

Hutba, 13.3.2020

Gesundheit und Hygiene

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ ط وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا﴾ وَقَالَ الرَّسُولُ الْأَكْرَمُ ﷺ: «نِعْمَتَانِ مَعْبُودٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصَّحَّةُ وَالْفَرَاعُ»

Verehrte Muslime!

Der Mensch ist das wertvollste Geschöpf Allahs. Er trägt eine große Verantwortung, wurde aber auch von Allah mit vielen Gaben beschenkt. In einem Hadith heißt es: „**Es gibt zwei Gaben, deren Wert von den Menschen unterschätzt wird: zum einen die Gesundheit und zum anderen freie Zeit.**“¹

Gesundheit ist eine große Gabe, die nur schwer wiedererlangt werden kann, wenn man sie einmal verloren hat. Um ein ausgewogenes und gottgefälliges Leben zu führen ist ein gesunder Körper und Geist unverzichtbar. Denn wer kann schon seine Ibâdas angemessen verrichten, wenn er nicht in einem gesundheitlich guten Zustand ist? Die göttliche Gabe der Gesundheit zu bewahren und dankbar zu sein, ist aus dieser Perspektive eine Selbstverständlichkeit.

Liebe Geschwister!

Um ein körperlich und geistig gesundes Leben zu führen, müssen wir auf zwei Dinge achten: Zum einen sollten wir Krankheiten vorbeugen, und zwar vor allem durch eine gute Hygiene. Zum anderen sollten wir, wenn wir erkrankt sind, nach Wegen der Genesung suchen.

Im Islam hat Reinheit einen so hohen Stellenwert, dass sie unser Prophet ﷺ als „Hälfte des Îmâns“ bezeichnet hat.² Innere und äußere Reinheit sind zudem die ersten Bedingungen des Gebets. Zu diesen gehört, die Ğusl-Waschung vorzunehmen, wenn sie erforderlich ist, und vor den täglichen Gebeten sowie dem Freitags- und den Festtagsgebeten die Wudû-Waschung zu verrichten. Ebenso muss die Kleidung und der Gebetsplatz sauber sein. Zur Sunna unseres Propheten ﷺ gehört auch, sich nach dem Aufstehen, vor und nach dem Essen die Hände zu waschen, sich unter den Achseln und im Intimbereich zu rasieren, sich

die Fingernägel zu schneiden und sie sauber zu halten und sich auch nach dem Gang zur Toilette zu reinigen. In einem Koranvers heißt es: „**O ihr, die ihr glaubt! Wenn ihr zum Gebet aufsteht, wascht euer Gesicht und eure Hände bis zu den Ellbogen und wischt über euren Kopf, und (wascht) eure Füße bis zu den Knöcheln. Und falls ihr durch Samen befleckt seid, so reinigt euch.**“³

Neben der Körperhygiene ist auch die Sauberkeit Zuhause und am Arbeitsplatz wichtig. Unser Prophet hat deutlich gemacht, welche Auswirkungen es haben kann, wenn jemand seine Umgebung nicht sauber hält.⁴ Wer diese gesellschaftlichen Regeln nicht befolgt, verletzt die Rechte seiner Mitmenschen.

Vorbeugen ist immer der bessere Weg für ein gesundes Leben. Als zurzeit unseres Propheten ﷺ eine Seuche ausbrach, empfahl er: „**Wenn ihr hört, dass an einem Ort die Pest oder eine ansteckende Krankheit ausgebrochen ist, dann geht nicht dorthin. Wenn die Krankheit in euren Ort ist, dann verlasst ihn nicht.**“⁵

Heutzutage gibt es Vorbeugemaßnahmen gegen vielerlei Krankheiten, aber auch solche, gegen die es noch kein Heilmittel gibt. Hier hilft vorerst nur, sich gut zu schützen.

Verehrte Muslime!

Der Coronavirus breitet sich weltweit aus. Um uns zu schützen, sollten wir die Empfehlungen und Warnungen der Gesundheitsbehörden beachten und befolgen. Die persönliche Hygiene ist in diesen Zeiten wichtiger als sonst. Vor allem ist es wichtig, regelmäßig die Hände zu waschen, z. B. vor und nach dem Essen, und nicht mit schmutzigen Händen Mund, Nase und Augen zu berühren. Wer husten oder niesen muss, sollte das in ein Taschentuch oder in die Armbeuge tun. Geschlossene Räume müssen oft gelüftet werden. Auch die Hygiene in den Moscheen und vor allem den sanitären Anlagen ist wichtig. Aber solange es von den zuständigen Behörden keine einschränkende Empfehlung gibt, sollten die Ibâdas und die Bildungsarbeit in den Moscheen fortgeführt werden.

¹ Buhârî, Rikâk, 1

² Bkz. Müslim, Tahâret, 1

³ Mâide suresi, 5:6

⁴ Bkz. Müslim, Tahâret, 68

⁵ Buhârî, Tîp, 19

Liebe Geschwister!

Wer krank ist, sollte nach Wegen der Heilung suchen. Unser Prophet ﷺ sagte: „**O ihr Diener Allahs! Sucht nach Heilung. Denn Allah hat für jede Krankheit auch eine Heilung erschaffen.**“⁶

Schließlich ist das Diesseits eine Prüfung, was in folgendem Koranvers deutlich wird: „**Und wahrlich, wir werden euch mit Furcht prüfen sowie mit Hunger und Verlust an Besitz und Menschenleben und Früchten; doch verkünde den Standhaften Heil.**“⁷



NOTIZ:

Verehrte Muslime!

Am kommenden Sonntag jährt sich der furchtbare Anschlag in Christchurch. Auf grausame Art wurden mehr als 51 Menschen ermordet oder starben an den Folgen. Wir gedenken den Verstorbenen und beten für sie. Allah möge Ihrer Seelen gnädig sein. Leider hat sich die Situation seit letztem Jahr nicht gebessert. Im Gegenteil: Was Hass und Rassismus anrichten können, haben wir zuletzt in Hanau gesehen. Was jetzt zählt, ist es, dass wir uns gegen jede Form von Rassismus stellen und für eine friedvolle Gesellschaft, für eine gerechte Welt beten und alles tun, was in unserer Macht steht, um dieses Ziel zu erreichen.

⁶ Buhârî, Tîp, 1

⁷ Bakara suresi, 2:155-156