen. Darüber hinaus kann ein Berater oder Selbsthilfeguru aufgrund seiner eigenen Erfahrungen durchaus eine unbewusste Voreingenommenheit für oder gegen bestimmte Einstellungen und Verhaltensweisen haben. Beispielsweise wird ein männlicher Berater die Denkweise eines Mannes leichter verstehen. Der Berater kann aufgrund seiner persönlichen Beziehungen durchaus zu einer bestimmten Denkweise neigen. Beispielsweise kann sich ein Berater während Paartherapiesitzungen unbewusst seine Ex-Frau vorstellen. All diese Voreingenommenheiten sind unvermeidlich, da Menschen durch ihre Erfahrungen geprägt und stark von ihrem Unterbewusstsein beeinflusst werden.

Der Einzige, der die geistige Gesundheit eines Menschen vollständig unterstützen kann, ist derjenige, der in jeder Situation und unter allen Umständen vollkommen unvoreingenommen ist. Derjenige, dessen Wissen jede Art von Emotion, Verhalten, Gedanken und Charakteristik umfasst, die ein Mensch jemals erleben kann. Derjenige, der die Heilung für jedes geistige Problem kennt. Derjenige, der keine Fehler bei der Diagnose geistiger Erkrankungen macht. Der Einzige, der all dies und mehr erreichen kann, ist Allah, der Erhabene. Kapitel 67 Al Mulk, Vers 14:

„Kennt Er nicht die Menschen, die Er erschaffen hat ...“

Wenn also eine Person Heilung für ihre psychischen Probleme sucht, muss sie diese von Allah, dem Erhabenen, erbitten, indem sie die Lehren des Heiligen Koran und die Traditionen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, annimmt und danach handelt. Durch diese Methode werden ihr dann auch die weltlichen Wissenschaften, die parallel zu den islamischen Lehren verlaufen, von Nutzen sein. Kapitel 21 Al Anbiya, Vers 10:

„Wir haben euch gewiss ein Buch [den Koran] herabgesandt, in dem ihr erwähnt werdet. Wollt ihr denn nicht nachdenken?“

Und Kapitel 10 Yunus, Vers 57:

*„O Menschen, zu euch ist eine Unterweisung von eurem Herrn gekommen
und Heilung für das, was in euren Brüsten ist ...“*

Seelenfrieden & Körperfrieden - 24

Ich hatte einen Gedanken, den ich mit Ihnen teilen wollte. Wenn jemand versucht, die erlaubten Annehmlichkeiten der materiellen Welt zu genießen, wird er immer feststellen, dass die Süße, die sie in seinem Herzen erzeugt, extrem schnell verschwindet. Wenn man beispielsweise aus dem Urlaub zurückkommt, verschwindet die Süße des Urlaubserlebnisses schnell, und so beginnt man, den nächsten Urlaub zu planen, um diese Süße wieder zu erleben. Wenn man einen Film oder eine Fernsehsendung zu Ende gesehen hat, verschwindet die erlebte Süße schnell, und infolgedessen möchte man etwas anderes sehen, um die Süße wieder zu erleben. Dies gilt für alle sündigen oder eitlen Dinge. Es ist dieser Wunsch, die Süße der Dinge wieder zu erleben, der die Unterhaltungsindustrie antreibt. Andererseits bleibt die Süße, die man von allem erfährt, was mit der Freude Allahs, des Erhabenen, verbunden ist, immer im Herzen bestehen. Beispielsweise spürt der Muslim, der die heilige Pilgerfahrt aufrichtig durchgeführt hat, die Süße davon noch Jahrzehnte später in seinem Herzen. Der Muslim, der ernsthaft ein Wohltätigkeitsprojekt durchführt, wie den Bau einer Moschee oder die Unterstützung eines Waisenkindes, wird die Freude dieser Wohltätigkeitstat noch viele Jahre spüren. Aus diesem Grund sollte derjenige, der ständig innere Freude spüren möchte, sie in Dingen suchen, die Allah, dem Erhabenen, gefallen, und nicht in eitlen oder sündigen Dingen.

