

شكاوى وحلول

# Probleme und lösungen

Schaich Muhammad Salih al Munadschid

© salaf.de, 2003. Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf ohne eine schriftliche Genehmigung verändert, reproduziert, gedruckt oder vervielfältigt werden. Die freie Verteilung über elektronische Medien in unveränderter Form und der Druck für den privaten Gebrauch sind gewährt.

Besuchen Sie uns im Internet: [www.salaf.de](http://www.salaf.de)

Originaltitel: Schakawa wa Hulul

Aus dem Englischen von:

Azad Ibn Muhammad

Die Qualität der Übersetzung variiert entsprechend der Vorlage. Fehler sind daher nicht ausgeschlossen im Vergleich zum Original, falls die Übersetzung einer Übersetzung verwendet wurde!

Haftungsausschluss:

Salaf.de hat sich selbst verpflichtet, authentisches Wissen über den Islam zu publizieren. Hierbei ist es unumgänglich über gewisse Praktiken eines islamischen Staates mit islamischer Gesetzgebung zu sprechen, die im Widerspruch zur hiesigen Ordnung stehen. Die Darstellung solcher Inhalte ist keinesfalls als Aufruf zur Umsetzung, sondern nur als Aufklärung über die islamische Sichtweise zu verstehen.

# Inhalt

- Einleitung
- Schlafen und das Verpassen des Salat ul Fadschr<sup>1</sup>
- Übertriebenes Lachen
- Waswas (einflüsternde Gedanken von Schaytan)
- Spät wach bleiben
- Leichte Reizbarkeit

---

<sup>1</sup> Das Gebet am Morgen.

## Einleitung

Das Lob gebührt Allah; wir preisen Ihn und suchen seine Hilfe und Vergebung; und wir suchen Zuflucht bei Allah vor dem Übel unserer selbst und unserer bösen Taten. Wen Allah rechtleitet, der kann nicht irregeführt werden, und wen Allah irregehen lässt, der kann nicht geleitet werden. Ich bezeuge, dass es keinen Gott außer Allah gibt, einzig, ohne Partner, und ich bezeuge, dass Muhammad sein Diener und Gesandter ist.

**„...O ihr, die ihr glaubt, fürchtet Allah in geziemender Furcht und sterbt nicht anders denn als Muslime...“** [Surah Al Imran 3 Vers 102, in der ungefähren Bedeutung]

**„...O ihr Menschen, fürchtet euren Herrn, Der euch erschaffen hat aus einem einzigen Wesen; und aus ihm erschuf Er seine Gattin, und aus den beiden ließ Er viele Männer und Frauen entstehen. Und fürchtet Allah, in Dessen Namen ihr einander bittet, sowie (im Namen eurer) Blutsverwandtschaft. Wahrlich, Allah wacht über euch...“** [Surah An Nisa 4 Vers 1, in der ungefähren Bedeutung]

**„...O ihr, die ihr glaubt! Fürchtet Allah und sprecht aufrichtige Worte, auf dass Er eure Taten segnenreich fördere und euch eure Sünden vergebe. Und wer Allah und Seinem Gesandten gehorcht, der hat gewiss einen gewaltigen Gewinn erlangt...“** [Surah Al Ahzaab 33 Verse 70-71, in der ungefähren Bedeutung]

Einige Brüder haben mir in verschiedenen Gesprächen und Lehrstunden Fragen gestellt, welche eine Reihe von Problemen beinhalten: „Krankheiten des Herzens“ (spirituelle Probleme) und sehr reelle Hindernisse, die ihnen begegnen. Ich beantwortete diese Fragen und Untersuchungen in einer Reihe von Studien, die ich Schakawa wa Hulul (Probleme und Lösungen) nannte.

Diese Serie wurde für die Veröffentlichung überprüft, und nun präsentiere ich sie meinen Brüdern in der Hoffnung, dass diese Tat zu jenen gezählt wird, die wie folgt im Hadith vom Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - beschrieben wurden: *„Wer auch immer einen Gläubigen um einiges von der Not dieser Welt erleichtert, dem wird Allah um einiges von der Not des jüngsten Gerichtes erleichtern...Allah hilft seinem Diener solange der Diener seinem Bruder hilft.“* [Sahih Muslim]

Ich bitte Allah, mir und meinen Brüdern die Kraft zu geben, um gute Taten zu vollbringen und das Böse zu vermeiden und uns am Tag der Trauer zu beschützen, denn Er ist der Beste von jenen, die man bittet, und Er ist in der Lage, alles zu tun.

# Schlafen und das Verpassen des Salat al Fadschr

Ein Bruder beschwerte sich: „Ich verpasse das Salat al Fadschr an den meisten Tagen, und ich bete es kaum zur rechten Zeit. Normalerweise wach ich nicht auf bis die Sonne aufgeht, oder bestens wach ich nach der Zeit des Gemeinschaftsgebets auf. Ich habe versucht zur richtigen Zeit aufzustehen, jedoch ohne Erfolg. Was ist die Lösung für dieses Problem?“

Alles Lob gebührt Allah. Die Lösung für dieses Problem, wie auch für andere, hat zwei Aspekte: einen theoretischen und einen praktischen.

Der theoretische Aspekt lässt sich weiterhin in zwei Punkte unterteilen:

**1. Der Muslim sollte den großen Status des Gebets, den es bei Allah, möge er gepriesen sein, hat, erkennen.** Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „...*Wer auch immer das Frühgebet mit der Gemeinschaft verrichtet, ist es so, als ob er die ganze Nacht durchgebetet hat.*“ [Muslim, S. 454, Nr. 656; At-Tirmidhi, 221]

Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte auch: „*Die schwierigsten Gebete für die Heuchler sind Salaat al Ischa<sup>2</sup> und Salaat al Fadschr, aber wenn sie nur wüssten, was sie verpassen, würden sie (zur Moschee) kommen, selbst wenn sie (bis dahin) kriechen müssten.*“ [Überliefert von Imam Ahmad, Al-Musnad, 2/424; Sahih Al-Dschami', 133]

„*Wer auch immer Fadschr betet, ist unter dem Schutz von Allah. Bringt euch nicht in eine Situation, wofür Allah euch rufen muss, damit ihr Rechenschaft über eure Nachlässigkeit abgeben müsst.*“ [Überliefert von At-Tabarani, 7/267; Sahih Al-Dschami', Nr. 6344]

„*Die Engel kommen zu euch, sich zwischen Nacht und Tag abwechselnd. Sie treffen sich zu Salaat al Fadschr und Salaat al Asr<sup>3</sup>, dann steigen jene, die in der Nacht bei euch waren auf und werden von dem Einen (Allah ta'ala), der es besser weiß, gefragt: „Wie habt ihr Meine Diener aufgefunden?“ Worauf sie sagen: „Wir verließen sie, als sie beteten, und wir kamen zu ihnen, als sie beteten.“* [Überliefert von Al-Buchary, Al-Fath 2/33]

„*Das Beste der Gebete ist bei Allah das Frühgebet am Freitag, (und zwar) in der Gemeinschaft.*“ [Überliefert von Abu Na'im in al-Hilyah, 7/207 und in Al-Silsilah Al-Sahihah, 1566]

Nach einem anderen Sahih Hadith: „*Wer auch immer die Al-Bardayn (die beiden Kühlen) betet, wird ins Paradies eingehen.*“ [Überliefert von Buchary al-Fath 2/52] Al-Bardayn sind Salaat al Fadschr und Salaat al Asr.

**2. Der Muslim sollte den Ernst des Verpassens von Salat al Fadschr begreifen.** Dies wurde in den bereits erwähnten Hadith erklärt:

„*Die schwierigsten Gebete für die Heuchler sind Salaat al Ischa und Salaat al Fadschr...*“

In Al-Sahih wird überliefert, dass Ibn Umar - Allahs Wohlgefallen auf ihm - sagte: „Wenn wir eine Person bei dem Fadschr und Ischa Gebeten nicht gesehen hatten, haben wir schlechtes über ihn gedacht.“ [Überliefert von Al-Tabarani in al-Mu'jam al-Kabir, 12/271. Al-Haythami sagte, die Männer bei Al-Tabarani sind muwaththaqun (glaubwürdig). Al-Madschma', 2/40]

---

<sup>2</sup> Das Nachtgebet. Jenes, das am Ende des Tages gebetet wird.

<sup>3</sup> Das Nachmittagsgebet.

Sie dachten schlecht über eine Person, die bei diesen zwei Gebeten abwesend war, da ihr regelmäßiges Ausführen ein Zeichen des Glaubens (Iman) einer Person und ein Maß seiner Aufrichtigkeit war. Andere Gebete sind leichter zu verrichten, da sie passend für die Umstände einer Person sind und für die Arbeit und den Schlaf gut geeignet sind, doch nur jene, die entschlossen und aufrichtig sind, von denen man hofft, dass sie gute Leute sind, werden fähig sein, Fadschr und Ischa in der Gemeinschaft zu beten.

Ein anderer Hadith, welcher auf den Ernst des Versäumens des Salat al Fadschr hinweist, ist:  
*„Wer auch immer Fadschr betet, ist unter dem Schutz von Allah. Bringt euch nicht in eine Situation, wofür Allah euch rufen muss, damit ihr Rechenschaft über eure Nachlässigkeit abgeben müsst, denn wer auch immer sich in dieser Situation befindet, wird aussortiert und auf seinem Gesicht ins Höllenfeuer geschmissen.“* [Überliefert von Muslim, Seite 454]

Diese zwei Punkte sind ausreichend, um zu garantieren, dass das Herz des Muslims mit der Sorge brennen wird, Fadschr nicht zu verpassen. Der erste (Punkt) motiviert ihn dazu, nach der Erlangung der Belohnung des Fadschr zu streben, und der zweite (Punkt) dient als eine Warnung, welche ihn abschrecken wird, die Sünde der Nachlässigkeit zu begehen.

