



*Madrassatul-Ilm*

*Pubertät aus  
islamischer*

*Sicht*

*Islamunterricht auf Deutsch für Jugendliche  
Um Mohammed*

## **Inhaltsverzeichnis**

<b>Inhaltsverzeichnis.....</b>	<b>0</b>
<b>Ein paar Gedanken an die Jugend! .....</b>	<b>2</b>
<b>Die Unschuld .....</b>	<b>2</b>
<b>Äußere Einflüsse .....</b>	<b>2</b>
<b>Schütze dich!.....</b>	<b>3</b>
<b>Vertraue Allah!.....</b>	<b>3</b>
<b>Liebe im Islam .....</b>	<b>3</b>
<b>Zwischenmenschliche Beziehungen sind ein Test und auch eine Verantwortung .....</b>	<b>5</b>
<b>Sexualität und Ehe sind untrennbar .....</b>	<b>5</b>
<b>Darstellende Ghusl (Ganzwaschung) .....</b>	<b>7</b>
<b>Erlaubtes und Verbotenes während der Menstruation und dem Wochenfluss .....</b>	<b>7</b>

# Pubertät und die Beziehung zwischen den Geschlechtern aus islamischer Sicht

---

## Ein paar Gedanken an die Jugend!

Heutzutage haben leider immer mehr junge Geschwister Beziehungen mit dem anderen Geschlecht, obwohl sie wissen, dass Allah swt. dieses Recht nur den Eheleuten zugesagt hat!

Denkt ihr etwa, dass Allah swt. euch das verboten hat, weil ER möchte dass ihr keinen Spaß habt? SubhanAllah!!

NEIN! Denn Allah swt. hat diesen Befehl zu euch gesandt, weil Er weiß was gut für euch und das Beste für die Ummah ist.

Wenn du das hier liest, bitte ich dich deinen Verstand zu öffnen, um alles was ich dir sage genau zu verstehen.

Mit jeder Tat die wir tun müssen wir uns im Klaren sein: ist es das Wert und was muss ich am jüngsten Tag dafür bezahlen. Ist uns diese illegale Beziehung, dieser kurze Moment der sexuellen Erregung das wirklich wert, das wir Allah swt's Zorn auf uns nehmen? Die Gefühle und Triebe haben beide Geschlechter, aber wir dürfen nicht ohne Verstand alles tun was wir wollen, sondern müssen lernen unsere Triebe und unser Nafs (Ego) zu kontrollieren.

## Die Unschuld

Du bist wahrscheinlich gerade in dem Alter, wo sich neue Welten für dich öffnen und die Pubertät angefangen hat. Die Sexualität und in Verbindung damit auch das andere Geschlecht spielt eine große Rolle. Du siehst und hörst fast überall davon. Es wird in der Schule darüber diskutiert, argumentiert und sicherlich auch darüber gelacht .Die westliche Gesellschaft hat es sich zur Aufgabe gemacht, dieses „Thema“ gut zu verkaufen.

## Äußere Einflüsse

Viele Geschwister sind zwischen den westlichen Einflüssen und ihrer Religion hin- und hergerissen. Die Jugend kennt kaum noch Grenzen und kümmert sich kaum um die Konsequenzen (es wird dir sicherlich helfen, dich von den virtuellen Einflüssen fernzuhalten).

Es prasselt den ganzen Tag auf uns ein, wir sehen es an jeder Ecke „illegale Beziehungen“, Filme, Songs, Werbung! Das alles wird benutzt um uns die Botschaft des **„freien Triebes“** zu vermitteln.

Wir fühlen uns oft mit all der Werbung, Plakaten, Zeitungen, Liedern, Mode etc. überfordert und angeekelt - ja noch nicht mal ein Feuerzeug kann ohne „HARAM“ verkauft werden. Wenn wir auf die U-Bahn warten, lächelt uns eine leicht bekleidete Frau an und wirbt für ein Auto, Laptop oder eine Babycreme. Sogar Maxi King kann nur verkauft werden, wenn halbbekleidete Frauen um einen **“Mann“** rumtanzen. Es taucht **“non-stop“** überall auf. Istachfurlazzim!

