

Die Suche nach innerem Frieden (teil 1 von 4): Die Hindernisse auf dem Weg, inneren Frieden zu erreichen

Beschreibung: Ein Blick darauf, wie Menschen inneren Frieden definieren und wie sie streben, ihn zu erreichen; und auch ein Blick darauf, was uns davon abhält, inneren Frieden zu erreichen. von Dr. Bilal Philips (übertragen von einer Audio-Vorlesung von Abu Uthmaan)

Veröffentlicht am 09 Nov 2009 - Zuletzt verändert am 26 May 2014

Kategorie: [Artikel](#) > [Die Vorzüge des Islam](#) > [Wahres Glück und innerer Friede](#)

Das Thema des inneren Friedens richtet sich an einen universellen Bedarf. Es gibt keinen auf diesem Planeten, der sich nicht inneren Frieden wünscht. Es ist kein Verlangen, das neu in unserer Zeit ist; es handelt sich eher um etwas, das jeder Einzelne zu jeder Zeit sucht, egal, welcher Farbe, welchem Glauben, welcher Religion, welcher Rasse, welcher Nationalität er angehört; welches Alter, welches Geschlecht, welches Vermögen, welche Fähigkeiten oder welche technologische Entwicklung er hat.



Menschen haben eine Menge verschiedene Wege eingeschlagen, um zu versuchen, inneren Frieden zu finden; manche durch die Anhäufung materiellen Besitzes und Reichtums, andere durch Drogen; einige über Musik, andere durch Meditation; manche durch ihre Ehemänner und Ehefrauen, andere durch ihre Karriere und einige durch die Erfolge ihrer Kinder. Und die Liste kann noch fortgesetzt werden.

Also wird auch die Suche fortgesetzt. In unserer Zeit wurde in uns der Glaube eingesetzt, dass technologischer Fortschritt und Modernisierung für uns körperliche Erholung bringen und durch diese würden wir inneren Frieden finden.

Wenn wir allerdings die technologisch am fortgeschrittensten und industrialisiertesten Nation der Welt nehmen, Amerika, dann würden wir erkennen, dass das, was in uns als Glaube eingesetzt worden ist, nicht den Tatsachen entspricht. Die Statistiken zeigen, dass in Amerika jährlich 20 Millionen Erwachsene an Depressionen leiden; und was ist Depression, wenn nicht absoluter Mangel an innerem Frieden? Außerdem war im Jahr 2000 die Selbstmordrate doppelt so hoch, wie die Rate derer, die an AIDS gestorben sind. Wie auch immer, die Nachrichtendienste sind, was sie sind, wir hören mehr über diejenigen, die an AIDS gestorben sind, als über jene, die starben, weil sie Selbstmord begangen haben. Auch sterben in Amerika mehr Menschen durch Selbstmord als durch Totschlag, und die Raten für Totschlag sind allein schon enorm hoch.

Also die Realität sieht so aus, dass uns die technologische Entwicklung und

Modernisierung keineswegs inneren Frieden und Ruhe gebracht haben. Trotz der Bequemlichkeiten, die uns die Modernisierung gebracht hat, sind wir jetzt noch weiter von innerem Frieden entfernt, als es unsere Vorfahren gewesen waren.

Innerer Friede ist für den Großteil unserer Leben sehr schwer greifbar; wir scheinen ihn nie in unsere Hände zu bekommen.

Viele von uns halten persönliche Freuden fälschlicherweise für inneren Frieden; wir erreichen diese Elemente der Freude durch eine Vielzahl von Dingen, seien es Reichtum, sexuelle Beziehungen oder anderes. Aber diese sind nicht beständig, sie kommen und gehen. Ja, wir haben von Zeit zu Zeit persönliche Freuden und uns gefallen verschiedene Dinge von Zeit zu Zeit, aber dies ist nicht innerer Friede. Wahrer innerer Friede ist ein Sinn der Stabilität und der Zufriedenheit, der uns durch alle Prüfungen und Schwierigkeiten des Lebens hindurch begleitet.

