



Eine Publikation der Informationsseite muslimischer  
Geistes- und Sozialwissenschaftler [www.qalam.de](http://www.qalam.de)

## **Das Menschen- und Seelenbild im Islam**

**oder**

## **Grundzüge einer islamisch-pädagogischen Psychologie**

von Dr. Samir Suleiman  
und Dipl. Psychologin Chawla Muhammad

Über die Psychologie, also im wörtlichen Sinne die *Lehre von der menschlichen Seele*, wie sie heute z.B. an arabischen Universitäten doziert wird, lässt sich Folgendes feststellen:

Die dortigen Lehrpläne sind maßgeblich an westlichen Standards ausgerichtet. Während zum Beispiel die Ansichten Sigmund Freuds oder auch C.G. Jungs zum festen Programm gehören, wird von arabischen Studentinnen und Studenten im Laufe ihrer Ausbildung in aller Regel nicht eine einzige Ayah aus dem Qur`an herangezogen – und das, obwohl es nahezu eine Binsenweisheit ist, dass eine erfolgreiche psychologische Behandlung des Menschen immer auch stark an dessen kultur- und geistesgeschichtlichen Hintergrund gekoppelt sein muss.

So stellt sich nicht nur die Frage danach, wie es zu diesem eindeutigen Missstand gekommen ist, sondern auch die Frage danach, was denn aus den Inhalten des Islam bezüglich der immateriellen Funktionsweise des Menschen gelernt werden kann. Um so mehr gilt dies, da der Qur`an, die Sunna und die Werke islamischer Gelehrter doch zweifelsohne gerade darauf abzielen, dem Menschen einen Weg aufzuzeigen, durch den es ihm ermöglicht werden soll, zu einem glücklichen und harmonischen Seelenzustand zu gelangen.

Eben aus diesem Grunde beschäftigt sich die vorliegende Studie mit dem Menschen- und Seelenbild im Islam, wobei hier insbesondere die Schriften Abu Hamid Al-Ghazalis (gest. 1111), Imam Abdu-l-Qadir Al-Gilanis (gest. 1165), aber auch die Werke moderner Gelehrter wie beispielsweise Said Nursis (gest. 1960)

herangezogen wurden, um so nach bestem Wissen und Gewissen der Autoren das nachfolgende Schema vom Menschen und dessen inneren Funktionsweise zu konstruieren. Dabei handelt es sich lediglich um einen kleinen Beitrag, der andere zu einer tiefer gehenden Beschäftigung mit der Thematik anspornen möge. Bei einem solch diffizilen Thema muss immer klar sein, dass uns zum einen nur sehr wenig Wissen über die Seele gegeben wurde, heißt es doch in Suratu-l-Isra` in ungefähre Übersetzung:

*„Und sie befragen dich über die Seele. Sprich: „Die Seele ist eine Angelegenheit meines Herrn; und euch ist vom Wissen nur wenig gegeben.““<sup>1</sup>*

Zum anderen darf auch kein Zweifel daran bestehen, dass es den Autoren dieser Studie nicht darum gehen kann, irgendwelche unverrückbaren Weisheiten aufzustellen, irgendeinen Anspruch auf Vollständigkeit zu erheben oder bei der Behandlung des Themas allzu sehr zu philosophieren und zu theoretisieren. Das wichtigste Ziel der vorliegenden Untersuchung ist es, daraus praktische Lehren über die islamische Erziehung und hinsichtlich der Rolle des *Iman* im Herzen des Menschen zu gewinnen, beziehungsweise der Frage nachzugehen, wie dieser *Iman* auf die beste Weise gepflegt und fortentwickelt werden kann, um so einen harmonischen Zustand der Seele zu erreichen.

Zu Beginn unserer diesbezüglichen Betrachtungen stellen wir uns zunächst einmal die Frage, woraus denn „*der Mensch*“ überhaupt besteht – eine Frage die zwar einfach klingt, die jedoch, wie wir noch sehen werden, insbesondere wenn es um Details geht, gar nicht so einfach zu beantworten ist.

Die folgenden Begrifflichkeiten, die aus der islamisch-arabischen Literatur stammen, gilt es erst einmal hinzunehmen.<sup>2</sup> Im weiteren Verlauf werden sie sich aus dem Kontext der nachfolgenden Darstellungen zunehmend für den Leser verdeutlichen.

Ganz grob kann man zunächst einmal aus islamischer Sicht festhalten: Der Mensch besteht aus einem KÖRPER und einem GEIST (bzw. einer SEELE). Damit beschreiben und unterscheiden wir also zunächst einmal zwei grundlegende

---

<sup>1</sup> Qur`an, Suratu-l-Isra` (17), Ayah 85.

<sup>2</sup> In anderen Darstellungen sind sie teilweise anders gebraucht. Daran möge sich der Leser jedoch nicht stören.

Bereiche des Menschen – nämlich einen materiell-physikalischen und einen immateriell-metaphysischen.

Der immaterielle Bereich wiederum verfügt im Islam über ein weiteres Element neben dem GEIST bzw. der SEELE. Dabei handelt es sich um das EGO des Menschen. Dieses EGO (arab.: An-Nafs) ist zwar an sich immateriell, dennoch ist es aus verschiedenen Gründen in besonderer Weise an den KÖRPER und somit an die Materie gekoppelt.

Wir halten schematisch also an dieser Stelle zunächst einmal fest: Der Mensch besteht grob gesehen aus KÖRPER, EGO und GEIST.

**1) KÖRPER** (arab.: Al-Dschassad)

**2) EGO** (arab.: An-Nafs)

**3) GEIST** oder **SEELE** (arab.: Ar-Ruh)

Der Bereich des **KÖRPERS** ist dabei am leichtesten darzustellen. Bei ihm handelt es sich um einen vergänglichen Bestandteil des Menschen. Mit dem Tod des Menschen stirbt bekanntermaßen auch dessen Körper. Der Körper kann ferner als das „materielle Werkzeug“ des Menschen beschrieben werden. Von islamischen Gelehrten wird er zudem oft als *„Haus von Ego (arab.: An-Nafs) und Geist/Seele (arab.: Ar-Ruh)“* bezeichnet.

Auch das **EGO** gehört zum vergänglichen Bereich des Menschen. So stirbt auch dieses mit dem Tode des KÖRPERS. Im Rahmen des *Dschihadu-n-Nafs* (der Anstrengung im Bereich des Egos), versucht der Muslim sein Ego zu erziehen und in einen an Allah (t) orientierten Zustand zu bringen. Wie dies erreicht werden kann und welche Mechanismen hier in Erscheinung treten, wird noch im weiteren Verlauf der Darstellungen deutlich werden.

Zunächst jedoch zum **GEIST** (arab.: Ar-Ruh), dem dritten, eigentlich seelischen und damit tatsächlich immateriellen Bereich des Menschen. Dieser *Ruh* ist derjenige Bereich, der als einziger ewig ist und somit den Tod von Körper und Ego überdauert.

Aus diesem Grunde ist der GEIST aus islamischer Perspektive der wesentlichste und eigentliche Bestandteil menschlicher Existenz.

Dazu ist zu sagen, dass in heutigen westlichen Gesellschaften mit dem Niedergang der Religionen und dem Aufstieg eines mittlerweile stark am Konsum ausgerichteten Materialismus und Individualismus eindeutig die Materie und damit der KÖRPER und dessen Bedürfnisse, die das Ego befriedigen und zu seiner „Selbstentfaltung“ befähigen sollen, im Vordergrund stehen. Der GEIST bzw. die SEELE finden hier weit weniger Beachtung, als ihnen aus islamischer Perspektive eigentlich zustehen. Viele Menschen im Westen sind sogar der Ansicht, dass etwas wie *eine Seele* gar nicht existiert. So kommt dem westlich-modernen Menschen bei der Frage „Was ist der Mensch?“ oft in erster Linie dessen *Körper* in den Sinn.