Zweitens ist diese Realität ein mächtiges Zeichen, das anzeigt, was in dieser Welt wirklich wertvoll ist. Alles, was Bestand hat, hat einen Wert, aber die Dinge, die schnell vergehen, sind wankelmütig und haben daher keinen wirklichen Wert oder Nutzen. Kapitel 16 An Nahl, Vers 96:

„Was auch immer du hast, wird enden, doch was Allah hat, bleibt bestehen ...“

Der Wert eines jeden Menschen hängt davon ab, was er anstrebt. Wenn er nach dem strebt, was von Dauer und Wert ist, dann wird er wertvoll sein und sein Frieden und seine Taten werden von Dauer sein. Wenn er jedoch nach dem strebt, was wankelmütig und wertlos ist, dann wird sein Sinn für Freude schnell verschwinden und auch sein Leben wird wertlos sein.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 25

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich gerne mit Ihnen teilen möchte. Auch wenn die Gesellschaft, die sozialen Medien, die Mode und die Kultur die Menschen dazu drängen, ihren Seelenfrieden durch die Erfüllung ihrer Wünsche zu finden, ist es offensichtlich, dass dieser verbreitete Glaube völlig falsch ist, wenn man über die Lehren des Islam und die geistige Gesundheit und den Zustand derjenigen nachdenkt, die versuchen, ihren Seelenfrieden durch die Erfüllung ihrer Wünsche zu erlangen. Diejenigen, die ihre Wünsche erfüllen, sind oft am weitesten vom Seelenfrieden entfernt, da sie häufig von psychischen Problemen wie Stress, Angstzuständen, Depressionen und Selbstmordtendenzen geplagt werden und oft in der Drogen- und Alkoholsucht versinken.

Man muss verstehen, dass das Erlangen von Seelenfrieden und die Erfüllung aller Wünsche niemals zusammenpassen, so wie Feuer und Eis niemals zusammenpassen. Je mehr man nach einem dieser beiden strebt, desto weiter werden sie sich voneinander entfernen, so wie jemand, der nach Osten reist, weiter vom Westen weg reist. Daher muss man sich für das eine oder das andere entscheiden und danach streben, beides unter allen Umständen zu erreichen, ist einfach nicht möglich. Da die Erfüllung der eigenen Wünsche einen vom Seelenfrieden abbringt und zu allen möglichen psychischen und gesundheitlichen Problemen führt, ist die kluge Entscheidung, nach Seelenfrieden zu streben und das Streben nach all seinen Wünschen aufzugeben. Da Allah, der Erhabene, das spirituelle Herz des Menschen, die Wohnstätte des Friedens, geschaffen hat und kontrolliert, müssen sie verstehen, dass sie es nur durch Seinen Gehorsam erlangen werden. Dies beinhaltet, die Segnungen, die Er einem gewährt hat, auf eine Weise zu nutzen, die Ihm gefällt. Dies wird im Heiligen Quran und in den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, erklärt. Je aufrichtiger man Allah, dem Erhabenen, gehorcht, indem man seine

Segnungen richtig nutzt, desto mehr inneren Frieden wird man erlangen. Seelenfrieden ist wertvoller und befriedigender als die Erfüllung weltlicher Wünsche. Das heißt, durch Seelenfrieden wird man für das Aufgeben seiner weltlichen Wünsche sowohl in dieser als auch in der nächsten Welt mehr als entschädigt. Kapitel 13 Ar Ra'd, Vers 28:

„...Zweifellos finden die Herzen Frieden durch die Erinnerung an Allah.“

Und Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Wer hingegen die ihm gewährten Segnungen auf eine ihm gefällige Weise nutzt, hat lediglich seinen Seelenfrieden aufgegeben und wird daher in beiden Welten ein elendes Leben führen, selbst wenn er alle seine weltlichen Wünsche erfüllt und alles erlangt, was die Welt zu bieten hat. Kapitel 20 Taha, Vers 124:

„Und wer sich von Meiner Erinnerung abwendet, dem wird wahrlich ein deprimierendes [d. h. schwieriges] Leben bevorstehen, und Wir werden ihn am Tag der Auferstehung blind versammeln [d. h. auferwecken].“

Abschließend muss man verstehen, dass das Erlangen von innerem Frieden und die Erfüllung aller weltlichen Wünsche in dieser Welt nicht miteinander vereinbar sind. Man muss sich für das eine oder das andere entscheiden, und man muss kein Gelehrter sein, um zu entscheiden, welches man wählen sollte.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 26

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich gerne mit Ihnen teilen möchte. Muslime, die zu besonderen heiligen Orten wie Mekka und Medina reisen, geben oft an, dass sie dort viel Seelenfrieden und Frieden für Körper und Geist finden. Obwohl heilige Orte, die eine besondere Verbindung zu Allah, dem Erhabenen, haben, einen größeren Anteil Seiner Gnade erfahren, was ein Grund für ihren friedlichen Zustand ist, ist ein weiterer wichtiger Grund das Verhalten der Muslime, die dorthin reisen. Normalerweise steigern Muslime, die zu diesen heiligen Orten reisen, ihren aufrichtigen Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, in ihren Handlungen und ihrer Sprache im Laufe des Tages. Sie verrichten beispielsweise ihre Pflichtgebete in den Moscheen, nutzen ihre Ressourcen, wie etwa ihre Zeit, auf eine Weise, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, und werden vorsichtiger beim Begehen verbaler und körperlicher Sünden. Dies sind die Bedingungen, die der Islam für die Erlangung von Seelenfrieden und Frieden für Körper und Geist festgelegt hat. Kapitel 13 Ar Ra'd, Vers 28:

„...Zweifellos finden die Herzen Frieden durch die Erinnerung an Allah.“

Und Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben ermöglichen ...“

Wenn Muslime in ihre Heimat zurückkehren, bewahren sie diesen Gehorsam in den meisten Fällen nicht in ihrem Alltagsleben. Das heißt, sie nutzen die Ressourcen und Segnungen, die ihnen gewährt wurden, wie ihre Zeit, nicht weiter auf eine Weise, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, wie es im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt ist. Dies gilt sogar dann, wenn sie die wenigen obligatorischen Pflichten des Islam erfüllen. Stattdessen konzentrieren sie sich mehr darauf, ihre Segnungen auf eine Weise zu nutzen, die ihnen selbst und anderen gefällt. Dies hindert sie daran, die vom Islam festgelegten Bedingungen für die Erlangung von Seelen- und Körperfrieden zu erfüllen. Infolgedessen beginnen sie fälschlicherweise zu glauben, dass Frieden an einem bestimmten Ort zu finden ist, während er in Wirklichkeit im aufrichtigen Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, liegt und daher nicht an Zeit oder Raum gebunden ist.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 27

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich gerne mit Ihnen teilen möchte. Einer der Hauptgründe, warum Muslime, die die grundlegenden Pflichten erfüllen, wie die fünf täglichen Pflichtgebete, dennoch keinen inneren Frieden finden, ist, dass sie die islamischen Lehren aus ihrem Kontext nehmen und sie in ihrem Leben nach ihren eigenen Wünschen anwenden. Während sie glauben, dass sie nach den Lehren des Islam handeln, folgen sie in Wirklichkeit nichts anderem als ihren eigenen Wünschen. Dies hindert sie daran, die Segnungen, die ihnen gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, wie es im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt ist. Dies führt dazu, dass sie Allah, den Erhabenen, während ihrer täglichen Aktivitäten vergessen, selbst wenn sie es schaffen, die grundlegenden Pflichten zu erfüllen. Kapitel 20 Taha, Vers 124:

„Und wer sich von meiner Erinnerung abwendet, dessen Leben wird wahrlich deprimierend [d. h. schwierig] sein ...“

Eine Person, die ihre rechtmäßigen, aber eitlen Wünsche erfüllen möchte, wird bestimmte Verse des Heiligen Koran und der Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, aus dem Kontext reißen, um ihre Wünsche und Ziele zu unterstützen. Beispielsweise wird diese Person Kapitel 28 Al Qasas, Vers 77, falsch interpretieren:

„Aber trachtet nach der Wohnstätte im Jenseits durch das, was Allāh euch gegeben hat, und vergesst nicht euren Anteil an der Welt ...“

Sie werden behaupten, dass dieser Vers einen dazu ermutigt, sich an rechtmäßigen weltlichen Freuden zu erfreuen. Obwohl der Islam rechtmäßige weltliche Wünsche nicht verbietet, warnt er doch davor, ihnen übermäßig nachzugeben, da dies einen daran hindert, sich praktisch auf das Jenseits vorzubereiten, was bedeutet, die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt. Dies ist die Bedeutung dieses Verses. Man darf die Welt nicht verlassen und auch nicht aufhören, seine Bedürfnisse darin zu erfüllen. Stattdessen sollten sie ihre weltlichen Segnungen auf eine Weise nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, ohne ihre eigenen Bedürfnisse oder die Bedürfnisse ihrer Angehörigen zu vernachlässigen.

Ein weiteres Beispiel ist, wenn Eltern Verse und Hadithe zitieren, die die hohe Tugend der Eltern erwähnen, und diese verwenden, um zu beweisen, dass ihre Kinder ihnen immer gehorchen und ihnen niemals widersprechen müssen. Auch wenn die Lehren des Islam die Wichtigkeit betonen, Eltern mit dem größten Respekt und der größten Güte zu behandeln, bedeutet dies nicht, dass sie ihnen in jeder Situation blind gehorchen müssen. Sie dürfen ihnen nicht gehorchen, wenn dies Ungehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, bedeutet. Und Kinder haben das Recht, ihren Eltern in rechtmäßigen Angelegenheiten zu widersprechen, solange sie den Respekt wahren. Sie dürfen sogar rechtmäßige Entscheidungen treffen, mit denen ihre Eltern nicht einverstanden sind. Wenn die Eltern beispielsweise möchten, dass ihre Tochter einen Verwandten heiratet, hat sie das uneingeschränkte Recht, den Antrag abzulehnen, insbesondere wenn sie triftige Gründe dafür hat, etwa wenn der Mann sie im Falle einer Heirat nicht finanziell unterstützen könnte.

