

**„Bis sie ändern, was in ihnen selbst ist ...“**

*A'udhu billahi min asch-schaitani radschîm. Bismillahi-r-rahmani-r-rahim*

Liebe Brüder, liebe Schwestern, as-salamu alaikum wa rahmatullahi wa barakatuhu, Wir haben die Vortragsreihe „Reparatur der Herzen“ begonnen und machen an dieser Stelle weiter, unsere Herzen zu reparieren. Wir haben bisher über Ikhîs (Aufrichtigkeit), das Du'a (Bittgebet) und die Liebe Allahs gesprochen. Wir haben auch über die Stationen der Reinigung gesprochen und wie man weiter an seinem Herzen operiert. Wir haben inscha-Allah operiert und repariert und wir reparieren weiter. Manchmal hat es mit der Reparatur geklappt, manchmal hingegen nicht. Viele fragen sich „Ich repariere und repariere, aber es tut sich nicht so viel. Es gibt wenig Änderungen, obwohl es viele Eigenschaften an mir gibt, die ich ändern möchte. Warum?“ Es mangelt an einer Sache, es fehlt Mudschâhadatu an-Nafs. Darum wird es heute gehen.

„Nafs“ ist das Ego, bzw. die Seele (Plural: Anfus). Was heißt Mudschâhada? Viele kennen das Wort Dschihâd – Anstrengung. Viele Muslime meckern, dass das Wort falsch verstanden wird, nach dem Motto Dschihâd = Heiliger Krieg... Wir reden hier sogar von Mudschâhada. Das ist eine Steigerungsform von Dschihâd. Die wörtliche Bedeutung von Mudschâhada ist „Anstrengung“, „Energie aufbringen“ - eine intensivere Form von Dschihâd. Damit die Sache klarer wird, betrachten wir Mudschâhadatu an-Nafs.

Allah (t) hat uns im Koran beigebracht, dass drei Arten von Seelen existieren:

**An-Nafsu al-amâra - die Seele, die das Schlechte gebietet**

Die erste Art ist An-Nafsu al-amâra, die Seele, die das Schlechte gebietet, die sich dem Schlechten zuneigt. Die Ulama, die Gelehrten, wollten diese Seele charakterisieren und haben eine harte Definition getroffen. Sie sagen, An-Nafsu al-amâra ist der Anziehungspunkt für das Schlechte im Körper. D.h. sie ist die Komponente im Menschen, die das Schlechtere sieht und danach greift.

Allah (s.w.t) sagt in der Sure Al Qâf: „Und wir haben den Menschen geschaffen. Und wir wissen, was seine Seele ihm einflüstert. Und wir sind ihm näher als seine Halsschlagader.“ Hier wurden zwei Wörter verwendet: Insan (= Mensch) auf der einen Seite und Nafs (= Ego, Seele) auf der anderen. Es herrscht eine Beziehung zwischen ihnen. Die Frage ist, wer beherrscht wen? Wer hat die Kontrolle über wen? Hast DU die Kontrolle über Dein Ego? Oder bist Du von Deinem Ego gefesselt?

Es geschah einmal folgendes: Die Tartaren (Mongolen) haben Bagdad erobert. Dabei wurde Ibn Taimiya, ein bekannter Gelehrter, verhaftet. Ibn Qajyim hat ihn, seinen Lehrer gesucht, und weinte über diese Situation. Ibn

Taimiya, der die Sache vom Menschen und seinem Ego begriffen hat, sagte zu seinem Schüler: „Junge, weine nicht. Denn derjenige, der verhaftet ist, das ist derjenige, dessen Herz vor Allah verhaftet ist (d.h. dessen Herz von Allah entfernt ist). Und derjenige, der gefesselt ist, das ist derjenige, dessen Ego ihn gefesselt hat.“

### **An-Nafsu al-allawâma - die ermahnende Seele**

Die zweite Art ist An-Nafsu al-allawâma, die ermahnende Seele. Das ist die Seele, die Verantwortungsgefühl hat. Eine Seele, die Dich immer ermahnt und Dich fragen lässt „Was habe ich gerade gemacht? War die Sache in Ordnung?“ Eine Seele, deren Taten im Diesseits stattfinden, die aber jenseits-orientiert ist. Eine Seele mit dem Bewusstsein über das, was sie tut.