Andere Kulturen hingegen definierten und definieren nach wie vor den Menschen geradezu in erster Linie über dessen Seele, während dem Körper eine weit weniger wichtige Rolle zugeschrieben wurde und wird.<sup>3</sup> Auch in islamischen Gesellschaften kommt bis heute kaum jemand auf die Idee, die Existenz einer Seele oder eines Geistes in Frage zu stellen.

Beginnen wir unsere weiteren Betrachtungen also bei diesem eigentlichen und wesentlichen Bestandteil menschlicher Existenz, dem GEIST (arab.: Ar-Ruh).

Das Zentrum dieses Geistes wird von islamischen Gelehrten als *das Herz* beschrieben (arab.: Al-Qalb). Hierbei handelt es sich jedoch weniger um das fleischlich-materielle Organ des Herzens, sondern vielmehr um das *geistige Herz* des Menschen, in dem sich verschiedene immaterielle Aspekte seines Wesens – etwa dessen Gewissen oder auch dessen Gefühlswelt – befinden. So wie das materielle Herz ein wesentliches und geradezu zentrales Organ des *Körpers* darstellt, so ist auch das immaterielle Herz als ein Zentrum des *Geistes* und damit als ein wichtiges Element der immateriellen Aspekte menschlichen Seins zu begreifen.

Darüber, ob und wenn ja, inwiefern eine Verbindung zwischen dem organisch-materiellen und dem geistig-immateriellen Herzen besteht, lässt sich nur spekulieren. Allerdings existieren einige Hadithe des Propheten Muhammad, s.a.s., die eine solche Verbindung zumindest andeuten und manchen Gelehrten neben verschiedenen Verse aus dem Qur`an dazu dienen, eine solche Beziehung zu

---

<sup>3</sup> So wird zum Beispiel auch deutlich, weshalb beispielsweise der griechische Philosoph Platon in seinen Werken die Begriffe *Mensch* und *Seele* geradezu als Synonyme verwendet.

erkennen. So sagte der Gesandte Allahs, s.a.s., gemäß einer Überlieferung von Imam Al-Bucharyy in ungefährender Übersetzung:

*„ (...) Wahrlich es gibt im Menschenkörper ein kleines Stück Fleisch; wenn dieses gut ist, so ist der ganze Mensch gut; ist es aber verdorben, so ist der ganze Mensch verdorben. Wahrlich, das ist das Herz!“<sup>4</sup>*

So könnte es sein, dass die Sichtweise vieler Mediziner und Biologen, die das Herz auf die Rolle eines aus Muskeln bestehenden Hohlorgans des menschlichen Gefäßsystems reduzieren, dem die ausschließliche Aufgabe zukommt, den Blutkreislauf in Gang zu halten, sehr eingeschränkt ist. Auch wirft dieses Hadith Fragen über die Zulässigkeit bestimmter Organspenden auf. Dies hier jedoch weiter zu thematisieren, würde den Rahmen der vorliegenden Studie bei Weitem sprengen. Das genannte Hadith unterstreicht jedenfalls – und zwar ganz unabhängig davon, wie eng das organische Herz nun mit dem immateriell-geistigen Herz verbunden ist – die zentrale Bedeutung des Herzens im normativ-moralischen Kontext.

Folglich können wir also zum Aufbau des Menschen *das HERZ* als das *Zentrum des Geistes* hinzufügen, so dass sich folgendes Schema ergibt:

**1) KÖRPER** (arab.: Al-Dschassad) („Haus für Geist/Seele und Ego“)

**2) EGO** (arab.: An-Nafs)

**3) GEIST** —————> Zentrum des GEISTES  
ist das immaterielle  
**HERZ**  
 (arab.: Al-Qalb)  
des  
Menschen

Ein weiteres Element des Menschen, das jedoch in Verbindung mit dessen Gehirn steht, ist dessen **RATIO**, also der menschliche **VERSTAND**. Während mancher jedoch Ratio und Herz als zwei zueinander konträre Gegenstücke auffassen mag,

<sup>4</sup> Zit. nach: M. Rassoul, Auszüge aus dem Sahih Al-Bucharyy, 8. Verbesserte und erweiterte Auflage, Köln 1996. [nummerierte Sammlung, arabisch- und deutschsprachig], Hadith Nr. 0052.

sind diese aus islamischer Sicht eng miteinander verknüpft. So wird die **RATIO** von islamischen Gelehrten zum Beispiel oft auch als „**ein Licht des Herzens**“ beschrieben.

Überdies ist in diesem Kontext zu erwähnen, dass im arabischen Sprachgebrauch das Wort „Herz“ (arab.: Al-Qalb) sowohl für den Ort der Intelligenz und des Verstehens, als auch für den Ort von Zuneigung und Gefühlen verwendet wird.

Der Qur`an weist darauf hin, dass zwischen **HERZ** und **VERSTAND** offenbar eine enge Beziehung besteht. So heißt es zum Beispiel in Suratu-l-Hajj mit Blick auf verschiedene Völker, die ihre Propheten bekämpften:

*„Sind sie denn nicht im Lande herumgereist, so dass sie Herzen haben um mit ihrem Verstand zu begreifen, oder Ohren, um zu hören? Denn wahrlich es sind ja nicht die Augen, die blind sind, sondern die Herzen in der Brust.“<sup>5</sup>*

In unserem Schema vom Menschen ergibt sich somit unter Einbindung der **RATIO** bisher:

**1) KÖRPER** (arab.: Al-Dschassad) („Haus für Geist/Seele und Ego“)

**2) EGO** (arab.: An-Nafs)

Zentrum des **GEISTES** —→ ein Licht des Herzens ist die **RATIO**  
ist das immaterielle

**3) GEIST** —→ **HERZ**  
(arab.: Al-Qalb)  
des  
Menschen

Ein weiteres, mit dem *Herzen* verknüpftes Element ist aus der Perspektive islamischer Gelehrter das **GEWISSEN** (arab.: Al-Widschdan). Auch dieses ist einer der Grundbausteine des geistig-seelischen Bereichs menschlichen Seins.

Die Beschäftigung mit dem Gewissen, das jedem Menschen – unabhängig von seiner späteren Erziehung – durch Allah (t) zusammen mit dem Geist (arab.: Ar-Ruh)

<sup>5</sup> Suratu-l-Hajj (22), Ayah 46; Vgl. dazu z.B. auch: Die Bedeutung des Korans, SKD-Verlag, Band 1-5, München 1998, Band 3, S. 1545.

„eingepflanzt“ wurde, kann zu sehr interessanten Überlegungen führen, handelt es sich dabei doch um ein Abstraktum, dessen Herkunft und Ort im Menschen von einer rein auf das Materielle konzentrierten Forschung kaum erfassbar ist. So kann die heutige Genforschung zwar mit Mühe z.B. ein Gen für das Wachstum eines bestimmten Organs entdecken, wo jedoch das Gewissen herrührt und anzusiedeln ist, ist wohl eine der Fragen, deren Antwort uns noch lange unbekannt sein und eventuell auch bleiben wird.<sup>6</sup>

Das Gewissen – dieses jedem Menschen von Geburt an eingesetzte und elementare „Messinstrument“ für das Gute und das Schlechte – ist aus islamischer Sicht mit einer der Voraussetzungen dafür, dass der Mensch überhaupt für sein Handeln zur Rechenschaft gezogen werden kann. Selbst ein Kleinkind weiß - noch lange vor seiner Sozialisation und einer entsprechenden Erziehung – bestimmte Handlungsweisen einzig und allein durch sein menschliches Gewissen als gut oder als schlecht zu beurteilen.

