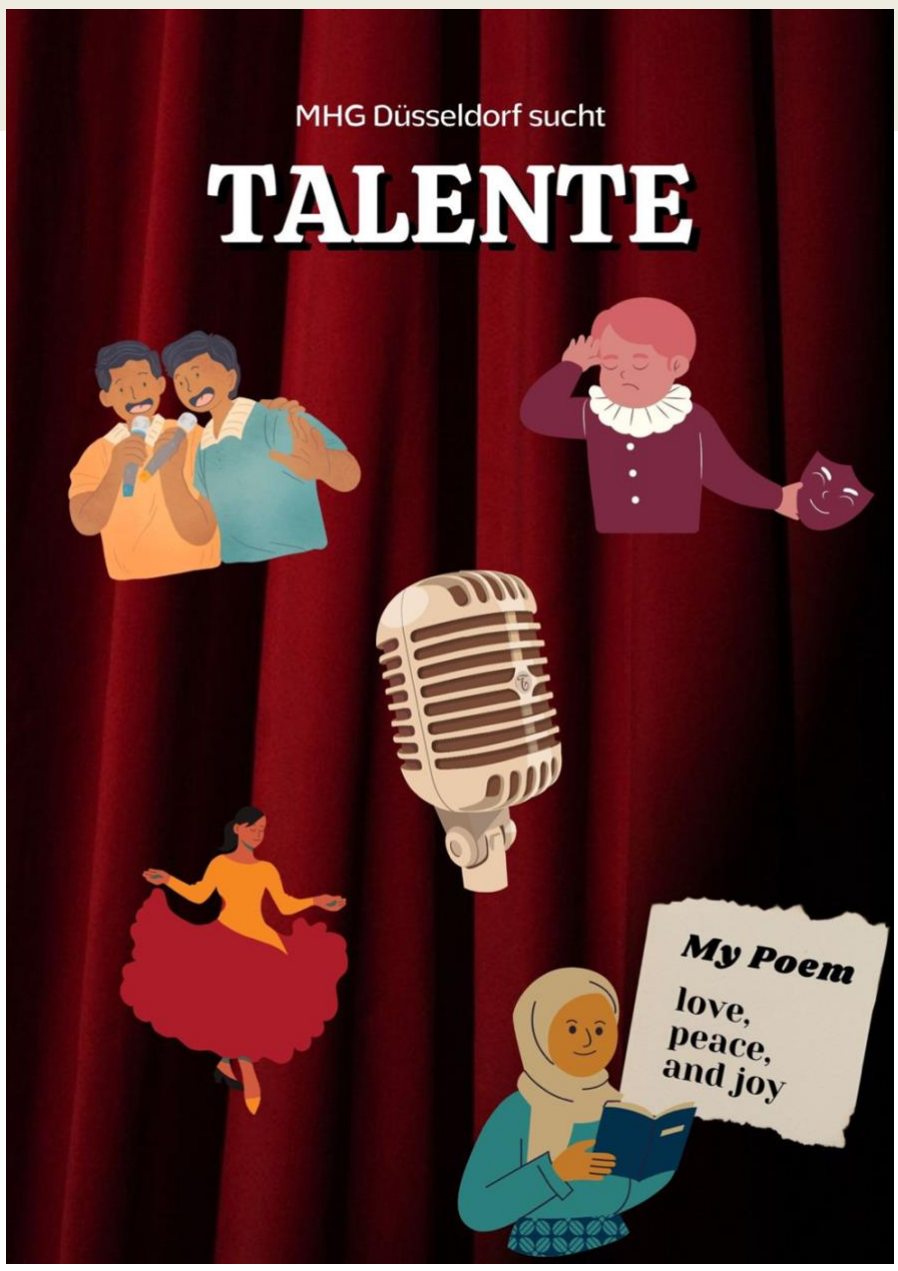
23.11.2021 / / 17. RABI AL-THANI 1443 / / MONTAG / / 3. AUSGABE

MHG MONTHLY

AKTUELL: MHG SUCHT TALENTE!