Die islamischen Lehren aus ihrem eigentlichen Kontext zu nehmen, ist eine der Hauptursachen für Irreführung und das Versäumnis, die Rechte Allahs, des Erhabenen, und der Menschen zu erfüllen. Dies kann zu vermeidbaren Auseinandersetzungen führen, insbesondere wenn man die islamischen Lehren gegen andere missbraucht. Das Heilmittel hierfür besteht darin, zunächst eine gute Absicht zu entwickeln, nämlich Allah, dem Erhabenen, unter allen Umständen zu gefallen, und dann islamisches Wissen richtig zu erlangen und danach zu handeln. Dies führt dazu, die Rechte Allahs, des Erhabenen, und der Menschen zu erfüllen und Frieden und Erfolg in beiden Welten zu erlangen. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Seelenfrieden & Körperfrieden - 28

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich gerne mit Ihnen teilen möchte. Eine der falschen Vorstellungen, die manche Menschen vertreten, ist die, dass sie erwarten, in dieser Welt keine Schwierigkeiten zu haben, wenn sie Allah, dem Erhabenen, gehorchen. Zunächst einmal geht der Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, über die wenigen Pflichten wie die fünf täglichen Pflichtgebete hinaus und beinhaltet die Verwendung aller Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, wie im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt. Wer sich so verhält, dem wird in beiden Welten geistiger und körperlicher Frieden gewährt. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Und Kapitel 13 Ar Ra'd, Vers 28:

„...Zweifellos finden die Herzen Frieden durch die Erinnerung an Allah.“

Dies bedeutet jedoch nicht, dass man nicht auf Prüfungen in Form von Schwierigkeiten stoßen wird. Dies ist unvermeidlich, da dies der eigentliche Zweck des Lebens in dieser Welt ist. Kapitel 67 Al Mulk, Vers 2:

„[Er], der den Tod und das Leben erschaffen hat, um euch zu prüfen, wer von euch in der Tat besser ist ...“

Doch wer Allah, dem Erhabenen, aufrichtig gehorcht, dem wird auch in schwierigen Situationen geistiger und körperlicher Frieden gewährt. Ihm wird die Kraft gewährt, mit den Schwierigkeiten umzugehen, sodass er sie sowohl geistig als auch körperlich überwindet und dabei stets den Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, aufrechterhält. Dies ist vergleichbar mit einem Patienten, der betäubt wurde, damit er den Schmerz eines medizinischen Eingriffs nicht spürt.

Andererseits wird auch derjenige, der Allah, dem Erhabenen, nicht gehorcht, Schwierigkeiten haben. In ihrem Fall wird ihnen jedoch währenddessen weder Seelenfrieden noch körperlicher Frieden gewährt. Sie werden nicht die geistige oder körperliche Kraft haben, dies zu überwinden, und infolgedessen werden sie Allah, dem Erhabenen, weiterhin ungehorsam sein, ohne ihren Ungehorsam mit ihren Schwierigkeiten in Verbindung zu bringen. Stattdessen werden sie die Ursache ihrer Schwierigkeiten fälschlicherweise Dingen und Menschen wie ihren Verwandten und Freunden zuschreiben. Dies wird ihnen weitere Probleme bereiten, da sie versuchen werden, diese Dinge aus ihrem Leben zu entfernen. Sie werden versuchen, ihren Schwierigkeiten durch weltliche Dinge wie Unterhaltung, Drogen und Alkohol zu entkommen. Aber all diese Dinge werden ihre Angst, ihren Stress und ihre Depression

nur verstärken. Sie werden daher weiterhin ein dunkles und eingeschränktes Leben führen, selbst wenn ihnen die Welt zu Füßen liegt.
Kapitel 20 Taha, Vers 124:

„Und wer sich von meiner Erinnerung abwendet, dessen Leben wird wahrlich deprimierend [d. h. schwierig] sein ...“

Dieses Ergebnis wird ganz deutlich, wenn man die Nachrichten und sozialen Medien beobachtet.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass jeder Mensch Prüfungen und Schwierigkeiten gegenübersteht, aber durch seine Wahl und sein Verhalten entweder in beiden Welten geistigen und körperlichen Frieden erlangt oder in beiden Welten ein schwieriges und finsternes Leben führt.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 29