In den Zeitschriften, Musikvideos, auf den Werbetafeln, im Fernseher ...überall wird mit der Sexualität geworben und man bekommt das Gefühl, sie schreien uns an : **“ Jeder tut es!“**

Du bekommst überall zugerufen: **“ Hey das macht doch Spaß, so komm und versuch es auch einmal!“**

**Aber du solltest dir im Klaren sein, dass diese illegale Handlung nicht kostenlos ist! Es wird teurer sein, als alles was du jemals zahlen kannst!!!**

### **Schütze dich!**

Viele unserer Freunde und Bekannten haben nicht den Mut uns an die Reinheit und Ehre der Unschuld zu erinnern. Wir dürfen uns nicht von der Unmoral (schlechten Handlungen und Vorstellungen) überschwemmen lassen und mit ihr wegtreiben. Wir dürfen nicht einem Bruder/Schwester und uns selber aufgeben, sondern uns *gegenseitig stärken und Mut machen und uns erinnern InshaAllah:*)

Nur in der Gemeinschaft (Ummah) sind wir stark! Allahu Akbar!!!

Allah ta`ala ruft uns auf, und gegenseitig zu stärken und uns Mut zu geben, damit wir jeden Tag stärker werden und auf IHN vertrauen und auf SEINEM Weg laufen.

!!! Niemand von uns ist vor Zina geschützt!!! (sexuelle Sünde)

Wir müssen uns immer im Klaren sein, dass jeder von uns ihr verfallen kann. So weit sind wir nicht davon entfernt, wie wir immer denken.

Wenn wir uns nicht darüber im Klaren sind, wird Schaytan uns schnell packen... des wegen seit auf der Hut vor Schaytan. Wir müssen uns schützen und stärken und unsere sexuellen Triebe kontrollieren. Achtet auf eure Freunde, mit wem seid ihr zusammen, was haben sie für einen Charakter... sind sie Allah nah oder fern?

! Diejenigen die wir kennen, können uns brechen oder stärken!

Wenn du jemanden kennst, der eine verbotene Beziehung führt, dann rede mit ihm und ermahne ihn in guter Art und Weise. Wir müssen für einander da sein, uns stärken und vor Fitna und Zina warnen. Nur so sind wir stark genug "ihr" zu wieder stehen. Ameen.

Stärke deinen Glauben zu Allah, fange an zu beten, genieß euren Glauben zusammen, macht Sitzungen unter den Brüdern (dies gilt auch für Schwestern). Verabredet euch für Ausflüge usw. und erinnert euch, dass ihr "rein" bleibt von Zina, bis ihr heiratet und Allah euch die sexuelle Begegnung nur mit eurer Frau erlaubt hat.

Haltet zusammen, denn dann seid ihr stark!

Bruder sei ein gutes Vorbild für deine Brüder. Seid stolz auf eure Unschuld! (Schwester du natürlich auch. Vertraue total in Allah s Kraft.

### **Vertraue Allah!**

Erinnere dich, wenn du in Allah ta`ala vertraust und Allah in deinen Gedanken hast und besonders wenn du in Fitna gerätst und fühlst davon getrieben zu werden, bleib stark und Allah wird dich schützen, Ameen.

Allah wird dir die Kraft geben, jeder sexuellen Sünde zu widerstehen, aber wir müssen den ersten Schritt tun, indem wir uns davon fernhalten und auf Allah vertrauen.

Lasst uns Allahs Befehlen folgen und unser Bestes geben, rein zu bleiben und unsere Unschuld zu bewahren, bis wir heiraten.

Bete zu Allah und bitte IHN dich zu stärken, zu beschützen und dir die Kraft zugeben allen Situationen zu widerstehen. Allah wird dir sicherlich helfen, Ameen

### **Liebe im Islam**

Es ist nicht falsch zu sagen, dass der Islam die Religion der Liebe ist. Denn der Islam bedeutet Frieden durch Hingabe an Gott, was zum Frieden mit sich selbst, mit Mitmenschen, mit der Umwelt etc. führt. Das ist mit anderen Worten der Zustand der Liebe.