Der praktische Aspekt, um mit diesem Problem umzugehen, beinhaltet eine Anzahl von Schritten, welcher der Muslim annehmen kann, um sich anzugewöhnen, das Salaat al Fadschr regelmäßig in der Gemeinschaft zu verrichten. Diese Schritte beinhalten:

- Früh schlafen. Nach einem Sahih Hadith pflegte der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - es abzulehnen, vor Ischa schlafen zu gehen und danach zu reden. Der Muslim sollte nicht vor Salaat al Ischa schlafen, da es offensichtlich ist, dass die meisten von jenen, die davor schlafen, den Rest der Nacht derart sich müde und schwer fühlend verbringen werden, als ob es so ist, dass sie krank wären.
- Auch sollte der Muslim nicht nach Ischa reden, und die Gelehrten haben den Grund dafür dargelegt, weshalb es unerwünscht ist: es ist so, dass dies die Leute dazu verleitet, spät aufzubleiben, was zu der Befürchtung führt, dass sie nicht zu Qiyam ul layl<sup>4</sup> oder zur richtigen bzw. bevorzugten Zeit für das Fadschrgebet aufstehen können. Die Art der Gespräche, welche nach Ischa unerwünscht sind, wie der Kommentator erklärt, sind solche, in denen kein klarer Gewinn liegt, doch wenn darin ein Nutzen ist - so wie das Studieren und Erlangen von Wissen, die Erlernung der Geschichten von rechtschaffenden Menschen, die Unterhaltung mit einem Gast, die Verbringung der Zeit mit Frau und Familie, die Unterhaltung mit Reisenden, und die Obhut dieser und ihres Gepäcks, oder irgendein anderer zulässiger Grund - dann ist nichts falsch daran. Dies hat keine Verbindung zu den Gründen, aufgrund dessen die Menschen heutzutage spät wach bleiben, und zwar um Falsches zu tun und Sünden zu begehen. Deswegen sollte der Muslim früh schlafen, damit er erfrischt zum Fadschrgebet aufsteht und jene Arten von langen Nächten vermeidet, die ihn zu müde machen, um zum Fadschr aufzustehen und in der Gemeinschaft zu beten.
- Es ist Fakt, dass die Menschen sich im Hinblick auf den Bedarf von Schlaf unterscheiden. Daher ist es nicht möglich, eine Anzahl von Stunden festzusetzen, welche sie schlafen sollten, aber jede Person sollte bei der Zeit bleiben, die für sie ausreicht, um erfrischt zum Salaat al Fadschr aufzustehen. Wenn eine Person zum Beispiel aus Erfahrung weiß, dass wenn sie um 23:00 Uhr schlafen geht, es bedeutet, dass sie nicht zu Fadschr aufstehen kann, dann sollte sie aus islamischer Sicht nicht später schlafen...usw.

---

<sup>4</sup> Das Gebet in der Nacht

- Sich vergewissern, dass man tahir (sauber) ist und adhkar (Gebete) rezitiert, bevor man schlafen geht. Dies hilft einer Person, zum Fadschr aufzustehen.
- Eine feste Absicht haben und entschlossen sein, wenn man schlafen geht, dass man für Fadschr aufsteht. Aber eine Person, die in der Hoffnung schlafen geht, dass der Alarm (der Uhr) nicht losgeht, und dass keiner kommt und sie aufweckt, wird nicht – mit solch einer verdorbenen Absicht – fähig sein, für das Beten des Fadschr- Gebets aufzustehen, während sie noch diese schlechte Absicht hat.
- An Allah denken, sobald man aufgewacht ist. Einige Menschen mögen anfangs aufwachen, doch schlafen sie dann wieder ein. Doch wenn eine Person sofort, nachdem sie aufgewacht ist, an Allah denkt, wird dies einen Knoten von Schaytan lösen, und es wird sie dazu motivieren aufzustehen. Wenn sie den Wudhu<sup>5</sup> durchführt, wird ihr Entschluss stärker und Schaytan wird fortgejagt, und wenn sie betet, ist ihr Schaytan besiegt, ihr Gewicht (der guten Taten) wird schwerer, und sie wird sich fröhlich und energiegeladen fühlen.
- Von seiner Familie und seinen Freunden Hilfe ersuchen, um Fadschr zu beten und sich gegenseitig diesbezüglich ermutigen. Dies ist notwendig und ohne Zweifel in den Worten Allahs enthalten (in der ungefähren Bedeutung):

**„...Und helft einander in al Birr und al Taqah (Rechtschaffenheit und Frömmigkeit)...“**  
[Surah al Maidah 5 Vers 2]

**„Beim Nachmittag! Die Menschen sind wahrlich im Verlust; außer denjenigen, die glauben und gute Werke tun und sich gegenseitig die Wahrheit ans Herz legen und sich gegenseitig zur Geduld anhalten“** [Surah al Asr 103 Verse 1-3]

- Der Muslim muss seine Frau unterstützen, indem er sie zum Beispiel zu Fadschr aufweckt, und sie sollte ihn unterstützen, egal wie müde und erschöpft er sein mag. Die Kinder sollten auch die Hilfe ihrer Väter ersuchen, um aufzustehen, so dass er sie wecken kann, wenn die Zeit zum Beten da ist. Kein Vater sollte sagen: „Sie haben Prüfungen, sie sind müde, lass sie schlafen, die armen Kinder.“ Es ist falsch zu denken, dass man gute und barmherzige Eltern sei, wenn man dies tut; die wirkliche elterliche Barmherzigkeit bedeutet, dass der Vater sie zur Anbetung Allahs aufweckt.

**„...Und fordere die Deinen zum Gebet auf und sei (selbst) darin ausdauernd...“** [Surah Ta Ha 20 Vers 132, in der ungefähren Bedeutung]

- So wie Familienmitglieder sich gegenseitig helfen und unterstützen sollten, Fadschr zu beten, können Brüder im Islam sich ebenso gegenseitig helfen. Beispielsweise können Studenten, die im selben Wohnheim leben oder Anwohner aus der Gegend, sich gegenseitig helfen, indem sie an die Tür des Nachbarn klopfen, um ihn zum Gebet zu wecken und ihm zu helfen, Allah anzubeten.
- Allah darum bitten, ihm zu helfen, um für das Fadschr Gebet in der Gemeinschaft aufzustehen. Du ‘ah<sup>6</sup> ist eines der größten Quellen, um Stärke und Erfolg in allen Dingen zu erlangen.

---

<sup>5</sup> Die Gebetswaschung.

<sup>6</sup> Das Bittgebet.

- Verschiedene Mittel benutzen, um aufgeweckt zu werden, wie zum Beispiel Alarmuhren. Diese sollten an entfernten Orten aufgestellt werden. Einige Menschen tun die Uhr direkt neben ihren Kopf, und wenn sie klingelt, schalten sie sie aus und legen sich sofort schlafen. Solche Leute sollten die Uhr ein wenig weiter weg stellen, so dass sie spüren, dass sie wirklich aufgeweckt werden.

Man kann auch einen Weckdienst per Telefongesellschaft beziehen, und kein Muslim sollte denken, dass er zuviel für diesen Service bezahlt, wenn er ihn braucht, denn dies ist ein Spenden auf dem Wege Allahs, und das Aufstehen, um Allahs Befehl zu gehorchen, kann nicht mit weltlichen Reichtümern gemessen werden.

- Wasser auf das Gesicht jener Person schütten, die schläft. Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - lobte jenen Mann, der in der Nacht zum Gebet aufsteht und seine Frau weckt, und wenn sie sich weigert aufzustehen, er Wasser auf ihr Gesicht kippt; und er lobte jene Frau, die in der Nacht zum Gebet aufsteht und ihren Mann weckt, und wenn er sich weigert aufzustehen, sie Wasser auf sein Gesicht kippt. [Überliefert von Imam Ahmad in al-Musnad, 2/250; Sahih al-Dschami', 3494]

Das Kippen von Wasser auf jemandes Gesicht ist eines der Mittel, um jemanden für das Gebet zu wecken, welches die Schari'ah vorschreibt. Tatsächlich erfrischt und füllt es einen mit Energie. Manche Menschen könnten zornig werden, wenn sie auf diese Weise geweckt werden, und sie könnten brüllen, verfluchen und drohen. Daher sollte jene Person, die versucht eine andere aufzuwecken, dies mit Weisheit und Geduld angehen und sich daran erinnern, dass die Stifte von der Aufzeichnung erhoben sind, wenn jemand schläft (das heißt: Seine Taten werden nicht aufgenommen, wenn er schläft) – also sollte er sich mit einer schlechten Behandlung abgeben und sich davon nicht abhalten lassen, andere Menschen zum Gebet aufzuwecken.

- Nicht allein schlafen. Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - verbot es einem Mann, alleine zu schlafen. [Überliefert von Imam Ahmad in al-Musnad, 2/91; al-Silsilah al-Sahihah, Nr. 60] Möglicherweise liegt die Weisheit hinter diesem Verbot darin, dass die Person zu lang schlafen könnte, wenn niemand da ist, der sie zum Gebet weckt.
- Nicht an weit entfernten Plätzen schlafen, wo es niemandem einfallen könnte, dass dort jemand schläft, wie (im Fall) einer Person, die auf dem Dach eines Hauses schläft, ohne der Familie Bescheid zu geben, oder wenn man in einem weit entfernten Platz im Haus oder im Studentenwohnheim schläft, so dass niemand informiert sein wird, ihn zum Gebet zu wecken. Jedoch wird jeder denken, dass er in der Moschee ist, während er tief schläft. Jeder, der an einem weit entfernten Platz schlafen muss, soll den Leuten um sich herum erzählen, wo er sein wird, damit sie kommen und ihn aufwecken können.
- Schnell und aktiv im Aufstehen sein. Man sollte sofort aufstehen und nicht in Etappen aufwachen, wie einige Menschen es tun. Eine Person könnte mehrere Male aufgeweckt werden und jedes Mal würde sie aufwachen, doch wenn ihr Freund weggeht, geht sie zurück ins Bett. Das Aufstehen in Etappen endet normaler Weise im Scheitern, und der einzige Weg, um nicht wieder einzuschlafen, ist, sofort aufzustehen.
- Den Wecker nicht zu früh stellen. Wenn eine Person weiß, dass es noch lange dauert, bis die Zeit des Gebets eintritt, wird sie sich denken: „Ich habe noch Zeit, lass mich noch etwas schlafen...“ Jeder sollte wissen, wie er mit sich umzugehen hat, und wie er diese Situation vermeidet.

