

## WIE DER ISLAM MIT TRAUERIGKEIT UND SORGE UMGEHT (TEIL 2 VON 4): GEDULD

**Bewertung:** 3.4

**Beschreibung:** Die Freude in diesem Leben und unsere Erlösung im Jenseits hängen von unserer Geduld ab.

**leer:** [Artikel Die Vorzüge des Islam](#) [Wahres Glück und innerer Friede](#)

**von:** Aisha Stacey (© 2015 IslamReligion.com)

**Veröffentlicht am:** 09 Feb 2015

**Zuletzt verändert am:** 09 Feb 2015

Traurigkeit und Sorgen sind Teile des menschlichen Zustands. Das Leben ist eine Reihung von Augenblicken. An beiden Extremen gibt es glückliche Momente, die unsere Herzen vor Freude singen lassen, und dunkle Momente, die uns in Traurigkeit und Sorgen tauchen. Dazwischen ist das reale Leben; die Höhen und Tiefen, das Mondäne und das Langweilige, das Süße und das Leichte. In diesen Zeiten muss der Gläubige eine Verbindung zu Gott aufbauen.



Der Gläubige muss eine Verbindung schmieden, die unzerbrechlich ist. Wenn die Freude am Leben unsere Herzen und Köpfe erfüllt, dürfen wir nicht vergessen, dass dies ein Segen von Gott ist und gleichermaßen wenn wir Traurigkeit und Sorgen begegnen, müssen wir uns klar werden, dass auch dies von Gott kommt, auch wenn wir es auf den ersten Blick nicht als Segen sehen.

Gott ist der Allerweiseste und der Gerechteste. Unter welcher Bedingung auch immer wir uns auch befinden, und egal, was wir gezwungen werden, zu konfrontieren, es ist notwendig, dass wir unsere Augen für die Tatsache öffnen, dass Gott am besten weiss, was gut für uns ist. Auch wenn wir uns davor scheuen, unseren Ängsten und Sorgen ins Auge zu sehen, es kann sein, dass wir etwas hassen, das gut für us ist, und etwas wünschen, das nur zu Verderben und Verdammnis führen kann.

***„Doch es mag sein, dass euch etwas widerwärtig ist, was gut für euch ist, und es mag sein, dass euch etwas lieb ist, was übel für euch ist. Und Gott weiß es, doch ihr wisset es nicht.“ (Quran 2:216)***

Das Leben dieser Welt wurde von unserem Schöpfer geschaffen, um unsere Chancen auf ein glückseliges Leben im Jenseits zu maximieren. Wenn wir Versuchungen begegnen, helfen sie uns, zu wachsen und reifer zu werden, zu menschlichen Wesen,

die in der Lage sind, in dieser vergänglichen Welt mühelos zu funktionieren.

Gott hat uns angesichts der Irrungen und Wirrungen, denen wir in dieser Welt begegnen, nicht aufgegeben. Er hat uns mit schützenden Waffen ausgestattet. Drei der allerwichtigsten sind: Geduld, Dankbarkeit und Vertrauen. Der große islamische Gelehrte des 14. Jahrhunderts nChr. sagte, dass unsere Freude in diesem Leben und unsere Erlösung im Jenseits von Geduld abhängt.

***„Ich habe sie heute belohnt; denn sie waren geduldig. Wahrlich, sie sind es, die den Sieg erreicht haben.“ (Quran 23:111)***

***„... und diejenigen, die in Elend, Not und in Kriegszeiten geduldig sind; sie sind es, die wahrhaftig und gottesfürchtig sind.“ (Quran 2:177)***

Das arabische Wort für Geduld ist *Sabr* und es stammt von einem Wurzelwort das bedeutet, stoppen, aufhalten oder unterlassen. Ibn ul Qayyim erklärte,<sup>[1]</sup> dass Geduld haben bedeutet, die Fähigkeit zu besitzen, uns vom Verzweifeln zurückzuhalten, das Klagen zu unterlassen und uns selbst in Zeiten der Traurigkeit und Sorgen zu kontrollieren. Der Schwiegersohn des Propheten Muhammad, Ali ibn Abu Talib, definierte Geduld als „Gott um Hilfe zu bitten“.<sup>[2]</sup>

Immer wenn wir von Traurigkeit und Sorgen heimgesucht werden, sollte unsere erste Reaktion sein, dass wir uns Gott zuwenden. Indem wir Seine Größe und Allmacht anerkennen, beginnen wir, zu verstehen, dass Gott allein unsere bekümmerten Seelen erleichtern kann. Gott Selbst riet uns, zu Ihm zu rufen:

***„Und Gottes sind die Schönsten Namen; so ruft Ihn mit ihnen an. Und lasset jene sein, die hinsichtlich Seiner Namen eine abwegige Haltung einnehmen (oder abfällig darüber sprechen). Ihnen wird das vergolten werden, was sie getan haben.“ (Quran 7:180)***

Der Prophet Muhammad ermutigte uns, Gott mit allen Seinen schönsten Namen anzurufen. In seinen eigenen Bittgebeten ist bekannt, dass er sagte: „**Oh Gott, ich bitte Dich bei jedem Namen, mit dem Du Dich benannt hast, oder den Du in Deinem Buch offenbart hast, oder den Du Deiner Schöpfung gelehrt hast, oder den Du bei Deinem verborgenen Wissen geheim gehalten hast.**“<sup>[3]</sup>

In Zeiten des Kummers und des Stress, kann das Nachdenken über die Namen Gottes viel Erleichterung bringen. Es kann uns auch dabei helfen, uns darauf zu konzentrieren, ruhig und geduldig zu bleiben. Es ist wichtig, zu verstehen, dass ein Gläubiger auch wenn er angehalten wird, nicht zu wehklagen über seine Trauer und Qual, oder über seinen Stress und seine Probleme zu jammern, ist es ihm erlaubt, sich Gott zuzuwenden und zu Ihm Bittgebete zu sprechen und Ihn um Erleichterung zu bitten.