Das jedem Menschen zu eigene **Gewissen** ist aus islamischer Perspektive neben der **RATIO** eines der „Seelenorgane“, die mit dem Zentrum des Geistes, also dem Herzen, besonders eng verbunden sind. Daraus ergeben sich an dieser Stelle als „Bausteine“ des Menschen zunächst einmal:

**1) KÖRPER** (arab.: Al-Dschassad)

**2) EGO** (arab.: An-Nafs)

Zentrum des **GEISTES** ———> ein Licht des Herzens ist die **RATIO**  
ist das immaterielle

**3) GEIST** ———>       **HERZ**  
(arab.: Al-Qalb) ———> das **GEWISSEN** (arab.: Al-Widschdan)  
des                               als ein Inhalt des **HERZENS**  
Menschen

---

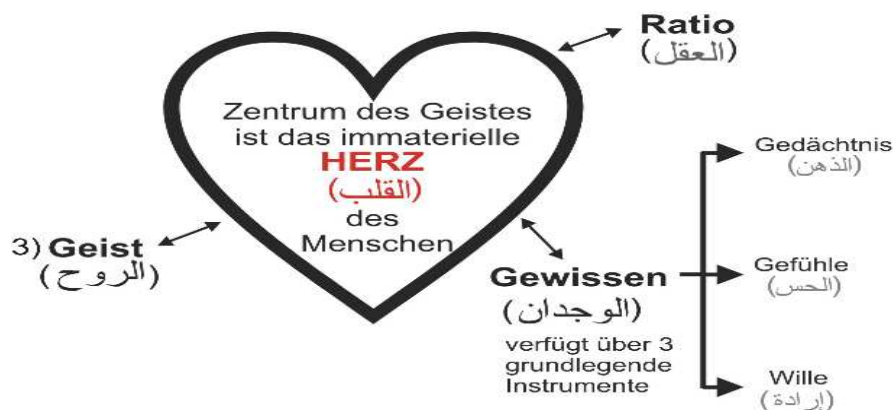
<sup>6</sup> S. zur offenbar existierenden rudimentären Veranlagung von Ethik und Moral in den menschlichen Genen – bisher absolutes Neuland für die Forschung, auch deshalb weil man diese Aspekte bisher ausschließlich dem Sozialisationsprozess eines Menschen zuordnen konnte – zum Beispiel folgende neuartige Studie des Harvard-Professors Marc Hauser: Hauser, Marc: Moral Minds. How Nature Designed Our Universal Sense of Right and Wrong, New York 2006.

Das GEWISSEN wiederum verfügt islamischen Gelehrten zufolge über drei wesentliche Instrumente. Diese sind zum einen das **Gedächtnis** (arab.: Adh-Dhihn), zum zweiten das **Gefühl** (arab.: Al-Hiss) und zum dritten der menschliche **Wille** (arab.: Al-Irada).<sup>7</sup>

Sowohl das **Gedächtnis** als auch das **Gefühl** und der **Wille** stehen – in eventuell unterschiedlich starker – Verbindung zueinander selbst und zugleich in einer Art Symbiose mit dem Intellekt, also der **RATIO** und dem **HERZEN** als dem eigentlichen Zentrum des Geistes. Daraus ergibt sich folgendes – im weiteren Verlauf der Darstellungen vervollständigtes – Schema zur Verdeutlichung:

بِسْمِ اللَّهِ  
Der Mensch الانسان

- 1) **Körper** → stirbt mit dem Tod → ist Haus für Geist und Ego  
(الجسد) ↙  
Körper und Ego bedingen sich gegenseitig
- 2) **Ego** → stirbt mit dem Tode des Körpers  
(النفس) → muss durch Stärkung des Iman erzogen werden



<sup>7</sup> Ein weiteres Instrument, das in den Schriften islamischer Gelehrter anzutreffen ist, ist die sog. „Latifah rabbaniyya.“ Zur Vereinfachung wurde sie jedoch hier nicht mit einbezogen.



Mit Blick auf die drei hier angeführten *Instrumente des Gewissens* (also Gedächtnis, Gefühl und Wille) lässt sich aus der Sicht islamischer Gelehrter folgendes sagen:

Werden diese ihres Schöpfungszweckes gemäß verwendet, so führt:

- das **Gedächtnis (arab.: Adh-Dhihn)** zu **Wissen um Allah (arab.: Ma´rifatu-llah)**,
- das Instrument der **Gefühle (arab.: Al-Hiss)** zur **Liebe zu Allah (arab.: Mahabatu-llah)**,
- und schließlich der menschliche **Wille (arab.: Al-Irada)** zum **Dienst für Allah (arab.: ´Ibada)**.

Dieser zweckgemäße Gebrauch der drei *Instrumente des Gewissens* führt schließlich im Gesamtergebnis zu **Ehrfurcht (arab.: At-Taqwa)** gegenüber Allah (t) und zwar auf der Basis eines starken Iman. Warum dies so ist, sollte an dieser Stelle kurz erläutert werden.

Viele Gelehrte nennen insgesamt drei grundlegende Wege zur Stärkung des Iman:

1) **Der erste Weg** wird im Erlangen von **Wissen** gesehen. Denn Wissen ist sozusagen das Fundament des Iman. Dabei ist zwar grundsätzlich jede nützliche Art des Wissens gemeint, im Besonderen jedoch das Wissen um die Existenz Allahs (arab.: ´Ilmu-t-Tawhid), das Wissen darum, welchen Sinn und Ziel das menschliche Leben überhaupt hat, und zudem das Wissen darüber, auf welche Art und Weise man diesem Sinn gerecht werden kann. Denn nur so kann der Muslim sein gesamtes Handeln an Gott ausrichten, um so sein Leben insgesamt durch die bewusste Entscheidung für den Islam zu einem Gottesdienst werden zu lassen. Dass dies aus islamischer Perspektive der eigentliche Sinn des Lebens ist, geht unzweifelhaft aus dem Qur`an hervor. So sagt Allah (t) dort in ungefähre Übersetzung:

*„Und Ich habe die Dschinn und die Menschen nur deshalb erschaffen, damit sie Mir dienen (sollen).“<sup>8</sup>*

---

<sup>8</sup> Suratu-dh-Dharyat (51), Ayah 56.

Eben aus diesen Gründen ist Wissen eine elementare Grundlage des Iman und der Erwerb von Wissen eine religiöse Pflicht für jeden Muslim und jede Muslima. So sagte der Prophet Muhammad, s.a.s., z.B.:

*„Das Streben nach Wissen ist jedem Muslim eine Pflicht.“<sup>9</sup>*

Der „Weg des Wissenserwerbs“ zur Stärkung des Iman und der Taqwa entspricht den Fähigkeiten des Instruments des **Gedächtnisses (arab.: Adh-Dhihn)**, das wiederum eng mit der **RATIO** zusammenarbeitet und wie oben bereits erwähnt wurde, bei zweckgemäßer Anwendung somit zum *Wissen um Allah* (arab.: Ma´rifatu-llah) führt.

2) **Der zweite Weg**, der von islamischen Gelehrten zur Stärkung des Iman genannt wird, ist derjenige des **Gottesgedenkens (arab.: Adh-Dhikr)**.

Einst kam ein Mann zum Gesandten, s.a.s., und fragte ihn, wie er seinen Iman stärken könne. Der Gesandte, s.a.s., empfahl ihm das häufige Sprechen von *subhan-Allah* (Gepriesen sei Allah), *al-hamdu lillah* (Alles Lob gebührt Allah), *Allahu akbar* (Allah ist am größten) sowie *la ilaha il-Allah* (Es gibt keinen Gott außer Allah).

Dies macht deutlich, dass bereits das bloße und häufige Sprechen der genannten Worte zur Stärkung des Iman beiträgt.

Der Weg des Gottesgedenkens kommt bei einer zweckgemäßen Anwendung des *Instrumentes der Gefühle (arab.: Al-Hiss)* zum Tragen und ist Ausdruck der Gottesliebe.

3) **Der dritte Weg** schließlich ist der Weg des **Gottesdienstes (arab.: Al-‘ibada)**, und zwar in regelmäßiger Weise. Das heißt also, dass der Muslim seine gottesdienstlichen Handlungen regelmäßig und richtig praktiziert, und zwar sowohl einzeln als auch in der Gemeinschaft. Dabei sollte er stets darum bemüht sein, den Gottesdienst zu einer gewohnten, aber dennoch zugleich bewussten Handlungsform werden zu lassen. So wird sein *Gewissen* zum Beispiel aktiv werden, wenn er einmal ein Gebet verschläft oder längere Zeit keinen Qur`an mehr gelesen hat. Umso besser ist es, den Weg der ‘ibada in der Gemeinschaft zu beschreiten und sich hier gegenseitig zum Gottesdienst anzuspornen und außerdem zu versuchen, auch die

---

<sup>9</sup> Überliefert bei Ibn Madscha.

profanen Bereiche des Lebens, und schließlich das ganze Leben überhaupt, durch die entsprechende Absicht (arab.: Niyya) zu einer 'Ibada werden zu lassen.

