

Wees niet bedroefd!

Vrijdagpreek van vrijdag 19 oktober 2018



Bismillahi arahmani araheem,

Het onderwerp van vandaag: wees niet bedroefd!

Allah swt zegt in surah at-Talaaq, aya 2 en 3, het volgende:

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا (٢) وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ

En wie hoog bewust is van Allah, Allah zal hem een uitweg bieden (bij iedere moeilijkheid). En Hij (Allah) zal hem voorzien (uit bronnen) van waar hij het niet verwacht.

Zorgen? Angst? Stress? Burn-out? Depressie? Allemaal woorden die we vandaag de dag vaak horen om ons heen. Vele broeders en zusters kampen met grote zorgen wat zelfs leidt tot zulke mentale ziektes. Zo heb je veel jongeren die zich zorgen maken om hun toekomst of ouders die zich zorgen maken over de toekomst van hun kinderen of grootouders die zich zorgen maken over hun kleinkinderen. Je ziet dat deze zorgen zeer divers zijn, van zorgen over het huwelijk tot aan ziektes. De genoemde aya is de beste medicijn voor al deze problemen. Allah swt maakt hier een statement: als iemand hoog bewust is van Allah swt, oftewel iemand die volledig zijn vertrouwen stelt in Allah swt, zal hoe dan ook een uitweg krijgen van Allah swt om uit deze moeilijkheid te komen. Verder zegt Allah swt dat de oplossing komt uit een bron die men helemaal niet verwacht. Een gelovige die hier echt bewust van is, ervaart altijd innerlijke rust en stabiliteit in zijn hart. Hij leeft in een paradijs hier in dit wereldse leven.

De profeet Mohammed vzmh heeft aansluitend hierop het volgende gezegd: **De sterke gelovige is beter en geliefder bij Allaah dan de zwakke gelovige en in beide zit goeds, houd je vast aan datgene wat nuttig voor je is, en vertrouw op Allaah en geef niet op, en als je iets overkomt zeg dan niet: als ik maar dat en dat had gedaan, maar zeg: Allaah heeft voorbestemd en wat Hij wil heeft hij laten zijn, waarlijk "als" opent de deur voor de shaitaan.**

De profeet Mohammed vzmh leert ons hier dat we niet bedroefd moeten zijn om zaken die ons overkomen. Alles gebeurt met een reden en Allah swt heeft altijd het beste voor ons. Hoe vaak hoor je mensen die klagen om je heen? Mensen die zichzelf de schuld geven van zaken die gebeurd zijn? Hoe vaak zie je mensen pijn leiden omdat ze zich vasthouden aan het 'wat als?'-kwaal? We zullen stilstaan bij vier hulpmiddelen die ertoe leiden dat je je minder bedroefd zal voelen en die leiden tot meer rust:

1. Kijk naar iemand die het minder heeft dan jij als het gaat om zaken die gerelateerd zijn aan het wereldse leven. Het probleem van velen onder ons, is dat we onszelf continue vergelijken met anderen. Wij kijken heel vaak naar wat anderen hebben in hun hand, waardoor we vergeten wat wij in onze hand hebben en wat wij aan gunsten hebben gekregen van Allah swt. Door onszelf continue te vergelijken met mensen die meer hebben, voelen we ons ellendig en slecht. Je hart zal dan nooit die innerlijke rust ervaren waar je naar op zoek bent.

De profeet Mohammed vzmh heeft aansluitend hierop het volgende gezegd: **Kijk naar degenen die minder dan jullie hebben en kijk niet naar degenen die meer dan jullie hebben. Jullie zullen dan minder geneigd zijn om de gunsten waarmee Allah jullie heeft voorzien te minachten.**

2. Het helpen van mensen. Het is bewezen dat mensen die anderen helpen uit liefdadigheid zich gelukkiger voelen dan mensen die het niet doen. Je ziet dat mensen die een depressie hebben vaak het advies krijgen om vrijwilligerswerk te doen omdat het helend werkt. De islam leert ons dat we altijd anderen moeten helpen. De ander heeft er baat bij, maar degene die hier de meeste vruchten van zal plukken, ben jij. De profeet Mohammed vzmh zei aansluitend hierop het volgende: **Wie één van de moeilijkheden van de gelovige verhelpt, Allah zal één van zijn moeilijkheden verhelpen op de Dag der Opstanding. En Wie een ongemak van een ander vergemakkelijkt, Allah zal in dit wereldse leven en in het Hiernamaals zijn ongemak vergemakkelijken.**
3. Bewustwording dat je bij elke beproeving of tegenslag wordt gecompenseerd door Allah swt. Soms beproeft Allah Zijn dienaren met iets om hen in status te verhogen en zich te laten reinigen voor hun zondes. De Profeet (vrede zij met hem) heeft namelijk gezegd: **Geen ellende en ziekte treft de moslim, noch zorg, verdriet, schade of pijn, zelfs geen doorn prikt hem of Allah zal enkele zonden van hem kwijtschelden vanwege dit.** Als je hier hoog bewust van bent, dan zal dit leiden tot innerlijke rust.
4. Bewustwording dat het wereldse leven niet gemaakt is om hier te blijven. Het wereldse leven is tijdelijk. Het wereldse leven is niets vergeleken met het paradijs. Daar moeten we ons heel bewust van zijn. Het wereldse leven zal nooit zo zoet zijn als het leven het paradijs. Dit wereldse leven zal altijd een bitter smaakje hebben. Het zal nooit perfect zijn. Dat is namelijk het kenmerk van dit wereldse leven.

Beste broeders en zusters. Wees niet beproefd om wereldse zaken. Op dat moment lijken de obstakels die je ervaart ontzettend groot en ontzettend impactvol, maar dat zijn ze niet. Onthoud dat dit wereldse leven tijdelijk is. Elke beproeving die je ondergaat, is een les voor jezelf en kan je dichterbij Allah swt brengen. Wees niet beproefd. Vergelijk jezelf niet met anderen. Help anderen. Dit zijn namelijk de sleutels tot innerlijke rust en een geluk gelukkig leven.

Beste broeders en zusters, bedankt voor jullie aandacht!

Wa salamoe 'alaykoum wara7matoeh lahi wabarakatoeh.