Was sagt Allah über diese Seele? Allah (s.w.t.) schwört in Sure Al-Qiyâma (Die Auferstehung). „Und bei der Auferstehung und bei der ermahnenden Seele ...“: Allah schwört mit Dingen die wichtig sind, liebe Geschwister! Allah schwört mit Sachen, von denen bereits bekannt ist, dass sie wichtig sind, oder Er schwört mit Dingen, so dass diese Dinge durch den Schwur an Wichtigkeit gewinnen.

„Und bei der Auferstehung und bei der ermahnenden Seele, ...“ Allahu akbar! Allah schwört mit der Auferstehung und dieser Art von Seele. So wichtig ist diese Seele. Die Seele, die kontrolliert, was ich gemacht habe und warum ich es gemacht habe, die ermahnt, die logisch- und jenseits-orientiert ist, die verantwortungsvoll ist. Wenn wir Sura Al-Qiyâma näher betrachten, dann sieht man abwechselnd mal die Ereignisse des Jüngsten Tages und mal die ermahnende Seele. So sagt Allah (s.w.t.) „Bei der Auferstehung und bei der ermahnenden Seele ...“; an späterer Stelle spricht Er über Ereignisse am Jüngsten Tag und dann kommt die Ermahnung „Denkt der Mensch, dass wir seine Knochen nicht mehr zusammenfügen?“; „Wenn die Blicke erstaunt werden (vom Jüngsten Tag) und wenn die Sonne und der Mond zusammengefügt werden ... denkt der Mensch, dass er umsonst erschaffen wurde?“ Die Aussage ist: Wenn Du eine ermahnende Seele haben willst, sollst Du immer an den Jüngsten Tag denken. Du sollst an die Konsequenzen Deiner Taten denken. Es muss Dir immer bewusst bleiben, dass Du für das, was Du machst und sagst, Rechenschaft ablegen musst.

Allah sagt in Sura ar-Rahmân: „Der Himmel wurde geschaffen und dann wurde die Waage aufgestellt.“ Also ein Tipp: Wenn man eine ermahnende Seele haben will, soll man immer an die Rechenschaft denken. Und umgekehrt wird diese Seele durch diese Denkweise gestärkt.

Ich möchte, dass jeder von uns sich die Frage stellt: Wann habe ich das letzte Mal an den Jüngsten Tag gedacht? An die Waage, an die Rechenschaft? War es heute? Auf dem Weg zur Moschee? Gestern? Vor einer Woche? Oder ist es solange her, dass Du Dich nicht mehr erinnerst, wann Du das letzte Mal daran gedacht hast? Jeder soll sich dann fragen, wie ermahnend und verantwortungsvoll sein Handeln ist.

Das sind die zwei Arten von Seelen, liebe Geschwister.

## **An-Nafsu al-mutma'inna - die ruhige Seele**

Es gibt eine dritte Art, An-Nafsu al-mutma'inna, die ruhige Seele. Sie ist genau das Gegenteil von der ersten Art Seele, An-Nafsu al-amâra. Das ist die dankbare, friedliche Seele. Die Seele mit vollem Vertrauen und Gewissheit über Allah (azzawadschal). Eine solche Art von Seele dient als Quelle der guten Taten auf dieser Erde. Diese Seele ist rein von Neid, Konkurrenzdenken und Lästerei. Subhanallah, Allah hat diese Seele nicht „An-Nafsu as-Saliha“ oder „An -Nafsu al-mu'mina“ genannt. All diese Attribute könnten passen. Aber nein, Allah hat sie „An-Nafsu al mutma'inna“ genannt. Sie hat also mit Ruhe zu tun. Denn die Seele, die voll mit Vertrauen und Gewissheit über Allah (azzawadschal) ist, die weiß ganz gewiss, dass Allah sie nicht im Stich lassen wird. Das ist eine Seele, die mit Allah verbunden ist. Sie muss folglich ruhig sein.