Dass dieser dritte Weg zur Stärkung des Iman schließlich dem *Instrument des Willens (arab.: Al-Irada)* zuzuordnen ist, liegt auf der Hand. Der Muslim wird seinen Willen, der ja die Grundlage jeder Absicht ist, so am Dienste für Allah (t) ausrichten.

Wie bereits erwähnt wurde, führt der zweckgemäße Gebrauch der Instrumente des Gewissens im Ergebnis zur Stärkung des Iman und der Taqwa gegenüber Allah (t), dem Schöpfer des Menschen und allen anderen Seins.

Im Gegensatz dazu führt der *Missbrauch* der genannten drei Instrumente genau zum Gegenteil, nämlich zur Widerspenstigkeit gegenüber Allah (t) und damit zum eigenen Schaden.

Das heißt: Während der *gottergebene Mensch* (arab.: Mu`min) das **Instrument des Gedächtnisses** in Verbindung mit der Ratio zum Erlangen von *Wissen um seinen Schöpfer* nutzen wird, um daraus sein Lebenskonzept abzuleiten, wird ein Gott unergebener Mensch dieses Instrument zum Beispiel dazu gebrauchen, sich nutzloses oder gar schädliches Wissen anzueignen und sich damit zu beschäftigen.

Während der Mu`min das **Instrument der Gefühle** auf die *Liebe zu Allah* ausrichten wird, wird der schwache Muslim oder der Nicht-Mu`min sich verstärkt auch Gefühlen wie zum Beispiel Hass, Gier oder Neid hingeben.

Und während schließlich der gottergebene Mensch das **Instrument des Willens**, seines Schöpfungszweckes gemäß, auf den *Dienst für Allah* ausrichten wird, um zum Beispiel abends oder nachts noch zur Moschee zu gehen, wird ein Gott nicht ergebener Mensch dieses Instrument beispielsweise dazu missbrauchen, um seine Füße in Richtung eines schädlichen Ortes zu bewegen.

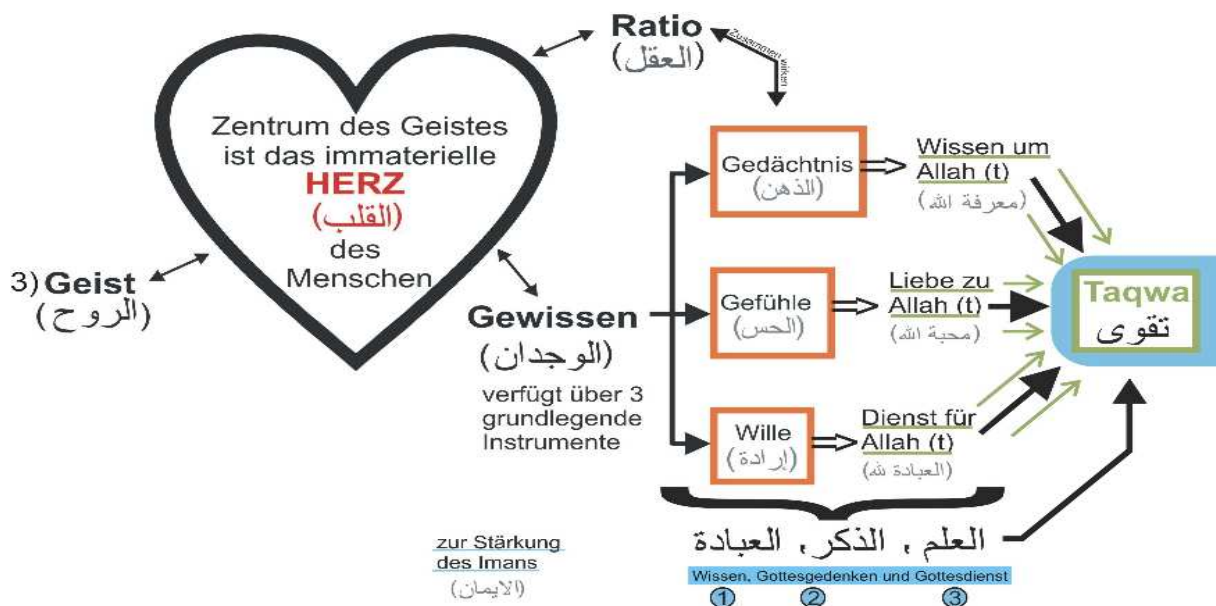
### **Teilzusammenfassung:**

Welche Elemente dem geistig-seelischen Teil des Menschen zugrunde liegen, welche Rolle dem HERZEN zukommt, dass die RATIO „ein Licht des HERZENS“ ist und dass das menschliche GEWISSEN dem Bereich des HERZENS entspringt und über drei elementare Instrumente, nämlich das GEDÄCHTNIS, die GEFÜHLE und den WILLEN verfügt, haben die obigen Darstellungen verdeutlicht. Außerdem wurde gezeigt, dass der am Schöpfungsplan ausgerichtete Umgang mit diesen

Instrumenten, insbesondere durch **Wissenserwerb**, häufiges **Gottesgedenken** und einen regelmäßig ausgeführten **Gottesdienst**, zu *Iman* und *Taqwa* führen, während deren Missbrauch genau das gegenteilige Ergebnis zur Folge hat. Zusammenfassend liefert die, wenn auch nach wie vor nicht ganz vollständige, schematische Übersicht somit das folgende Bild:

بِسْمِ اللَّهِ  
Der Mensch الانسان

- 1) **Körper** → stirbt mit dem Tod → ist Haus für Geist und Ego  
(الجسد) Körper und Ego bedingen sich gegenseitig
- 2) **Ego** → stirbt mit dem Tode des Körpers  
(النفس) → muss durch Stärkung des Iman erzogen werden



Nun geht es darum, den GEIST und dessen dargestellten Bestandteile in den richtigen Zusammenhang zu den anderen Teilen, also dem KÖRPER und dem EGO zu bringen, um so ein Gesamtbild von der inneren Funktionsweise des Menschen aus islamischer Sicht zu erhalten.

Betrachten wir nun also das **EGO** (arab.: An-Nafs), so ist zunächst einmal festzuhalten, dass dies jener Teil des Menschen ist, der ihn insofern zur *Person* werden lässt, als er ihm ein „*Ich*“ verleiht. Auch ist es jener Bereich, der in besonderem Maße mit dem Körper verknüpft ist und den Menschen dazu bewegt, seine körperlich-biologischen Bedürfnisse zu stillen. Auf diese Weise kommt dem Ego hier zum Beispiel im Rahmen des Selbsterhaltungstriebes eine sinnvolle Aufgabe zu, indem der Mensch sich als eine Person begreift, die es zu erhalten gilt.