- Ein Licht anzünden, wenn man aufwacht, oder in unserer modernen Zeit das Licht anknipsen. Dies hat den Effekt, die Schläfrigkeit zu vertreiben.
- Nicht spät aufstehen, sogar zu Qiyam ul layl. Einige Menschen wachen spät auf, um Qiyam ul layl zu beten, schlafen dann einige Minuten vor Fadschr ein und sind dann nicht mehr in der Lage, zum Gebet aufzustehen. Dies passiert häufig im Ramadan; die Menschen stehen spät auf und schlafen kurz vor Fadschr, so dass sie das Gebet verpassen. Ohne Zweifel ist dies ein ernsthafter Fehler, denn das Fardgebet<sup>7</sup> sollte dem Nafilgebet<sup>8</sup> vorgezogen werden. Und was ist mit jenen, die spät aufstehen, aber nicht um zu beten, sondern um zu sündigen oder bestenfalls zulässige Dinge zu tun? Der Schaytan mag die Idee spät aufzubleiben manchen Da'iyas attraktiv erscheinen lassen, um wichtige Angelegenheiten zu diskutieren. Danach schlafen sie spät ein und verpassen das Gebet, deshalb ist der Verlust größer als der Gewinn.
- Nicht zuviel essen, bevor man schlafen geht. Zu viel essen, macht den Schlaf tief. Derjenige, der viel isst, wird sehr müde und schläft viel, deswegen verliert er viel. Daher sollte man versuchen, am Abend etwas Leichtes zu essen.
- Vor der Missinterpretation der Sunnah des Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - warnen, sich nach dem Beten der Sunnah von Fadschr hinzulegen. Einige Personen haben vielleicht von dem Hadith gehört, dass der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Wenn einer von euch gebetet hat, lasst ihn sich auf seiner rechte Seite hinlegen.*“ [Überliefert von at-Tirmidhi, Nr. 420; Sahih al-Dschami', 642] Es wurde auch überliefert, dass wenn der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - die Sunnah von Fadschr gebetet hatte, er sich hinlegte, Bilal ihn dann zum Gebet rief, und er zum Gebet aufstand. Die Leute können diese Ahadith gehört und sich bemüht haben, dieser bewiesenen Sunnah zu folgen. Doch sie wissen nicht, wie sie es richtig machen sollen. Also könnte eine Person die Sunnah von Fadschr beten, sich dann auf ihre rechte Seite legen und bis die Sonne aufgeht, in einen tiefen Schlaf fallen. Dies ist aufgrund des Mangels an richtigem Verständnis. Das Hinlegen hat nicht den Zweck des Schlafens, und Bilal pflegte zu kommen und dem Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - Bescheid zu geben, wenn die Zeit zum Beten da war. Außerdem wurden von Imam Ahmad und Ibn Hibban in einem Sahih Hadith überliefert, dass wenn der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sich vor Fadschr ausruhen wollte, er seinen Kopf auf seine rechte Handfläche legte, während er sich auf seinem Ellenbogen aufstützte. [Überliefert von Ahmad in al-Musnad, 5/298; Sahih al-Dschami' Nr. 4752] Diese Art des Ausruhens hält einen davon ab, fest einzuschlafen, da man seinen Kopf auf der Handfläche und dem Ellenbogen aufstützt, und er fällt, wenn man einschläft. Dies weckt einen wieder auf. Zusätzlich hierzu wurde Bilal die Verantwortung anvertraut, den Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - zum Fadschrgebet zu wecken.
- Qiyam al Layl spät in der Nacht beten, kurz vor Fadschr, dass wenn man mit Witr fertig ist, der Gebetsruf zu Fadschr gegeben wird, um die Anbetung fortzusetzen. Das Gebet in der Nacht sollte im letzten Drittel der Nacht verrichtet werden, welches die vorzüglichste Zeit ist, und dem das Fadschrgebet unmittelbar folgt, während man sich noch wach und energisch fühlt.
- Dem Beispiel des Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - folgen, wie er sich zum schlafen legte. So sollte eine Person auf seiner rechten Seite liegen, während sie ihre Wange auf ihrer rechte Hand legt. Diese Position macht es einem leicht aufzuwachen. Das

---

<sup>7</sup> Pflichtgebet.

<sup>8</sup> Freiwilliges Gebet.

beste Vorbild ist das Vorbild Muhammads - Allahs Heil und Segen auf ihm -, und dies ist besser, als in jeder anderen Position zu schlafen, welche es erschweren könnte aufzustehen.

- Sich selbst helfen, indem man tagsüber ein Nickerchen macht, denn dies wird einem helfen, indem es ihn dazu bringt, in der Nacht weniger Schlaf zu benötigen.
- Nach Asr oder Maghrib nicht schlafen, denn dies wird einen dazu bringen, spät einzuschlafen, und wer auch immer spät einschläft, wird es schwer finden, früh aufzustehen.
- Schließlich ist die aufrichtige Hingabe zu Allah die beste Sache, um eine Person zum Aufstehen für das Gebet zu motivieren, denn Allah ist derjenige, der alle Mittel der Hilfe kontrolliert. Wenn eine Person diese Aufrichtigkeit besitzt und sein Herz mit der Hingabe zu Allah brennt, wird Allah ihm helfen, zum Fadschrgebet in der Gemeinschaft aufzustehen, selbst wenn er einige Augenblicke vor Fadschr schlafen geht.

Diese Aufrichtigkeit und Hingabe kann bei einigen enthusiastischen Menschen dazu führen, einen ungewöhnlichen Weg zu finden, um sich selbst dazu zu bringen, für das Gebet aufzustehen, welches ein Zeichen seines Eifers und seiner Begeisterung ist. Einer von ihnen mag eine Anzahl an Alarmuhren stellen, die ihn aufwecken sollen – jede eine Minute später als die andere gestellt – damit ihn die Nächste einige Augenblicke später aufweckt, nachdem er die erste Uhr ausgeschaltet hat und so weiter. Ein anderer mag ein Band an seinen Handgelenk befestigen, welches mit dem anderen Ende aus dem Fenster hängt, damit ein Freund, der auf dem Weg zur Moschee vorbeikommt, an dem Band ziehen kann und ihn (damit) zum Fadschrgebet weckt.

Siehe, was mit einem festen Entschluss und Aufrichtigkeit erreicht werden kann, möge Allah dich leiten! Doch die bittere Wahrheit ist, dass die Schwäche des Glaubens (Iman) und der Mangel an Aufrichtigkeit, heutzutage unter den Menschen weit verbreitet ist, denn die Angelegenheit ist jenseits ihrer Kontrolle, welches wir aus der geringen Anzahl an Menschen ersehen können, die Fadschr in der Moschee beten, trotz der Tatsache, dass so viele Menschen in der Nachbarschaft um die Moschee herum wohnen.

Doch ohne Zweifel gibt es Menschen, die so fest schlafen, dass es schon fast wie eine Krankheit ist, und womöglich werden sie entschuldigt sein, da die Angelegenheit jenseits ihrer Kontrolle ist. Menschen in dieser Situation sollten sich für Hilfe Allah zuwenden und ihr Möglichstes tun und den Doktor aufsuchen, um ein Mittel zur Heilung zu finden.

Schließlich noch ein Wort über eine wohlbekannte Erscheinung: einige Leute behaupten, es gäbe ein Hadith, welcher besagt, dass die Person, die zu Fadschr aufstehen möchte, den letzten Teil von Surah al Kahf lesen soll, bevor sie einschläft, und die Absicht in ihrem Herzen haben soll, zu einer bestimmten Zeit aufzustehen, und dass dies sie zu dieser Zeit aufwecken würde. Sie behaupten, dass dies eine ausprobierte und geprüfte Methode sei. Unsere Antwort ist, dass es solch einen Sahih Hadith nicht gibt, und dies trägt keine Wichtigkeit. Das beste Vorbild ist das Vorbild Muhammads - Allahs Heil und Segen auf ihm -.

# Übertriebenes Lachen

Dies ist ein Problem, welches weit verbreitet ist, besonders unter der Jugend. Jemand fragte: „Unsere Zusammenkünfte mit Freunden und Mitarbeitern sind mit zuviel Gelächter gefüllt, und es geht ins Äußerste. Diese Erscheinung breitet sich immer weiter aus. Was ist die Lösung?“

Als Antwort: die Lösung für dieses Problem hat zwei Aspekte: einen theoretischen und einen praktischen. Der theoretische Aspekt kann darüber hinaus in zwei Punkte unterteilt werden:

Zunächst sollten wir wissen, wie der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sich selbst benommen hat, wenn es zu Gelächter kam, und er ist das beste Vorbild in diesem, sowie in allen anderen Angelegenheiten.

Es wird in einem Sahih Hadith überliefert, dass sein Lachen nicht über ein Lächeln hinaus ging. [Überliefert von Ahmad in al-Musnad, 5/97; Sahih al-Dschami', 4861]

Nach einem anderen Hadith pflegte er eine lange Zeit ruhig zu bleiben und wenig zu lachen. [Überliefert von Ahmad in al-Musnad, 5/86; Sahih al-Dschami', 4822]

Aischa z sagte: „Ich habe den Gesandten Allahs - Allahs Heil und Segen auf ihm - nie so herzlich lachen gesehen, so dass man seine hinteren Zähne sehen konnte; er lächelte nur.“ [Überliefert von Abu Daud Nr. 5098]

Nach einem Sahih Hadith sagte der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm -: „*Lacht nicht zuviel, denn übertriebenes Lachen tötet das Herz (d.h. spirituell).*“ [Überliefert von Ibn Madschah Nr. 4193; Silsilah al-Sahihah, Nr. 506]

Nach einer anderen Überlieferung sagte er: „...zu viel Lachen verdirbt das Herz.“

Nachdem man dies weiß, ist es für ein Muslim, der im Übermaß lacht, so, als ob er eine Reise unternimmt, von der er weiß, dass sie ihn in den Untergang führen wird.

Dies ist kurzgefasst die theoretische Antwort auf dieses Problem.

