

Datum: 11-12-2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ ۖ وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ ۖ وَإِذَا
مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ۖ وَالَّذِي يُمِيتُنِي ثُمَّ يُحْيِينِ ۖ
قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:
مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرْبِهِ مُعَافَى فِي جَسَدِهِ، عِنْدَهُ قُوَّةٌ يَوْمَهُ،
فَكَانَتْ حَيزَتْ لَهُ الدُّنْيَا.

WAAK OVER JE GEZONDHEID

Allah ﷻ zegt het volgende in de Qur'an: '[Allah is] Degene Die mij schiep en Hij leidt mij. En Hij is Degene Die mij van voedt en Die mij van drinken voorziet. En wanneer ik ziek ben, is Hij Degene Die mij geneest. En [Hij is] Degene Die mij doet sterven en mij vervolgens tot leven brengt.'¹ Volgens een *ḥadīth* heeft de Profeet ﷺ het volgende gezegd: 'Wie van jullie de dag begint met gemoedsrust, een gezond lichaam en het onderhoud van zijn dag bij zich heeft, is het alsof hij voorzien is van [de gunsten van] de wereld.'²

Beste broeders en zusters!

De Islām is een religie van genade; een religie die ons enerzijds uitnodigt om de grenzen die God heeft gesteld te respecteren, en anderzijds universele principes verkondigt waarmee we gezond kunnen leven en bij kunnen dragen aan een harmonieuze samenleving. Een van deze principes waar wij ons als gelovigen (*mu'minīn*) aan dienen te houden, is het behoud van het leven. Immers, God heeft ons lichaam aan ons toevertrouwd en we moeten dit dan ook goed onderhouden. Om goede daden te kunnen verrichten is het noodzakelijk dat wij een gezonde geest en een gezond lichaam hebben.

Beste moslims!

Het leven, het mens-zijn, het dragen van verantwoordelijkheid, het beschikken over een verstand en een vrije wil zijn grote gunsten. Als je goede daden wil blijven verrichten en veel nuttige zaken wil achterlaten op de wereld, is het van belang dat je op een gezonde manier leeft. Het is treurig om te zien dat we de waarde van onze gezondheid onvoldoende inzien. We verwaarlozen onze gezondheid door allerlei slechte gewoontes.

Beste gelovigen!

Als de mens bewust is van de waarde van zijn gezondheid, zal hij er alles aan doen om zich te beschermen tegen schadelijke invloeden. En wanneer hij ziek wordt, zal hij openstaan voor behandeling. Het is dus onze verantwoordelijkheid om bij ziekte onze toevlucht te zoeken bij "al-Shāfi", een naam van Allah die staat voor "de Genezer". Ook moeten we ons lichaam, dat Allah ons heeft toevertrouwd, door middel van medische behandelingen het recht te geven dat het verdient. In de volgende *ḥadīth* adviseerde de Profeet ﷺ om de hoop op genezing nooit op te geven: 'En Hij [Allah] heeft voor iedere ziekte een genezing voortgebracht. Laat jullie dus behandelen [wanneer jullie ziek zijn].'³ Elke minuut is een zegen, met name als je nog jong en vitaal bent. De Profeet ﷺ zei eens: 'Besef de waarde van vijf zaken voordat vijf zaken optreden: 1) voordat je doodgaat je leven, 2) voordat je ziek wordt je gezondheid, 3) voordat je het druk krijgt je vrije tijd, 4) voordat je oud wordt je jeugd en 5) voordat je arm wordt je rijkdom.'⁴ Om gezond te blijven dien je te voorkomen dat je je ziel vervuilt en dien je te letten op hygiëne. Allah ﷻ houdt van mooie en schone dingen. De Profeet ﷺ zei eens: 'Voorwaar, Allah is mooi en Hij houdt van schoonheid.'⁵

Beste gemeenschap!

De coronapandemie dwingt ons om preventieve maatregelen te nemen. Het nemen van je verantwoordelijkheid is niet alleen een menselijke, maar ook een religieuze plicht. We dienen zowel onze eigen gezondheid als die van onze omgeving te beschermen. Om die reden dienen we ons te houden aan de maatregelen van de Rijksoverheid. Het in gevaar brengen van je leven en dat van anderen valt onder het schenden van het recht van de mensen (*ḥaqq al-nās*), wat de Islām niet toestaat. Houd afstand van elkaar, draag een monden neusmasker, vermijd drukke plekken, ga niet op familiebezoek, houd je lichaam en kleding schoon en zorg voor een schone leef- en werkomgeving door deze regelmatig te ventileren. Desinfecteer regelmatig deurklinken, trapleuningen, kranen en lichtschaakelaars. Ben je op vakantie geweest, ga dan twee weken in thuisquarantaine. Alleen met deze voorzorgsmaatregelen kunnen we de pandemie samen onder controle houden.

Redactie & vertaling: drs. Ahmed Bulut
Islamitische Stichting Nederland

¹ Al-Shu'arā', 26: 78-81.

² T2346 Al-Tirmidhī, Zuhd, 34.

³ D3874 Abū Dāwūd, Ṭibb, 11.

⁴ Al-Ḥākim al-Nishābūrī, Al-Mustadrak, IV, 341.

⁵ M265 Al-Muslim, Imān, 147.