

Betrüge dich nicht selbst

Şoḥba von SHEIKH NĀZIM, 22. Februar 2000 auf Zypern

Bismillāhi r-rahmāni r-rahīm Möge Allāh euch segnen und mir vergeben. *Destur yā sayyidi. Tariqatuna suhba wa l-khairu min jam'yya.*

Wir versuchen, Großsheikhs Anordnungen einzuhalten, denn wer die Befehle der Freunde Allāhs befolgt, der ist hier und hiernach in bester Lage. Jene

sollten glücklich sein. Es ist unser Ziel, wenigstens ein paar Minuten zusammensitzen, um unter dem Segen Allāhs des Allmächtigen zu sein. Es gibt ein gutes Wort, das viel Wissen in sich trägt und das zunächst den Gläubigen und ebenso allen anderen Nutzen bringt: *Alles, was für Allāh getan wird – von dir für Allāh den Allmächtigen –, das*

gelangt fortwährend ohne Unterbrechung in die Göttliche Gegenwart. Und wir brauchen es, eine ununterbrochene Verbindung mit Allāh zu haben. Wir bitten darum, mit Allāh zu sein, hier und hiernach. Und wir müssen um jemanden bitten, der immer mit Allāh ist, nicht einen, dessen Verbindung unterbrochen oder der nicht mit Allāh ist. Wir müs-



Treffen mit Sheikh Nāzim auf der Schweibenalb

sen nach jemandem suchen, der immer in Allāh des Allmächtigen Göttlicher Gegenwart ist. Wer das nicht tut, wird in endlose Schwierigkeiten geraten. Und mit jeder Schwierigkeit, die mit dem Menschen oder um ihn herum heranwächst, bricht die Verbindung mit Allāhs des Allmächtigen Göttlicher Gegenwart. Jemand, der ständig mit Allāh dem Allmächtigen ist, kennt keine Schwierigkeiten, keine Schwierigkeit stellt sich ihm hier oder hiernachin den Weg.

Welche Arbeit, welches Handeln ist es, das dich mit Allāh sein läßt und angenommen und gewürdigt wird? Gesegnete Arbeit. Deshalb muß jeder über jede seiner Handlungen herauszufinden versuchen, ob sie für Allāh ist oder nicht. Wenn sie das nicht ist, verschwendet ihr euch selbst. Ihr hintergeht eure Persönlichkeit und fällt herab von der Stufe der Vertreter Allāhs des Allmächtigen, so daß zahllose Schwierigkeiten euch umgeben werden. Deshalb muß jeder Gläubige danach schauen, was er tut und macht und ob es für Allāh ist oder nicht. Wenn es nicht für Allāh den Allmächtigen ist, laß davon ab, denn jede Handlung, die nicht für Allāh ist, zerstört deine Persönlichkeit als Vertreter Allāhs des Allmächtigen.

Bewahre deine Ehre, nichts in deinem Leben ist dem gleich oder keine andere Handlung wird in der Göttlichen Gegenwart akzeptiert, wenn sie nicht für Allāh den Allmächtigen ist. Und große Unruhe kommt von unserem Ego, Nafs, das behauptet: „Was du tust, muß zu meinem Vergnügen sein!“ Das bringt schnell einen Bruch in ein Leben voller Segen.

Hüte dich vor deinem Ego, hüte dich! Schau täglich, wieviele Stunden du für Allāh, in Verbindung mit der Göttlichen Gegenwart, bist und wieviele Stunden mit deinem Ego.

Alles geht mit Nachdenken. Nachdenken. Nachzudenken eröffnet dir unbekannt Standorte. Und du mußt um immer neue Standorte bitten. Du hast die Gelegenheit, unbekannte Schätze zu bekommen. Ich glaube nicht, daß jemand, der einen Schatz sucht und unter der Erde danach gräbt, dann, wenn er einen großen Schatz gefunden hat, aufhört und sagt: „Das ist genug für mich.“ Und besonders wenn du keine Furcht hast, einen neuen auszugraben, wirst du sagen: „Warum? Es ist eine Gnade zu graben und einen weiteren Schatz zu finden.“ Nein, du findest einen und fragst nach einem weiteren, wenn du Tausend ausgegraben hast, wirst du danach fragen, Zehntausend zu finden. So ist es mit den Schätzen. Du aber wirst bestimmt nicht sagen: „Ich bin müde.“ Nein.