Die Liebe ist ein großes Bedürfnis des Menschen. Allah swt. hat sicherlich dieses Bedürfnis nicht ignoriert. Durch die Religion gibt Allah uns die Möglichkeit all unsere Triebe und Gefühle in richtiger Weise zufrieden zu stellen und uns vor Fehlern und schrecklichen Folgen zu schützen.

### *Erste Phase*

In den Pubertätsjahren wächst das Interesse des Menschen am anderen Geschlecht. In diesen Jahren fangen die ersten Liebesgeschichten an. Die Heirat, die einzige Möglichkeit legitim "zusammen zu sein", ist noch weit entfernt. Deshalb dürfen die Jugendlichen in dieser Phase keine festen Beziehungen eingehen. Denn diese Beziehung wird nur Sünden und Kummer mit ein wenig vergänglichem Genuss als Frucht hervorbringen und auch die schulische Leistung verschlechtern.

### *Zweite Phase*

In dieser Phase ist die Möglichkeit zu heiraten nicht mehr weit entfernt. Deswegen sollte man auf die richtige Zeit warten und islamisch heiraten. Die "Freundschaft" in diesen Jahren ist nicht mehr so "kindisch" wie früher. Diese Freundschaft führt zu noch größeren Sünden wie Unzucht (Zina). Wenn man eine Person liebt, dann kann man dies auf islamische Art und Weise der betreffenden Person mitteilen und evtl. aufeinander warten bzw. die ersten Schritte zu Ehe umsetzen. Mit der Absicht zu heiraten darf man sich auch (mit der Begleitung einer dritten Person) treffen und darüber sprechen.

### *Weisheit des Verbotes*

Sogar nicht-muslimische Mädchen werden bestätigen, dass dieses Verbot richtig ist. Denn erstens sieht man die Beziehung nicht so ernst, weil man jeder Zeit Schluss machen kann. Man zeigt sich von der besten Seite um zusammenbleiben zu können. Die Liebe wird zu Qual, da man ihn oder sie jeder Zeit verlieren kann. Außerdem haben die Jungs meistens leider nicht "gute Absichten" bei kurz dauernden Beziehungen. Sie möchten eher die Triebe befriedigen.

Außerdem gibt es nach jeder Trennung große Schmerzen, denn jede Trennung ist mit Leid verbunden. Das werden sicherlich die meisten bestätigen. Und eine Person, die (bis sie heiratet) vielleicht drei Freunde hatte und sich getrennt hat wird viele Schmerzen der Trennung erlitten haben und die Jungs nur von ihrer schlechten Seite gesehen haben. Deswegen wird sie diesbezüglich wenig Hoffnung in der Zukunft haben. Leider ist es auch so, dass solche auch nicht mehr einen „richtigen“ finden. Das ist schrecklich für eine Frau. Denn sie braucht einen Mann, sowie der Mann sie braucht. Der Islam will, dass die Ehe und die Liebe bis in die Ewigkeit andauern. Sie will keine kurzen Beziehungen, sie will nicht, dass viele Mädchen nur wegen den Trieben einiger Jungs "benutzt" werden. Ich sage das bewusst, denn eine Freundschaft wird sicherlich nicht nur so bleiben wie anfangs, sondern sie wird extremer und schädlicher. Denn der Mensch will immer mehr, das bedeutet es fängt bei Hände halten an, dann ein Kuss, dann leider Zina (Unzucht)... Das sind wirklich große Sünden und man macht das Herz unrein, ist unzufrieden mit sich und fühlt sich schlecht (wenn man das islamische Bewusstsein hat)...

Wenn man seine natürlichen Bedürfnisse auf richtige Art und Weise befriedigen will, sollte man heiraten.

### *Den richtigen Mann finden*

Die Frauen werden davor gewarnt sich unislamisch zu kleiden und zu leben. Denn dies würde die Ursache dafür sein, dass sie nicht mehr den richtigen Mann finden. Sogar die Jungs, die den Islam nicht praktizieren, wollen nicht "solche" Frauen heiraten. Obwohl sie selbst diese Lebensweise geführt haben, wollen sie eine Gläubige heiraten bzw. eine aus dem Heimatland nach Deutschland bringen. Deswegen ist es für die Frauen von außerordentlicher Wichtigkeit, dass sie sich Allah hingeben, d.h. den Islam praktizieren. Sicherlich wird es für die Frauen schlecht enden, wenn sie versuchen "der Mode" zu folgen. Wir raten unseren Geschwistern nicht vergängliche, Unglück bringende Lebensweisen zu befolgen, sondern die einzig von Allah akzeptierte Lebensweise (Islam) zu praktizieren um dadurch Glück und Zufriedenheit im Diesseits und im Jenseits zu erlangen.