Das Ego hat jedoch auch seine Tücken im „System *Mensch*“. Es ist nämlich auch das Einfallstor des Schaitan (des Teufels) in das Innere des Menschen. Über das Triebhafte versucht der Schaitan den Menschen von seiner eigentlichen Aufgabe – dem Dienst gegenüber Allah (t) – abzubringen, ihm das Schlechte schönzureden, auf das Ego entsprechend einzuwirken, es gegenüber der Ratio und dem Herzen zu stärken und zugleich auch von diesen beiden Besitz zu ergreifen. Zur Vorgehensweise des Schaitan lesen wir im Qur`an z. B.:

*„ (...) und der Schaitan hat ihnen ihre Werke ausgeschmückt und hat sie vom Weg Allahs abgehalten (...)“<sup>10</sup>*

Und mit Blick auf diejenigen, die sich den niederen Gelüsten ihres Nafs hingeben, und andererseits diejenigen, die Allah (t) gegenüber mit Taqwa begegnen und ihr Nafs entgegen dem Willen des Schaitan vom Triebhaften fernhalten, liest man im Qur`an in ungefähre Übersetzung z.B.:

*„Wer (aber aufsässig) war und das irdische Leben vorzog – so wird wahrlich al-Dschahim (Höllengeheißer) seine Herberge sein. Wer aber das Stehen vor seinem Herrn gefürchtet hatte und sein Nafs von niederem Gelüst abhielt – so wird al-Dschannat (das Paradies) sicherlich (seine) Herberge sein.“<sup>11</sup>*

Problematisch wird das Ego (arab.: An-Nafs) also, falls es durch die Einwirkungen des Schaitan darauf ausgerichtet wird, sich in Übertretung der Gebote Allahs der Erfüllung egoistischer, körperlicher Triebe zu widmen und in diesem Kontext danach bestrebt ist, sich zum herrschenden Element im Menschen zu machen, indem es, geleitet von der Gier nach Trieb- und Selbsterfüllung, den GEIST und dessen oben

---

<sup>10</sup> Suratu-n-Naml (27), Ayah 27.

<sup>11</sup> Suratu-n-Nazi`at (79), Ayah 40.

genannten Bestandteile einschließlich der angeführten Instrumente des GEWISSENS unter seine Kontrolle bringt. In diesem Fall wird der Mensch maßgeblich von seinem Ego geleitet. Der eigentliche, und als einziger den Tod überdauernde Bestandteil – also der Geist – wird in einem solchen Fall regelrecht versklavt. Weder die Ratio noch das Gewissen und dessen Instrumente können sich entsprechend ihrer göttlichen Sinnggebung entfalten. Vielmehr werden sie so zur Stillung an sich niederer Gelüste missbraucht. Das Gewissen wird systematisch abgetötet, seine Instrumente (Gedächtnis, Gefühle und Wille) werden vom Ego zur Befriedigung seiner eigenen Gelüste missbraucht – und die Ratio schließlich wird für die Planung von Schlechtigkeiten instrumentalisiert, sofern sie nicht gar völlig berauscht und somit mundtot gemacht wird.<sup>12</sup>

Neben dem Schaitan existieren jedoch im Menschen auch positive Kräfte, die auf das Ego erzieherisch einwirken. Diese gehen vom Geist aus. So ist es zum Beispiel insbesondere *die Ratio*, die das *Ego* zurechtweist. Die *Taqwa* als das Ergebnis der schöpfungsgemäßen Verwendung der Instrumente des Gewissens wirkt auf das Ego in Form des Dschihadu-n-Nafs (dem Kampf gegen das Ego) ein.

Je besser der Geist in diesem Kampf gewappnet ist, desto besser kann er sich zum eigentlichen Herrscher des menschlichen Individuums machen. Seine Waffen sind dabei seine *Ratio*, sein *Wissen* um Allah (t), seine *Gefühlswelt*, die auf die Liebe zu Allah (t) ausgerichtet ist und schließlich auch sein *Wille*, mit dem der Muslim der Zielsetzung des Gottesdienstes gerecht zu werden versucht.

Je stärker der Iman und damit die Taqwa sind, desto kleiner und schwächer wird das Ego und damit auch die Angriffsfläche für den Schaitan. In diesem inneren Kampf des Menschen, der sich zwischen dem Schaitan und der Taqwa abspielt, wobei jede Seite versucht, die Oberhand für sich zu gewinnen, werden dem Ego von islamischen Gelehrten oft insgesamt acht Erziehungsstufen zugeschrieben, in denen sich die Erziehung dieses Nafs abspielt, wobei der Iman des Muslim dabei erheblichen Schwankungen unterliegen kann:

**1) Die erste** und niederste Stufe ist jene des völlig vom Schaitan beherrschten Egos, die Stufe des „Nafsu-l-ammarratu bis-Su`“. Hier hat der Schaitan die völlige Kontrolle über den Menschen. Der Mensch sieht als einzigen Sinn seiner Existenz die

---

<sup>12</sup> Eben deshalb hängt das islamische Verbot von Berauschem eng zusammen mit dem von der islamischen Schari`a vorgesehenen Schutz des menschlichen Intellekts (Al-`Aql), einem ihrer Hauptzielsetzungen (Dharuriyyat).

Erfüllung seiner Begierden, Triebe und Gelüste. Es handelt sich hierbei um einen **Zustand der völligen Widerstandslosigkeit gegenüber dem Schaitan**. Das Nafs herrscht über den Rest des Menschen.

**2) Die zweite Stufe** ist die eines so genannten „Nafsun hayyawaniyya“, also eines **tierisch-triebhaften Egos**. In dieser Stufe ähnelt der Mensch einem Tier. Zwar mag es sein, dass er hier nicht aus wirklich boshafter Absicht heraus handelt, wie dies in der ersten Stufe der Fall ist, allerdings geht seine Existenz und der Sinn seines Lebens nicht viel weiter über die der Tiere hinaus. Gleich einem Weidetier rennt er den schmackhaftesten Grasbüscheln hinterher und ist einzig und allein auf die Befriedigung seiner körperlichen Triebe ausgerichtet.

Diese Überlegungen machen übrigens deutlich, dass das Ego der oben beschriebenen ersten und niedersten Stufe den Menschen vor Allah (t) zu einem Geschöpf gleich oder noch niedriger als dem Tier macht. So liest man etwa im Qur`an zu denjenigen, die vom Wege Allahs abgeirrt sind:

*„Und wir haben wahrlich viele Dschinn und Menschen erschaffen, deren Ende die Höllenstrafe sein wird! **Sie haben Herzen, mit denen sie nicht begreifen, und sie haben Augen, mit denen sie nicht sehen, und sie haben Ohren, mit denen sie nicht hören; sie sind gleich dem Vieh; nein sie sind noch irrender. Sie sind wahrlich unbedacht.**“<sup>13</sup>*

**3) In der dritten Stufe** beginnt zum ersten Mal das eigentlich-menschliche des Menschen, nämlich das Gewissen, zu wirken, während in den vorhergehenden Stufen der Geist vom Ego ja geradezu unterjocht wurde und folglich keine ernstzunehmende Aufgabe wahrnehmen konnte.

Das Ego der dritten Stufe trägt den Namen des „Nafsu-l-lawwama“, zu Deutsch des **„sich tadelnden Egos“**. Denn hier beginnt der Mensch, ob nun Muslim oder Nicht-Muslim, unter der Einwirkung seines Gewissens sich selbst bzw. sein Verhalten zu tadeln. Es beginnt ihm leid zu tun, dass er seine Mitmenschen zum Beispiel verletzte, sie belog oder beklautete. Im Gegensatz dazu versucht er dann mehr oder minder erfolgreich unter Anleitung seines Gewissens vielleicht Gutes zu tun bzw. seine

---

<sup>13</sup> Suratu-l-A`raf (7), Ayah 179.

Fehler zu korrigieren. Problematisch ist in dieser Stufe, dass er dies eventuell auch nur wieder zur Beruhigung seines Nafs tut, und somit *wieder* in *dessen* Dienst.

**4) Die vierte Erziehungsstufe** des Egos ist jene des sogenannten „Nafsun mardhiyya“. Ab dieser Stufe beginnt der Mensch als „Muslim/a“ zu wirken. Er erkennt seine Fehler und setzt sie in einen Kontext zu seinem Schöpfer und Sinngeber. Dieser Zustand zeichnet sich durch das Bereuen des Menschen und durch eine gewisse Zufriedenheit Allahs (t) mit Seinem an der Erkenntnis um das Gute und Schlechte bemühten Diener aus, auch wenn es diesem in der vierten Stufe noch nicht wirklich gelungen ist, sein Ego im Zaum zu halten und dessen Verstrickungen tatsächlich zu entkommen. Zu dieser Stufe der Reue gegenüber Allah (t) lesen wir sinngemäß im Qur`an z.B.:

*„Und wer Böses tut und sich gegen sein Selbst (arab.: Nafs) vergeht und dann Allah um Vergebung bittet, der findet Allah Allvergebend, Barmherzig.“<sup>14</sup>*

**5) In der fünften Stufe** erreicht der Muslim ausgehend von seinem Herzen und seiner Ratio eine gewisse Selbstsicherheit im „Dschihadu-n-Nafs“, also dem Dschihad gegen das Ego. Es ist eine Stufe, in der der Geist allmählich die Überhand gewinnt. Dies wiederum führt zu einer ersten innere Beruhigung und einer Annäherung an Allah (t). Diese Stufe trägt in den Werken vieler islamischer Gelehrter den Namen des „Nafsu-l-mutma`inna“.

