

Beroenden: Sjukdomen som tar över kontrollen

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿أَفَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ﴾



سُورَةُ الْجَاثِيَةِ ، 45:23

قَالَ عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عُمَرَ: قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ ﷺ:

«يَا عَبْدَ اللَّهِ بْنُ عُمَرَو بَلَّغْنِي أَنَّكَ تَصُومُ النَّهَارَ وَتَقُومُ اللَّيْلَ فَلَا تَفْعَلُ فَإِنَّ لَجَسَدِكَ عَلَيْكَ حَظًّا وَلِعَيْنِكَ عَلَيْكَ حَظًّا وَإِنَّ لِرُوحِكَ عَلَيْكَ حَظًّا»

مسلم، الصيام، 193

Ärade troende!

Vår Skapare (swt) har skapat människan i den bästa naturen och gett denna skapelse intelligens, valmöjlighet och kontroll. Med dessa egenskaper kan människan välja mellan rätt eller fel, nyttig eller skadlig. Människans fiende, djävulen och människans egna ego strävar hela tiden att få människan att gå ut från det rätta och hamna i tvist mellan rätt och fel. En väg till detta är beroenden. Beroenden är sjukdomar som låser människans kontroll. Droger, alkohol, rökning, spel och liknande skadliga beroenden tröttnar ut människans kropp och själ. Dock, så är våra kroppar som ett lån från vår Skapare (swt) och endast tillfälliga på detta jordeliv som vi är tvungna att ta hand om väl.

Ärade muslimer!

Beroenden är inte begränsade till användandet av olika medel. I dagens värld så är det digitala beroendet något som får människan att slösa bort massor med tid. Enligt undersökningarna så slösar en person cirka 6-7 timmar om dagen framför skärmar. Detta beroende får familjelivet att försvagas, relationerna bli lösa, och kommunikationen mellan barn och föräldrar att bli väldigt dåliga. Dessutom har nakenhet normaliseras genom digitala plattformar och samhällets moral har sjunkit. Att bläddra runt på video och bildflöden i flera timmar passar inte en muslims karaktär. En muslim bör använda teknologin endast för att göra nytta.

Ett annat beroende är att bli en fanatiker för någon typ av sport. Vissa muslimer kan till och med glömma bönen och moskén för att endast se på en fotbollsmatch. De som spenderar massor med timmar framför TV-skärmen, ser några minuter i bönen som tråkigt. Och synd är det om de som anpassar sin bönetid utefter fotbollsmatchen, tv-serien eller

kvällsnyheterna. Vi muslimer måste se vår religion och vår dyrkan viktigare än allt annat. En muslim ska styra sin tid efter böneutropet. Alla dessa händelser visar att vi har försvagats mot vår egen vilja/nafs. Allah (swt) säger följande: **“HUR SER du [Muhammad] på den som gör sina egna passioner till gud? Eftersom Gud vet [att hans sinne är stängt för all vägledning], har Han låtit honom gå vilse och tillslutit hans öron och förseglat hans hjärta och bundit för hans ögon. Vem kan vägleda honom sedan Gud [har övergett honom]? Skall ni inte tänka över detta?”**¹

Kära syskon!

Just denna mening från Koranen är en perfekt benämning till beroenden: **Att göra sina egna passioner till gud!** Rökning, alkohol, droger, spel om pengar, tv, telefon, sociala medier, fotboll och allt annat. En person som har blivit beroende av något av dessa har blivit en tjänare och slav till sitt beroende. Dock så är den riktiga friheten i att bli tjänare och slav till Allah (swt). Kom ihåg att Rasulullah (s.a.v.) har beordrat att till och med i vår dyrkan till Allah (swt) ska vi vara balanserade. Han har sagt till Abdullah b. Amr, *“Å Abdullah! Jag fick veta att du fastar hela tiden utan avbrott och ber hela nätterna. Gör inte detta! För att din kropp har rätt över dig, dina ögon har rätt över dig och din fru har också rätt över dig.”*². Om det inte anses vara bra att överdriva i sin dyrkan, låt oss då tänka över hur det skulle anses om att överdriva i onyttiga aktiviteter. Låt oss då ha kontroll över oss själva och sedan våra familjer och skydda oss från beroenden. Låt oss hålla kontakten med våra syskon som är i behov av att bota sina beroenden.

Jag avslutar min khutba med följande mening från den ädla Koranen, där Allah (swt) beskriver de troende: **“de som drar sig undan när de hör lättsinnigt tal.”**³. Må Allah (swt) göra oss till bland de som tar ansvar över sina liv, sköter sin hälsa, avstår från beroenden och vänder sig ifrån allt som är onödigt. Amin!

¹ Cāsiye suresi, 45:23

² Müslim, Sıyām, 193

³ Mü'minûn suresi, 23:3