Bevor wir uns den praktischen Aspekten zuwenden, müssen wir andeuten, dass Lachen nicht Haram (Verboten) ist, und dass vom Muslim nicht erwartet wird, dass er ein düsteres Gesicht machen soll und streng oder hart sein soll. Lachen ist etwas ziemlich Natürliches und wahrlich, Allah sagt im Quran (in der ungefähren Bedeutung): „...**und dass Er es ist, Der zum Lachen und Weinen bringt...**“ [Surah An Nadschm 53 Vers 43]

Doch das Problem, welches wir hier diskutieren – übertriebenes Lachen – hat eine Anzahl an schlechten Auswirkungen, welche die folgenden beinhalten:

1. Es lässt Versammlungen mit schallendem Gelächter und Echos von wildem Lachen explodieren.
2. Das Herz des Gläubigen verdirbt spirituell von zu vielem Lachen, und er öffnet seinen Mund zu weit, anstatt ernst und charakterfest zu sein.
3. Es führt Da'iyahs (islamische Einlader, Arbeiter) dazu, die Menschen zum Lachen zu bringen, als Mittel, um sie für sich zu gewinnen und zu beeinflussen, oder was sie (sonst) behaupten. Was ihnen nicht klar wird, ist, dass die Menschen sich nur zum Wohle des Lachens um sie versammeln, und sie tragen von ihnen insgesamt keinen Nutzen davon.

Das Problem ist, dass die Menschen das Lachen als Sicherheitsventil benutzen, oder um sich von ihrem Stress und ihren Sorgen zu befreien. Sie wenden ein minderwertigeres Mittel an, anstatt das, was besser ist. Ich erinnere mich an einen jungen Mann, der beängstigt war, denn er lag in seinem Studium zurück und ging durch einige Familienprobleme und auch (durch) andere Probleme. Er ging aus seinem Haus und traf unterwegs auf einen Freund, welcher ihn fragte: „Wohin gehst du?“ Er sagte: „Ich bin besorgt und gestresst, also treffe ich den Soundso, damit er mich zum Lachen bringt und meine Probleme vergessen lässt...“ Er erkannte nicht, dass die Fähigkeit seines Freundes, ihn zum Lachen zu bringen, wie eine Droge war, die die Menschen zum Vergessen bringt, während sie unter ihrem Einfluss stehen, doch wenn er verschwindet, ist alles so wie es war.

Der Muslim sollte es besser wissen und sollte Sorgen und Stress in der Weise behandeln, wie es der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - empfohlen hat. Wenn ihn etwas beunruhigte, betete er. [Sahih al Dschami 4703] Und wenn ihn etwas bekümmerte, sagte er: „*Ya Hayyul ya Qayyum, bi Rahmatika astaghith (Oh Ewiglebender, oh Unendlicher, bei deiner Barmherzigkeit ersuche ich Deine Hilfe).*“ [Sahih al Dschami 4777] Nach einem anderen Sahih Hadith hat er, wenn er von Sorgen und Kummer übermannt wurde, gesagt: „*Ya Hayyul ya Qayyum, bi Rahmatika astaghith. Allahu rabbi wa la uschriku bihi schay'an (Oh Ewiglebender, oh Unendlicher, bei deiner Barmherzigkeit suche ich Deine Hilfe. Allah ist mein Herr, und ich stelle Ihm nichts zur Seite).*“ [Sahih al Dschami 4791]

In der bekannten Du'ah, um Stress und Angst zu erleichtern, sagte er: „*Allahumma inni 'abduka, wa'bnu 'adbika wa'bnu amatika... (Oh Allah, ich bin dein Diener und der Sohn deines Dieners und der Sohn deiner Dienerin...)*“

Dies ist ein Konzept, welches richtig verstanden werden muss, bevor wir zur Diskussion der praktischen Wege übergehen, wie man mit dem Problem des übertriebenen Lachens umgehen soll, welches wie folgt gehandhabt werden kann:

- Sich an den Tod, den Grab, den letzten Tag und seine Abrechnung, die Brücke über der Hölle (Al Sirat) und an all die anderen Bedrängnisse des Jenseits erinnern. Der Weg, um sich all diese Sachen in Erinnerung zu rufen, ist jener, indem man die Texte liest, die diese Szenen beschreiben und die Details und Kommentare studiert, auch indem man mit Menschen sitzt, die enthaltsam (zahid) sind und deren Herzen Allah gewidmet sind.
- Über die Situation der Muslime nachdenken und wie sie dadurch leiden, dass sie sich von ihrer Religion abgewandt haben; sie stehen in allen Feldern des Lebens zurück, begegnen Unterdrückung, Not und Zerstörung und werden durch die internationalen Verschwörungen beeinflusst. Wenn die Muslime lang und fest über diese Situation nachdenken, muss es einen Einfluss darauf haben, wie viel er lacht und weint.
- Die Wichtigkeit der Verantwortung gegenüber der Ummah spüren, welches hohe Anstrengungen bedarf, um es von der Gefahr des Absinkens zu schützen. Wenn dies seine Hauptsorge wird, wird er beginnen, aktive Anstrengungen zu unternehmen, um seine Familie und Freunde und seine Gesellschaft zu verbessern, soweit er kann. Er wird keine Zeit haben, dumme Witze von sich zu lassen, oder für übertriebenes Lachen, oder unbedeutende Beschäftigungen.
- Es vermeiden, sich mit Witzbolden zu gesellen, die dafür bekannt sind, Menschen zum Lachen zu bringen und die versuchen, lustig zu sein. Von Zusammenkünften fern bleiben, wo sie anwesend sind, während man auch versucht, ihnen und den Leuten, die mit ihnen

sitzen, Ratschläge (Nasiha) zu geben<sup>9</sup>. Wir haben dies bereits manchen Da'iyahs weitergeleitet, welche die Taktik benutzen, die Menschen zum Lachen zu bringen, um dies als Mittel der Gewinnung von Menschen einzusetzen. In manchen Fällen könnte die allgemeine Öffentlichkeit sagen: „Wo ist der Schaich, der uns zum Lachen bringt? Wir wollen den Schaich, der uns zum Lachen bringt!“ Dies ist ein Schritt zurück, von dem wir hoffen, dass die Ummah ihn vermeidet, denn die Religion Allahs ist groß und stark. Allah sagt (in der ungefähren Bedeutung): „...**Dies (der Quran) ist wahrlich ein entscheidendes, letztes Wort und es ist nicht zum Scherzen...**“ [Surah At Tariq 83 Verse 13-14] und „...**Haltet fest an dem, was Wir euch gegeben haben und höret...**“ [Surah Al Baqarah 2 Vers 93] Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Wenn ihr wüsstet, was ich weiß, würdet ihr wenig lachen und viel weinen und ihr würdet hinaus zu den Bergen gehen, um Allah um Hilfe zu bitten.*“ Wenn wir wirklich verstehen würden, was von uns erfordert wird und was vor uns liegt, würden wir nicht einmal friedlich schlafen können.

- Dem Drang zum Lachen, so weit wie möglich standzuhalten, wie auch zu versuchen, andere vom Lachen abzuhalten. Es mag Versammlungen geben, wo die Menschen daran gewöhnt sind, die meiste Zeit zu lachen und zu glucksen. Also muss der Muslim zuerst sein eigenes Lachen unterdrücken, so wie er ein Gähnen unterdrückt, dann sollte er den anderen Leuten, die anwesend sind, einen (guten) Rat geben und ihnen helfen, sich selbst zu kontrollieren. Es bedarf einer überzeugten, entschlossenen und ernstesten Person, um dies zu tun. Es ist viel Güte in den Menschen, gepriesen sei Allah, und sie sind bereit denjenigen zu unterstützen, welcher sie reformieren und verbessern will. Dies kann durch einige Wege erreicht werden, wie (bspw.) ihnen zu sagen, wie schlecht es ist zu lachen und andere zum Lachen zu bringen, denn es kann zu Lügen und Falschheit führen, Wenn der „Komiker“ keine wahre Geschichte mehr weiß, die er erzählen könnte, so erfindet er eine Lüge aus seiner Fantasie, um die Leute zum Lachen zu bringen. Dies ist die Art von Person, die der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - (mit folgenden Worten) gewarnt hat: „Fluch über den, der redet und Lügen erzählt, um Menschen zum Lachen zu bringen...Fluch über ihn, Fluch über ihn!“ [Sahih al Dschami 7136]
- Es kann ihn auch zu einer labilen Person machen, wenn er von anderen nicht geachtet wird, denn die Person, die Menschen zum Lachen bringt, wird von ihnen verabscheut, selbst wenn er das Gegenteil denkt. Sie respektieren ihn überhaupt nicht, und dasselbe gilt für eine Person, die viel lacht.
- Das Thema ändern, das zum Lachen führen kann und ein anderes, nützliches Thema vorschlagen. Wenn du siehst, dass die Leute mit ihrem Lachen zu weit gegangen sind, versuche sie zur Vernunft zu bringen, indem du eine richtige Methode benutzt, und schlage ihnen ein ernstes Thema vor und hilf ihnen, ihre Zeit gut zu nutzen, indem ein nützliches Buch gelesen wird, ein wichtiges Thema diskutiert wird, Ideen ausgetauscht werden, oder wohltätige Projekte vorgeschlagen werden, die Allah mag und mit denen Er zufrieden ist. Als einen letzten Ausweg, wenn du all das getan hast, um ihnen einen richtigen Ratschlag zu geben (und dies nichts genützt hat), stehe auf und verlasse ihre Versammlung, um dich selbst vor Verdorbenheit zu schützen. „...**und keine lasttragende (Seele) soll die Last einer anderen tragen...**“ [Surah Al An'am 6 Vers 164, in der ungefähren Bedeutung]

---

<sup>9</sup> Anmerkung des Übersetzers: Ihnen mit Weisheit und Liebe den Rat zu geben, Abstand von diesen Taten zu halten und sich wieder auf den Islam zu besinnen. Und Allah weiß es am besten!

## Waswas (einflüsternde Gedanken von Schaytan)

Eine Person könnte fragen: „Ich leide an vielen einflüsternden Gedanken (Waswas), über die Wesensart Allahs, möge er verherrlicht sein. Es gibt Gedanken, die durch mein Gemüt gehen, die ich nicht ausdrücken kann, da sie nicht zu Allah passen, und sie kommen immer wieder zu mir, wenn ich bete und zu anderen Zeiten. Es ist so schlecht, dass ich schon meinen Glauben (Iman) anzweifele, und ich frage mich, ob ich noch Muslim bin oder nicht. Was ist die Lösung für dieses Problem?“

Eine Anzahl von Ahadith wurden vom Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - überliefert, welche die Lösung für dieses Problem beinhalten, Alhamdulillah<sup>10</sup>.