RÜCKBLICK: Abschlussgrillen 2020. Ein sehr gelungenes und sportliches Event! Wir durften ebenfalls viele Gäste aus anderen MHGs und IHVs willkommen heißen.



DER BUNTE ABEND: MHG sucht Talente! Meldet euch jetzt bei uns.

Vorwort

Assalamu aleikum liebe Geschwister!

Willkommen zu einer weiteren Ausgabe der MHG Monthly. Das Jahr 2021 neigt sich dem Ende zu und damit rückt auch die Vollversammlung immer näher. Doch davor haben wir noch eine letzte große Veranstaltung vor: Der Bunte Abend. Ihr erhaltet weitere Informationen im Laufe des Monats, inschaAllah. Außerdem möchten wir euch an den Mitgliedsbeitrag für das Wintersemester erinnern. Ihr könnt per Überweisung oder auch via PayPal bezahlen. Vergesst bitte nicht, die MHG wird von keiner Organisation oder Moschee Gemeinde unterstützt, d.h. sie lebt von euren Spenden. Falls ihr dieses noch nicht bezahlt habt, bitten wir euch das Geld bald zu entrichten. Die Zahlen der Coronafälle steigen leider erneut an.
Wir bitten euch, eure Masken zu tragen, euch regelmäßig die Hände zu waschen und zu desinfizieren, auf ausreichend Abstände zu achten und bei Krankheitssymptomen möglichst Zuhause zu bleiben. Des Weiteren hoffen wir, dass wir uns noch für eine lange Zeit weiterhin in Präsenz sehen können, falls es jedoch erneut zu Einschränkungen kommen sollte, sind wir darauf natürlich auch vorbereitet. Passt auf euch und eure Geliebten auf.
Möge Allah uns beistehen und die Kranken unter uns heilen. Allahumme Amin! Jetzt haben wir aber genug geredet. Viel Spaß beim Lesen!

Berichte über Veranstaltungen

AUFRUF FÜR DEN BUNTEN ABEND
AUTOR: VERANSTALLTUNGSRESORT

Aufruf für den Bunten Abend: Liebe Leser_innen! Für eine Veranstaltung in naher Zukunft suchen wir eure Talente! Ihr könnt singen, reimen oder jonglieren? Tanzen, schreiben oder präsentieren? Dann meldet euch bei uns über WhatsApp oder über unsere E-Mail! Wir suchen dich und schon ganz bald gehört die Bühne dir!

IN DIESER AUSGABE

ERSTI TOUR DURCH DÜSSELDORF

QIBLA – WAS IST DAS EIGENTLICH?

„DIE WANDLUNG“ EIN GEDICHT ZUM NACHDENKEN

SEITE 1

23.11.2021 / / 17. RABI AL-THANI 1443 / / DIENSTAG / / 3. AUSGABE

MHG MONTHLY

VERANSTALTUNG

Ersti Tour durch Düsseldorf

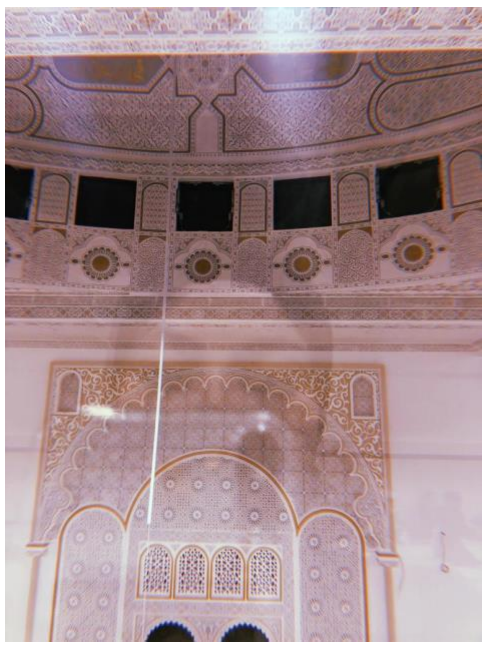
Düsseldorf – Das Herz von NRW!