Menschen sind schwach. Unsere Tränen fließen, unsere Herzen brechen und der Schmerz ist manchmal fast unerträglich. Selbst die Propheten, deren Verbindung zu Gott unzerbrechlich war, fühlten, wie sich ihre Herzen vor Angst oder Schmerz zusammenzogen. Auch sie wandten ihre Gesichter zu Gott und baten um Erleichterung. Allerdings waren ihre Beschwerden von purer Geduld und Akzeptanz für das, was Gott ihnen als Schicksal bestimmt hat, umhüllt.

Als der Prophet Jakob darüber verzweifelte, seine Söhne Josef oder Benjamin jemals wiedersehen zu können, wandte er sich zu Gott, und der Qur'an teilt uns mit, dass er Gott um Erleichterung bat. Der Prophet Jakob wusste, dass es keinen Sinn hatte, gegen die Welt anzukämpfen, er wusste dass Gott diejenigen liebt und beschützt, die geduldig sind.

**„Er sprach: "Ich beklage nur meinen Kummer und meinen Gram vor Gott, und ich weiß von Gott, was ihr nicht wisset." (Quran 12:86)**

Der Quran erzählt uns auch, wie sich der Prophet Hiob zu Gott wandte und um Gnade bat. Er war verarmt, von einer Krankheit heimgesucht und hatte seine Familie, Freunde und seinen Lebensunterhalt verloren, doch er ertrug dies alles geduldig und nachsichtig und er wandte sich Gott zu.

**„Und Hiob rief zu seinem Herrn: "Unheil hat mich geschlagen, und Du bist der Barmherzigste aller Barmherzigen." Da erhörten Wir ihn und nahmen sein Unheil hinweg, und Wir gaben ihm seine Familie (wieder) und noch einmal so viele dazu - aus Unserer Barmherzigkeit und als Ermahnung für die (Uns) Verehrenden." (Quran 21: 83-84)**

Geduld bedeutet, das zu akzeptieren, was außerhalb unserer Kontrolle ist. In Zeiten von Stress und Angst ist es eine unermessliche Erleichterung, sich dem Willen Gott ergeben zu können. Dies bedeutet nicht, dass wir uns zurücklehnen und das Leben vorbeiziehen lassen. Nein! Es bedeutet, dass wir bestrebt sind, Gott in allen Aspekten unseres Lebens, in unserer Arbeit und in unserer Freizeit, in unserem Familienleben und unseren persönlichen Bemühungen zufrieden zu stellen

Wenn allerdings die Dinge nicht so laufen, wie wir es geplant haben oder wollten, sogar wenn es so scheint, als würden Ängste und Sorgen uns niederdrücken, akzeptieren wir, was Gott uns bestimmt hat und fahren damit fort, danach zu streben, Ihn zufrieden zu stellen. Geduldig zu bleiben ist harte Arbeit; das kommt nicht natürlicherweise oder leicht. Der Prophet Muhammad, Gottes Segen und Frieden seien auf ihm, sagte: **„Wer versucht, geduldig zu sein, dem wird Gott dabei helfen, geduldig zu sein.“** [\[4\]](#)

Es wird leicht für uns, Geduld zu üben, wenn wir uns darüber klar werden, dass es unmöglich ist, all den Segen zu zählen, den Gott uns gewährt hat. Die Luft, die wir atmen, den Sonnenschein auf unseren Gesichtern, den Wind in unseren Haaren, den Regen auf der ausgetrockneten Erde und den ruhmreichen Quran, Gottes Worte an uns zählen zu den unzähligen Segnungen Gottes für uns. Gottes zu gedenken und über

Seine Größe nachzusinnen, sind die Schlüssel zur Geduld, und Geduld ist ein Schlüssel zum ewigen Paradies. Gottes größter Segen für die zerbrechlichen Geschöpfe, die Menschen genannt werden.

---

#### Fußnoten:

[1] Ibn Qayyim al jawziyyah, 1997, *Patience and gratitude*, English translation, United Kingdom, Ta Ha Publishers.

[2] Ibid. P12

[3] Ahmad, classified Sahieh by Al Baniv.

[4] Ibn Qayyim al jawziyyah, 1997, *Patience and gratitude*, English translation, United Kingdom, Ta Ha Publishers. P15

Die Web Adresse dieses Artikels:

<https://webcache001.islamreligion.com/de/articles/3534/wie-der-islam-mit-traurigkeit-und-sorge-umgeht-teil-2-von-4>

Copyright © 2006-2015 Alle Rechte vorbehalten. © 2006 - 2026 IslamReligion.com. Alle Rechte vorbehalten.