Der Gesandte - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Der Schaytan könnte zu einem von euch kommen und sagen: „Wer hat Allah erschaffen?“ Wenn einer von euch dies erlebt, soll er sagen: „Amantu billahi wa Rasulih (Ich glaube an Allah und an seinen Gesandten)“; und dies wird ihn (Schaytan) fortjagen.*“ [Sahih al Dschami 1657] Der Gesandte Allahs - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Der Schaytan könnte zu einem von euch kommen und fragen: „Wer hat die Himmel erschaffen?“ und er wird sagen: „Allah“ Der Schaytan wird sagen: „Wer hat die Erden erschaffen?“ Und er wird sagen: „Allah“ Dann wird der Schaytan sagen: „Wer hat Allah erschaffen?“ Wenn einer von euch dies erlebt, soll er sagen: „Amantu billahi wa Rasulih (Ich glaube an Allah und an seinen Gesandten)“*“ [Sahih al Dschami 656]

Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Wer auch immer dies erlebt, soll dreimal sagen: „Amantu billahi wa Rasulih (Ich glaube an Allah und an seinen Gesandten)“ und dies wird (den Schaytan) verjagen.*“ [Sahih al Dschami 6587]

Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Der Schaytan könnte zu einem von euch kommen und zu ihm sagen: „Wer hat dies und das erschaffen? Wer hat dies und das erschaffen?“ Bis er fragt: „Wer hat deinen Herrn erschaffen?“ Wenn dies irgendeinem passiert, soll er Zuflucht bei Allah suchen und diese Gedanken stoppen.*“ [Sahih al Dschami 7993]

Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Die Menschen werden viele Fragen stellen, bis einer von ihnen vielleicht sagt: „Allah hat die gesamte Schöpfung erschaffen, aber wer hat Allah erschaffen?“ Wenn sie dies sagen, dann sag: „...Er ist Allah, ein Einziger, Allah, der Absolute (Ewige Unabhängige, von Dem alles abhängt). Er zeugt nicht und ist nicht gezeugt worden und Ihm ebenbürtig ist keiner.*“ [Surah Al Ichlas 112 Verse 1-4] und spuckt (trocken) drei mal auf eure Linke (Seite) und sucht eure Zuflucht bei Allah vor dem Schaytan.“ [Sahih al Dschami 8182]

Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Denkt über die Zeichen Allahs nach, nicht über Allah (selbst)*“<sup>11</sup>. [Sahih al Dschami 2975] Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Denkt über die Schöpfung Allahs nach, denkt nicht über Allah (selbst).*“ [Sahih al Dschami 2976]

Aus diesen Texten können wir die folgenden sechs Wege zur Bezwingung der einflüsternden Gedanken zusammenfassen:

- Die Person, die solche Gedanken erlebt, soll sagen: „Amantu billahi wa Rasulih (Ich glaube an Allah und an seinen Gesandten)“

---

<sup>10</sup> Das Lob gebührt Allah.

<sup>11</sup> Nicht über Seine Wesensart.

- Er soll seine Zuflucht bei Allah vor dem verfluchten Schaytan suchen und dreimal sagen: „A’udhu billaahi’l-Sami’ il-‘Alim min asch-Schaytan ir-radschim, min hamzihi wa nafchihi wa nafathih (Ich suche meine Zuflucht bei Allah, dem Allhörenden, dem Allwissenden, vor dem verfluchten Schaytan und vor seiner Verleumdung und seiner bösen Einflüsterung).
- Er soll drei Mal auf seine Linke (Seite) spucken (trocken).
- Er soll aufhören über das, was in seinem Kopf ist, zu denken, da der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „...er soll aufhören.“ Dies ist eine wichtige Taktik, denn dem Schaytan weiter zu erlauben, einen auf diesem Weg zu beeinflussen, kann es nur noch schlimmer machen. Der Muslim muss diese Gedanken stoppen, so weit er in der Lage ist und (muss) seine Gedanken mit etwas Nützlichem und Gewinnbringendem beschäftigen.
- Er soll Surah al Ichlas rezitieren (Qul huwa Allahu ahad), denn sie beschreibt die Eigenschaften des Allerbarmers, und es kommt einem Drittel des Qurans gleich. Das Rezitieren dieser großartigen Surah garantiert diesen einflüsternden Gedanken ein Ende.
- Er soll über die Schöpfung und den Segen Allahs nachdenken, nicht über seine Wesensart, denn sein schwacher Menschenverstand kann nie die Wesensart Allahs begreifen. Allah sagt (in der ungefähren Bedeutung): „...**Er kennt alles, was vor ihnen ist und was hinter ihnen ist; sie aber können es nicht mit Wissen umfassen...**“ [Surah Ta Ha 20 Vers 110]

# Spät wach bleiben

Wir haben viele Fragen über dieses Problem erhalten. Wir wissen, dass es geradezu nach einer Lösung schreit. So viele Menschen verschwenden ihre Zeit, indem sie bis spät in die Nacht aufbleiben.

Doch die Wahrheit dieser Angelegenheit ist, dass es keine einheitliche Erscheinung ist. Es gibt drei Arten des Spätwachbleibens:

## 1. Spät wach bleiben, um Allah anzubeten

Das ist die angemessenste Art wach zu bleiben. Es beinhaltet das Wachbleiben für Gründe der Bereicherung der Allgemeinheit der Muslime, wie: sich mit dem Dschihad zu beschäftigen und die Grenzen des Islams zu verteidigen, sowie wach zu bleiben, um zu beten (Qiyam al Layl), und um Quran zu lesen. Allah sagt (in der ungefähren Bedeutung): „...**Sie schliefen nur einen kleinen Teil der Nacht [ihren Herrn rufend und mit Angst und Hoffnung betend]**...“ [Surah Az Zariyat 51 Vers 17]

Wir sollten in diesem Kontext nicht den großartigen Sahaba vergessen, der die Muslime in der Nacht beschützte, und der seine Wachdienstzeit betend verbrachte. Er wurde von einem Pfeil verletzt, der von den Muschrikin<sup>12</sup> abgefeuert wurde, und sein Blut begann zu fließen, doch er fuhr fort zu beten, während er den Kontakt zu Allah genoss.

Es wurde berichtet, dass einige Gelehrte über die Ahadith zu diskutieren pflegten, bis die Sonne aufging. Einige der aufrichtigen Da'iyahs (Rufer, islamische Arbeiter) bleiben immer noch wach, um Dinge zu diskutieren, welche jene, die sich für die Ummah interessieren, wach hält. Ein Beispiel hierfür ist, was mit Schaich 'Abd al-Hamid ibn Badis und Schaich al-Baschir al-Ibrahimi, die Gründer der Gelehrtenorganisation (Jam'iyat al-'Ulama' al-Muslimin) in Algerien, geschah. Während ihrer Zeit in Madinah, pflegten sie die ganze Nacht wach zu bleiben, bis zur Zeit für Fadschr, während sie über die Lage der Ummah und der Bid'ah, die Mythen und die Rückständigkeit, in welches es endete, diskutierten und planten, wie sie die Gesellschaft in Algerien von dieser enttäuschenden Lage retten könnten.

Diese Art des Wachbleibens ist völlig angemessen, solange es nicht dazu führt, etwas Wichtigeres oder Verpflichtenderes zu vernachlässigen. Einige Menschen mögen für einen legitimen Zweck wach bleiben, doch dann verpassen sie Fadschr. Dies ist ein Fehler.

## 2. Für einen erlaubten Grund wach bleiben

Dies ist schön, solange es nicht dazu verleitet, etwas Verpflichtendes zu unterlassen. Dies beinhaltet zum Beispiel, dass Reisende wach bleiben, um miteinander zu reden, damit ihnen die Langeweile erleichtert wird. Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - pflegte wach zu bleiben, um mit einer seiner Frauen zu reden und ihr Gesellschaft zu leisten, wenn sie auf Reisen waren.

Dies beinhaltet auch, zu seinem Gast zu sprechen und ihm Gesellschaft zu leisten. Auch beinhaltet es, dass lange wach bleiben in der modernen Schichtarbeit, welches durch die Forderungen der materialistischen Umstände hervorgerufen wird. Ohne Zweifel erfordern die Interessen der Muslime das Arbeiten der Menschen in der Nacht, wie solche, die bei den Sicherheitskräften arbeiten, in Krankenhäusern und Flughäfen, im Stromkraftwerk und so weiter.

---

<sup>12</sup> Götzendienern.

**3. Wach bleiben, um Sünden auszuführen, so wie wach zu bleiben, um Filme zu schauen, verbotene Spiele zu spielen, wie das Kartenspiel, oder das Fleisch von anderen zu essen, indem man rumschwätzt, verleumdet und lästert und andere Arten von Sünden.**

Diese Art des Wachbleibens ist Haram<sup>13</sup>, und jene die es tun, sind Sünder, welche die Strafe Allahs verdienen. Ihre Zahl ist in der modernen Welt angestiegen. Die Gründe wurden von einem Poet erwähnt:

„Jugend, Faulheit und gute Gesundheit verderben einen in so schlechter Weise.“

Es ist wichtig, zwischen der einen und der anderen Art des Wachbleibens zu unterscheiden.