DIE TOUR
AUTOR: H. A.

Am Donnerstag, den 28.10.2021 hat unser Ersti-Treffen stattgefunden. Gegen 16 Uhr trafen wir uns mit den Erstis und anderen Studenten, die die MHG kennenlernen wollten am Düsseldorfer Hauptbahnhof. Nach einer kurzen Vorstellungsrunde und dem Verteilen der Ersti-Tütchen machten wir uns auf dem Weg, um die Stadt zu erkunden.

Angefangen hat unsere Tour an der Eller Straße in der Nähe des Hauptbahnhofs, in der man v.a. die Vielfalt der marokkanischen Küche entdecken kann. Unser nächster Halt war die Königsallee, die breiteste Straße Deutschland und eine der größten Luxuseinkaufsstraßen Europas. Als nächstes ging es für uns in Richtung Altstadt und Innenstadt. Natürlich durfte ein Stopp am Rhein nicht fehlen. Am Rheinufer angekommen, konnten wir die langsam untergehende Sonne genießen. Als letztes fuhren wir mit der Bahn nach Reisholz, um „Masjid Assalam“ (Bild, rechts) zu besuchen, welche die erste Groß-Moschee Düsseldorfs ist. Dort verrichteten wir das Abendgebet.

Die Tour hat insgesamt viel Spaß gemacht und hat sich auch für die gelohnt, die die Orte bereits kannten. Das Wetter hat an diesem Tag glücklicherweise auch mitgespielt, sodass der Himmel nahezu wolkenfrei und die Temperaturen angenehm waren. Die MHG ist an diesem Tag um 10 weitere Mitglieder gewachsen.



DIE ERSTI-TOUR: Ein schönes Gruppenfoto von einem schönen Tag! Wir haben einige neue Gesichter kennengelernt und hatten alle riesen Spaß!

REZEPT DES MONATS

Sucuk Burger

BURGER MAL ANDERS
AUTOR: A. K.

Zutaten:

- 2 St Sucuk-Patties oder 2-3 St. Parmak sucuk
- 2 St Burgerbrote oder Mini Fladenbrote (Pitabrote)
- 1 St Tomaten in Scheiben
- 0.5 St Romana Salatherzen gewaschen und in Blätter gerupft
- 1 EL süzme-Joghurt (Sahne- oder Stichfester Joghurt mit 10% Fettanteil)
- 0.5 EL Mayonnaise

Für die Chutney-Sauce:

- 0.5 St große rote Zwiebeln in dünne Ringe geschnitten
- 0.5 EL brauner Zucker
- 25 g getrocknete Datteln entkernt und gewürfelt
- 0.5 EL Zitronensaft
- 0.5 Prise pul biber (Chiliflocken)
- 25 ml Wasser nach und nach zugeben
- Alternativ statt Chutney:
- 62.5 g kaşar-Käsescheiben (milder türkischer Schnittkäse)

Zubereitung
Für das Chutney alle Zutaten mit Wasser in eine Pfanne geben. Unter gelegentlichem Rühren, kurz bei starker, dann bei mittlerer bis leichter Hitze etwa 10-15 Minuten mit geschlossenem Deckel köcheln lassen. Joghurt und Mayonnaise in einer kleinen Schüssel verrühren. Sucuk-Patties in einem geriffelten Sandwichtoaster etwa 5-6 Minuten grillen. Kurz darauf die Burgerbrote schneiden und kurz dazu legen, damit sie angewärmt werden. Erst das untere Burgerbrot mit etwas Joghurt-Mayo-Mischung bestreichen. Ein Salatblatt und ein Sucuk-Patty auflegen. Einen vollen Teelöffel vom Chutney verteilen, mit Tomatenscheiben und schließlich mit der oberen Hälfte vom Burgerbrot abschließen. Und tadaaa schon fertig ☺

Quelle: Koch dich türkisch

Qibla – Was ist das eigentlich?

ISLAMISCHER BEGRIFF
AUTOR: H. A.

