

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Vorwort</b> .....	<b>9</b>
<b>Lesehinweis</b> .....	<b>10</b>
<b>1. Der erste Morgen</b> .....	<b>11</b>
Das erste Morgengebet .....	13
Die erste Lektion .....	14
Der Lebensweg des Menschen .....	16
Die eigene Vervollkommnung .....	17
Die Bedeutung der Annäherung an Allah .....	19
<b>2. Das bewusste Leben</b> .....	<b>22</b>
Sichtweisen und Perspektiven .....	23
In allem Allah sehen .....	25
Was du tust, beeinflusst die Welt .....	26
Mein Lehrer und positives Denken .....	28
Was ist positives Denken? .....	29
Markante Punkte im Leben .....	33
Bewusstes und konzentriertes Gebet .....	34
Selbsterkenntnis und Selbsterziehung .....	36
Gestaltung der Tagesplanung .....	40
Aufmerksamkeit in jeglichen Lebensbereichen .....	42
<b>3. Über die Vervollkommnung des Menschen</b> .....	<b>46</b>
Über den Prozess der Vervollkommnung .....	46
Halte dich jung! .....	50
Das Nutzen der Jugend .....	57

Vorbedingung zur Vervollkommnung	60
Ein Missverständnis bezüglich der Reue	67
Korrektur der falschen Eigenschaften:	
Selbsttäuschung, Egoismus und Überheblichkeit	68
Wie korrigiere ich Überheblichkeit und Arroganz bei mir?	73
Wie korrigiere ich Überheblichkeit und Arroganz von anderen?	74
Das Begreifen der Beziehung zwischen Mensch und Gott	76
Woher kommt dieser verkehrte Lebenslauf?	79
Das komplizierte Schöpfungssystem	82
Zielzustand der Selbstkontrolle	85
Die göttliche Aufgabe erkennen	86
Die drei Lebenswege eines jeden Menschen	89
Aufrichtigkeit	91
Lebensweisheit: Suche nicht nach vier Dingen	92
<b>4. Das Essen</b>	<b>94</b>
Frühstück mit meinem Lehrer	94
Du bist, was du isst	96
Bewusstes Essen	98
Wie findet man Zeit für diesen aufwendigen Lebensstil?	102
Verhalten und Benehmen beim Essen	103
Gebe deinem Essen einen Auftrag	105
Die Auswirkungen von versehentlich konsumiertem Verbotenen	107
Gemeinschaftliches Essen	108
Schöpfung der Früchte	109

Die Verantwortung gegenüber den Geschenken Allahs . . .	114
Das Mittag- und Abendessen . . . . .	116

## **5. Die Dankbarkeit . . . . . 118**

Dankbarkeit für die Gaben Allahs (نِعْمَةٌ) . . . . .	119
Was ist wahre Dankbarkeit? . . . . .	122
Die eigenen Fähigkeiten und Gaben erkennen . . . . .	123
Voraussetzung für Dankbarkeit: Geduld, Ausdauer und Standhaftigkeit . . . . .	126
Dankbarkeit ist mehr als nur ein Gefühl . . . . .	129
Alhamdulillah und Subhanallah . . . . .	130
Unterschiede von Loben, Danken und Lobpreisen . . . . .	132
Zufriedenheit mit eigenem aktuellen Zustand . . . . .	133
Das ist dein Anteil von Allah! . . . . .	135

## **6. Die Prüfungen Gottes . . . . . 137**

An schweren Prüfungen zeigt sich die wahre Glaubensüberzeugung . . . . .	138
Das Ansehen meines Lehrers . . . . .	140
Allah verteidigt die Gläubigen . . . . .	142
Die Überzeugung, die allen Prüfungen standhält . . . . .	143
Die Probleme der anderen sind unsere Probleme . . . . .	144
Tägliche Begebenheiten auf der Straße . . . . .	147
Ursache und Wirkungen der Prüfungen . . . . .	149
Erläuterung der Ursachen und Wirkungen . . . . .	154
Heimsuchung für die Unterdrückten . . . . .	154
Heimsuchung für die Gläubigen . . . . .	156
Heimsuchung für die Propheten und Gottesfreunde . . . .	157

Die unendliche Annäherung an Allah .....	158
Wird jeder geprüft? .....	160
<b>7. Die Kindererziehung und die Beziehung zu Kindern .....</b>	<b>162</b>
Die Liebe zu Kindern – Der „freundliche Herr“ (Aghaye Mehrabun) .....	162
Die Kinder auf harte Zeiten vorbereiten .....	165
Die 7-Jahres-Phasen des Kindes .....	170
Europäische Literatur zur Kindererziehung .....	172
Kinder nicht wie eine Last behandeln .....	174
Vater und Mutter arbeiten als Team zusammen .....	177
„Jetzt sprich doch mal ein Machtwort!“ .....	179
Kindererziehung ist Selbsterziehung .....	181
Heutige sexuelle Verwirrungen .....	182
Heirate, um jemanden glücklich zu machen .....	184
<b>8. Über die Ahlulbayt (a.) .....</b>	<b>187</b>
Der einsame Imam .....	187
Imam Hussain (a.) und die Flagge von Wahrheit und Falschheit .....	189
Das Trauern um Imam Hussain (a.) .....	194
Nichts außer Schönheit .....	195
Die Duas der Ahlulbayt .....	196
Die Verborgenheit der Imame .....	197

## **9. Der Mensch in der Gesellschaft ..... 199**

Begriffsdefinitionen: Gesellschaft, Gemeinschaft,	
Volk, Leute und ihre Einheiten .....	199
Der Unterschied zwischen Gemeinschaft und Gesellschaft	201
Die Erniedrigungen der Menschen – Strategie der	
Unterdrücker .....	204
Identitätskampf .....	206
Wie kann man eine Gesellschaft zum Islam einladen? ...	207
Enttäuschung der Jugend einer Gesellschaft .....	209
Die Rechte der Menschen – حَقُّ النَّاسِ .....	211

## **10. Das Modell der Islamischen Republik Iran ..... 213**

Die drei Begriffe: Vernunft, Offenbarung und	
gerechte Führung .....	213
Die Islamische Revolution ist die Korrektur	
herrschender Ideologien .....	216
Die grundlegenden Unterschiede zu anderen Religionen .	216
Warum verläuft nicht alles in der Islamischen	
Republik optimal? .....	218
Was kann der Westen von der Islamischen Republik	
lernen? .....	220
Demokratie im Iran .....	222
Die Gesetzmäßigkeit der Umwelt .....	223
Göttliche Verfahrensweise und Naturgesetze, die	
das menschliche soziale Leben regeln .....	226
Beziehung von Imam und Umma .....	227

<b>11. Über das Wissen</b>	<b>231</b>
Warum ist man geneigt zu lernen?	231
Das Wissen und was wir lernen können	232
Was verstehen wir unter dem Begriff „Wissen“?	232
Die wahrhaften Gelehrten	235
Nach eigenem Wissen handeln	238
Islamische Kultur des Lernens und Lehrens	242
Wissen erlernen für die Zufriedenheit Allahs	244
Die nach Wissen Strebenden	247
Falsche und richtige Absichten beim Wissen erlangen	250
 <b>12. So hat sich der Gesandte Gottes verhalten</b>	 <b>252</b>
 <b>Abschlussdua</b>	 <b>255</b>