

## Umgangsformen beim Essen

### (teil 1 von 2): Vor und während des Essens



IslamReligion.com

**“Und Ich (Gott) habe die Ginn und die Menschheit nur geschaffen, im Mit (Allein) zu dienen.” (Quran 51:56)**

Die Religion des Islam ist eine ganzheitliche Lebensweise. Sie ist nicht in körperliche, emotionale und spirituelle Bereiche unterteilt; er lehrt vielmehr, dass alle Aspekte des Lebens verbunden sind, um einen Zweck zu erfüllen. Welches ist dieser Zweck und ist es möglich, die Bedeutung des Lebens zu verstehen? Ja, das ist es! Der Islam macht ganz deutlich, dass der Sinn des Lebens darin besteht, unseren Schöpfer, dem Einen Wahren Gott, zu dienen.

Was unserer Existenz Bedeutung gibt, ist das Verständnis, dass unsere Taten, egal wie groß oder wie trivial sie sind, einfach in gottesdienstliche Handlungen verwandelt werden können. Alle Taten, die im Tagesverlauf verrichtet werden, können in den Status des Gottesdienstes erhoben werden, einfach indem man Gottes gedenkt und Seine Zufriedenheit anstrebt.

Der Islam macht das Gedenken leicht, indem er uns Anleitungen gibt. Er lehrt uns auf sanfte und gemäßigte Weise, dass Leben Gottesdienst ist und Gottesdienst ist der Sinn des Lebens. Zu diesem Zweck hat sogar das Essen Umgangsformen, die seinen Status vom alltäglichen zum Gottesdienst erheben. Lebensmittel spielen in unseren täglichen Leben eine bedeutende Rolle. Wir verbringen eine Menge Zeit, Aufwand und Geld damit, es zu kaufen, kochen und zu verzehren, und somit ist es sinnvoll, diese weltlichen Taten zu Gottesdienst zu verwandeln, der eine Belohnung wert ist. Die Aussprüche des Propheten Muhammad sind

voller Richtlinien und Ratschläge, die das Essen zu einer belohnenswerten Tat machen.

Sauberkeit ist ein wichtiger Bestandteil des Islam. Ein Muslim sollte sich nicht nur reinigen, bevor er sich Gott im Gebet zuwendet, sondern er muss der Reinlichkeit seines Körpers und seiner Umgebung zu jeder Zeit Aufmerksamkeit schenken. Der Prophet Muhammad, Gottes Segen und Frieden seien auf ihm, erinnerte uns daran, dass unser Körper bestimmte Rechte uns gegenüber besitzt und eines dieser Rechte ist die Reinhaltung. Unsere Körper wurden uns von Gott anvertraut und das Leben unter schmutzigen Bedingungen verursacht Krankheiten und schlechte Gesundheit. Deshalb ist es wichtig, wenn man Nahrung zubereitet, sichzustellen, dass die Nahrungsmittel, der Ort der Zubereitung und die Hände, die die Nahrung berühren werden, sauber sind.

Muslime beginnen jede Aufgabe indem sie den Namen Gottes erwähnen, und Essen bildet da keine Ausnahme. Der Prophet Muhammad, Gottes Segen und Frieden seien auf ihm, sagte:.

**“Wenn einer von euch ist, sollte er Gottes Namen erwähnen; wenn er vergißt, Gottes Namen am Anfang zu erwähnen, dann sollte er sagen: "Im Namen Gottes am Anfang und am Ende (d.h. dieses Essens).””<sup>[1]</sup>**

Es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass der Islam eine gemäßigte Lebensweise ist, wir sollten nicht zu zügellos genießen und uns auch nicht selbst das leckere Essen, das Gott uns geliefert hat, vorenthalten. Die islamischen Richtlinien in bezug auf das Essen wurden uns in erster Linie in den Aussagen des Propheten Muhammad gelehrt.

Das Essen mit der rechten Hand ist eine dieser Aussagen, und es ist verpflichtend für den Muslim, es sei denn, es gibt eine Entschuldigung wie eine Krankheit oder Verletzung. Die linke Hand wird normalerweise verwendet, um den Körper von Verunreinigungen zu säubern, während die Rechte zum Essen, um jemandem etwas zu geben und zum Hände schütteln benutzt wird. Der Prophet Muhammad hat seinen Gefährten auch mitgeteilt, dass Satan mit der linken Hand ist und dass sich die Gläubigen von allem entfernen sollten, dass Satan ähnelt.<sup>[2]</sup>

Einer der Gefährten des Propheten Muhammad, Omar ibn Abi Salamah, überlieferte ebenfalls eine Geschichte über die Umgangsformen beim Essen. Er sagte:.