**6) Die sechste Stufe** zeichnet sich durch einen gewissen Grad an **Reinheit von Schlechtigkeiten und Sünden** aus. In dieser Stufe gelingt es dem Muslim zum Beispiel, sich von größeren Sünden komplett fernzuhalten. Aus der Perspektive der Gelehrten wird diese Stufe als jene des „Nafsun mulhama“ bezeichnet. In ihr wird dem Menschen durch Allah (t) der Weg zu *Ilham*, also zur geistigen Eingebung eröffnet. Dies darf nicht etwa missverstanden werden, dass ein Gelehrter in dieser Stufe dazu befähigt wäre, gleich den Propheten göttliche Offenbarungen zu erhalten. Vielmehr handelt es sich bei der Eingebung im Sinne des arabischen Wortes „Ilham“ um eine göttliche Hilfestellung, etwa dadurch, dass dem Muslim in dieser Stufe gute

---

<sup>14</sup> Suratu-n-Nisa` (4), Ayah 110.



Einfälle in Form von aufrichtigen Gefühlen im Herzen oder zum Beispiel in Form von Geistesblitzen zukommen.

**7) In der siebten Stufe**, die des so genannten „Nafsu-n-natiqa“, schließlich ist der islamische Gelehrte in der Lage, auch die sogenannten Nutq-Angelegenheiten des Qur'an rational zu begreifen. Dies sind jene Angelegenheiten, die sich normalerweise einer rationalen Untersuchung entziehen. So ist der normale Muslim zum Beispiel vom Jüngsten Gericht oder von der Existenz der Engel nicht etwa dadurch überzeugt, dass er diese Iman-Inhalte rational überprüfen konnte, sondern lediglich dadurch, dass sie im Qur'an erwähnt sind, und der Qur'an wiederum für seine Authentizität eine rationale Überprüfung zulässt.

In dieser siebten Stufe ist das Ego zugunsten des Geistes fast vollständig „zusammengeschrumpft“.

**8) Die achte und höchste Stufe** schließlich ist diejenige des „Nafsun radhyia“. Diese ist die Stufe der völligen Zufriedenheit des Menschen mit sich selbst und mit Allah (t). In dieser Stufe ist der Mensch einerseits in sich selbst in Harmonie und in Frieden, und andererseits auch Allah (t), der Schöpfer und einzige wirkliche Sinngeber des Menschen zufrieden mit ihm. Diese Stufe zu erreichen ist das eigentliche Ziel jedes Muslims, der nach Allahs Wohlgefallen (arab.: Ridha) strebt. In dieser Stufe ist es der Geist (arab.: Ar-Ruh), der im Menschen in Gottergebenheit regiert, während das Nafs auf seine selbsterhaltenden und auch auf die Selbsterkenntnis ausgerichteten Aufgaben reduziert und zurechtgewiesen wurde.

Einer der Verse, der zur erwähnten Selbsterziehung mit dem Ziel, Allahs Wohlgefallen zu erlangen, aufruft ist z.B. der folgende:

*„Und gedulde dich (in aktiver Geduld, arab.: Sabr) zusammen mit denjenigen, die ihren Herrn morgens und abends anrufen – im Trachten nach Seinem Wohlgefallen; und lass deine Blicke nicht über sie hinauswandern, indem du nach dem Schmuck des irdischen Lebens trachtest; und gehorche nicht dem, dessen Herz wir achtlos für die Erinnerung an Uns machten, und gehorche nicht dem, der seinen Gelüsten folgt und kein Maß und kein Ziel kennt.“<sup>15</sup>*

---

<sup>15</sup> Suratu-l-Kahf (18), Ayah 28.

Mit Blick auf das Ego als ein Mittel zur Selbsterkenntnis sollte angemerkt werden, dass das Ego nicht nur als ein durchweg negatives Element zu begreifen ist, das es ausschließlich abzutöten und mundtot zu machen gilt. Schließlich hat das Nafs wie alles Geschaffene auch einen Sinn. Zum einen kommt ihm die Aufgabe zu, dass es den Muslim dazu befähigt, sich im Rahmen der Gebote Allahs neben sinnlichen auch an körperlichen Genüssen erfreuen zu können, wobei man dafür sogar Lohn erhält.

Ein weiterer interessanter Aspekt des Egos besteht darin, dass es dem Menschen sogar dazu dienen kann, eine Vielzahl der Namen Allahs zu begreifen.

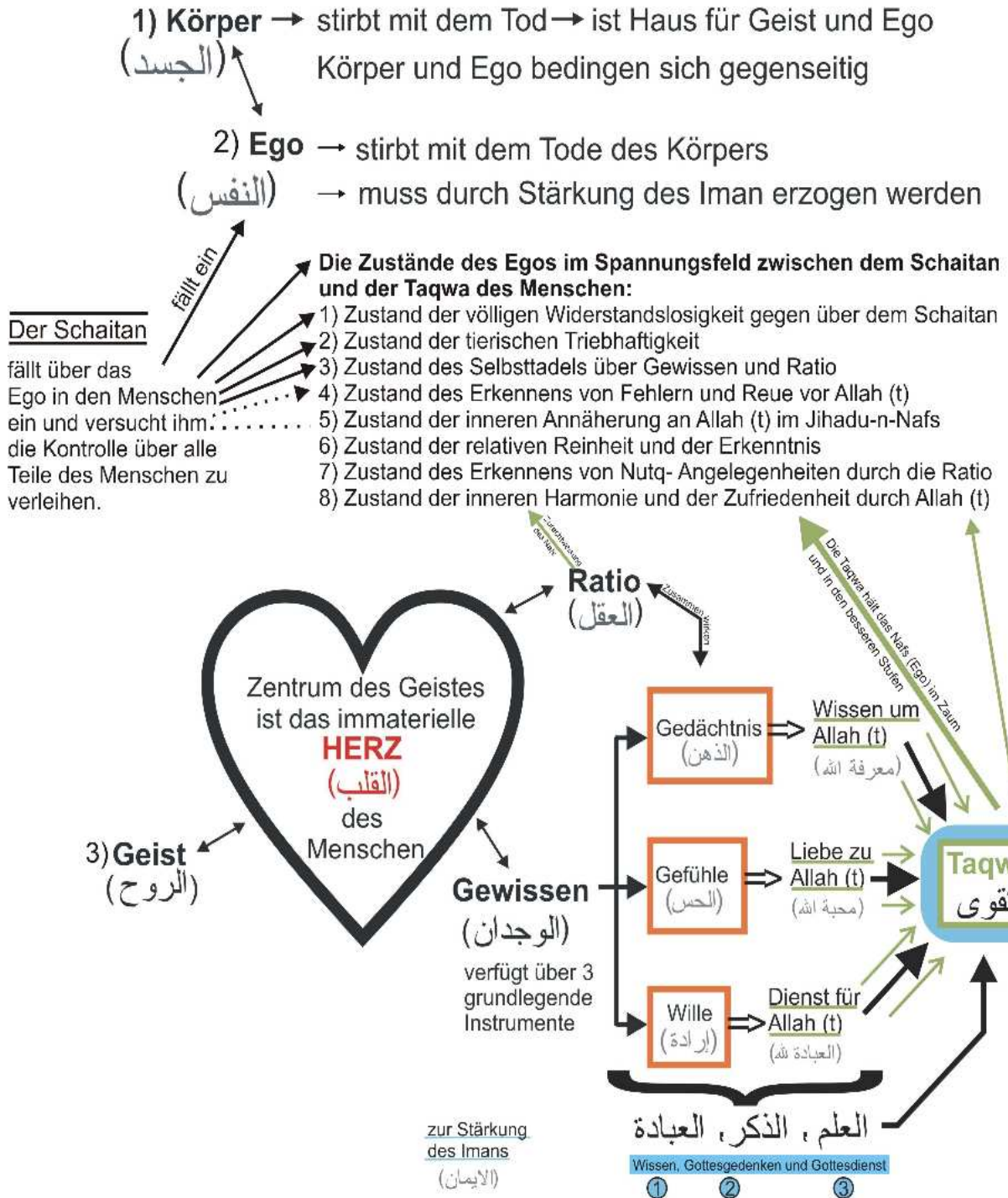
Als Beispiel sei hier Sein Name „Al-Malik“ angeführt. Al-Malik könnte als „der absolute Herrscher“, „der absolut souverän über Sein Eigentum, und damit über Alles Verfügungende“ übersetzt werden.