Warum behaltet ihr nicht diesen Glauben für spirituelle Schätze? Warum lauft ihr nicht, um himmlische Schätze zu finden? Himmlische Schätze! Sie sind für euch. Fragt nach mehr! Denn am Letzten Tag, dem Tag der Auferstehung, werden so viele Menschen bereuen und sagen: „Warum gruben wir nur eine so kleine Menge aus?“ Warum graben wir nicht nach mehr, um viel mehr als dies herauszuholen, denn auf der Waage der Endlosigkeit, auf der Waage der Ewigkeit, werden Milliarden von Schätzen wie nichts sein. Sie werden wie ein kleines Körnchen Staub sein. Und angesichts der Waage der Ewigkeit wird er sagen: „Warum nahm ich nicht viel mehr für heute?“

Deshalb: Das Leben ist sehr kurz, und meistens laufen die Leute von der Welt, *Dunyā*, zum Jenseits, *Akhirat*. Akhirat ist – wie würdet ihr sagen ...? – alternativ. Nichts von diesem Leben kann eine Alternative für die Ewigkeit sein. Es wird kleiner

sein als ein Körnchen Staub. Aber die Möglichkeit, die dir für die Ewigkeit gewährt worden ist, wiegt auf der Waage der Ewigkeit zahllose Ehren, zahllose Freuden ...

Niemand denkt daran. Deshalb geben wir vielleicht täglich oder den ganzen Tag den Wünschen unseres Egos nach, dem, wonach es fragt, um zu genießen. Und damit ist die Verbindung unterbrochen, soviel ihr auch für euer Ego tut, niemals erreicht ihr damit die Himmel.

Es ist wie in dem Beispiel von dem, der den Mond erreichen wollte. Er setzte Stein auf Stein, Stein auf Stein wie Stufen. Und wenn man ihn fragte: „Was machst du da?“, antwortete er: „Ich baue Stufen, um den Mond zu erreichen.“ Aber das ist unmöglich.

Wenn du den Mond erreichen willst, kannst du das nicht von deinem irdischen Flughafen aus tun, indem du Stufen baust. Das ist völliger Unsinn. Deshalb schickt Allāh der Allmächtige von den Himmeln ein starkes Seil und sagt: „Halt dich an meinem starken Seil fest, ich werde dich hinauftragen in Meine Göttliche Gegenwart.“

Die Menschen aber sind achlos, so achlos. Und wir bitten Allāh den Allmächtigen, daß er unsere Herzen hierfür bestimmt, so daß wir uns frei von der Erde erheben und das Seil Allāhs des Allmächtigen ergreifen können. Und die Klügsten der Menschheit sind die Propheten. Und dann kommen deren Gefährten und die ihrer Gemeinschaft, die den Spuren der Freunde der Propheten folgen.

Und ich schaue heutzutage und sehe, daß die Leute nicht nach Spuren fragen, nach himmlischen Stufen, und das selbst bei denen, die beanspruchen, Muslime zu sein – von Nationen, Regierungen und Staaten –, sie folgen satanischen Wegen (... S. 4)

Die Diät in der islamischen Medizin

VON DR. MARYAM SCHATZ

Diät ist ein Wort, das aus dem Griechischen kommt und "eine gesunde Lebens- und Ernährungsweise" bedeutet, die im Regelfall von einem Arzt verschrieben wird. Wie uns AS-SUYUTI in seinem Werk "Die Medizin des Propheten" berichtet, war es der Prophet (a.s.s.) selber, der oft persönliche Ratschläge zu gesunder Lebensführung erteilte, so berichtet zum Beispiel Umm al-Manzir Salma bint Qays al-Ansariya:

„Der Prophet ﷺ betrat mein Zelt, und Ali ﷺ begleitete ihn. Ali erholte sich zu dieser Zeit gerade von einer Krankheit. Wir besaßen eine Dattelpalme, die gerade Früchte trug.“

Sie fuhr fort mit ihrer Geschichte:

„Der Prophet ﷺ aß davon, und Ali ﷺ aß davon. Darauf sagte der Prophet ﷺ:

„Langsam, langsam, du wirst doch gerade gesund.“

Und Umm al-Manzir fuhr weiter fort:

„Ali ﷺ setzte sich hin, während der Prophet weiterhin Datteln aß. Währenddessen bereitete ich ein Essen aus Spinat und Graupen für die beiden, und der Prophet ﷺ sagte zu Ali ﷺ:

„Hier, nimm etwas davon, das ist besser für dich.“

(AHMAD, AT-TIRMIDHI, ABU DA'UD)

Zwar geht es in dem folgenden Hadith um etwas völlig anderes, aber indirekt erfahren wir durch beide Ahadith, wie auch durch andere, etwas über die "Diät"-Auffassungen des Propheten ﷺ:

„Warum ißt du bei einer Augenentzündung Datteln?“ AL-HAMIDI

Es wird von QATADA berichtet, daß der Prophet ﷺ auch sagte:

„Wenn Allah Seinen Sklaven liebt, so schützt Er ihn vor dieser Welt, genau so, wie jeder von Euch den Kranken von Essen und Trinken abhält.“

Bereits aus diesem Wenigen können wir entnehmen, daß es

ging, begann – parallel mit der Offenbarung der entsprechenden Qur'an-Ayat – die erste "medizinische Theoriebildung" im Gemeinwesen von Medina.

Die Regeln auch der Diät sind eingebettet in das Konzept von Halal/Haram und dieses wiederum in den gesamten islamischen Verhaltenskodex.

Aus dieser Zeit stammt die berühmte Geschichte⁴: Einer der persischen Könige schickte dem Propheten ﷺ einen erfahrenen Arzt. Der Arzt blieb zwei Jahre, aber niemand

suchte ihn auf oder wollte von ihm behandelt werden. Zuletzt ging er zum Propheten ﷺ und beklagte sich:

„Ich wurde gesandt, um deine Gefährten zu behandeln, aber niemand wollte meine Dienste in Anspruch nehmen.“

Darauf antwortete der Prophet ﷺ:

„Es ist Sitte bei diesen Menschen, daß sie nicht essen, bevor sie nicht wirklich hungrig sind und daß sie aufhören zu essen, wenn sie noch Appetit haben.“

Da antwortete der Arzt:

„Dann ist das wohl der Grund für ihre perfekte Gesundheit.“, küßte ehrerbietig den Boden und reiste ab. ◆



وَإِذَا مَرَضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِي

Und so ich krank bin, heilt Er mich. (Qur'an 26:80)

zu Zeiten des Propheten ﷺ bereits üblich war, Speisen als Heilmittel zu verwenden, als auch, Kranken die Enthaltung von Essen und Trinken zu verordnen – beides als Heilmittel, ohne zwingenden Zusammenhang zum vorgeschriebenen oder freiwilligen religiös motivierten Fasten.

Über AHMAD, einen der großen Hadith-Übermittler, berichtet uns AS-SUYUTI folgendes:

„Ahmad sagte:

„Gegen die² Verschreibung der Enthaltensamkeit³ hat niemand etwas einzuwenden.“

Wenn er selbst krank war, aß er lediglich Kürbisse und Erbsen oder Vegetarisches, das in Sesamöl zubereitet wurde. Der Arzt Abd-ar Rahman verordnete ihm den Saft eines gekochten Kürbisses mit etwas Zucker. Und dies war dann seine Diät.

Über den Kalifen 'Umar berichtet AS-SUYUTI, daß er strikt darauf achtete, daß ein Kranker nichts zu essen bekam und man ihn nicht einmal einen Dattelnkern lutschen ließ.

Nachdem die Periode der vorislamischen Jahiliyya zu Ende

1 Datteln enthalten u.a. Oxytocin, ein gefäßverengendes Mittel - hilfreich nach Entbindungen (s. Sura 19), doch schädlich bei Augenproblemen, da sie tendenziell auch die Tränenkanäle enger stellen können.