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich gerne teilen möchte. Einige Muslime glauben fälschlicherweise, dass man sich etwas so sehr hingeben kann, wie es einem beliebt, solange es erlaubt ist. Diese Einstellung widerspricht den islamischen Lehren, denn nur weil etwas erlaubt ist, heißt das nicht, dass man sich ihm hingeben sollte. In einem Hadith, der in Jami At Tirmidhi, Nummer 2451, zu finden ist, wies der Heilige Prophet Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, darauf hin, dass ein Muslim nicht fromm werden kann, bis er etwas vermeidet, das seiner Religion nicht schadet, aus Angst, dass es zu etwas führt, das schädlich ist. Darüber hinaus macht der folgende Vers deutlich, dass das Verfolgen der eigenen Wünsche, selbst der erlaubten, zur Irreführung führen kann. Kapitel 38 Saad, Vers 26:

„... und folge nicht [deiner eigenen] Neigung, denn sie wird dich vom Weg Allahs abbringen. Jene, die vom Weg Allahs abirren, werden wahrlich eine schwere Strafe erleiden, weil sie den Tag der Abrechnung vergessen haben.“

Dieser Vers beschreibt den Grund, warum das Befriedigen von Wünschen, einschließlich der rechtmäßigen, zur Irreführung führt. Wenn man seinen weltlichen, rechtmäßigen Wünschen übermäßig nachgeht, wird man davon abgelenkt, sich praktisch auf den Tag des Jüngsten Gerichts vorzubereiten. Diese Vorbereitung beinhaltet, die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, wie im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt. Das Befolgen seiner Wünsche wird einen immer dazu

ermutigen, seine Segnungen falsch zu nutzen, was wiederum zu Problemen in beiden Welten führt. Kapitel 20 Taha, Verse 124-126:

„Und wer sich von Meiner Erinnerung abwendet, dem wird ein bedrückendes Leben bevorstehen, und Wir werden ihn am Tag der Auferstehung blind wieder auferstehen lassen.“ Er wird sagen: „Mein Herr, warum hast Du mich blind wieder auferstehen lassen, wo ich doch sehend war?“ Er wird sagen: „So kamen Unsere Zeichen zu euch, und ihr vergaßt sie, und so werdet auch ihr heute vergessen sein.““

Man muss daher nett zu sich selbst sein und die Verfolgung seiner rechtmäßigen Wünsche auf ein Minimum beschränken und sich stattdessen darauf konzentrieren, die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt. Da Allah, der Erhabene, das spirituelle Herz eines Menschen, die Wohnstätte des Friedens, und das Urteil eines Menschen im Jenseits kontrolliert, wird Er sicherstellen, dass sie in beiden Welten Frieden des Geistes und des Körpers erlangen. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Seelenfrieden & Körperfrieden - 30

Ich hatte einen Gedanken, den ich teilen wollte. Menschen haben oft Schwierigkeiten, die Balance zwischen dem Streben nach ihrem Glück und dem Gefallen anderer, wie zum Beispiel ihrer Verwandten, zu finden. Das Problem beim Verfolgen von sozialen Medien, Mode und Kultur ist, dass man dadurch eine extremistische Haltung einnimmt. Entweder man schwenkt auf eine Seite, auf der man das Vergnügen anderer anstrebt, was in vielen Kulturen propagiert wird. Das führt nur dazu, dass man sich wie ein kopfloses Huhn verhält, das zwischen verschiedenen Herren hin- und herrennt, um ihnen zu gefallen. Aber da Menschen unterschiedlich sind, wird das, was dem einen gefällt, den anderen verärgern. Diese Person wird also nie allen gefallen und daher nie ihren eigenen Seelenfrieden oder ihren eigenen Körper finden. Oder sie schwenkt auf die andere extreme Seite, wobei sie sich nicht mehr um die Rechte und Gefühle anderer kümmert und stattdessen nur ihren eigenen Wünschen nachgeht, um Seelenfrieden zu finden. Sie weigern sich, auf konstruktive Kritik zu hören, was für die positive Entwicklung eines Menschen und einer Gesellschaft erforderlich ist. Sie vernachlässigen ihre Verantwortung gegenüber anderen, was nur zu weiteren Problemen für sie und den Rest der Gesellschaft führen wird. Beim Verfolgen ihrer Wünsche vergessen sie leicht Allah, den Erhabenen, da sie zu sehr damit beschäftigt sind, die ihnen gewährten Segnungen auf eine Weise zu nutzen, die ihnen gefällt, da sie sich um nichts anderes mehr kümmern. Dies führt zu einem Verlust des Seelen- und Körperfriedens. Kapitel 20 Taha, Vers 124:

„Und wer sich von Meiner Erinnerung abwendet, dem wird wahrlich ein deprimierendes [d. h. schwieriges] Leben bevorstehen, und Wir werden ihn am Tag der Auferstehung blind versammeln [d. h. auferwecken].“