Es gibt noch eine vierte Art von Seele. Die werden wir erst später im Vortrag behandeln. Bisher haben wir drei Seelen kennengelernt. In welchem Zustand befindet sich die Seele von jedem Einzelnen? Es kann sein, dass ein Mensch konstant die ganze Zeit eine Seele hat. Es gibt Seelen, die (verzeiht mir den Ausdruck) immer schmutzig bzw. niedrig sind. Sie haben immer so gelebt. Und es gibt Seelen, die immer ermahrend sind, die sich immer fragen, was sie gemacht haben, welche Konsequenzen das hat, ob sie etwas umsonst gemacht haben, wozu und welche Wirkung das auf ihr „Register“ hat. Und es gibt Seelen, die immer ruhig sind, die Sakîna (Ruhe) haben.

## **Zustände der Seelen**

Es kann sein, dass jemand bemerkt, dass er alle drei Eigenschaften hat. Das ist möglich, liebe Geschwister. Es ist möglich, dass eine Seele sich zwischen diesen drei Zuständen bewegt. Das ist normal. Je mehr man sich Richtung „An-Nafsu al-allawâma“ und „An -Nafsu al mutma'inna“ wendet, desto besser. Aber es gibt ein Problem. Es gibt Seelen, die ziemlich wechselhaft sind, d. h. die drei Zustände werden sogar am selben Tag eingenommen. Man wacht morgens auf, der Tag hat noch nicht angefangen, die Seele ist noch mutma'inna, also ruhig. Sobald man aber auf die Straße geht und mit Menschen umgeht, wandelt sich die Seele um. Dann ist sie auf einmal amâra (das Schlechte gebietend). Subhanallah. Dann kehrt man nach Hause zurück und hat ein schlechtes Gewissen. Dann ist die Seele allawâma (ermahnend). Nach einer Weile vergisst man das und die Seele ist wiederum amâra (das Schlechte gebietend). Diese Seele ist wechselhaft und instabil. Warum? Es mangelt daran, dass man Energie aufbringt und sich anstrengt. Mudschâhada ist nötig.

Allah beschreibt die Instabilität einer solchen Seele: Eine Seele, die sich so willkürlich bewegt, nach Lust und Laune, hat keine Richtlinie. „Hast Du denjenigen gesehen, der seine Laune als Gott genommen hat.“ Gibt es Verlass auf solch einen Menschen? Seine Launen sind seine Lokomotive.

Die Gelehrten haben zwei Zustände beschrieben, in denen sich die Seele befinden kann. Betrachten wir als erstes die Lage, in der sich die Seele im Leben befinden kann. Allah (s.w.t.) schwört wieder mit der Seele, damit der Mensch sieht, wie wichtig die Sache mit der Seele ist. Allah beschreibt die Lage der Seele im Leben:

„Und bei der Seele und bei Dem, Der sie gebildet hat und ihr den Sinn für ihre Sündhaftigkeit und Gottesfurcht eingegeben hat: Erfolgreich ist derjenige, der sie frei hält und versagt hat derjenige, der sie verkommen lässt.“ Das ist die Lage von der Seele im Leben. Du hast die freie Entscheidung, wie Du Deine Seele gestaltetest und von welcher Art Deine Seele wird.

Kommen wir zum Ergebnis der Seele: Was wird am Jüngsten Tag aus dieser Seele? Es gibt zwei Zustände: der „Okay-Zustand“ und der „Nicht -Okay-Zustand“. Entweder war die Sache in Ordnung oder sie war nicht in Ordnung. Zwei Möglichkeiten: Allah beschreibt den „Okay-Zustand“: „Die Seele weiß nicht, was Allah für sie versteckt hat“ Also eine Art Überraschungseffekt. Allah belohnt die Seele mit überraschendem Na‘im (Wohltaten). Das hat Allah versprochen. Jeder soll danach streben, dass er die Überraschung von Allah (s.w.t.) bekommt. Man soll sich auch freuen.

