



# Freitagspredigt

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ  
أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

## Die geistige Gesundheit bewahren (30.07.2021)

Verehrte Gläubige!

Der Islam ruft die Menschen dazu auf, Allah zu dienen. Dabei setzt er sich auch weitere Ziele. Der Islam will die Religion, den Verstand, das Leben, sowie die körperliche und geistige Unversehrtheit des Menschen schützen.

Das größte Geschenk Allahs ist dabei unsere Gesundheit. Die Gesundheit des Verstandes und Geistes machen dabei den wichtigsten Teil der menschlichen Gesundheit aus. Der Islam gebietet uns deshalb, diese Werte zu schützen und Handlungen zu meiden, die das Gleichgewicht von Körper, Verstand und Geist aus dem Lot bringen.

Heute mag das moderne Leben den gläubigen wie auch den nichtgläubigen Menschen materielle Möglichkeiten ohne Ende bieten. Eine Lösung für ihre geistig-seelischen Probleme bietet die Moderne damit trotzdem nicht. Die Menschen haben heute sogar mehr Probleme als früher. Waren früher vermehrt noch Erwachsene von psychologischen Problemen betroffen, kann es heute auch Kinder und Jugendliche treffen. Wir stellen fest, dass diejenigen, die die Gesundheit ihres Verstandes und Geistes nicht bewahren können, ein überreiztes, gestresstes und besorgtes Leben führen.

Unser Prophet (s) hingegen sagte, dass es, für alle Krankheiten, außer für das Altern und den Tod, eine Heilung gibt. Er forderte, dass wir unsere Gesundheit bewahren sollen und bei Erkrankungen nach Behandlungswegen suchen sollen. Daher sagte er: „Allah gab keine Krankheit, die nicht auch geheilt werden kann.“<sup>1</sup> und „Für jede Krankheit gibt es auch immer eine Behandlungsmöglichkeit.“<sup>2</sup>

Meine verehrten Geschwister!

Hierzu sind allem Voran unser Verstand mit authentischem Wissen auszustatten und unser Geist mit nützlichen Interessen zu beschäftigen. Außerdem ist es erforderlich, dass wir niemandem Unrecht tun und unseren Unterhalt auf ehrlichem (halal) Weg bestreiten. Es gibt Phasen im Leben des Menschen, da er wütend, aufgeregt oder um etwas besorgt ist. In solchen Phasen sollten wir unsere Gefühle zügeln und darauf achten, dass wir ein ausgeglichenes Leben in Dankbarkeit und Geduld führen. Wir sollten allen möglichen Formen von Alkohol und Drogen fernbleiben und uns von ungesunder Nahrung fernhalten. Es ist notwendig, uns vor der Abhängigkeit vom Fernsehen und Internet zu bewahren.

Für einen ausgewogenen Geist sollte sich der Mensch neben alledem auch unbedingt seinem Schöpfer zuwenden, sich Ihm anvertrauen und einen reinen, richtigen und starken Glauben haben. Er sollte Freundschaft mit gläubigen Menschen mit starker Ethik und Moral schließen. Er sollte sich ebenso einen Ehepartner mit diesen Eigenschaften suchen. Wir sollten uns also materiell wie immateriell-geistig ein steriles, also geläutertes und reines Umfeld aneignen. Angesichts der Höhen und Tiefen im eigenen Leben wird ein mit einem solchen Glauben und einer solchen Haltung gestärkter Geist dem Menschen ohne Zweifel Durchhaltevermögen und Kraft verleihen.

Folglich, geehrte Gläubige!

Meine lieben jugendlichen Geschwister!

Bitte nehmen sie ihr Leben in den Griff. Wenn ihnen ihr Leben aus den Händen gleitet, kann es ihnen niemand mehr zurückbringen. Ihr weiterer Lebensweg entwickelt sich zum Chaos und zur Finsternis. Und wenn sie dies bemerken, wird es zu spät sein. Die eigene Jugend wird bereits dahingeflossen sein und es werden nur betäubende Erinnerungen bleiben. Schließlich heißt es: „Und wisset, nur durch das Gedenken Allahs finden die Herzen Ruhe.“<sup>3</sup>

Die DITIB-Predigtmission

<sup>1</sup> Koran, al-A`raf, 7/156.

<sup>2</sup> Koran, al-Balad, 90/17.