Qibla: (arabisch قبلة, DMG qibla) ist die Richtung, in die Muslime das Gebet verrichten, nämlich Richtung der Kaaba in Mekka in Saudi-Arabien. Ursprünglich beteten Muslime in Richtung Al-Aqsa-Moschee in Jerusalem. Während eines Gebets in Masjid Al-Qiblatain („Moschee der beiden Gebetsrichtungen“) teilte ein Gefährte des Propheten s.a.w., den Betenden in dieser Moschee mit, dass die Gebetsrichtung geändert wurde, nachdem er sah, wie der Prophet s.a.w. in Richtung Mekka betete. Daraufhin drehten sich die Betenden noch im Gebet von Richtung Jerusalems in Richtung Mekka drehten. Die Qibla spielt nicht nur beim Gebet eine Rolle. Verstorbene werden so in das Grab gelegt, sodass der Kopf Richtung Qibla liegt. Auch bei der Schlachtung von Tieren, zeigt der Kopf des Tieres in Richtung Mekka.

TIPP DES MONATS

WASSER – OHNE LÄUFT NIX!

GEBT EUREM KÖRPER GENUG WASSER
AUTOR: O. E.

Unser Körper besteht zu siebzig Prozent aus Wasser. Du kannst dir also vorstellen, dass das Wasser ein unverzichtbares Element ist, um unseren Körper gesund zu halten. Wasser reinigt nicht nur unseren Körper, sondern fungiert u.a. als Reaktionspartner für bestimmte biochemische Reaktionen, bestimmt die Fließeigenschaften des Blutes, beeinflusst die Ausscheidung von Abbaustoffen etc. Weißt du, wie viele Mineralstoffe in deinem Trinkwasser (Mineralwasser) enthalten sind? Fast richtig! Ein mineralstoffreiches Wasser sollte mindestens 1500 mg Mineralstoffe pro Liter enthalten. Anschließend der Tipp des Monats: Eine optimale Flüssigkeitsversorgung hat immense Vorteile für unsere Gesundheit und Produktivität. Das Bundesministerium für Ernährung empfiehlt Erwachsenen durchschnittlich 1,5 Liter Wasser pro Tag zu trinken. Achte immer darauf eine Wasserflasche dabei zu haben und stelle sie an einem sichtbaren Ort auf. Du kannst zum Beispiel am Ende einer Aufgabe oder nach jeder Vorlesungseinheit Wasser trinken. Quellen: Siehe Fußnote.[1]

Peppe dein Wasser mit verschiedenen Obstsorten auf! Toll eignen sich auch Zitrone. (Photo by Daniele Levis Pelusi on Unsplash)

Abū Huraira, Allahs Wohlgefallen auf ihm, berichtete, dass der Gesandte Allahs, Allahs Segen und Heil auf ihm, sagte: „Unser Herr, Der Segensreiche und Erhabene, wendet Sich Gnädig in jeder Nacht unserem ersten Himmel zu, wenn das letzte Drittel der Nacht übrigbleibt, und spricht: „Wer ruft Mich an, damit Ich ihm entgegenkomme? Wer bittet Mich, damit Ich ihm gebe? Wer bittet Mich um Vergebung, damit Ich ihm vergebe?“

[Sahih al-Buhari, Kapitel 73/Hadithnr. 6321]

[1] https://uni-tuebingen.de/fakultaeten/mathematisch-naturwissenschaftliche-fakultaet/fachbereiche/geowissenschaften/sammlungen/mineralogische-sammlung/inhalt-der-sammlung/mineralstoffe-und-mineralwasser/
https://www.aok.de/pk/magazin/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/wie-viel-wasser-muessen-wir-am-tag-trinken/
https://www.osd-ev.org/osteoporose-therapie/osteoporose-ernaehrung/mineralwasser/#:~:text=Wer%20bei%20der%20Arbeit%20oder,guter%20Durstl%C3%B6scher%2C%20sondern%20auch%20gesund.&text=Will%20man%20ein%20mineralstoffreiches%20Wasser,Milligramm%20Mineralstoffe%20pro%20Liter%20achten.