Es wurde aber auch die zweite Möglichkeit beschrieben. Wie sieht es aus, wenn die Sache nicht „okay“ ist. Du hast immer noch die freie Entscheidung im Leben. Im Koran werden Verse erwähnt, in denen die Seele von sich selbst spricht. Sie beschreibt ihre Lage vor der Bestrafung, also vor dem logischen Ende einer solchen Seele. Die Seele sagt: „Schade wegen dem, was ich verpasst habe bezüglich Allah (azzawadschal) denn ich habe die Sache damals nicht ernst genommen“ Diese Seele hat nicht begriffen, worum es geht. Sie hat die Sache einfach nicht ernst gemeint.

Dann geht es weiter mit dem, was die Seele sagt: „Hätte Allah mir die Rechtleitung gegeben, wäre ich gottesfürchtiger gewesen.“ Oder „Schade, hätte ich noch eine Chance gehabt.“ Damit inscha -Allah keine Seele von uns dieses Schicksal erlebt, sollten wir jetzt die Chance nutzen, bevor die Seele sagt „Schade, hätte ich noch eine Chance gehabt.“ Denn wir haben immer noch die Chance.

### **Der Schaitan und die Seele**

Damit wir unsere Seele erkennen, lasst uns zwischen den Motiven des Teufels und dem Einfluss der Seele unterscheiden. Man sollte die Sache ernster nehmen und nicht immer dem Teufel den schwarzen Peter zuschieben und sagen „Das war nicht ich, sondern der Teufel.“ Es gibt einen Unterschied zwischen dem, was der Teufel einflüstert und dem, was unsere Seele will. Die Sache mit dem Teufel ist dauerhaft. Der Schaitan ist nicht interessiert, dass Du eine bestimmte Sache falsch machst, sondern dass Du jede mögliche Sünde machst. Er begleitet Dich immer. Er macht Dir den Anfang einer Sünde schön und verlockt Dich. Aber wie tief Du die Sünde dann betreibst, hängt von Deinem Ego ab.

Wenn der Teufel kommt und Dir einredet, dass diese oder jene Sünde schön ist, und Du Dich abwendest, dann lässt der Teufel ab und geht zur nächsten möglichen Sünde. Aber wenn Du nachgibst und Dich auf dem falschen Weg vertiefst, ist das nicht mehr der Teufel. Das bist Du dann selbst. Das ist Dein Ego.

Das Problem ist, dass die Seele sich an ein bestimmtes Fehlverhalten gewöhnen kann. Das bedeutet, der Teufel braucht Dich nicht einmal mehr zu verlocken. Man ist dann so tief in der Sache, dass man nicht mehr

von der Macht des Teufels spricht, sondern von der Macht der Gewohnheit. Man hat sich daran gewöhnt, so zu leben. Die Seele ist süchtig nach diesem Zustand.

Damit die Unterscheidung leichter fällt, ob eine Sache vom Teufel oder vom Ego kommt, sollte man auf den Monat Ramadan achten. Denn im Ramadan sind die Teufel gefesselt. Alles, was Du dann machst, kommt von Deiner Seele. Subhanallah, wenn man Ramadan betrachtet und die Lage der Muslime sieht, wie wir uns im Ramadan falsch verhalten, dann sollte man sich die Frage stellen, wie die Seelen aussehen. Für diese Sache sollte man Mudschâhada machen, also Energie aufbringen.

### **Dschihâd und Mudschâhada**

Kommen wir zum Wort Mudschâhada. Allah (s.w.t.) sagt: „Und diejenigen, die sich für Mich anstrengen, die werde Ich Meine Wege leiten“. Das bedeutet, liebe Geschwister, nicht nur dass Du zur Moschee kommst. Du musst Energie aufbringen. Wenn Du in der Gemeinde bist und am Ende wird gefragt, wer den Küchendienst macht und keiner erklärt sich dazu bereit, dann sollte sich jeder fragen, wo seine Aufopferungsbereitschaft ist. Wo ist Deine Mudschâhada? Allah sagt: „Diejenigen, die sich für Mich anstrengen, werde Ich Meine Wege leiten“.

