

DEIN INNERES

Ein Ratgeber

FÜR DIE

MUSLIMA

MELISSA - UMM NOURAN

Dein Inneres

[Auswandern für Allah, gepriesen und erhaben sei Er](#)
[Impressum](#)

Auswandern für Allah, gepriesen und erhaben sei Er

Einführung

Friede sei mit euch, Gottes Segen und Barmherzigkeit,

ich danke ALLAH, gepriesen und erhaben sei Er, mit seiner Erlaubnis dieses Buch geschrieben zu haben. Jeglicher Erfolg in jeglichen Angelegenheiten kommt einzig und alleine von Ihm.

Dieses Buch soll ein Wegweiser für Dich sein, meine geehrte Schwester.

Er resultiert aus meinen Erfahrungen, den Erfahrungen der Menschen in meinem Leben und durch verschiedene Nachforschungen. Ich erhoffe mir, einige Schwestern zu motivieren, einen Ratschlag zu geben und neue Perspektiven aufzuzeigen.

Ich habe FemininTalk gegründet, was nichts mit Feminismus zu tun hat. Ganz im Gegenteil, hier soll Frauen geholfen werden, wieder in ihre Fitrah (natürliche Veranlagung) zu kommen, um endlich entspannt zu leben.

Viele Frauen lehnen das Weibliche in ihnen total ab und haben das Gefühl, immer stark, dominant und selbstständig sein zu müssen. Das führt auch in Beziehungen zu Unzufriedenheit. Immer wieder nennen mir Klientinnen dasselbe Szenario:

Sie teilte ihr Bedürfnis auf eine dominante, fordernde Art mit und das führt dazu, dass der Partner entweder „mauert“ (verkriecht sich komplett in sich), oder er spiegelt und wird genauso maskulin.

Am Ende wird die Frau traurig und weint - wieder zurück in ihre Fitrah, Sie ist total verzweifelt und fühlt sich dermaßen unverstanden, wobei es doch so viel leichter wäre, wenn beide Geschlechter nur ihre Anderswertigkeit nutzen und sich dort ergänzen.

Doch wir Muslime wissen, dass der Teufel es sich zum Ziel gemacht hat, die natürliche Fitrah zu zerstören. Bei „FemininTalk“ coache ich Frauen und habe dafür einen Workshop erstellt, welcher muslimischen Frauen helfen soll, zu lernen ihre Bedürfnisse auf eine schöne Art zu kommunizieren. Egal, ob mit Partner, als Mutter, Freundin oder mit sich selbst, die Kommunikation ist entscheidend.

Der Workshop richtet sich an Ehefrauen und an Single Frauen. Er ist die Zusammenfassung meiner Arbeit, mit viel islamischen Wissen, mentalem Training und Liebe verpackt.

Nun zu mir: Ich möchte mich an dieser Stelle erst einmal vorstellen.

Ich bin Umm Nouran. Mutter, Ehefrau, psychologische Beraterin / Life Coach und Studentin des Wissens, momentan fokussiere ich mich auf den Quran. Mit 18 Jahren durfte ich durch die Gnade ALLAH`s, gepriesen und erhaben sei Er, zum Islam konvertieren und nach einiger Zeit fing ich auch an, die geliebte Sunna zu praktizieren.

Ja, es hat einige Zeit gedauert, denn es ist mittlerweile oft so, dass viele Muslime zwar die Shahada 1 sprechen, doch

die Sunna, das Gebet, die Bedeckung oder das islamisch, korrekte Verhalten nicht praktizieren.

Als meine Reise zu ALLAH, gepriesen und erhaben sei Er, begann, nahm die Frustration zu, in Deutschland zu leben.

Ich folgte zu dieser Zeit der Meinung, es sei für uns Muslime Pflicht auszuwandern.

Ich möchte, dass Du von diesem Buch alle Vorteile nutzt, da mir Deine Veränderung wirklich am Herzen liegt. Lass uns eine Challenge aufstellen! Ich bin ja wirklich voll der Fan von Challenges. Ich kenne das selbst, manche Bücher erschlagen einen inhaltlich. Das ist bei diesem Buch nicht der Fall. Ich mag es minimalistisch, aber trotzdem hochinformativ. Ich weiß genau, wie es ist, wenn man sich verändern möchte, aber man keine Lösung sieht. Man wird getröstet, dass man ja geduldig sein soll, aber irgendwie reicht das auch nicht aus.

Diese Meinung habe ich aber geändert, dazu aber später mehr im Kapitel "Auswanderung". So wie ALLAH, gepriesen und erhaben sei Er, es wollte, führte Er Mich nach Ägypten.