GASTBEITRAG

„*Die Wandlung*“- Ein Gedicht zum Nachdenken

DIE WANDLUNG
DICHTER: ÖMER HAŞIM

„Dein Gebet kann dein Geschick nicht ändern,

doch vielleicht kann es dich selbst verwandeln!

Wenn in dir die große Wandlung einsetzt,

Ist's kein Wunder, wenn sich Welten wandeln.“

Muhammad Iqbal
(Übersetzt von Prof. Annemarie Schimmel)

Die Wandlung
von Ömer Haşim

Als eine zerbrechliche Gestalt aus Fleisch und Blut

Die wundersame Wandlung zum fühlenden Wesen

Lernten wir bei Zeiten zu huldigen mit Herzensglut

Die zierliche Seele sollte zum Besseren genesen.

Die frommen Huldigungen an den Allewigen

Die Wünsche für die Seele zahlreich wie eine Flut

Flehen andächtig, unsere Wandlung zu billigen.

Die große Wandlung zum Besseren aus Fleisch und Blut.

KOLUMNE

Liebe, Beziehungen und Mentale Gesundheit.

Disclaimer: Ich bin keine Psychologin und spreche aus meinen und den Erfahrungen meines Umfeldes heraus.
AUTOR: ANONYM

Wenn es nach unseren Eltern geht, heiraten wir am besten, sobald sie bereit sind, einen loszulassen und davor hatte man bestenfalls noch keine Freundschaften oder jeglichen Kontakt mit Männern gehabt, was islamisch gesehen sowieso klar geregelt ist, aber dazu Näheres ein anderes Mal. Stellt sich vielen die Frage, wie soll man jemanden heiraten, der nicht existiert?
Heutzutage ist es schwer eine gute Partie zu finden. Ich denke, fast jeder von uns war bereits an diesem Punkt und hat es zu spüren bekommen. Denn dann heißt es, er oder sie muss genauso religiös wie man selbst sein oder hat dieselben Wünsche und Erwartungen und idealerweise ist man an einem Punkt in seinem Leben, wo es einfach passt! Alles andere sind Grauzonen und lediglich Präferenz.

„Schlechte Frauen sind für schlechte Männer. Schlechte Männer sind für schlechte Frauen. Saubere Frauen sind für saubere Männer. Saubere Männer sind für saubere Frauen. […].“ (Sura an-Nur 26.).

Ob geschieden, verwitwet oder einfach nur single ist ein Label unserer Gesellschaft, denn worauf es am Ende wirklich ankommt, ist der Charakter und der Glaube bei der Partnersuche. Und nicht das Einkommen oder das gute Aussehen. Klar kann man diese Dinge nicht außer Acht lassen, aber sie sind nicht das, wodurch eine Beziehung letztendlich steht und fällt. Darauf gehe ich gleich näher ein.

„Ein guter Charakter ist Gold wert!“ sagt man so schön und „Die guten sind immer schnell weg!“, das ist eines der vielen Dinge, die wir zu hören bekommen. Aber stimmt das denn so? Und wenn ja, was stimmt dann mit einem selbst nicht? Oder was kann man tun, um auf sich aufmerksam zu machen, ohne dabei aufdringlich oder gar peinlich zu werden? Ich denke dazu hätte ich ein paar Tipps! Fangen wir von vorne an. Unsere Eltern sind unsere wichtigsten Wegbegleiter und ihre Ratschläge können wir manchmal nicht so richtig nachvollziehen, aber was zählt ist, dass sie unser Bestes im Sinn haben. Sie haben nämlich Dinge gesehen und erlebt, vor denen sie uns geschützt haben, und die wir nicht wahrnehmen, da uns diese Erfahrung erspart worden sind/ geblieben sind. Dann gibt es aber auch leider die unter uns, die keine Eltern haben oder ein Elternteil nicht mehr da ist und diejenigen unter uns, die eine Scheidung erlebt haben. Es ist eine harte und traurige Realität, wenn es darum geht sich an Ihnen zu orientieren, wie eine gesunde Beziehung auszusehen hat, wenn diese nie da war oder sie einfach nur toxisch in der Familie vorgelebt worden ist. Dann stimmt schon mal unsere eigene Wahrnehmung von gesund und ungesund bei dem einen oder anderen nicht oder es fehlt einem. Manche hatten etwas andere Erfahrungen, die bereits einige Schritte voraus gehen. Wie etwa eine Scheidung. Ich finde es sehr schade, dass diejenigen aufgrund dieser Tatsache verurteilt werden, obwohl es ein sehr mutiger Schritt ist. Wie wir sehen, gibt es nicht den Traumpartner, von den man immer redet. Sondern den Menschen, den man vor sich stehen hat. Wir all laufen mit einem Päckchen herum. Jeder von uns geht auf seine eigene Art und Weise damit um und verarbeitet diese Traumata in seinem Tempo.