Kommen wir genauer zum Begriff Dschihâd und Mudschâhada. Viele denken, Dschihâd ist die Sache mit dem Schwert. Das ist nicht so. Die Ulama haben 14 Arten von Dschihâd beschrieben. Es gibt vier Kategorien. Jede Kategorie besteht aus mehreren Teilen, wobei die Summe der Teile 14 ergibt.

### **Die vier Kategorien des Dschihâd:**

1. Die erste Kategorie ist Mudschâhadatu an-Nafs. Sie besteht aus fünf Teilen.
2. Die Mudschâhada gegen den Teufel besteht aus zwei Teilen,
3. die Mudschâhada gegen die Sünde aus drei Teilen
4. und die Mudschâhada gegen den Aggressor aus vier Teilen.

Die Mudschâhada mit dem Ego stellt also die größte Kategorie dar. Sollte man die Mudschâhada mit dem Ego also unterschätzen? Der Prophet (s.a.s.) sagt: „Die Mudschâhada ist die Spitze der Sache“. Jeder von uns kann Mudschâhid sein. Betrachten wir Mudschâhadatu an-Nafs näher:

1. Der erste Teil ist das Abwenden der Neigung. Egoismus, Neid, immer der Bessere sein zu wollen, genervt zu sein, Ungeduld: das sind alles Neigungen.
2. Mudschâhada beim Lernen: Wenn Du Schüler in der Schule bist und lernst, bist Du ein großer Mudschâhid. Es ist die Spitze der Sache, dass Du Deine Religion lernst und dabei Energie aufbringst, die Lebensweise richtig lernst.
3. Mudschâhada in der Anwendung dessen, was Du gelernt hast: d.h. dass Du den Islam lebst.

4. Da'wa zu dem, was Du gelernt und angewendet hast.
5. Geduld, wenn Du dabei Probleme bekommst. Da'wa macht man nicht allein. Man kann nicht als Einzelgänger Da'wa machen. Da'wa machst Du gemeinsam mit Deinen Geschwistern.

Allah sagt: „Und gedulde Dich mit denjenigen, die Allah anbeten am Tag und in der Nacht und lass Deine Augen nicht von Ihnen weggehen.“ Was bedeutet „Und gedulde Dich mit denjenigen“? Es bedeutet, dass Ihr geduldig miteinander seid, Euch toleriert, nicht schnell vom Bruder oder von der Schwester genervt werdet und schnell keine Lust mehr habt. Nein, Da'wa macht man gemeinsam. Alle sitzen im selben Boot und wenn das Boot ein Loch bekommt, sinken alle zusammen.

Wenn wir die Sira des Propheten (s.a.s.) betrachten, sehen wir, dass er mit seinen Gefährten 13 Jahre lang Mudschâhadatu an-Nafs gemacht. 13 Jahre, bevor sie nach Medina gewandert sind. Das waren 70 Leute. Waren diese Leute keine Mudschâhidîn? Das waren die Ober- Mudschâhidîn! Man sieht, jeder kann Mudschâhid sein! Wenn jemand sein Leben lebt und sich nicht abwendet, wenn jemand seine Religion lernt und den Islam als Lebensweise richtig begreift, wenn man Energie aufbringt, wenn man Da'wa macht, wenn man dabei Geduld hat, dann ist man bereits Mudschâhid.