### *Sexualität in der Ehe*

Allah swt. möchte dass du eine schöne Zeit hast und deine Beziehung zu deiner Ehefrau/ deinem Ehemann pflegst und genießt, dass du die sexuelle Beziehung und ihren Genuss für die Ehe aufbewahrst, nur dann bist du auf dem richtigem Weg.

Wenn ein Bruder eine Partnerin als Ehefrau gewählt hat, stehen diesem Paar alle Freuden zu, die von Allah swt. in der Ehe erlaubt wurden. Manchmal dient es zur Familienplanung und manchmal nur um den Bedürfnissen nachzukommen. An erster Stelle sollten wir aber daran denken eine Familie zu planen und die Ummah zu stärken.

### **Verse und Hadithe zum Thema**

**Und kommt der Unzucht nicht nahe; seht, das ist eine Schändlichkeit und ein übler Weg. [17:32]**

**Sprich zu den gläubigen Männern, dass sie ihre Blicke zu Boden schlagen und ihre Keuschheit wahren sollen. Das ist reiner für sie. Wahrlich, Allah ist dessen, was sie tun, recht wohl kundig. [24:30]**

**Und diejenigen, die keine (Gelegenheit) zur Ehe finden, sollen sich keusch halten, bis Allah sie aus Seiner Fülle reich macht. [24:33]**

**Wahrlich, gerettet sind die Gläubigen, [23:1] die in ihren Gebeten voller Demut sind, [23:2] und die sich von allem leeren Gerede fernhalten, [23:3] und die die Zakah entrichten [23:4] und ihre Schamteile bewahren; [23:5] außer gegenüber ihren Gattinnen oder denen, die sie von Rechts wegen besitzen; denn dann sind sie nicht zu tadeln. [23:6] Diejenigen aber, die darüber hinaus etwas begehren, sind Übertreter. [23:7]**

Ein Jugendlicher, der sich vor Zina (Unzucht) schützt, kommt ins Paradies. (Bayhaki)

### **Zwischenmenschliche Beziehungen sind ein Test und auch eine Verantwortung**

Obwohl die Sexualität ist ein Geschenk von Allah, zusammen mit vielen anderen Dingen im Leben, es ist auch ein Test, und es folgt Verantwortung. Allah, der Allmächtige, bestimmt, im Alter der Pubertät, dass ein Individuum bereit für diesen Test ist. Der Test bestimmt, ob eine Person an Allah und Seine Gesetze in diesem Bereich des Lebens unterwerfen. Um diesen Test zu bestehen, muss die Befriedigung der eigenen sexuellen Drang in reinem und legitime Art und Weise (im Bund der Ehe) erfüllt sein; um den Test ist es, in illegitime sexuelle Beziehungen und jene Handlungen und Gedanken im Vorfeld scheitern. Es gibt strenge Richtlinien in der Schari'a (islamisches Recht) für unser sexuelles Leben, auch im Verhältnis zu anderen Themen wie Hijab, Privatsphäre und unser soziales Verhalten. Viele von ihnen sind ein Mittel zur Prävention, die der wirksamste Mechanismus ist. Diese Angelegenheit ist sehr ernst, und sollte als solcher behandelt werden, denn die Folgen sind ziemlich streng, wenn es vernachlässigt wird.

