

“Die geistige und körperliche Ernährung“
Übersetzung der Freitagspredigt vom 02.08.2024

Im Namen Allahs und gelobt sei Allah, der Herr der Welten. Wir bezeugen, dass es außer Ihm keinen Gott gibt und dass nichts und niemand außer Ihm der Anbetung würdig ist, und wir bezeugen, dass Mohammad sein Diener und Gesandter ist, mögen Allahs Heil und Segen mit ihm, mit seiner Familie und seinen Gefährten sein, und mit all jenen, die ihm bis zum Auferstehungstag folgen werden.

Liebe Brüder und Schwester im Islam:

In unserem Alltag müssen wir ernährt und versorgt werden, körperlich und geistig. Neben der Pflege der eigenen Glaube umfasst die geistige Ernährung das Ausüben der uns auferlegten Pflichten, wie das Beten, die Almosenabgabe, das Fasten und das Pilgern und darüber hinaus die guten Umgangsformen und der Selbstschutz vor Zinsgeschäften, Unzucht und allem, was verboten ist.

Zum Beten sagt der Erhabene Allah in Surat Al-Ankabut sinngemäß: (“Gewiss, das Gebet hält davon ab, das Schändliche und das Verwerfliche (zu tun). Und das Gedenken Allahs ist wahrlich größer. Und Allah weiß, was ihr macht.”)(Sura Nr. 29 - “Die Spinne“ - Vers 45), und die Mutter der Gläubigen, A'ischa-Bintu-Abi-Bakr, hat gesagt, dass der Prophet (SAas)* sinngemäß gesagt hat: (“Die zwei Kniebeugungen zum Fajr-Gebet sind besser als die Welt und alles, was sie inne hat.”)(von Muslim übertragen). Wie sieht es denn mit jemandem aus, der alle fünf Gebete zu ihren Zeiten in aller Demut einhält?!

Man muss sich selbst fragen: Wie stehe ich zu meinem Gebet? Halte ich mich dran, und mache ich alles richtig? Wie stehe ich zum Fasten im Ramadan? Mache ich alles, was ich machen soll und machen kann? Wie stehe ich zur Almosenabgabe? Bringe ich diese gerecht raus? Gebe ich von meinem Geld ansonsten für die Armen aus? Pilgere ich, wenn ich es mir leisten kann und danke Allah für seine Gaben? Oder nehme ich das nicht so ernst, wie viele andere?

In Surat Al-i-Imran sagt der Herr sinngemäß dazu: (“Und Allah steht es den Menschen gegenüber zu, dass sie die Pilgerfahrt zum Hause unternehmen – (diejenigen,) die dazu die Möglichkeit haben. Wer aber ungläubig ist, so ist Allah der Weltenbewohner Unbedürftig.”)(Sura Nr. 3 - “Die Sippe Imrans“ - Vers 97). Dies bedeutet: Wenn man die finanziellen Mittel dazu hat und nicht krank oder gebrechlich ist, dann *muss* man pilgern.

Pilgern, Fasten, Almosenabgabe und Beten: Das sind keine Wahlübungen, sind sind Pflichten und Säulen des Islams. Wer eine Sache davon weg lässt, dem sei bewusst, dass sein Glaube nicht vollständig ist!

Was die körperliche Ernährung angeht so bedeutet das, dass man sich selbst und seine Familie mit rechtmäßigem Essen und Trinken, also Halal-Lebensmittel versorgt und dass er eine Tätigkeit nachgeht, die dem Schöpfer nicht zornig stimmt. Wenn wir Lebensmittel kaufen sollten wir darauf achten, dass die Herkunft und die Zutaten dieser Lebensmittel halal sind, denn Allah mag für uns nur gute Sachen und das sind die Sachen, die Er uns erlaubt hatte.

Der Prophet (SAas) sagte sinngemäß: (“O ihr Menschen! Allah ist gütig und akzeptiert nur das Gute, und Allah hat den Gläubigen dasselbe befohlen, das Er den Propheten und den Gesandten befohlen hatte.“ Dann zitierte er aus Surat Al-Muminun: (“O ihr Gesandten, eßt von den guten Dingen und handelt rechtschaffen; gewiss, Ich weiß über das, was ihr tut, Bescheid.”)(1) und aus Surat Al-Baqara: (“O die ihr glaubt, eßt von den guten Dingen, mit denen Wir euch versorgt haben, und seid Allah dankbar, wenn ihr Ihm (allein) dient!”)(2). Dann erwähnte er einen Mann auf langer Reise, zersaust und verstaubt, der seine Hände gen Himmel ausstreckt und ruft, „O Herr! O Herr!“, dabei ist sein Essen Haram, sein Trank haram, seine Kleidung haram und wurde mit dem Haram ernährt und sagte: “Wie soll der Herr so einem erhören?!”)((1)Sura Nr. 23 - “Die Gläubigen“ - Vers 51)((2)Sura Nr. 2 - “Die Kuh“ - Vers

172) (Von Muslim übertragen).

So Diener Allahs, achtet darauf, was ihr esst und trinkt, ganz besonders beim Schweinefleisch und alles, was daraus kommt wie Gelatine. Nicht denken, sondern lesen und fragen! Gelatine gibt es in vielen Lebensmittel, sogar in mancher Käse- und Joghurtsorten. Achtet darauf, dass die verzehrten Lebensmittel kein Alkohol enthalten. Manche Lebensmittel enthalten Essig und es gibt halal Essig wie Trauben- und Apfelessig und haram Essig wie Branntweinessig, und den gibt es in vielen Produkten.

