

DATO: 23.04.2021

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ
وَأَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَقَلْبِهِ وَأَنَّهُ إِلَيْهِ تُحْشَرُونَ

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ
مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ
يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ

HELBREDELSMÅNEDEN RAMADAN

Kjære troende!

I det verset jeg har lest så sier våre store Rab slik: **“Troende! Adlyd Allah og Budbringerens kall når han kaller dere til det som er livgivende”¹**

En av de viktigste tingene som Allah og hans sendebud tilkaller oss, er vår faste under Ramadan. Vår Herre som lover oss livet i all Han har tilkalt til, har mye visdom for oss i denne tilbedelsen der vi unngår å spise og drikke. Akkurat som bønner er en tids tilbedelse for å holde tjeneren skal ha kontakt med sin Herre, er faste et viktig middel i forholdet mellom tjeneren og hans Herre i årsplanen.

Ærede brødre!

En kommunikasjon som støtter seg til Allahs samtykke er mulig når tjeneren som vedtar god moral. Vi kan faktisk si at alle tilbedelser eksisterer å gjøre mennesker moralsk perfekte. Når vi tenker i denne sammenhengen, skal fasten som vi gjør på en riktig måte holde oss unna dårlige vaner som løgn, baksnakking og sladder. Hadithen som jeg har lest i starten av min khutbah Profeten (fvmh) gjorde oppmerksom på at faste skulle holde oss unna fra løgn som er den farligste av åndelige sykdommer, ved å si: **«Hvis en person ikke gir opp på løgn og håndtere ting med løgn, har Allah ikke noe behov for at den personen ikke forlater å drikke og spise.»²** Fordi løgn er farlig sykdom som forårsaker uro og usikkerhet blant mennesker i denne verden og fører til helvete i det hinsidige livet. Faktisk så har det blitt sagt at **«Løgn fører til overtredelse og overtredelse fører til helvete.»³**

På samme måte er tålmodighet en dyd for troende som fører til fred i denne verden og det hinsidige livet. Faste lærer oss å holde oss psykologiskvis sterke mot katastrofe og problemer ved å lære oss tålmodighet. Faste, lærer at når en erter en troende person så skal han ikke bare beskytte magen, men også sitt sinne ved å si **«Jeg faster»**. Er ikke grunnen de fleste skuffelsene i samfunnet sykdommen manglende evne til å holde sitt sinne?

Kjære Muslimer!

Fasten er helbredelse for vår sjel som den er helbredelse for vår kropp. Vi troende tjenerer faster ikke for å bli sunn, men vi faster for å nå Hans samtykke ved å adlyde vår Herres ordre, som har skapt oss og har gitt oss mange velsignelser. Men vi vet at hver tilbedelse vår Herre har befalt har fordeler for både denne verden og hinsidige livet. Ved å faste forbereder den troende for situasjoner som sult og tørst som han kan møte i livet. Magen vår som har jobbet i høyt tempo i elleve måneder blir fysisk sliten og trenger hvile og dette er mulig med muslimens faste. Takket være fasten blir de overdrevne farlige stoffer som fett, glukose som er samlet i kroppen, brent gjennom dagen og kropsbalansen balanseres. Våre leger forklarer at det er mulig å fjerne vek celledeler, som har blitt ødelagt og skadelig for kroppen, ved å faste. Igjen har forskning som har blitt gjort vist at Ramadan fasten reduserer depresjon, angst og stress, og øker hukommelse og mental velvære.

Kjære troende!

Ramadan er faste måneden som modner oss moralsk, lærer oss å beskytte vår vilje og er helse for kroppen vår. Igjen Ramadan er Koran måneden som er helsekjernen for mennesker og samfunnet. Så hvis helsen vår tillater det, la oss ikke forsømme vår faste, la oss holde den og den holde oss. La oss lese Koranen, prøve å forstå dens betydning, la vår sjel få helbredelse fra Koranen.

Norge Diyanet Khutba Kommisjon

¹ Enfal, 8/24.

² Buhârî, Savm, 8.

³ Buhârî, Edep, 69.