Dort begann ebenso meine Reise nach Wissen, Sprache und die Beschäftigung mit meiner Seele. Ich änderte mich und meine Persönlichkeit, meine Denkweise und mein Benehmen.

Wieso?

Ich verstand, dass ich viele Charaktereigenschaften in mir hatte, die zum einen der natürlichen Verlagerung der Frau widersprachen und zum anderen dem guten Benehmen einer Muslima nicht gerecht wurden .

Ich denke, ein großes Problem heutzutage, besonders für Muslime, die in Europa leben, ist das fehlende islamische Verhalten, der Charakter und die Denkweise.

Dies sind viele Faktoren, die eine wichtige Rolle spielen. So sieht man viele Geschwister, die trotz vieler gottesdienstlicher Handlungen unzufrieden sind. Das hängt oft damit zusammen, dass wir das Wissen vielleicht theoretisch verstanden haben, es aber nicht im Herzen angekommen ist.

Das Streben nach Wissen ist für jedes Individuum Pflicht. Es gibt das Grundwissen im Islam, dieses Wissen beinhaltet unter anderem die Pflichten und Säulen unserer Religion.

Dazu gehören z.B. die Regeln des Gebetes zu kennen, die Säulen und wie diese ausgeführt werden sollen. Ebenso die Gebetswaschung, was sie bricht und was nicht; die Ganzkörperwaschung nach der Menstruation oder dem Geschlechtsverkehr usw.

Dieses Wissen nennt man Fiqh Al Tahara² und Fiqh Al Salah³, ich empfehle jeder Schwester diese zwei Kapitel bei einem Gelehrten zu lernen. Es ist wichtig für die Erziehung von einem selbst und ebenso für die Kinder.

Natürlich gibt es noch andere wichtige Wissenschaften im Islam, die wir erlernen sollten. So wie die Glaubenslehre (die Aqidah). Dies ist die erste Wissenschaft, mit der man sich beschäftigen sollte.

DER SINN UNSERES LEBENS

Und Ich habe die Ginn⁴ und die Menschen nur (dazu) erschaffen, damit sie Mir dienen.“⁵

Die meisten Menschen, darunter auch Muslime, haben den eigentlichen *Sinn der Erschaffung nicht wirklich verinnerlicht.*

Wir sehen heutzutage, dass viele Menschen nach materiellen Gütern streben. Dieses Bedürfnis wird vor alles andere gestellt und dabei werden die Gesetze ALLAH`s, gepriesen und erhaben sei Er, nicht berücksichtigt.

Ein Beispiel dafür ist, dass wir heute Jugendliche sehen, die ihren Lebensunterhalt auf verbotenen Wege bestreiten.

Wobei doch jegliche Versorgung nur von ALLAH, gepriesen und erhaben sei Er, allein kommt.⁶

Als damals meine Reise zum Islam begann, war die meistgestellte Frage, die ich mir stellte, was der Sinn des Lebens ist.

Ja, wir haben auch in anderen Religionen eine Erklärung.

Doch keine dieser Erklärungen stellte mich zufrieden oder berührte mein Herz.

Nun aber zurück zum eigentlichen Thema: der Sinn des Lebens. ALLAH, gepriesen und erhaben sei Er, sagt, dass Er die Menschen zum Dienen erschaffen hat.⁷

Leider hat das Wort „dienen“ heutzutage einen negativen Beigeschmack.

Aus diesem Grund denken viele Menschen, dass ALLAH, gepriesen und erhaben sei Er, ein ungerechter Gott sei.

Was in keiner Weise der Fall ist.

Ebenso wollen viele Menschen ALLAH, gepriesen und erhaben sei Er, einfach nicht dienen.

So sieht man, dass einige zwar sagen „Ja, es gibt einen Gott“, aber ihre Lebensvorstellungen und ihre **Widerspenstigkeit lässt es nicht zu, dass sie die Wahrheit vollkommen akzeptieren.**

Und so leben sie einfach weiter und vergessen.

Doch fehlt diesen Menschen nicht etwas?

Natürlich schaut man sich die Superreichen an, die ihr Leben damit verschwenden, in dem sie dem Geld hinterlaufen, einen exzessiven Lebensstil führen und am Ende doch beim Psychologen landen und ihn fragen, was sie tun sollen, um glücklich zu sein.

Das gibt schon zum Nachdenken oder? ⁸

Ist das nicht eine Lehre?

Natürlich ist in der menschlichen Veranlagung die Liebe zum anderen Geschlecht, Wohlstand und Kindern verankert. ⁹

Trotzdem muss alles in einem Maß sein.

Das Dienen - es sollte unsere Hauptbeschäftigung sein. Dazu gehört in erster Linie das Gebet.

Das Gebet ist die Kommunikation zwischen Dir und ALLAH, gepriesen und erhaben sei Er.