Die Gewohnheit, in der Nacht lange wach zu bleiben, hat sich in unserer Zeit durch einige Gründe weit verbreitet, (Gründe) welche die folgenden beinhalten:

- Für weltliche Zwecke wach bleiben, im Fall einiger Händler und Geschäftsmänner, welche wach bleiben, um ihre Angelegenheiten in Ordnung zu bringen, oder Studenten, welche wach bleiben, um zu lernen. Menschen in dieser Situation sollten versuchen, ihre Zeit zu organisieren, damit sie nicht spät wach bleiben müssen, und damit ihre (die aus dem spät wach bleiben resultierenden) schlechten Konsequenzen vermieden werden können.
- Die Begebenheit des modernen Lebens und die sozialen Veränderungen, welche daraus resultierten. Die früheren Generationen pflegten ruhig zu bleiben und gingen schlafen, wenn die Dunkelheit einbrach, doch das Erscheinen von Elektrizität in der modernen Zeit, hat die Menschen dazu gebracht, viele Aktivitäten auszuführen. Arbeit und soziale Aktivitäten, die sie niemals während der Stunden der Dunkelheit getan hätten. In vielen Fällen, sind die Nächte der Menschen wie ihre Tage geworden.
- Viele Menschen geben sich der Kunst der Medien hin, mit Hilfe von TV, Radio, Video etc.
- Viele Menschen besuchen ihre Familie und Freunde, oder organisieren Programme in der Nachtzeit, wegen der Begebenheit ihrer Arbeit und ihres Studiums. So wirst du selten jemanden finden, der dich während des Tages besucht, außer am Wochenende. Selbst Versammlungen zur Beschäftigung mit islamischem Wissen, werden meistens nach dem Ischagebet abgehalten.
- Einige Menschen geben sich im Übermaß unnutzem Gerede und bedeutungslosen Diskussionen hin. Sie stören sogar mit ihrem Gerede und Gelächter andere. Dieses Erscheinung ist vielleicht unter Studenten am deutlichsten, die in den Studentenwohnheimen leben, wo einige rücksichtslose Besucher spät wach bleiben, um darüber zu sprechen, wer was gesagt hat, während sie sich und anderen dadurch Schaden zufügen, dann vernachlässigen sie viele ihrer Pflichten.
- Schlaflosigkeit, welche oft durch die Hingabe zu Sünden und das Weit-Weg-Sein von Allah verursacht wird. Von Allah weit weg sein bedeutet, dass eine Person niemals Zufriedenheit fühlen oder in Frieden sein kann, jedoch wird sie von ständiger Angst, Entfremdung und Verwirrung befallen sein.
- Probleme mit Familie, Geld, Studium oder Arbeit etc. spielen bei der Verursachung von Angst und Schlaflosigkeit auch eine klare Rolle, bis sie gelöst werden.

---

<sup>13</sup> Verboten.

- Auch sollten wir die Tatsache nicht ignorieren, dass es solche gibt, die verhindert sind, den Genuss der Ruhe des Schlafes zu kosten, durch die Schlaflosigkeit, die durch die Angst vor Allah verursacht wird und der tiefgehende Wille, diese versklavte Ummah wiederzubeleben.

Nachdem wir die Arten des Wachbleibens untersucht haben und ihre Gründe beschrieben haben, sollten wir uns nun den Wegen der Behandlung dieses weit verbreiteten Problems zuwenden.

### **Behandlung vom theoretischen Standpunkt aus**

Wir sollten über den physischen Schaden nachdenken, der durch das späte Wachbleiben verursacht werden könnte und über seine schädlichen Auswirkungen in Bezug auf viele unserer Interessen, wie zum Beispiel:

- Das Vernachlässigen von islamischen Pflichten, wie zum Beispiel das Verpassen des Fadschrgebets, sei es dadurch, dass man nicht in der Lage ist, das Gebet in der Gemeinschaft zu verrichten oder dadurch, dass man alle Gebete versäumt, und sie alle spät nachholen muss, oder dass man zwar in der Gemeinschaft betet, aber nicht mit der nötigen Konzentration, weil man sich so müde fühlt, dass man mit der Müdigkeit kämpft und daran scheitert zu verstehen, was gesagt wird. Womöglich weiß deswegen eine Person nicht mal, was der Imam rezitiert, oder welche Rak'ah er betet, oder was er in den verschiedenen Abschnitten des Gebets sagt. Aus diesem Grund verbot der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - nach Ischa zu sprechen.
- Physischer Schaden kann daraus resultieren, dass man die Nacht zu einer Zeit der Aktivitäten macht und den Tag zum Ausruhen, im Gegensatz zum natürlichen Rhythmus, den Allah im Universum und in der Menschheit erschaffen hat. Allah sagt (in der ungefähren Bedeutung):

**„...und die Nacht zu einer Hülle und den Tag zum Erwerb des Unterhalts..“**

[Surah An Naba' 78 Verse 10-11, in der ungefähren Bedeutung]

**„...Was haltet ihr davon, wenn Allah die Nacht über euch bis zum Tage der Auferstehung dauern ließe? Welcher Gott außer Allah könnte euch ein Licht bringen?...“** [Surah Al Qasas 28 Vers 71, in der ungefähren Bedeutung]

**„...Sprich: ”Was haltet ihr davon, wenn Allah den Tag über euch bis zum Tage der Auferstehung dauern ließe? Welcher Gott außer Allah könnte euch eine Nacht zur Ruhe bringen...“** [Surah Al Qasas 28 Vers 72, in der ungefähren Bedeutung]

Daher finden wir Menschen vor, welche einen falschen Weg genommen und sich an ihrer natürliche Beschaffenheit (Fitrah) vergangen haben, unter einer schwachen Gesundheit leidend. Eine Stunde Schlaf in der Nacht ist doppelt so wertvoll wie zu einer anderen Zeit, was aus Erfahrung wohl bekannt ist.

- Viele Arbeiter entsprechen nicht den Anforderungen ihrer Arbeit (als Folge des spät wach Bleibens). Möglicherweise kommt ein Mann spät zur Arbeit, müde und in einer schlechten Verfassung, so dass er die Kunden schlecht behandelt. Es könnte sogar so schlecht sein, dass sogar Zweifel darin bestehen könnte, ob sein Einkommen aufgrund seiner minderwertigen Arbeitsleistung insgesamt Halal ist. Dasselbe trifft auf Studenten zu, die spät wach bleiben und am nächsten Tag spät zur Schule oder zur Universität kommen

und sich nicht darum kümmern, ob sie ihre ersten Stunden verpasst haben, und nur selten etwas von dem verstehen, was in den Unterrichtsstunden gesagt wird, bei denen sie anwesend sind.

- Spät wach bleiben kann eine Person dazu bringen, zu unangebrachten Zeiten zu schlafen, wie z.B. nach Asr. Die Salaf (die ersten Generationen der Ummah) pflegten es abzulehnen, nach Asr zu schlafen, außer es war notwendig – doch wenn es nötig ist, dann ist nichts falsches dabei, es zu tun. Außerdem verursacht das Schlafen nach Asr Kopfschmerzen und macht es schwer, in der Nacht einzuschlafen.
- Spät wach bleiben macht es schwer, freiwillige Handlungen der Anbetung zu verrichten, so wie das letzte Drittel der Nacht, dem Gebet zu widmen, oder aufzustehen, um Suhur in der Früh zu essen, um freiwillig zu fasten – wie können jene, die spät wach bleiben, es meistern, diese Dinge zu tun? Es gibt keinen Zweifel, dass die Erschöpfung sie vom Aufstehen abhalten würde und so halten sie sich selbst von sehr viel Gutem ab.
- Den Segen des frühen Aufstehens in den Tag hinein verpassen. Jene, die spät wach bleiben, schlafen bis nach Fadschr. Deswegen verlieren sie die Zeit, von welcher der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - gesagt hat: „*Der frühe Morgen wurde für meine Ummah gesegnet.*“ [Sahih al Dschami' 2841]

Diese Menschen können nicht in der Moschee bleiben, bis die Sonne aufgeht, um Allahs zu gedenken, oder früh raus gehen, um ihren Unterhalt während der Zeit des Segens und der Tugend zu verdienen. Dies hat sich weit verbreitet, dass du am Morgen nur schwer jemanden sehen kannst, der sein Geschäft oder Laden früh öffnen wird.

Wenn die vernünftige Person die Arten des Schadens, die aus dem spät Wachbleiben resultieren und den großen Verlust, der ihm als Resultat davon widerfährt, erkennt, wird er ohne Zweifel sein Äußerstes dafür geben, um sich selbst zu verbessern und um das wieder gut zu machen, was er versäumt hat. Deswegen wird er den ersten Schritt eingehen, um das Problem zu lösen.

Es folgen eine Anzahl von praktischen Wegen, welche von jemandem befolgt werden können, der dieses Problem lösen will:

- Sich sehr anstrengen, früh zu schlafen. Spät Wachbleiben ist im Grunde genommen schon eine Sitte geworden, und wenn irgendjemand sich vorbereitet, um gegen sich selbst mit einem festen Entschluss zu kämpfen (Dschihad al Nafs), wird er mit der Gnade Allahs den Kampf gewinnen und dem Rang derer beitreten, die früh schlafen gehen.
- Heiraten. Viele alleinstehende junge Männer sind ziemlich desorganisiert, sie bleiben gemeinsam spät auf und ermutigen sich gegenseitig, dies zu tun, da sie keine Frauen und Kinder haben, um darüber nachzudenken. Doch derjenige, der verheiratet ist, fühlt sich gegenüber seiner Frau und seinen Kindern verantwortlich, so wird er Wert darauf legen, früh zu ihnen zurückzukehren, damit sie sich nicht um ihn sorgen oder Angst haben, wenn sie ihn mitten in der Nacht brauchen, wenn er weg ist. Jeder, der Erfahrungen damit hatte, wird es verstehen.
- Das Verantwortungsgefühl in allen Bereichen zu stärken, wird auch helfen. Wenn ein Mann die Last der Verantwortung auf seinen Schultern fühlt, hat er keine andere Wahl, als sie zu erfüllen. Er wird nicht in der Lage sein, Zeit zu verschwenden, anders als jene, welche den großen Schatz der Zeit für unbedeutende Sachen verschwenden und kein Verständnis für den Wert der Zeit haben.

- Sich die Gewohnheit aneignen, einen Mittagsschlaf zu machen, anstatt zur falschen Zeit zu schlafen. Nach Asr und vor Ischa zu schlafen, ist eine schädliche Gewohnheit, wie wir oben erwähnt haben. Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - riet seiner Ummah, ein Nickerchen zu machen: „*Macht einen Mittagsschlaf, weil die Schayatin (Satane) keinen Mittagsschlaf machen.*“ [Sahih al Dschami' 4431]

Dies sind einige der praktischen Mittel, welche man im Kampf gegen das spät Wachbleiben benutzen kann. Und Allah ist Derjenige, Der auf den geraden Pfad leitet.