**“Als ich ein kleiner Junge war, befand ich mich in der Obhut des Gesandten Gottes. Meine Hand pflegte [ueber den ganzen Teller (mit Essen) zu wandern. Da sagte der Gesandte Gottes zu mir: "O Junge, sag Bismillah (ich beginne im Namen Gottes), iss mit deiner rechten Hand und iss, was gerade vor dir ist.””<sup>[3]</sup>**

Bei Gelegenheiten, wo alle von einem gemeinsamen Teller oder einer Platte essen, liegt Über andere hinwegzugreifen oder nach dem leckersten Stück zu suchen, kann bei anderen Unbehagen auslösen oder einen undankbar oder gierig erscheinen lassen. Ein Teil der Umgangsformen beim Essen bilden das Essen in Maßen und nicht zu Völlerei zu neigen, egal wie gut das Essen schmeckt.

Der Prophet Muhammad erinnerte uns daran, dass den Körper leicht und gesund zu erhalten, besser ist als übergewichtig, faul und träge zu sein. Er sagte:

**“Ein Mann füllt kein Gefäß, das schlimmer ist als sein Bauch. Es genügt für den Sohn Adams, genug zu essen, um am Leben zu bleiben. Wenn er aber mehr als das tun muss, dann ist ein Drittel für seine Nahrung, ein Drittel für sein Trinken und ein Drittel für seine Atemluft.”**<sup>[4]</sup>

Es gibt zahlreiche Richtlinien im Zusammenhang mit den Umgangsformen beim Essen. Wie belanglos jede Tat auch erscheinen mag, andere mit Respekt zu behandeln und darüber nachzudenken, wie unsere Taten Gott gefallen oder missfallen werden, machen aus dem Essen einen Gottesdienst. Es gehört zu den Manieren des Propheten Muhammad, Gästen gegenüber Respekt zu erweisen, indem man ihnen das erlesenste Essen anbietet und es rechtzeitig aufträgt. Der Gast sollte sich damit beeilen, das Essen zu probieren und zu loben, und für den Gastgeber zu beten und ihm Segen zu wünschen. Der Gefährte des Propheten, Anas, sagte dass Sa'd ibn Ubada einmal etwas Brot und Öl zum Propheten brachte, der daraufhin sagte: .

**“Mögen die Fastenden ihr Fasten bei dir brechen, mögen die Rechtschaffenen dein Essen essen und mögen die Engel Segen auf dich senden.”**<sup>[5]</sup>

Während es zu den guten Manieren gehört, deinem Gastgeber Segen zu wünschen, machte der Prophet Muhammad seinen Anhängern deutlich, dass das Essen, das Gott uns liefert, voller Segen für uns ist. Er lehrte uns, dankbar und anerkennend zu sein. Der Prophet Muhammad riet uns, alle Stücken, die auf den Boden fallen, aufzuheben, abzuwischen und aufzuessen, um sicherzugehen, keinem Segen verloren gehen zu oder dem Satan Essen übrigzulassen.<sup>[6]</sup>

Schließlich gehört es zu den Umgangsformen beim Essen, lieber zusammen zu essen als allein, die Gaben zu teilen, die Gott bereitet, mit drei Fingern zu essen, Essensreste von den Fingern abzulecken, nicht liegend zu essen und beim Essen nicht zu spucken oder die Nase zu schnauben. Es gehört auch zu den guten Manieren in Islam, das Essen zu loben. Es ist verkehrt, das Essen zu bemängeln, sondern es ist besser, es nicht zu essen, wenn man es nicht mag.

Auf diese Umgangsformen beim Essen zu achten, gestattet dem Gläubigen, mit Leichtigkeit Segen und Lohn zu sammeln. Gott hat uns mit leckeren Nahrungsmitteln jeder Art versorgt, Fleisch, Getreide, Früchte und Gemüse und Er sagt:.

**“Und esst und trinkt, doch überschreitet (dabei) nicht das Maß; wahrlich, Er (Alla) liebt nicht diejenigen, die nicht maßhalten.” (Quran 7:31)**

---

**Footnotes:**

[1] *At Tirmidhi, Abu Dawud & Ibn Majah.*

[2] *Sahieh Muslim*

[3] *Sahieh Al-Bukhari, Sahieh Muslim.*

[4] *Ibn Majah*

[5] *Abu Dawud*

[6] *Sahieh Muslim*