### **Die vierte Seele**

Es gibt eine vierte Art der Seele. Ich möchte dazu die Lebensgeschichte von Person X erzählen: Person X war ein Kind und hat nicht gewusst, was Sache ist. Die Eltern von Person X haben immer gesagt: „Du musst jetzt zur Schule gehen und fleißig lernen.“ Person X wollte aber nicht. Person X kam abends nach Hause und wollte nicht lernen. Da aber die Eltern von Person X gesagt haben, dass Person X lernen soll, hat Person X gelernt. Person X wurde älter, hat die Schule abgeschlossen. Mit Note Y ging Person X zur Ausbildungsstelle Z. Person X hat die Ausbildung gemacht. Die Leute kamen zu Person X und haben gesagt: „Mit dieser Ausbildung machst du diesen Job“: Person X hat also den Job gemacht. Später hat Person X geheiratet, weil alle heiraten. Person X hat den Job gemacht, weil alle nach der Ausbildung einen Job haben müssen. Dann hat Person X Kinder bekommen und mehr gearbeitet, weil alle mehr arbeiten müssen, wenn sie Kinder haben. Dann ist Person X gestorben. Und die Geschichte ist zu Ende.

Ich frage, liebe Geschwister, wie viele Personen X haben wir? Viele! Welche Art von Seele hat Person X? Sie ist nicht amâra, sie befiehlt nicht das Schlechte. Sie ist nicht ermahrend. Sie ist nicht jenseits-orientiert. Sie hat einfach gemacht, was gemacht werden musste. Und sie war nicht ruhig.

Was war diese Seele? Das ist die vierte Art: die Nafsu al-ghâfila – die abwesende Seele. Das ist die Seele, die weder gut noch schlecht ist. Sie ist einfach so. Das ist die Seele, von der Allah gesagt hat, dass sie abwesend ist

und deren Sache umsonst ist. Diese Seele ist orientierungslos, hat keine Richtlinie. Hätte Person X ein Lebensziel gehabt, wäre sie nicht abwesend gewesen.

Wenn Du Dich motivieren willst, die Lage zu ändern, musst Du ein Ziel verfolgen. Warum lebe ich? Will ich Person X sein, die einfach so lebt und plötzlich stirbt und die Geschichte ist vorbei?

Es gibt drei Arten von Zielen:

1. Schlechte Ziele: z.B. gibt es Leute, die mögen es, im Vordergrund zu sein. Sie machen Dschihâd deswegen. Manche Leute drehen sich um die eigene Achse und wollen einfach attraktiv sein.
2. Gute Ziele, die falsch sind: Es gibt Leute, die ihre Kinder nett erziehen. Das ist ein nettes Ziel. Aber warum? Will ich, dass meine Kinder die Besten werden? Oder willst Du, dass die Sache mit dem Islam besser wird? Wenn die Kinder groß geworden sind, stehen die Eltern ziellos da.
3. Ziele, die Du dauerhaft anstreben kannst und sollst: Das sind Ziele, die mit Allah verbunden sind. Wenn Dein Ziel mit Allah verbunden ist und Du Dich für dieses Ziel anstrengst, dann kannst Du niemals abwesend leben. Dann bist Du immer bei der Sache.

Ich möchte mit einer kleinen Geschichte abschließen. Ihr kennt bestimmt alle Alice im Wunderland. Alice lief einmal mit ihrem Hasen, bis sie an eine Kreuzung kam. Sie wusste den Weg nicht und fragte den Hasen: „Sag mal Hase, welchen Weg soll ich nehmen?“ Der Hase sagte: „Wo willst Du hin, Alice?“ Sie meinte: „Ich weiß es nicht“. Da schaute sie der Hase an und sagte: „Dann ist es egal, welchen Weg Du nimmst. Nimm irgendeinen Weg.“

Es ist uns aber nicht egal, welchen Weg wir nehmen, liebe Geschwister. Damit wir uns motivieren und diesen Weg nehmen, sollten wir auf dem Weg von Allah gehen. Dieser Weg ist nicht immer glatt, wir müssen uns anstrengen. Aber Allah ist am Ende dieses Weges und sollte unser Ziel sein. Bezüglich dieses Weges sagt Allah: „Und diejenigen, die sich für Mich anstrengen, werde Ich meine Wege leiten“

Das ist unser Weg. Möge Allah uns bei unseren Anstrengungen helfen. Baraka lahu fik.