## Leichte Reizbarkeit

Eine Person könnte sich beschweren: „Ich werde ziemlich schnell sehr zornig. Wenn es auch nur die geringste Provokation gibt, explodiere ich schnell und zerstöre Gegenstände, beschimpfe, verfluche und mache Drohungen, die Scheidung auszusprechen. Dieses Problem hat soviel Verlegenheit in mir verursacht und viele Menschen dazu gebracht, mich zu hassen, selbst die engsten Freunde meiner Frau und meiner Kinder. Was kann ich tun, um mich von dieser furchtbaren Krankheit zu befreien und dieses teuflische Feuer zu löschen?“

Zorn ist ein Zustand, der von Schaytan kommt. Nur Allah weiß, wie viel Böses und wie viele Sünden daraus resultieren. Daher hat der Islam sehr viel über diese negative Charaktereigenschaft zu sagen, und der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - beschrieb Heilmittel, um sich selbst von diesem Problem zu befreien und seine Auswirkungen zu vermindern. Dies beinhaltet folgendes:

1. Zuflucht bei Allah vor Schaytan suchen. Sulayman ibn Sard sagte: „Ich saß mit dem Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - und da waren zwei Männer, die sich gegenseitig beleidigten. Einer von ihnen wurde rot im Gesicht und seine Halsschlagader kam zum Vorschein. Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: *„Ich kenne ein Wort, wenn er es nur aussprechen würde, würde ihn dies (der Zorn) verlassen. Wenn er sagen würde: „Audhu billahi min Al Schaytanirradchim (Ich suche meine Zuflucht bei Allah vor dem verfluchten Schaytan)“ würde ihn dies (der Zorn) verlassen.“* [Überliefert von Al Buchary, Al Fath 6/377] Er e sagte auch: *„Wenn jemand zornig wird und „Audhu billah (Ich suche meine Zuflucht bei Allah)“ sagt, wird ihn sein Zorn verlassen.“* [Sahih al Dschami' al Saghir Nr. 695]
2. Ruhig bleiben. Der Gesandte - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: *„Wenn einer von euch zornig wird, soll er ruhig bleiben.“* [Überliefert von Imam Ahmad, al-Musnad, 1/239; Sahih al-Dschami', 693, 4027] Der Zorn bringt normalerweise eine Person dazu, die Kontrolle zu verlieren, oft in dem Umfang, dass sie Wörter des Kufrs<sup>14</sup> von sich gibt, oder verflucht, oder das Wort der Scheidung ausspricht (Talaq), welches seine Familie zerstören wird, oder eine obszöne Sprache benutzt, womit sie sich die Feindschaft von anderen verdienen wird. Ruhig zu bleiben ist der Weg, all diese üblen Sachen zu verhindern.
3. Ruhe bewahren. Der Gesandte Allahs - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: *„Wenn einer von euch zornig wird, soll er sich hinsetzen, falls er steht. Wenn sein Zorn weggeht (ist es gut), ansonsten soll er sich hinlegen.“*

Der Erzähler dieses Hadith war Abu Dharr t, welcher die folgende Geschichte berichtete: „Er tränkte seine Tiere an einer Wanne, als einige Leute vorbeikamen. Er sagte: „Wer von euch will Abu Dharr beim Tränken seiner Tiere helfen und....?“ Ein Mann sagte: „Ich werde“, doch zerbrach er die Wanne. Abu Dharr stand (als dies geschah), also setzte er sich hin, dann legte er sich hin. Jemand fragte ihn: „Oh Abu Dharr, warum hast du dich hingesezt und dann hingelegt?“ Er sagte: „Weil der Gesandte Allahs - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „... (und er erzählte den obigen Hadith).“ [Der Hadith wird mit seiner ganzen Geschichte in Musnad Ahmad überliefert, 5/152. Siehe auch Sahih al Dschami' Nr. 694]

Nach einem anderen Hadith tränkte Abu Dharr seine Tiere, als ein Mann kam und ihn zornig machte, also setzte er sich hin... [Fayd Al Qadir Al Mannawi 1/408]

Eines der Vorteile dieser prophetischen Lehre ist, dass es die Person, die zornig wird, davon abhält, etwas Verrücktes zu tun und außer Kontrolle zu geraten. Eine zornige Person kann

---

<sup>14</sup> Unglaubens.

Schaden zufügen, oder sogar töten – wie wir gleich sehen können – oder er kann das Eigentum zerstören und so weiter. Sich hinzusetzen macht die Wahrscheinlichkeit geringer, dass er in dieser Weise explodiert und das Hinlegen macht die Wahrscheinlichkeit geringer, dass er etwas Rücksichtsloses oder Schädliches tut. Al-'Allamah al-Chattabi V sagte in seinem Kommentar über Abu Dawuds (Sunan): „Jemand, der steht, ist bereit sich zu bewegen und Gegenstände zu zerstören. Bei demjenigen, der sitzt, ist die Wahrscheinlichkeit geringer, so etwas zu tun und derjenige, der liegt, ist nicht in der Lage, irgendetwas von dieser Art zu tun. Es sieht so aus, als ob der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - dem Zornigen befahl, sich hinzusetzen oder hinzulegen, um ihn daran zu hindern, etwas zu tun, das er später bereuen würde. Und Allah weiß es am besten.“ [Sunan Abi Dawud wa ma'ahu ma'alim al-sunan, 5/141]

4. Sich an den Ratschlag des Gesandten Allahs - Allahs Heil und Segen auf ihm - erinnern. Abu Huraira- Allahs Wohlgefallen auf ihm -berichtete, dass ein Mann zum Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - kam und sagte: „*Rate mir.*“ *Er sagte: „Werde nicht zornig.“ Der Mann wiederholte seine Bitte einige Male, und jedes Mal war seine Antwort: „Werde nicht zornig.“* [Überliefert von Buchary Fath Al Bari 10/465]

Nach einem anderen Hadith sagte der Mann: „Ich denke darüber nach, was der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - gesagt hat und erkannte, dass der Zorn die Quelle allen Übels ist.“ [Musnad Ahmad 5/373]

„*Werdet nicht zornig, und das Paradies ist euer.*“ [Ein Sahih Hadith, Sahih al Dschami' 7374 Ibn Hadschar bezog sich auf At Tabarani. Siehe Al Fath 4/465]

5. Die Erinnerung daran, was Allah denen versprochen hat, die den Ursachen des Zorns aus dem Weg gehen und danach streben, sich selbst zu kontrollieren, ist der beste Weg die Flamme des Zorns zu löschen. Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - hat uns von dessen großen Belohnung berichtet: „*Wer auch immer seinen Zorn unterdrückt, wenn er es offen zeigen könnte, dessen Herz wird Allah am Tage der Auferstehung mit Zufriedenheit füllen.*“ [Überliefert von Al-Tabarani, 12/453; Sahih al-Dschami', 176]

Eine andere ungeheuerere Belohnung wird in diesem Hadith beschrieben: „*Wer auch immer seinen Zorn unterdrückt, wenn er (seinen Zorn) freien Lauf lassen könnte, dem wird Allah vor allen Leuten am Tage der Auferstehung rufen und ihn von den Hur al `iyn<sup>15</sup> aussuchen lassen, wen er will.*“ [Überliefert von Abu Dawud, 4777, und anderen. Als Hassan<sup>16</sup> eingestuft in Sahih al-Dschami', 6518]

6. Den hohen Rang und die Besonderheit kennen, welche jenen gegeben wird, die sich beherrschen. Der Gesandte Allahs - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Der stärkste Mann ist nicht jener, der einen anderen im Ringkampf zu Boden wirft; der stärkste Mann ist derjenige, der sich beherrschen kann, wenn er zornig wird.*“ [Überliefert von Ahmad, 2/236. Dem Hadith wurde zugestimmt.] Je zorniger eine Person wird, desto wertvoller ist seine Selbstbeherrschung. Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „*Der wirklich starke Mann ist derjenige, welcher extrem wütend wird, so dass sein Gesicht rot wird und seine Haare ihm zu Berge stehen, und er dennoch seinen Zorn unterdrückt.*“ [Überliefert von Imam Ahmad, 5/367; als Hassan eingestuft in Sahih al-Dschami', 3859]

Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - pflegte einen Zwischenfall, der sich zwischen seinen Sahabah<sup>17</sup> ereignete, als eine Gelegenheit zu nutzen, um diese Lehre zu bekräftigen. Anas berichtete, dass der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - an einigen Leuten vorbei

<sup>15</sup> Paradiesfrauen.

<sup>16</sup> Gut. Das heißt die Überlieferungskette ist gut.

<sup>17</sup> Gefährten.

ging, die miteinander rangen und fragte: „Was ist das?“ Sie sagten ihm: „Der So und so ist ein starker Mann, keiner fordert ihn heraus, ohne dass er sie alle besiegt.“ Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - sagte: „Soll ich euch sagen, wer stärker ist als er? Ein Mann, der ungerecht von einem anderen behandelt wurde, aber seinen Zorn unterdrückte, hat seinen Schaytan besiegt und den Schaytan dessen, der ihn ungerecht behandelte.“ [Überliefert von Al-Bazzar. Ibn Hadschar sagte, dass sein Isnad Hassan ist. Al-Fath, 10/519]

7. Dem Vorbild des Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - in Bezug auf Zorn folgen. Er ist unser Beispiel, und seine Einstellung gegenüber dem Zorn wird in vielen Ahadith klar gezeigt. Von den berühmtesten (dieser Ahadith) wird von Anas- Allahs Wohlgefallen auf ihm - berichtet, welcher sagte: „Ich ging mit dem Gesandten Allahs - Allahs Heil und Segen auf ihm -, und er trug einen Nadschraani Umhang mit starrem Kragen. Er wurde von einem Beduinen angesprochen, der grob an seinem Umhang zerrte. Der Beduine sagte: „Oh Muhammad, gib mir etwas von dem Reichtum Allahs, das du hast!“ Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - drehte sich zu ihm und lächelte und befahl, dass ihm etwas gegeben werden soll.“ [Überliefert von al-Bazzaar. Ibn Hadschar sagte, dass sein Isnaad Hassan ist]
8. Ein anderer Weg, in dem wir dem Beispiel des Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - folgen können, ist derart, dass wir für das Wohlgefallen Allahs zornig werden, wenn die Grenzen, die von Allah gesetzt wurden, überschritten werden. Dies ist die lohnende Art zornig zu werden. Der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - wurde zornig, als er von dem Imam hörte, der die Menschen dadurch vom Gebet fern gehalten hat, weil er zu lang rezitierte. Er wurde zornig, als er in A'ischas Haus einen mit lebendigen Tieren bemalten Vorhang sah. Er wurde zornig, als Ussamah mit ihm über die Machzumih Frau, die des Diebstahls schuldig gesprochen wurde, sprach und ihn fragte: „Wirst du Fürsprache für eine der Strafen einlegen, die von Allah vorgeschrieben werden?“ Er wurde zornig, wenn ihm Fragen gestellt wurden, die er nicht mochte. Sein Zorn war nur für das Wohlgefallen Allahs.
9. Zu wissen, dass das Unterdrücken des Zorns ein Zeichen von Taqwah (Gottesfurcht) ist. Allah hat einige Menschen in seinem Buch gerühmt, und der Prophet - Allahs Heil und Segen auf ihm - hat sie hoch gelobt. Es wurden für sie Gärten vorbereitet, soweit wie die Himmel und die Erden. Eines ihrer Charaktereigenschaften ist, dass sie: **„...spenden in Freud und Leid und den Groll unterdrücken und den Menschen vergeben. Und Allah liebt die Rechtschaffenen...“** [Surah Al `Imran 3 Vers 134, in der ungefähren Bedeutung] Dies sind Leute, deren gute Qualitäten Allah erwähnt hat, Leute, welche von anderen bewundert werden und von ihnen mitgezogen werden wollen. Eine andere Charaktereigenschaft von ihnen ist: **„...wenn sie zornig sind, vergeben sie...“** [Surah Asch Schurah 42 Vers 37, in der ungefähren Bedeutung]
10. Aufmerksam sein, wenn man von jemandem erinnert wird. Zorn ist etwas Natürliches, worauf sich die Menschen im Hinblick dazu unterscheiden. Es mag sehr schwer für eine Person sein, nicht zornig zu werden, doch wenn eine aufrichtige Person wütend wird und dann an Allah erinnert wird, wird sie an ihn denken und innerhalb der Grenzen bleiben, die Er Y vorgeschrieben hat. Einige Beispiele hierfür folgen.