Wir müssen verstehen, dass Friede nicht etwas ist, das in dieser Welt um uns herum existieren wird, denn wenn wir Frieden definieren, der Definition eines Wörterbuchs entsprechend, dann stellt es fest, dass Friede das Freisein von Krieg oder Bürgerkrieg ist. Wo haben wir das? Es gibt immer Krieg oder zivile Unruhen irgendeiner Art irgendwo auf der Welt. Wenn wir den Frieden auf staatlicher Stufe betrachten, dann ist Friede das Freisein von öffentlichen Unruhen und Sicherheit, aber wo haben wir das auf dieser Welt in einer vollständigen Form? Wenn wir Frieden auf einer gesellschaftlichen, familiären und Arbeitsstufe betrachten, dann ist Frieden das Freisein von Uneinigkeit und Streit, aber gibt es eine gesellschaftliche Umgebung, in der es nie zu Uneinigkeit oder Streit kommt? Was den Ort betrifft, dann "ja", wir können einen Ort finden, der ruhig, friedlich und sorglos ist, manche Inseln beispielsweise, aber dieser äußerliche Friede existiert nur für eine gewisse Zeit, früher oder später wird ein Sturm oder ein Orkan hereinbrechen.

Gott sagt:

"Wahrlich, Wir haben den Menschen (zu einem Dasein) in Bedrängnis erschaffen." (Quran 90:4)

Dies ist die Natur unserer Leben; wir müssen uns alle abmühen und plagen; erleben aufs und abs, Zeiten der Schwierigkeiten und Zeiten der Erleichterung.

Es ist ein Leben voller Prüfungen, wie Gott sagt:.

"Und gewiss werden Wir euch prüfen durch etwas Angst, Hunger und Minderung an Besitz, Menschenleben und Früchten. Doch verkünde den Geduldigen eine frohe Botschaft." (Quran 2:155)

Um mit unseren Lebensumständen zurechtzukommen, den Umständen der Mühen und Plagen, die wir erleben, ist Geduld der Schlüssel.

Aber wenn wir auf den inneren Frieden zurückkommen, nach dem wir suchen, dann kann sich Geduld nicht einstellen, wenn wir keinen inneren Frieden haben.

Wir leben in einer Welt der Mühen und Plagen, aber in uns selbst ist es möglich,

inneren Frieden zu erreichen, Frieden mit der Umgebung, mit der Welt, in der wir leben.

Offensichtlich gibt es einige Hindernisse, die uns davon abhalten, Frieden zu erreichen. Also müssen wir zuerst die Hindernisse herausfinden, die uns davon abhalten, maximalen inneren Frieden zu erreichen und sozusagen eine Strategie entwickeln, um sie aus dem Weg zu räumen. Die Hindernisse werden nicht dadurch aus dem Weg geräumt, dass wir nur denken, wir müssten sie entfernen; wir müssen ein paar Schritte entwickeln, um dies zu erreichen. Wie also sollten wir vorgehen, um diese Hindernisse aus dem Weg zu schaffen, damit wir den möglichsten inneren Frieden erreichen können?

Der erste Schritt besteht darin, die Hindernisse selbst zu identifizieren. Wir müssen ihrer gewahr werden, denn wenn wir sie nicht identifizieren können, dann können wir sie auch nicht entfernen.

Der zweite Schritt besteht darin, sie als Hindernisse in uns selbst zu akzeptieren. Zum Beispiel ist unser Ärger eines der größten Hindernisse zum inneren Frieden. Wenn jemand ärgerlich ist, aufgeregt und seine Sicherung ist durchgebrannt, wie kann er oder sie unter solchen Umständen inneren Frieden haben? Das ist nicht möglich. Also muss diese Person erkennen, dass Ärger ein Hindernis für den inneren Frieden ist.

Wie auch immer, wenn eine Person feststellt: "Ja, es ist ein Hindernis, aber ich werde nicht ärgerlich", dann hat diese Person ein Problem. Er oder sie hat das Hindernis nicht als Problem akzeptiert und befindet sich in einem Zustand der Selbstleugnung. So kann er es nicht entfernen.

Wenn wir die Hindernisse im Leben betrachten, können wir sie unter verschiedenen Überschriften zusammenfassen: persönliche Probleme, Familienangelegenheiten, finanzielle Notlagen, Druck bei der Arbeit und spirituelle Verwirrung. Und unter diesen Überschriften gibt es viele Dinge.

Die Web Adresse dieses Artikels:

<http://www.islamreligion.com/de/articles/633>

Copyright 2006-2013 [IslamReligion.com](http://www.IslamReligion.com). Alle Rechte vorbehalten.