2 ärztliche

3 von Essen und Trinken

4 zit: C. Elgoud - A Medical History of Persia and the Eastern Caliphate

Sheikh Nāzīm kommt inshā'allāh nach Sötenich



As-salāmu 'alaikum. Liebe Freunde von Maulana Sheikh Nazim! Viele Salaams von Sheikh Hassan. Er hat mich gebeten, euch mitzuteilen, dass unser lieber Meister, Maulana Sheikh Nazim Efendi (Allah möge sein Geheimnis heiligen), uns in diesem gesegneten Ramadan in der Osmanischen Herberge mit seinem Besuch beehren wird. Leider können wir euch noch keinen konkreten Termin nennen. Sheikh Hassan, der zur Zeit in England ist, hat vor seiner Abreise jedoch gesagt, dass wir mit Sheikh Efendi um den 7. Dezember rechnen sollten. Er sagte auch, es sei durchaus möglich, dass der Sheikh etwas früher kommt, *Alhamdulillah*. Sobald wir den genauen Termin seiner Ankunft erfahren, werden wir ihn auf der Website der Osmanischen Herberge bekanntgeben.

Einen gesegneten Ramadan wünscht euch euer Bruder Abdul Kadir und das Team der Osmanischen Herberge ◆

*Konzert und Workshop von Dr. Oruc Güvenc
im Klinikum der Universität Heidelberg*

Sabine Rittner, Musikpsychotherapeutin an der Uni-Klinik Heidelberg, hat DR. ORUC GÜVENC zu einem Konzert unter dem Titel „Musik und Tänze der Sufis und zentralasiatischer Schamanen“ und einem Workshop „Altorientalische Musiktherapie“ eingeladen.

Ort: Hörsaal der Abt. für Medizinische Psychologie der Uni-Klinik Heidelberg, Bergheimer Straße 20.

Zeit: Konzert am Freitag, den 1. 12. 2000, 20.00 Uhr. Workshop Samstag, den 2. 12. 2000 von 10.00 bis 18.00 Uhr und Sonntag, den 3. 12. 2000 von 10.00 bis 14.00 Uhr.

Unkostenbeitrag: DM 220,- / ermäßigt DM 180,- (inkl. Konzert) nur Konzert DM 18,- / ermäßigt DM 15,-.

Anmeldung telefonisch unter 06221-568140 / email: Sabine_Rittner@med.uni-heidelberg.de.

und eilen nicht, das himmlische Seil Allāhs des Allmächtigen zu erreichen. So daß sie sich selbst betrügen und andere Leute betrügen. Deshalb ist alles, was nicht von den Himmeln kommt, falsch, *bāṭil, bāṭil*, Unsinn. Es bringt keinen Nutzen. In ihrem Leben werden diese Leute nichts erreichen, die dem Falschen hinterherlaufen. Und sie verschwenden ihr Leben.

Es ist unmöglich, noch einmal zurückzukehren. Wer stirbt, wird entsprechend seinem Handeln gegenüber Allāh dem Allmächtigen, seinem Respekt, seinem Gottesdienst und seiner Dienerschaft für den Herrn der Himmel belohnt werden. Andernfalls werden sie zu Staub werden, zu einem Körnchen Staub, wie es überall zu finden ist, überall auf der Erde.

Bitte um mehr Ansporn und Kraft, für Allāh zu sein. Nicht, mit dem Ego zu sein.

Möge Allāh uns vergeben.

Allāh allāh, allāh allāh, allāh allāh, aziz allāh

Allāh allāh, allāh allāh, allāh allāh, karīm allāh

Allāh allāh, allāh allāh, allāh allāh, subhān allāh

Allāh allāh, allāh allāh, allāh allāh, sultān allāh

Er ist Sultān. Der Machtvollste. Und wir bitten um mehr Ehre für den meistgeehrten Diener Sayyidinā Muḥammad ﷺ, daß wir Seine Diener und die Diener Seines Siegels der Propheten, Sayyidinā Rasullullāh ﷺ, sind.

bi ḥurmati l-ḥabīb al-fāṭiḥa ◆

LICHTBLICK

Der *Lichtblick* erscheint wöchentlich im SPOHR VERLAG, Klostergasse 7, 79400 Kandern im Schwarzwald. – Tel. 0 76 26 - 97 08 70. Fax: 076 26-97 08 71. POSTBANK KARLSRUHE: KTO.: 29 26 55-755 (BLZ: 660 100 75). – V.i.S.P.: Selim Spohr.