### **Sexualität und Ehe sind untrennbar**

Um in den erfolgreichen Abschluss des Tests zu unterstützen, Allah, der Allmächtige, durch Seine Barmherzigkeit hat legitimes Mittel zur Verfügung gestellt, um sexuelles Verlangen zu befriedigen. Die Ehe ist stark im Islam aus diesem Grund (wie auch viele andere) wie in den folgenden prophetischen Überlieferungen angegeben betont. Der Prophet ﷺ sagte: *"Wer heiratet hat die Hälfte seines Glaubens abgeschlossen, so ließ ihn Furcht vor Allah in der anderen Hälfte"* [An-Tabarani] Er ﷺ sagte auch: *"Wer es sich leisten, zu heiraten können sollten heiraten, weil sie dazu beitragen wird ihm, seine Blicke zu Boden schlagen (vor dem Ansehen verbotener Dinge und andere Frauen) und speichern seine privaten Teile (von der Begehung verbotenen sexuellen Handlungen) und wer sich nicht leisten können wird geraten, zu heiraten, um das Fasten zu beobachten, wie das Fasten wird seine sexuelle Leistung zu verringern."* [Al-Bukhari]

Der Islam fördert die Ehe als eine juristische sexuelle Befriedigung und als Schild und Schutz von Unmoral. Die Ehe sollte nicht aufgeschoben werden wie allgemein üblich in dieser Zeit, besonders wenn die Jugend hat starke sexuelle Lust. Die Erfüllung und Befriedigung dieses Wunsches ist eines der Hauptziele der Ehe, und es sollte nicht verschoben oder zum Zwecke der Weiterbildung unterdrückt werden oder ein bestimmtes Alter erreicht, vor allem wenn die Versuchung zu unerlaubten Beziehungen vorhanden ist.

## Ergänzung

### **Darstellende Ghusl (Ganzwaschung)**

Erstens fassen wir innerlich die Niya (Absicht) für Ghusl und führen es dann in der folgenden Reihenfolge aus:

- Beide Hände waschen, einschließlich der Handgelenke.
- Den privaten (intimen) Bereich waschen.
- Alle sichtbaren Verschmutzungen vom Körper entfernen.
- Wudu ausführen.
- Gieße dreimal Wasser über den Kopf.
- Gieße dreimal Wasser über die rechte Schulter und dann dreimal über die linke Schulter.
- Gieße Wasser über den ganzen Körper und reibe ihn gleichzeitig ab.
- Gieße Wasser über das ganze Haar.
- Reibe über alle Teile des Körpers mit den Händen, um sicherzustellen, dass nichts trocken bleibt.
- Wenn du fertig bist, trockne den Körper mit einem sauberen Handtuch und ziehe saubere Kleidung an.

*Ghusl sollte bitte ohne zu sprechen durchgeführt werden und das Wasser muss sauber sein.*

### **Erlaubtes und Verbotenes während der Menstruation und dem Wochenfluss**

**Folgende Handlungen sind in dieser Zeit nicht erlaubt:**

1. Die Verrichtung der rituellen Gebete (Sie müssen nicht nachgeholt werden).
2. Das Fasten (im Ramadan: versäumte Tage müssen nachgeholt werden).
3. Geschlechtsverkehr.
4. Das rituelle Umrunden der Kaaba (Tawaaf) während der Hadsch und Umra.
5. Das Berühren und Rezitieren des Qurans (ausgenommen sind Bittgebet). (*Hierzu gib es unterschiedliche Auffassungen der Gelehrten*).
6. Längeres Verweilen in der Moschee.

**Was kann man während der Menstruation/dem Wochenbett für Ibadat verrichten, um die Gottesfurcht zu stärken?**

Da man während der Menstruation bzw. dem Wochenbett, das Gebet nicht verrichten darf, fehlt einem etwas. Man kann jedoch folgende Ibadat vermehrt verrichten:

- Man sollte so viel Dhikr machen, wie man kann. Nicht nur zu den Gebetszeiten, sondern auch, wenn man am Kochen, Bügeln, Putzen ist, auf den Bus wartet usw.
- Quran hören bzw. eine Quranübersetzung lesen
- Viel über den Islam lesen, insbesondere Ahadith
- Ukhti – Sei nicht traurig - Ein Ibadat-Plan für die Menstruierende Frau im Ramadhan (islamexpress.de)

*Es gibt Meinungsverschiedenheiten, was das Anfassen und Lesen des Qurans betrifft. Manche Gelehrte sagen, dass man es anfassen und lesen darf, andere sagen wieder dass man nicht anfassen darf, aber lesen.*