Die hinterlassen Spuren auf der Seele einer Person muss man nicht vorläufig ihm/ihr ansehen, aber was wir tun können ist mit bedacht unsere Worte zu wählen und Verständnis aufzubringen. Oft handeln und sprechen verletzte Menschen aus ihrem Schmerz heraus und es hilft der Betroffenen ihnen zu zuhören. Nur jemand, der an seinen Traumata arbeitet, kann seinen Partner davor schützen, sie oder ihn damit zu verletzen, durch Reflexion und Hilfe, die man sich sucht. Stichwort: Kommunikation. Es ist ein wesentlicher Bestandteil einer gesunden Beziehung und bildet den Grundpfeiler einer glücklichen Ehe und Beziehung. Nur wenn man ehrlich zu sich selbst, als auch seinem Partner gegenüber ist, kann man herausfinden, was man sucht und braucht, um das zu bekommen, was einen glücklich macht und zusammenhält. Schließlich geht man eine Partnerschaft ein und erfüllt die Hälfte seines Deens mit dieser wichtigen Entscheidung. Macht euch selber keinen Druck und versucht den Dingen seinen natürlichen Lauf zu lassen und beobachtet einfach das Verhalten der Person aufmerksam, um herauszufinden, ob euch irgendwas auffällt. Mit etwas Glück können einem bereits glücklich verheirateten Freund auf die Sprünge helfen oder die Eltern von sehr engen Freunden können in die Rolle als Berater einspringen, wenn man nicht den offenen Zugang zu seinen Eltern selbst hat. Als kleinen Tipp schon mal vorab, bleibt euch selbst treu und bewahrt die Ruhe. Niemand weiß, wie man den Idealen ersten Schritt in Richtung kennenlernen anfängt. Es ist eine kleine Überwindung sich zu trauen und sich dabei von seiner verletzlichen Seite, seinem Gegenüber zu zeigen. Aber wagt euch, wenn die Person es Wert ist! Ihr habt mit ein paar Worten, die man wechselt, nichts zu verlieren und, wenn man den religiösen Konformitätsrahmen einhält-Perfekt!

Dass die guten immer schnell weg sind, stimmt so nicht, würde ich behaupten. Wir sind alle gute Menschen und haben Träume und Sehnsüchte und sind sehr individuell. Deshalb lohnt es sich auf den richtigen Partner zu warten und sich die Zeit zu nehmen die man braucht. Aber jemanden mit einem schönen Charakter als auch Glauben zu finden ist vielleicht etwas schwieriger als damals geworden. Ich will niemanden entmutigen, ganz im Gegenteil, viel mehr realistisch sein. Wenn man jedoch, seinem Umfeld signalisiert, dass man Interesse hätte oder bereit ist, können die Tantchen und Freunde einem auf die gute altmodische Art per Mundpropaganda, sich für einen umschauen lassen und in die Menge horchen. Ganz diskret. Ich denke das waren viele Gedanken.

SALAM ALEIKUM!

WERDE SELBER AUTOR

Lust deine Erfahrungen und dein Wissen mit anderen zu teilen? Sende uns deinen Text bis zum 10.12 zu!