Um den Namen *Al-Malik* zu begreifen, wurde dem Menschen durch sein Ego die Möglichkeit gegeben zu erfahren, was Eigentum überhaupt ist. Denn erst durch die Existenz eines „Ich“ ist der Mensch überhaupt dazu in der Lage, dass er sagt: „*Dies ist mein, es gehört mir!*“, um damit einen Gegenstand zu seinem Eigentum zu erklären. Ohne ein Nafs wäre er also gar nicht befähigt, bestimmte Dinge seinem „Ich“ und damit seiner Person zuzuordnen.

Nun ist es eben diese Eigenschaft des Nafs, die den Menschen unter Verwendung seiner Ratio und seines Herzens erkennen lässt, welche armselige Besitztümer er doch für sein Eigen erklären kann, und zwar im Vergleich zu seinem Schöpfer, dem der Kosmos, die Menschen und all ihre Besitztümer selbst gehören. So kann der Mensch über sein Ego z.B. den Namen „Al-Malik“ und damit die Großartigkeit und absolute Souveränität Allahs (t) begreifen.

Unter Einbeziehung der verschiedenen Stufen des Nafs, die im Spannungsfeld zwischen den Einwirkungen des Schaitan und den auf Allah (t) bezogenen Einwirkungen durch den Geist und dessen Instrumente auftreten können, ergibt sich somit folgendes, durch seine weiteren Komponenten ergänztes, abschließendes Schaubild:

بِسْمِ اللَّهِ  
Der Mensch انسان



Am Ende dieser Betrachtungen zum Inneren des Menschen sollte im Vordergrund stehen, aus dem Gesagten Erkenntnisse für das praktische Leben zu erhalten.

Vor dem Hintergrund des oben erarbeiteten Schemas wird zum Einen deutlich, welche Prozesse im Menschen vor sich gehen, wenn er zum Beispiel Probleme damit hat, morgens zur Verrichtung seines Pflichtgebetes aufzustehen. Der Schaitan ist es, der ihm über das *Ego* (arab.: Nafs) das warme Bett besonders begehrenswert erscheinen lässt, in der Hoffnung, dass es ihm gelingt, den menschlichen *Willen* für seine Interessen zu gewinnen und den *Körper* somit entsprechend träge bleiben zu lassen.

Ebenso wird verständlich, welche inneren Prozesse sich im Menschen abspielen, wenn er dann zum Beispiel am späten Vormittag erwacht und sein Nafs für das Nicht-Verrichten des Gebetes tadelt, während sich der Schaitan bereits wieder aus dem Staub gemacht hat und den Menschen mit seinem Handeln wieder alleine lässt, ganz analog zur Ayah:

*„...gleich dem Schaitan wenn er zu dem Menschen spricht: „Sei Kafir!“ ist er aber (dann) ein Kafir, so spricht er: „Ich habe nichts mit dir zu schaffen; denn ich fürchte Allah, den Herren der Welten.“ Und die Folge (davon) wird sein, dass beide im Feuer sein werden...“<sup>16</sup>*

Auch eröffnet uns das Verstehen der inneren Prozesse im Menschen eine erweiterte Sicht zur Rolle und Aufgabe des Dschihadu-n-Nafs, jener Anstrengung zur Bekämpfung des Egos, die, wie bereits erwähnt wurde, von manchen muslimischen Gelehrten sogar als die größte Form menschlicher Anstrengung überhaupt – als der „Dschihadu-l-akbar“ – angesehen wird.<sup>17</sup>

Es wird deutlich, welche inneren Kräfte hier wirken, dass diese in Richtung der Erziehung des Nafs ausgerichtet sind und dass der Brennstoff dieser Nafs-Erziehung ein gut entwickelter Iman und eine möglichst große Ehrfurcht (arab.: Taqwa) gegenüber Allah (t) sind.

Es wird deutlich, dass eine Vielzahl, wenn nicht sogar alle gottesdienstlichen Handlungen auf die Erziehung des Egos abzielen, seien es nun das rituelle Gebet, das zum Beispiel die Trägheit des Menschen unterdrückt, das Fasten im Ramadhan, das ihn seiner körperlichen Genüsse entzieht, oder die Zahlung der Zakat, die seiner Gier nach Reichtum und Besitz entgegenwirkt und ihn dazu bringt, zugunsten Bedürftiger auf einen Teil seines Besitzes verzichten zu müssen.

<sup>16</sup> Suratu-l-Haschr (59), Ayah 16, f.

<sup>17</sup> Vgl. dazu etwa: M. Rassoul, *Der Gihad, das Gesetz von Saat und Ernte*, Köln 1997, S. 15.

Es wird außerdem deutlich, dass derjenige, der sich seinem Schöpfer gegenüber in Hingabe unterwirft, in erster Linie sich selbst nutzt, wer sich hingegen widerspenstig verhält, in erster Linie sich selbst Unrecht zufügt, indem er sein Inneres in einen Zustand der Disharmonie und des Unfriedens bringt. So heißt es im Qur`an in ungefähre Übersetzung:

*„Wahrlich, Wir haben dir das Buch mit der Wahrheit für die Menschen herabgesandt. Wer dann rechtgeleitet ist, der ist es zu seinem eigenen Besten; und wer irregeht, der geht irre zu seinem eigenen Schaden. (...)“<sup>18</sup>*

Oder an anderen Stellen:

*„Wenn jemand Rechtschaffenes begeht, so begeht er es für sich selbst; und wenn jemand Schlechtes begeht, so handelt er gegen sich selbst. Und dein Schöpfer ist niemals ungerecht gegen Seine Diener.“<sup>19</sup>*

*„Und wer sich selbst (von seinen Sünden) reinigt (arab.: tazakka), der reinigt sich nur zu seinem eigenen Vorteil; und zu Allah ist die Heimkehr.“<sup>20</sup>*

*„(...) Und wer (Allah gegenüber) dankbar ist, der ist dankbar zum Heil seiner eigenen Seele; wer jedoch undankbar ist – siehe mein Herr ist auf nichts angewiesen, (...).“<sup>21</sup>*

Konkret kann man aus dem bisher Gesagten für die Praxis ableiten, dass derjenige, der an der Verbesserung seines Iman interessiert ist, zur gottesbezogenen Ausrichtung seiner inneren „Instrumente des Gewissens“ und damit wiederum zur Stärkung der Taqwa im Kampf gegen das Ego sich insbesondere folgenden drei Bereichen widmen sollte:

**1) dem Erwerb und der Erweiterung von Wissen** insbesondere hinsichtlich des Islam. Denn wie oben gezeigt wurde, ist Wissen geradezu das Fundament eines starken Iman und einer ausgeprägten Taqwa, heißt es doch im Qur`an unter anderem:

<sup>18</sup> Suratu-z-Zumar (39), Ayah 41.

<sup>19</sup> Surat Fussilat (41), Ayah 46.

<sup>20</sup> Surat Fatir (35), Ayah 18.

<sup>21</sup> Suratu-n-Naml (27), Ayah 40.