Wer den sozialen Medien, der Mode und der Kultur folgt, wird immer von einem Extrem ins andere schwanken. Der einzige Weg, einen ausgeglichenen Zustand von Geist und Körper zu erreichen, besteht darin, Allah, dem Erhabenen, dem Schöpfer des menschlichen Geistes und Körpers zu gehorchen. Wenn man dies tut, wird man es vor allem anderen vorziehen, Ihm zu gefallen. Infolgedessen wird man nicht von Person zu Person eilen, um ihnen zu gefallen. Stattdessen wird man die Rechte anderer gemäß den Lehren des Islam erfüllen, da dies das ist, was Allah, der Erhabene, befohlen hat, aber man wird keine Gegenleistung oder Dankbarkeit von den Menschen erwarten oder erhoffen. Ob die Menschen mit einem zufrieden sind oder nicht, spielt also keine Rolle, da man in allen Angelegenheiten danach strebt, Allah, dem Erhabenen, zu gefallen. Aber da man Allah, dem Erhabenen, gehorcht, wird man anderen kein Unrecht tun und stattdessen seine Rechte erfüllen. Man wird jede konstruktive Kritik akzeptieren, solange sie mit den Lehren des Islam im Einklang steht. Dies wird zu einer positiven Verbesserung seines Verhaltens gegenüber Allah, dem Erhabenen, und den Menschen führen. Da sie danach streben, Allah, dem Erhabenen, zu gefallen, werden sie ihre Segnungen auf eine Weise nutzen, die Ihm gefällt, wie es im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, beschrieben ist. Dies wird zu einem ausgeglichenen Geisteszustand führen, der zu innerem und körperlichem Frieden in beiden Welten führt. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Seelenfrieden & Körperfrieden - 31

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich mit Ihnen teilen möchte. Wenn Menschen irgendeine Art von weltlichem Erfolg haben, empfinden sie ein Gefühl der Zufriedenheit mit den Anstrengungen, die sie unternommen haben, um diesen Erfolg zu erreichen. Ein Universitätsstudent zum Beispiel ist oft zufrieden mit den vielen Stunden des Lernens, die er nach seinem Abschluss durchgestanden hat. Je größer das weltliche Ziel, desto größer ist die Zufriedenheit. Ebenso werden diejenigen, die im Jenseits das Paradies erreichen, zufrieden mit den Anstrengungen sein, die sie während ihres Lebens auf der Erde unternommen haben, um es zu erreichen. Tatsächlich ist dieses Gefühl der Zufriedenheit das Erste, was erwähnt wird, wenn die Menschen des Paradieses in Kapitel 88 Al Ghashiyah, Verse 8-9, beschrieben werden:

„[Andere] Gesichter werden an jenem Tag Freude zeigen. Mit ihrer Anstrengung [sind sie] zufrieden.“

Daher muss jeder Muslim darüber nachdenken, wie viel Zufriedenheit er am Tag des Jüngsten Gerichts empfinden möchte, und entsprechend handeln. Wenn man diese Zufriedenheit empfinden möchte, sollte man, genau wie man sich auf weltliche Zufriedenheit freut, danach streben, sie durch aufrichtigen Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, zu erreichen. Dazu gehört, die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Ihm gefällt, wie es im Heiligen Quran und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt ist.

Seelenfrieden & Körperfrieden - 32

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich mit Ihnen teilen möchte. Anders als weltlicher Erfolg, der von Natur aus extrem wankelmütig ist, ist religiöser Erfolg für die Menschen nicht immer offensichtlich. Weltlicher Erfolg ist immer mit materiellem Gewinn wie Ruhm, Reichtum und Autorität verbunden und daher für die Menschen offensichtlich. Aber ein Muslim muss verstehen, dass echter, dauerhafter Erfolg, der mit dem Islam verbunden ist, nicht immer offensichtlich ist. In den meisten Fällen ist religiöser Erfolg mit innerem und körperlichem Frieden verbunden, etwas, das schwer zu beobachten ist. Darüber hinaus garantiert Allah, der Erhabene, denjenigen, die ihm aufrichtig gehorchen, keinen offensichtlichen weltlichen Erfolg, da dieser von Natur aus wankelmütig ist und nicht zu innerem und körperlichem Frieden führt. Gehorsam bedeutet, die Segnungen, die einem gewährt wurden, auf eine Weise zu nutzen, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, wie es in den Heiligen Schriften und den Überlieferungen des Heiligen Propheten Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, dargelegt ist. Die folgenden Verse diskutieren beispielsweise die Folgen der aufrichtigen Gehorsamkeit gegenüber Allah, dem Erhabenen, in schwierigen Zeiten. Keine der Belohnungen ist mit weltlichem Erfolg verbunden. Sie sind vielmehr mit spirituellem Erfolg verbunden, der oft schwer zu beobachten ist. Kapitel 2 Al Baqarah, Verse 155-157:

„Und Wir werden euch ganz gewiss mit etwas Furcht und Hunger und dem Verlust von Besitz, Leben und Früchten prüfen. Doch verkünde den Geduldigen frohe Botschaft. Wenn sie ein Unglück trifft, sagen sie: „Wir gehören Allah, und zu Ihm kehren wir zurück.“ Das sind diejenigen, denen der Segen ihres Herrn und seine Barmherzigkeit zuteil werden. Und sie sind die Rechtgeleiteten.“

Daher darf ein Muslim nicht glauben, dass der Gehorsam gegenüber Allah, dem Erhabenen, zu weltlichem Erfolg wie Reichtum und Autorität führt, da diese beiden Dinge in den meisten Fällen nicht miteinander verbunden sind. Man sollte stattdessen nach Höherem streben und spirituellen Erfolg vorziehen, das heißt, inneren Frieden, da dieser in jeder Situation in beiden Welten Bestand hat. Kapitel 16 An Nahl, Vers 97:

„Wer Gutes tut, sei es Mann oder Frau, während er gläubig ist – dem werden Wir gewiss ein gutes Leben verhelfen, und Wir werden ihnen gewiss ihren Lohn [im Jenseits] entsprechend dem Besten geben, was sie zu tun pflegten.“

Zufriedenheit - 1

In einem Hadith in Sahih Bukhari, Nummer 6470, riet der Heilige Prophet Muhammad (Friede und Segen seien auf ihm), dass jeder, der mit dem zufrieden ist, was er besitzt, autark werden wird.

Der wirklich reiche Mensch ist derjenige, der nicht bedürftig und gierig nach Dingen ist. Dies ist der Fall, wenn man mit dem zufrieden ist, was einem von Allah, dem Erhabenen, gewährt wurde. Dies wird erreicht, wenn man zu Recht glaubt, dass Allah, der Erhabene, jedem Menschen das Beste gemäß Seinem unendlichen Wissen gibt. Kapitel 2 Al Baqarah, Vers 216:

„...Aber vielleicht hasst ihr etwas und es ist gut für euch; und vielleicht liebt ihr etwas und es ist schlecht für euch. Und Allah weiß es, ihr aber wisst es nicht.“

Diese Person ist wirklich reich, wohingegen derjenige, der immer gierig und bedürftig nach Dingen ist, arm ist, selbst wenn er viel Reichtum besitzt. Dies wird in einem Hadith in Sahih Muslim, Nummer 2420, angedeutet. Daher ist Zufriedenheit mit dem, was man hat, wahrer Reichtum, wohingegen Gier nach mehr einen bedürftig, also arm macht.

Zufriedenheit - 2

In einem Hadith in Jami At Tirmidhi, Nummer 2305, hat der Heilige Prophet Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, einige wichtige Charaktereigenschaften genannt, die sich Muslime aneignen sollten.

Einer der Punkte ist, dass der reichste Mensch derjenige ist, der mit dem zufrieden ist, was Allah, der Erhabene, ihm gewährt hat. Derjenige, der immer mehr weltliche Dinge braucht, ist bedürftig, was ein anderes Wort für arm ist, selbst wenn er viel Reichtum besitzt. Doch derjenige, der mit dem zufrieden ist, was er besitzt, ist nicht bedürftig und daher reich, selbst wenn er wenig Reichtum oder weltliche Dinge besitzt.

Darüber hinaus wird demjenigen, der mit dem zufrieden ist, was Allah, der Erhabene, ihm gewährt hat, Gnade zuteil, die sicherstellt, dass sein Besitz seine Bedürfnisse und die seiner Angehörigen erfüllt und ihm Seelenfrieden und körperlichen Frieden gewährt. Diejenigen hingegen, die mit dem, was ihnen gewährt wurde, nicht zufrieden sind, werden diese Gnade nicht erlangen. Dies wird dazu führen, dass sie das Gefühl haben, dass ihr Besitz nicht ausreicht, um ihre Bedürfnisse und die ihrer Angehörigen zu erfüllen. Dies wird sie daran hindern, Seelenfrieden und körperlichen Frieden zu erlangen, selbst wenn ihnen die Welt zu Füßen liegt.

