

Att äta rent och halal

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
﴿ وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ ﴾
عَنْ أَبِي الْحَوْرَاءِ السَّعْدِيِّ قَالَ: قُلْتُ لِلْحَسَنِ بْنِ عَلِيٍّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: مَا حَفِظْتَ مِنْ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ؟ قَالَ حَفِظْتُ مِنْهُ « دَعُ مَا يَرِيْبُكَ إِلَى مَا لَا يَرِيْبُكَ »

Ärade muslimer!

Vi människor behöver mat för att kunna fortsätta våra liv på jorden, där vi skapats för att bli prövade. Utan att äta kan vi inte leva. Så klart har vår religion inte uteslutit denna del av livet, och satt regler kring äta och dricka. Muslimernas vägledare, Koranen säger: “Njut således av alla tillåtna goda ting som Gud har skänkt er för er försörjning och frukta Gud, målet för er tro.”¹. Vår Herre har aldrig berordrat oss något utan anledning. Allt som är tillåtet och otillåtet när det gäller mat och dryck är klart, och det vi ska försöka göra är att hålla oss inom den tillåtna ramen.

Kära troende!

Våra lärda har tidigare sagt: “En persons religiösitet kan mätas genom hur tillåten dennes kost är”. Dagens moderna vetenskap har kommit fram till att det vi äter och dricker påverkar vår karaktär. Att man äter det som är tillåtet är en jätteviktig punkt i vår andliga resa. En person som äter otillåtna och tvivelaktiga saker kommer tappa kärleken och motivationen till dyrkan. Hjärtat kommer att lata sig och förlora sina känslor. Lustens begär kommer börja styra våra liv och de ärade egenskaperna som Islam lär oss kan lätt bli bortglömda.

Mina syskon!

Speciellt nu när industrin för mat och dryck kommit till en sådan nivå som idag, bör vi försöka vårt bästa för att hålla oss borta från tvivelaktiga saker. Vår ärade Profet (s.a.v.) har rådat oss: “Lämna det som ger en misstänksamhet hos dig, och välj det som känns säkert!”². Vid sidan av att maten och drycken ska vara *halal*, alltså tillåtet, ska vi även se till att dessa är *tayyib*, alltså rent. När man säger ren mat, menar man att man ska äta det som är hälsosamt och oskadligt för kroppen. Vi ska inte

glömma att kroppen är vad vi fått från Allah (swt), som vi ska ta hand om på bästa sätt. Kroppen och själens välmående påverkar varandra. Den som inte lägger vikt på sin hälsa och kost nu, kommer behöva lägga sin tid och pengar på sin hälsa senare. Låt oss då äta det som är tillåtet och rent, glöm inte att detta är en viktig del av tillbedjan och gudsfruktan.

Ärad församling!

Profeten (s.a.v.) har nämnt en person som rest en lång väg för Allahs skull och på grund av detta fått rufsigt hår och dammiga kläder och händer och som lyfter sina händer för att göra duaa till Allah. Profeten säger: “Den här resenärens mat är haram, dryck är haram, och kläder är haram. Hur ska dennes duaa/åkallan besvaras?”³. Så som beskrivet i surah Al-Fatihah, så åkallar vi endast Allah och söker hjälp hos endast Honom. Om vi önskar att våra duaa ska accepteras, ska vi göra vårt bästa för att hålla oss inom de gränser som Allah (swt) har satt. Inte bara vår kost, utan hela vårt liv ska vara inom det tillåtna och rena. Om vi håller vår relation till vår Herre, till andra människor och till hela världen så som Allah (swt) har beordrat, betyder det att vi lever ett tillåtet och rent liv.

Må Allah göra oss bland de som skyddar sig från haram, och nöjer sig med halal. Amin!

¹ Mâide suresi, 5:88

² Nesâi, Eşribe, 50

³ Müslim, Zekât, 65, H. No: 1015