„ (...) Wahrlich, nur die Wissenden unter Seinen Dienern fürchten Allah. Wahrlich, Allah ist Erhaben, Allverzeihend.“<sup>22</sup>

**2) dem häufigen Gottesgedenken**, etwa durch das regelmäßige Durchführen von Tasbih (*Subhan-Allah, Al-Hamdu lillah, Allahu akbar, La ilaha il-Allah*) z.B. nach dem Verrichten der Pflichtgebete, aber auch in anderen Situationen, so etwa vor dem Einschlafen, beim Spaziergehen, usw.. Zum häufigen Gottesgedenken heißt es im Qur'an z.B.:

„Wahrlich, in der Schöpfung der Himmel und der Erde und in dem Wechsel der Nacht und des Tages liegen wahre Zeichen für die Verständigen, die Allahs gedenken im Stehen und im Sitzen und im Liegen und über die Schöpfung der Himmel und der Erde nachdenken (und sagen): „Unser Herr, Du hast dieses nicht ohne Sinn erschaffen. Gepriesen seist Du, darum hüte uns vor der Strafe des Feuers.“<sup>23</sup>

Der Gesandte Allahs, s.a.s., sagte zur Wichtigkeit des Gottesgedenkens etwa:

„Das Gleichnis dessen, der seines Herrn gedenkt, und dessen, der seines Herrn nicht gedenkt, ist wie das eines Lebenden und eines Toten.“<sup>24</sup>

**3) eine bewusste und regelmäßige Durchführung der gottesdienstlichen Handlungen**, wie des rituellen Pflichtgebets, des Fastens im Monat Ramadhan, des Zahlens der Zakat, der Durchführung des Hajj und anderer.

Erweitert werden können und sollten diese Pflichthandlungen durch freiwilliges Fasten, beispielsweise gemäß der Sunna montags und donnerstags, durch ein regelmäßiges Verrichten der Sunna-Gebete, der nächtlichen Zusatzgebete, usw..

---

<sup>22</sup> Surat Fatir (35), Ayah 28.

<sup>23</sup> Surat Al 'Imran (3), Ayah 190 f.

<sup>24</sup> Überliefert bei Al-Bucharyy.

Dabei sollte man jedoch darauf achten, dass man sich nicht selbst überfordert, sondern zum einen „richtig dosiert“ und zum anderen auf eine gewisse Regelmäßigkeit achtet. Denn der Gesandte Allahs, s.a.s. sagte in ungefährender Übersetzung:

*„Versucht das Richtige zu verrichten, ohne dass ihr euch überladet, und wisset, dass keiner von euch ins Paradies durch seine Taten eingeht, und dass die beliebtesten (guten) Taten bei Allah solche sind, die regelmäßig durchgeführt werden, auch dann wenn sie gering sind.“<sup>25</sup>*

Aus den Darstellungen wird außerdem deutlich, welche Ursachen einer innermenschlichen Disharmonie zugrunde liegen können. Denn je nach Seelenzustand, beziehungsweise Stufe des Iman, befindet sich auch das Ego in einer entsprechend starken oder schwachen Position. Je stärker der Iman und die Taqwa, desto kleiner und schwächer das Ego.

In seinen niederen Zuständen ist es das Ego, das den Menschen regiert. Der Körper wird zu einem „Fahrzeug“, das nicht durch den Geist und dessen Verstand gesteuert wird, sondern zu einem „Fahrzeug“, das vielmehr durch das Nafs und die körperlichen Triebe gelenkt wird, vergleichbar z.B. mit einem Auto, das nicht etwa durch den Fahrer gesteuert wird, sondern bei dem das Auto den Fahrer lenkt. Wie das Ego in den niederen Zuständen die Überhand im „Gesamtsystem Mensch“ gewinnt und wie dessen Rolle im Rahmen seiner Erziehung durch den Dschihadu-n-Nafs in Richtung der oberen und an Allah (t) ausgerichteten Erziehungsstufen abnimmt bzw. so der Iman zunimmt, zeigt das folgende Schaubild:

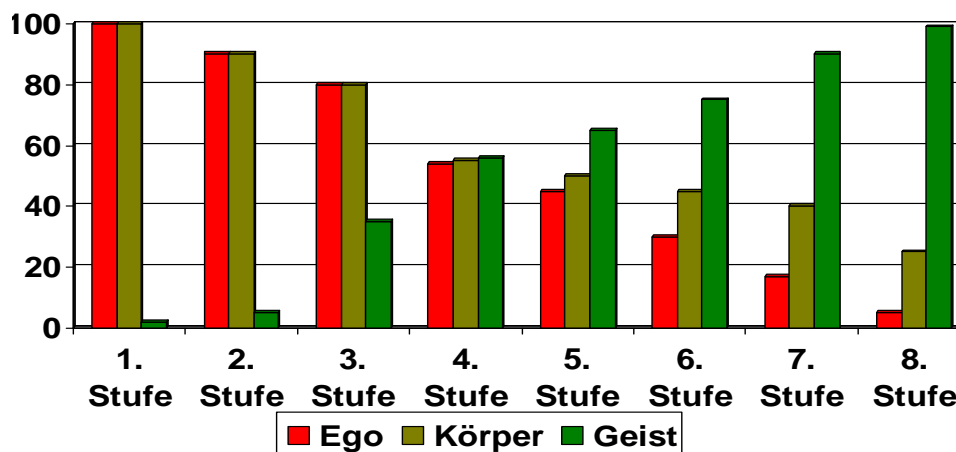


Abb.: Das Ego in prozentualer Relation zu Körper und Geist in den verschiedenen Entwicklungsstufen des Menschen

<sup>25</sup> Überliefert bei Al-Bucharyy.

Am Rande sei hier schließlich noch angemerkt, dass die Erkenntnisse aus den obigen Betrachtungen auch für die Heilung psychischer und damit seelischer Leiden angewandt werden könnten. Zum Beispiel könnte man sich vorstellen, dass für einen Muslim, der unter einer psychisch bedingten Ess-Sucht leidet, eine islamisch-psychotherapeutische Behandlung zu dessen Heilung führen kann, etwa indem zum einen das Wissen des Patienten hinsichtlich der Existenz Allahs (t) und damit auch hinsichtlich der Frage nach dem eigentlichen Sinn menschlicher Existenz erweitert wird. Daraus würde der Grundstein für ein neues Lebenskonzept des Patienten gelegt werden. Des Weiteren könnte man sich zum Beispiel ein auf diesem Lebenskonzept basierendes Fastenprogramm vorstellen, durch das der Patient lernt, seine Gier nach Essen, die ja von dessen Ego ausgeht, in den Griff zu bekommen. Dies soll hier als eines von vielen denkbaren Beispielen dienen, in denen eine – z.B. auch ergänzend zu anderen Methoden – spirituell angelegte psychische Behandlung eines Patienten zu dessen Heilung führen könnte.

### **Zum Abschluss:**

Abschließend ist festzustellen, dass die Muslime über eine durchaus ausgefeilte und praxisbezogene Art der Psychologie verfügen, die in einer Symbiose mit den zu ihr passenden Aspekten „westlicher Psychologie“ sicherlich sehr befruchtend wirken könnte. Die obigen Betrachtungen, die in ähnlicher Form bereits von muslimischen Gelehrten um das 12. Jahrhundert ausformuliert wurden, zeigen außerdem, dass es sich bei der Vorstellung, die Wissenschaft der Psychologie sei „eine rein westliche Erfindung“, sicherlich um ein Vorurteil handelt, das vielmehr auf einer Nicht-Beschäftigung mit dem Thema als auf irgendeiner Form von Wissen um die – auch hier nur einführend dargestellte – Materie basiert.

Neben dem rein informativen Charakter der obigen Darstellungen bezüglich der sicherlich zeitlosen Konzepte islamischer Gelehrter zur Selbsterziehung des Menschen, wäre es durchaus vorstellbar, dass daraus nicht nur Muslime sondern auch Nicht-Muslime für sich ganz persönlich profitieren können.