Achtet darauf. Wenn ein Imbiss einen "Halal"-Aufkleber hat dann fragt ihn, ob er eine Zertifizierung hat, wenn nicht dann weiter gehen. Das Fleisch nicht im Supermarkt kaufen, sondern nur beim vertrauten Händler oder Metzger! Und denkt dran: Wir werden alle danach gefragt!

Und achtet immer darauf, die goldene Regel zu befolgen, die der Herr in Surat Al-Furqan sinngemäß vorgibt: ("Und diejenigen, die, wenn sie ausgeben, weder maßlos noch knauserig sind, sondern den Mittelweg dazwischen (einhalten).")(Sura Nr. 25 - "Die Unterscheidung" - Vers 67).

Früher hat die Mutter zu ihrem Ehemann, bevor er aufgebrochen ist um seine Familie zu versorgen, gesagt: "Fürchte Allah in uns! Wir können die Schmerzen des Hungers ertragen aber nicht die Bestrafung Allahs!". So sollten wir uns fragen: Wie halten wir das mit dem Essen und mit dem Trinken, für uns und unsere Familien?!

Wie halten wir es mit unseren Familien überhaupt? Geben wir unseren Kindern genug Zeit und einen guten Rat, bringen wir Ihnen das Beten und die guten Umgangsformen bei und sehen wir zu, dass sie den Qura'an lernen? Oder sind wir schlicht achtlos ihnen gegenüber und überlassen ihre Erziehung der Schule und dem Internet?

Allah hat es uns in Surat At-Tahrim befohlen, auf unsere Familien zu achten, als Er sinngemäß sagte: ("O die ihr glaubt, bewahrt euch selbst und eure Angehörigen vor einem Feuer, dessen Brennstoff Menschen und Steine sind, über das hartherzige, strenge Engel (gesetzt) sind, die sich Allah nicht widersetzen in dem, was Er ihnen befiehlt, sondern tun, was ihnen befohlen wird.")(Sura Nr. 66 - "Das verbieten" - Vers 6).

Wir müssen uns auch fragen, wie wir es mit den Freunden halten? Ist es so, dass wir uns mit denen treffen, um Sachen nachzugehen, die der Barmherzige liebt? Raten wir uns gegenseitig zum geraden Weg und warnen und ermahnen wir uns gegenseitig? Oder ist es so, dass wir den Qura'an desertiert und verlassen haben und uns mit den Freunden nur der Klatsch, die üble Nachrede und die hässlichen Themen einen?

In Surat Al-Furqan warnt uns der Gnädige Herr vor solchen Freunden und sagt sinngemäß: ("Und an dem Tag wird der Ungerechte sich in die Hände beißen und sagen: „O hätte ich doch mit dem Gesandten einen Weg eingeschlagen! // O wehe mir! Hätte ich doch nicht den Soundso zum Freund genommen! // Er hat mich ja vom Weg der Ermahnung abgebracht, nachdem sie zu mir gekommen war.“ Der Satan pflegt den Menschen stets im Stich zu lassen.")(Vers 27-29). Und der Prophet (SAAs) sagt uns sinngemäß dazu: ("Man ist so unterwegs wie sein Freund, so soll man genau schauen, wen man zum Freund nimmt.")(Vers 27-29).

Zu guter Letzt soll man sich fragen, wie man zu seinem Smart Phone steht, diesem kleinen Wundergerät, den wir überall hin mitnehmen und täglich lange genug damit beschäftigt sind: Stellen wir gutes damit an, oder nutzen wir es um Sachen nachzugehen, die den Erhabenen Allah zornig stimmen? Danach werden wir ebenfalls gefragt.

Früher sind die Gelehrten einen Monat geritten, um einen Hadith aus erster Hand zu hören, heute hat man alle Hadith- und Tafsirnachschlagewerke innerhalb von Sekunden in der Hand. Dafür z.B. kann ein Smart Phone gut sein. Und so wie man es anstellt, wird man es vorfinden, wie es in Surat Az-Zalzala sinngemäß steht: ("Wer nun im Gewicht eines Stäubchens Gutes

tut, wird es sehen. // Und wer im Gewicht eines Stäubchens Böses tut, wird es sehen.“)(Sura Nr. 99 - “Das Beben“ - Vers 7-8).

Lieber Bruder und verehrte Schwester im Islam: Zähle deine Werke jedes Jahr, jeden Monat, jede Woche, jeden Tag und am besten jede Stunde und jede Sekunde! Wenn du dich nah an Allah findest und fern von den Lastern und den großen Sünden, und du stellst fest, dass Allah deine Zeit, dein Geld und deine Familie gesegnet hat, dass dein Ziel das Paradies ist, dann danke Allah dafür und für seine Gaben und mach weiter.

Wenn du dich aber so findest, dass du dem irdischen Leben hinterher rennst und weit weg vom Allah bist, dafür sehr nah an den Lastern und den großen Sünden, zwischen halal und haram nicht unterscheidest, und hörst und hörst und trotzdem nichts unternimmst, um deine Einstellung und dein Leben zu ändern und du stellst fest, dass in all deinen Belangen Allahs Segen fehlt, dann weine um dich und bereue noch heute, bevor dein Tod dich ereilt, denn dann ist es zu spät.

Möge Allah uns die Kraft dazu geben, ihn zu gedenken, und ihm zu danken, und ihm schön zu dienen, Amien, Wal Hamdu Lillahi Rabb-il-Alemien,

Wassalamu alaykom wa Rahmatullahi wa Barakatoh.