Zufriedenheit bedeutet, mit dem zufrieden zu sein, was Allah, der Erhabene, für eine Person bestimmt hat, nämlich das Schicksal. Ein

Muslim sollte fest daran glauben, dass Allah, der Erhabene, immer das Beste für seinen Diener wählt, selbst wenn er die Weisheit hinter seiner Wahl nicht beachtet. Kapitel 2 Al Baqarah, Vers 216:

„...Aber vielleicht hasst ihr etwas und es ist gut für euch; und vielleicht liebt ihr etwas und es ist schlecht für euch. Und Allah weiß es, ihr aber wisst es nicht.“

Wenn sich ein Muslim darauf konzentriert, Allah, dem Erhabenen, in jeder Situation zu gehorchen, beispielsweise Geduld in schwierigen Zeiten und Dankbarkeit in guten Zeiten zeigt und die Segnungen, die ihm gewährt wurden, auf eine Weise nutzt, die Allah, dem Erhabenen, gefällt, wird ihm Seelenfrieden zuteil.

Zufriedenheit - 3

Mir ist ein Gedanke gekommen, den ich gerne mit Ihnen teilen möchte. Muslime sind oft in dem Bemühen gefangen, große Projekte umzusetzen, ob sie nun mit der Religion oder der Welt zu tun haben, wie etwa den Bau einer Moschee. Obwohl im Islam dazu ermutigt wird, sich hohe Ziele zu setzen, sollte man immer im Hinterkopf behalten, dass man sich seine Ziele nicht zu hoch stecken darf. Wenn man bei dem Versuch, seine große Idee umzusetzen, über seine Ressourcen hinausgeht, erreicht man sie oft nicht. Stattdessen ist es oft besser, sich hohe Ziele zu setzen, aber innerhalb der Grenzen der eigenen Ressourcen zu bleiben. Es kommt oft vor, dass jemand, der sich hohe Ziele setzt und übertreibt, aufgrund fehlender Ressourcen nichts erreicht. Also geht man von einem gescheiterten Projekt zum nächsten, ohne etwas Gutes zu erreichen. Wer sich dagegen hohe Ziele setzt, sich aber innerhalb seiner Ressourcen beschränkt, erreicht oft sein Ziel. Und er geht von einem kleinen Projekt zum nächsten und erzielt positive Ergebnisse. Viele kleine Erfolge sind dann wirkungsvoller als ein potenziell großer, aber einzelner Erfolg. Dies ist einer der Gründe, warum der Islam einen ermutigt, sich auf Qualität statt auf Quantität zu konzentrieren. So hat beispielsweise der Heilige Prophet Muhammad, Friede und Segen seien auf ihm, einmal darauf hingewiesen, dass die von Allah, dem Erhabenen, am meisten geschätzten Taten diejenigen sind, die regelmäßig verrichtet werden, auch wenn es nur wenige sind. Dies wird in einem Hadith bestätigt, der in Sahih Bukhari, Nummer 6464, zu finden ist.

Und schließlich ist es weniger wahrscheinlich, dass jemand, der seine Ziele im Rahmen seiner Möglichkeiten verfolgt, Gutes und Positives aufgibt, da er

mit größerer Wahrscheinlichkeit ein positives Ergebnis erzielt als jemand, der sich zu weit aus dem Fenster lehnt und über die Grenzen seiner Möglichkeiten hinaus zielt.

Alles Lob gebührt Allah, dem Herrn der Welten, und Friede und Segen seien auf seinem letzten Gesandten Muhammad, seiner edlen Familie und seinen Gefährten.

Über 400 kostenlose eBooks zum Thema „Guter Charakter“

400+ English Books / كتب عربية / اردو كتب / Buku Melayu / বাংলা বই / Libros En Español / Livres En Français / Libri Italiani / Deutsche Bücher / Livros Portugueses:

<https://shaykhpod.com/books/>

Backup Sites for eBooks: <https://shaykhpodbooks.wordpress.com/books/>

<https://shaykhpodbooks.wixsite.com/books>

<https://shaykhpod.weebly.com>

<https://archive.org/details/@shaykhpod>

Andere ShaykhPod-Medien

Hörbücher : <https://shaykhpod.com/books/#audio>

Tägliche Blogs: <https://shaykhpod.com/blogs/>

Bilder: <https://shaykhpod.com/pics/>

Allgemeine Podcasts: <https://shaykhpod.com/general-podcasts/>

PodWoman: <https://shaykhpod.com/podwoman/>

PodKid: <https://shaykhpod.com/podkid/>

Urdu-Podcasts: <https://shaykhpod.com/urdu-podcasts/>

Live-Podcasts: <https://shaykhpod.com/live/>

Folgen Sie dem WhatsApp-Kanal anonym für tägliche Blogs, eBooks, Bilder und Podcasts:

<https://whatsapp.com/channel/0029VaDDhdwJ93wYa8dgJY1t>

Abonnieren Sie, um täglich Blogs und Updates per E-Mail zu erhalten:

<http://shaykhpod.com/subscribe>



