

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Freitagspredigt

Die Seele und ihre Nahrung

3. Juli 2026

Khutba Masnoona

إِنَّ الْحَمْدَ لِلَّهِ، نَحْمَدُهُ وَنَسْتَعِينُهُ وَنَسْتَغْفِرُهُ، وَنَعُوذُ بِاللَّهِ مِنْ شُرُورِ أَنْفُسِنَا وَمِنْ سَيِّئَاتِ أَعْمَالِنَا، مَنْ يَهْدِهِ اللَّهُ فَلَا مُضِلَّ لَهُ، وَمَنْ يَضِلَّ فَلَا هَادِيَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ
﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ﴾

„Wahrlich, alles Lob gebührt Allah. Wir preisen Ihn, bitten Ihn um Hilfe und bitten Ihn um Vergebung. Wir suchen Zuflucht bei Allah vor dem Bösen unserer Seelen und vor unseren schlechten Taten. Wen Allah rechtleitet, den kann niemand irreführen, und wen Er in die Irre geben lässt, den kann niemand rechtleiten. Ich bezeuge, dass es keine Gottheit gibt außer Allah, allein, ohne Teilhaber, und ich bezeuge, dass Muhammad Sein Diener und Gesandter ist.“

„O ihr, die ihr glaubt! Fürchtet Allah, wie Er zu fürchten gebührt, und sterbt nur als Muslime.“ — Sure Āl Imrān: 102

Zu den wichtigen Wahrheiten, die ein Mensch über sich selbst kennen muss, gehört die Tatsache, dass jeder Mensch — wer auch immer er sei — aus drei Elementen zusammengesetzt ist: aus dem körperlichen Käfig, mit dem er Morgen für Morgen und Abend für Abend einhergeht; aus den tierischen Trieben, die Allah — glorreich und erhaben — als Prüfung in sein Wesen eingepflanzt hat; und aus der Seele, die von der erhabensten Welt zu ihm herabgestiegen ist — jene Seele, von der Allahs Offenbarung spricht, als Er die Engel anspricht:

﴿فَإِذَا سَوَّيْتَهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ﴾

„Wenn Ich ihn geformt und von Meinem Geist in ihn geblasen habe, dann werft euch vor ihm nieder.“ —

Sure Al-Hijr: 29

Und es liegt in der Natur des Menschen — außer wem dein Herr sich erbarmt — dass er in der Fürsorge für seinen körperlichen Käfig, den er Morgen und Abend im Spiegel seines Wesens sieht, jeden Weg geht, und dass er sich mit vollster Aufmerksamkeit den tierischen Trieben widmet, die in seinem Wesen fest verankert sind. Er lässt keine Mühe aus, um beiden — sowohl seinem Körper als auch seinen tierischen Trieben — die erforderliche Nahrung zuzuführen; ja er verfeinert diese Versorgung sogar und erschöpft dabei jeden Weg.

Die Seele jedoch — das erste und eigentliche wirksame Element im Wesen des Menschen — ist dem Menschen, außer wem dein Herr erbarmt hat, gleichgültig. Er ist gleichgültig gegenüber den Bedürfnissen dieser Seele, gleichgültig gegenüber der Nahrung, die er ihr reichen müsste. Ja, viele Gelehrte dieser Zeit hören, wenn sie das Wort *Seele* oder *Geistigkeit* vernehmen, auf die Aussagen darüber herab, streiten darüber und versuchen andere davon zu überzeugen, dass die Wissenschaft nur an das glaubt, was das Auge sieht, das Ohr hört, die Nase riecht oder der Gaumen schmeckt — das heißt nur an Materiellem. Was darüber hinausgeht, leugnen diese und halten es für bedeutungslos.

Wir müssen jedoch wissen, o Brüder, dass das eigentlich wirksame Element im Wesen des Menschen weder dieser körperliche Käfig noch jene tierischen Triebe sind, von denen ich euch erzählt habe. Das eigentlich wirksame Element in deinem Wesen, o Sohn Adams, ist diese Seele: Sie spiegelt sich in den Zellen des Gehirns und daraus erwachsen dir **Denken** und **Bewusstsein**; sie durchdringt das Gewebe der Zellen in deinem Wesen und daraus erwächst dir das **Empfinden**; sie spiegelt sich im Herzmuskel und daraus erwächst dir das **Gefühl** — die antreibenden, hemmenden und verherrlichenden Emotionen bilden sich heraus.

