

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## Der Umgang mit Problemen



Der erste Schritt, den man tun sollte, wenn man mit Schwierigkeiten konfrontiert wird, ist es, Zuflucht bei Allah (swt) zu suchen, denn Er allein kann uns helfen.

فَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ مَوْلَاكُمْ نِعْمَ الْمَوْلَىٰ وَنِعْمَ النَّصِيرُ

<< ..., dann wisset, dass Allah euer Beschützer ist; welch bester Beschützer und welch bester Helfer ist Er! >> [8:40]

وَإِن يَمَسُّكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا هُوَ وَإِن يَمَسُّكَ بِخَيْرٍ فَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

<< Und wenn Allah dir Schaden zufügt, so kann ihn keiner als Er hinwegnehmen; und wenn Er dir Gutes beschert, so hat Er die Macht, alles zu tun, was Er will. >> [6:17]

Wir müssen uns Allah (swt) reuig zuwenden und ihn im Gebet um Hilfe anflehen.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

<< O ihr, die ihr glaubt, sucht Hilfe in der Geduld und im Gebet; wahrlich Allah ist mit den Geduldigen. >> [2:153]

Weiterhin ist es also wichtig, geduldig zu sein.

\*\* Abû Yahyâ Suhaib Ibn Sinân (r) überliefert, dass der Gesandte Allâhs (saw) sagte:

**"Der Gläubige ist zu bewundern, da alles für ihn gut ist. Und niemanden ausser einem Gläubigen zeichnet dies aus: Wenn ihm etwas Erfreuliches widerfährt und er dankt (Allâh) dafür, so ist das gut für ihn. Wenn er von einer Prüfung heimgesucht wird und sich in Geduld übt, so ist das auch gut für ihn." \*\***

(Muslim)

Wir sollten uns bewusst machen, dass jedes Leiden eine Prüfung ist, die Allah (swt) uns auferlegt, um zu sehen, wie wir uns verhalten und ob wir standhaft bleiben.

وَنَبْلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ

<< ...; und Wir stellen euch mit Bösem und mit Gutem auf die Probe; und zu Uns werdet ihr zurückgebracht. >> [21:35]

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّى نَعْلَمَ الْمُجَاهِدِينَ مِنْكُمْ وَالصَّابِرِينَ وَنَبْلُوَ أَخْبَارَكُمْ

<< Und Wir wollen euch sicherlich prüfen, bis Wir diejenigen von euch ausscheiden, die kämpfen und standhaft sind. Und Wir wollen eure Verhaltensweise bekannt geben. >> [47:31]

Wir müssen alles was passiert annehmen, denn es gehört zu Allahs Plan und wir müssen uns dem geduldig fügen.

Außerdem verringern sich unsere Sünden, wenn uns etwas Übles trifft.

\*\* Abu Said al-Khudri und Abu Hurayra (r) überliefern, dass der Prophet (saw) sagte: **"Für eine jede Sorge, Krankheit, Leid, Bekümmernis, Verletzung oder Gram, die einen Muslim plagt, sogar für den Strich eines Dorns, nimmt Allah etwas von seinen Sünden fort."** \*\*

(Bukhari und Muslim)

Wobei das Wissen, ob etwas gut oder schlecht für uns ist, allein bei Allah (swt) liegt.

وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ  
وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

<< ... . 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 Allah weiß es, doch ihr wisset es nicht. >> [2:216]

Letztendlich sollen wir darauf vertrauen, dass Allah (swt) uns einen Ausweg aus unserer Situation zeigt.

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا

<< ... und dem, der Allah fürchtet, verschafft Er einen Ausweg [65:2]

وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ  
اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا

und versorgt ihn in der Art und Weise, mit der er nicht rechnet. Und wer auf Allah vertraut - für den ist Er sein Genüge. Wahrlich, Allah setzt durch, was Er will; siehe Allah hat für alles eine Bestimmung gemacht. >> [65:3]

\*\* Ibn `Abbâs (r) berichtete: Der Gesandte Allahs (saw) sagte: **"Wer stets Allah um Vergebung bittet, dem zeigt Allah bei jeder Bedrängnis einen Ausweg auf, erspart ihm jegliche Sorge und beschert ihm Versorgung (Rizq) in der Weise, von der er nie gewusst und mit der er nie gerechnet hat."** \*\* (Abû Dâwûd und Ibn Mâjah)

Alles, was an diesem Aufsatz richtig ist, ist von Allah (swt) und Fehler sind von mir selbst oder Schaitan.

Möge ALLAH swt uns und euch als Muwahidin leben und sterben lassen und in sein wertvolle Ware, nämlich das Paradies eintreten lassen. Amin.