Ibn Abbas- Allahs Wohlgefallen auf ihm -berichtete, dass ein Mann nach der Erlaubnis fragte, Umar- Allahs Wohlgefallen auf ihm -zu besuchen und ihm wurde die Erlaubnis gegeben. Der Mann sagte: „Oh Sohn Al Chattabs, (ich schwöre) bei Allah, du gibst uns nicht viel und du herrschst über uns nicht gerecht!“ Umar- Allahs Wohlgefallen auf ihm -wurde so zornig, dass er kurz davor war, den Mann zu schlagen, doch Al Hirr ibn Qays (welcher unter den Leuten war, die mit Umar saßen) sagte: „Oh Amir Al Mu'minin<sup>18</sup>, Allah sagte seinem Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm -: **„...Übe Nachsicht, gebiete das Rechte und wende dich von den Unwissenden ab (d.h. bestrafe sie nicht)...“** [Surah Al A'araf 7 Vers 199, in der ungefähren

---

<sup>18</sup> Führer der Gläubigen.

Bedeutung], und dieser Mann ist einer der Unwissenden.“ Bei Allah, Umar- Allahs Wohlgefallen auf ihm -hat die Sache nicht weitergetrieben, als ihm dies rezitiert wurde. Er hielt an den Worten Allahs fest, möge Er (Allah) verherrlicht und gepriesen sein.“ [Überliefert von Buchary al Fath 3/304] Dies ist, wie der Muslim sein sollte, nicht wie der böse Heuchler, welcher als er zornig und ihm vom Hadith des Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - erzählt wurde und ihm von einem Gefährten des Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - geraten wurde, Zuflucht bei Allah vor dem Schaytan zu suchen, er daraufhin sagte: „Denkst du, dass irgendwas mit mir nicht stimmt? Denkst du ich bin verrückt? Geh weg!“ [Überliefert von al-Buchary, al-Fath, 1/465] Wir suchen unsere Zuflucht bei Allah, vor dem Scheitern.

11. Die schlechten Auswirkungen von Zorn kennen. Es gibt viele schlechte Auswirkungen des Zorns, sich selbst und andere dabei schadend. Eine Person könnte sich widerlich ausdrücken oder beschimpfen und andere schlagen, ohne Beherrschung zuschlagen. Es kann sogar zur Tötung führen. Die folgende Geschichte beinhaltet eine Lehre.

‘Alqamah ibn Waa’il berichtete von seinem Vater t, welcher ihm erzählte: „Ich saß mit dem Gesandten Allahs - Allahs Heil und Segen auf ihm - als ein Mann vorbeikam, der einen anderen mit einem verdrehten Seil führte. Er sagte: „Oh Gesandter Allahs, dieser Mann hat meinen Bruder getötet.“ Der Gesandte Allahs - Allahs Heil und Segen auf ihm - fragte ihn: „Hast du ihn getötet?“ Er sagte: „Ja, ich habe ihn getötet.“ Er fragte: „Wie hast du ihn umgebracht?“ Er sagte: „Er und ich schlugen gegen Bäume, damit die Blätter von ihnen runterfallen (damit wir es als Tierfutter benutzen konnten). Er beleidigte mich, also wurde ich wütend und schlug ihn mit der Axt auf die Seite seines Kopfes und tötete ihn...“ [Überliefert von Muslim in Al Sahih 1307]

Selbst wenn der Zorn nicht so weit geht, wie hier (in der Geschichte), gibt es trotzdem gebrochene Knochen und Verletzungen. Wenn die Person, auf die jemand böse ist, wegläuft, wird man womöglich seinen Ärger auf sich selbst wenden, so dass man seine Kleidung zerreißt, sich auf die Wangen schlägt, bewusstlos wird, oder Geschirr und Möbel zerbricht.

Eines der schlimmsten Dinge, die aus Zorn resultieren und soziales Unglück und den Zusammenbruch einer Familie verursachen, ist Talaq (Scheidung). Frage viele von denen, die sich von ihrer Frau geschieden haben, wie und wann es passiert ist und sie werden dir erzählen: „Es war in einem Moment des Zorns.“

Als Ergebnis sind Leben zerstört und Kinder sind verloren. Das Gefühl von Trauer und Versagen verfolgen die Gedanken der Menschen, und das Leben wird bitter. Alles nur wegen des Zorns. Wenn sie nur an Allah gedacht hätten und zu ihrem Verstand zurück gekommen wären, ihren Zorn unterdrückend und bei Allah vor dem Schaytan Zuflucht suchend, wäre das, was geschehen ist, nicht geschehen. Gegen die Schari’ah zu gehen, hat immer den Verlust zur Folge.

Der physische Schaden, der aus Zorn resultiert, ist sehr ernst, wie die Ärzte beschreiben, so wie Thrombose, Bluthochdruck, fatale Herzattacken, Diabetes etc. Wir bitten Allah um die gute Heilung.

12. Die zornige Person soll in der Zeit des Zorns über sich selbst nachdenken. Wenn derjenige, der zornig ist, sich nur selbst im Spiegel sehen könnte, während er wütend ist, würde er sich selbst und wie er aussieht, wenn sich seine Farbe verändert, verabscheuen. Er zittert unkontrollierbar, sein Gesicht wird rot, seine Halsschlagadern werden sichtbar, und er benimmt sich wie eine verrückte Person. Er würde sein eigenes Erscheinen ablegen, doch es ist wohl bekannt, dass die Hässlichkeit, die im Inneren einer Person existiert, sogar schlimmer ist als alle anderen, die vom Äußeren her erscheinen. Wie froh muss der Schaytan sein, wenn er

jemanden in diesem Zustand sieht! Wir suchen unsere Zuflucht bei Allah vor Schaytan und dem Versagen.

13. Du'ah<sup>19</sup>. Dies ist die stärkste Waffe des Gläubigen. Er bittet seinen Herrn, ihn von Bösem, von Problemen und schlechtem Charakter zu befreien, und er sucht Zuflucht bei Allah, vor dem Fallen in die Grube des Kufrs<sup>20</sup> und der Verbrechen, die durch den Zorn resultieren, weil eines der drei Eigenschaften, die eine Person vor dem Höllenfeuer schützen wird, ist, fair und gerecht zu sein, zu Zeiten der Zufriedenheit und zu Zeiten des Zorns. [Sahih al Dschami' 3039] Eine der Du'ahs des Propheten - Allahs Heil und Segen auf ihm - war:

**“Allahumma bi ‘ilmika’l-ghaybi wa qudratika ‘ala’l-kalqi ahieni ma ‘alimta’l-hayata chayran li, wa tawaffani idha ‘alimta’l-wafata chayran li. Allahumma wa as’aluka chaschyataka fi’l-ghaybi wa’l-schahadah, wa as’aluka kalimat al-ihhlasi fi’l-rida wa’l-ghadab, wa as’aluka’l-qasda fi’l-faqri wa’l-ghinaa, wa as’aluka na’iman la yanfad, wa qurrata ‘aynin la tanqati’, wa as’aluka’l-rida bi’l-qada’, wa as’aluka bard al-‘aysch ba’d al-maut, wa as’aluka ladhhdhat al-nadhr ila wadschhika wa’l-schauqa ilaa liqaa’ik, fi ghayri darraa’ mudirrah wa laa fitnati mudillah. Allahumma zayyinna bi zinati’l-imaan wa’j’alna hudatan muhtadin“**

(Oh Allah, bei Deinem Wissen über das Verborgene und Deiner Macht über die gesamte Schöpfung, lasse mich so lange leben, solange Du weißt, dass das Leben gut für mich ist und bringe den Tod über mich, wenn Du weißt, dass der Tod besser für mich ist. Oh Allah, ich bitte Dich, mich Dich im Geheimen und im Offenen zu fürchten, ich bitte Dich, mich aufrichtig sprechen zu lassen, in Zeiten der Zufriedenheit und in Zeiten des Zornes, ich bitte Dich, mich mäßig zwischen Armut und Reichtum zu halten, ich bitte Dich für einen Segen, der nicht endet, Zufriedenheit, die nie ablässt und für Annahme Deiner Urteile. Ich bitte Dich um ein gutes Leben nach dem Tod, und ich bitte Dich um die Freude, auf dein Gesicht zu sehen und Dich zu treffen, ohne schädliche Zeiten der Not, oder irreführenden Prüfungen (Fitnah). Oh Allah, schmücke uns mit der Schönheit des Glaubens (Iman), leite uns und lass uns ein Mittel zur Rechtleitung von anderen werden.“) [Überliefert von An Nisa'i in Al Sunan, 3/55 und von Al Hakim. Sahih al Dschami' 1301]

**Alles Lob gebührt Allah, dem Herrn der Welten!**

---

<sup>19</sup> Das Bittgebet.

<sup>20</sup> Unglaubens.