Dies ist die Seele und dies ist ihre Wirkung in deinem Wesen. Sagt also zu dem, der die Seele für bedeutungslos hält und daher die Nahrung vernachlässigt, die diese Seele braucht: Wenn du morgens aus deinem Zimmer auf die angrenzende Terrasse trittst und deinen Blick in die weiten Horizonte entsendest — was empfindest du? Du empfindest eine wunderbare Erfrischung, als ob ein neues Leben durch dein Wesen geströmt wäre. Ist diese Erfrischung eine Wirkung des körperlichen Käfigs? Ist sie ein Empfinden der tierischen Triebe? Nein — es ist die Erfrischung der **Seele**, die in diesem körperlichen Käfig gefangen ist. Durch deine Augen hat sie auf diese weiten Horizonte geblickt und sich an jene weite Welt erinnert, in der sie sich einst frei bewegte, ehe ihr auferlegt wurde, für eine Zeit in deinem

Käfig — ja in deinem leiblichen Gefängnis — zurückgehalten zu werden. Sagt diesem, der die Seele und ihre Wahrheiten für bedeutungslos hält: Was erquickt dich — ja was begeistert dich —, wenn du melodischen Klängen lauschst, die dich nach dem Unbekannten sehnen lassen und in dir Verlangen nach etwas erwecken, das du nicht kennst? Ist es ein Empfinden des körperlichen Käfigs oder ein Empfinden der tierischen Triebe? Nein — es ist die Sehnsucht der Seele, von Verlangen überwältigt, als sie diese melodischen Klänge vernahm. Sie erinnerte sich an den Ruf Allahs — des Mächtigen und Erhabenen —, dessen Widerhall noch immer im Innern jeder Seele nachklingt, welcher Seele auch immer. Jener uralte Bund, auf den das Wort unseres Herrn hinweist:

Sure Al-A'raf — Vers 172

﴿وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ﴾

„Und als dein Herr von den Kindern Adams, von ihren Lenden, ihre Nachkommen berausholte und sie über sich selbst zum Zeugnis aufforderte: ‚Bin Ich nicht euer Herr?‘ — sagten sie: ‚Doch! Wir bezeugen es!‘ — damit ihr nicht am Tag der Auferstehung sagt: ‚Wir wussten davon nichts.‘“ — Sure Al-A'raf: 172

Ein alter Ruf aus der Zeit der Urseelen — Allah richtete ihn unmittelbar an diese menschliche Seele. Sie empfindet noch immer Begeisterung, sie fühlt noch immer Sehnsucht und Trauer nach diesem göttlichen Ruf — doch heute ist sie in diesem körperlichen Käfig gefangen. Welch ein Staunen also über den, der behauptet, mit der Wissenschaft umzugehen, und dennoch seine Augen vor jener wissenschaftlichen Wahrheit verschließt, die in seinem Wesen niedergelassen ist — vor jener wissenschaftlichen Wahrheit, die er Morgen für Morgen und Abend für Abend verspüren müsste! Diese Seele, o Brüder, ist nicht von der Art der Seelen, derer sich die Tiere erfreuen. Sie ist ein Geheimnis aus Allahs Geheimnissen, das Allah — glorreich und erhaben — für eine Zeit in dein Wesen, o Sohn Adams, herabgesandt hat, und von dir wird verlangt, dieser Seele ihre Nahrung zu reichen. Allah erbarme Sich über **Abū 'Alī ibn Sīnā**, der an dem Tage, da er diese Wahrheit in seinem bekannten und weitverbreiteten Gedicht ausdrückte, es mit folgenden Worten über die Seele eröffnete:

هَبَطَتْ إِلَيْكَ مِنَ الْمَحَلِّ الْأَرْفَعِ وَرَقَاءُ ذَاتُ تَعَزُّزٍ وَتَمَنُّعٍ

Die Nahrung der Seele, o Brüder, haben wir aufs Schlimmste vernachlässigt — und so leidet sie in diesem leiblichen Gefängnis nicht nur wegen der Ferne von jener Welt, in der sie einst frei umherwanderte, nein, sie ist heute sogar von ihrer eigenen Nahrung entfremdet. Du nährst deinen Körper mit dem, was er verlangt, und das ist dir vertraut; und du nährst deine tierischen Triebe mit allen dir zur Verfügung stehenden Mitteln. Wo aber ist die Nahrung der Seele? Und vielleicht fragst du:

Was ist die Nahrung der Seele? Du kannst die Antwort erkennen, wenn du die Welt kennst, aus der die Seele zu deinem Körper herabgestiegen ist. Es ist die obere Welt — die Welt des *Malā' al-'Alā*. Heute ist sie weit von jener Welt entfernt und bedarf jemandes, der sie an sie erinnert, der ihr von ihr erzählt. Es ist das **Gedenken Allahs** — des Mächtigen und Erhabenen. Es ist das häufige Zuwenden zu dem Wort Allahs — des Mächtigen und Erhabenen — und seine Rezitation Morgen und Abend — damit reichst du der Seele Nahrung, und was für eine Nahrung! Es ist das häufige Gedenken Allahs — glorreich und erhaben — in *Tasbīḥ*, *Hamd*, *Istighfār*, *Tahlīl* und *Tawḥīd*, in den frühen Morgenstunden und am Abend. Dies ist die Nahrung, durch die die Seele wahrhaft erquickt wird, **o Diener Allahs**.