

Dato: 24.04.2026

Tema: Hjertene finner ro gjennom ihukommelse av Allah og dyp refleksjon

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي

خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ...

وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:

مَثَلُ الَّذِي يَذْكُرُ رَبَّهُ وَالَّذِي لَا يَذْكُرُ مَثَلُ الْحَيِّ وَالْمَيِّتِ.

Kjære muslimer!

I det verset jeg leste, presenterer vår Herre de innsiktsfulle troende slik: **"De er de som kommer Allah i hu (dhikr) når de står, sitter og ligger på siden, og som reflekterer (tafakkur) over skapelsen av himlene og jorden..."**^[1]

I hadithen jeg leste sier vår kjære Profet (s.a.s): **"Forskjellen mellom den som kommer sin Herre i hu og den som ikke gjør det, er som forskjellen mellom den levende og den døde."**^[2]

Kjære troende!

Dhikr [=ihukommelse] og tafakkur [=refleksjon] er to former for tilbedelse som er tett sammenvevd og utfyller hverandre. Når disse to forenes, åpner de døren for den troendes åndelige modning og utvikling. De er uttrykk for vår hengivenhet og lojalitet til vår Herre, og kilden til åndelig velsignelse. De gir fred til sinnet, næring til hjertet og legedom for våre bekymringer. Å praktisere dhikr og tafakkur betyr å aldri glemme at vår Herre ser oss, hører oss og beskytter oss til enhver tid. Det er gjennom dette vi oppnår Hans nåde, kjærlighet og barmhjertighet. Vi våkner fra likegyldighet gjennom ihukommelse, og vi frigjør oss fra tvil gjennom refleksjon. Bare slik kan vi oppnå trygghet i dette livet og i det hinsidige.

Kjære muslimer!

Den troende åpner sitt hjerte for sin Herre gjennom dhikr, og Han svarer med hele sitt vesen på kallet: **"Kom Meg i hu, så skal Jeg huske på dere."**^[3] Gjennom refleksjon over Allahs eksistens og makt lever den troende et liv i bevissthet om

Allahs nærvær. Han eller hun streber alltid etter det gode og holder seg unna det onde.

Gjennom dhikr finner hjertet ro, barmhjertigheten styrkes og følelsen av *ihsan* [=godhet] berikes. Akkurat som kroppen trenger mat, trenger hjertet sitt eget påfyll. Hvis vi glemmer å ihukomme Allah, vil hjertet bli matt og utslitt. Verset: **"Vit at i ihukommelsen av Allah finner hjertene ro"**^[4] minner oss om nettopp denne sannheten.

Ærede troende!

I den hellige Koranen blir vi befalt dette: **"O dere som tror! Kom Allah i hu med hyppig ihukommelse, og pris Ham morgen og aften."**^[5]

Dhikr er mer enn bare å gjenta ord; det er en innsats for å oppnå Allahs velvilje gjennom våre ord, holdninger og handlinger. Det handler om å foredle sjelen og vandre på godhetens vei. En troende som forstår den sanne betydningen av refleksjon, lever i tråd med Koranen og Sunnah. Han tar vare på sine medmennesker og arbeider for samhold i samfunnet.

Ærede muslimer!

Vår Herre advarer oss slik i Koranen: **"O dere som tror! La ikke deres eiendom eller deres barn distrahere dere fra å ihukomme Allah."**^[6] Dette verset pålegger oss å huske Allah i hverdagen – enten vi arbeider for vårt levebrød eller utfører andre oppgaver. Han kaller oss til å tilbe Ham og søke Hans hjelp i både gode og utfordrende tider. La oss derfor, kjære søsken, alltid ihukomme vår Herre i håp om Hans tilgivelse. La oss ikke forsømme tidebønnen, som er den største formen for dhikr. La oss lese, forstå og etterleve Koranen.

Jeg avslutter prekenen med denne bønnen som Profeten (saw) lærte oss: **"O Allah! Hjelp oss til å takke Deg, huske Deg og tilbe Deg på den aller beste måte."**^[7]

[1] Âl-i Imrân, 3/191.

[2] Buhârî, Deavât, 66.

[3] Bakara, 2/152.

[4] Ra'd, 13/28.

[5] Ahzâb, 33/41,42.

[6] Mûnâfikûn, 63/9.

[7] Ibn Hanbel, II, 299.