

AV SHEIKH ABDURRAHMAN IBN ABDUL KARIM

حِصْنُ الْمُؤْمِنِينَ

DEN TROENDES FESTNING

OVERSATT AV AYAH AKADEMIET

© Ayah Akademiet 2020

Den troendes festning

Oversettelse: En gruppe søstre fra Ayah Akademiets oversetter gruppe

Utgitt av:

Ayah Akademiet

www.ayahakademiet.no

E-post: ayah_akademiet@outlook.com

Design levert av: ViDesign.no



Innholdsfortegnelse

Forord	4
Innledning	6
Hvordan vi skal se ulykker og lidelser fra et islamsk perspektiv	8
Årsaker til at ulykker og lidelser rammer mennesket	12
Hvordan bevare Allahs velsignelser?	19
Hvordan forhindre lidelser og vanskeligheter, og hvordan lette deres virkning etter at de har inntruffet	31
Andre midler for lindring og lettelse	34
Måter å beskytte og sikre seg selv på	41
Den beste dhikr (ihukommelse av Allah)	46
Hvordan søke Allahs velbehag	49
Retningslinjer for dua (ydmyk bønn)	55
Dua nevnt i Koranen	65
Dua nevnt i sunnah	69
Dua for morgen og kveld	79
Andre dua som en muslim kan beskytte seg med	84
Bønn om veiledning (istikhara)	97
Profetens medisin for fysiske og psykiske lidelser	98
Behandling gjennom ruqya sharia	100

Forord

All lovpris er til Allah, Den allmechtige, Herre over alt som eksisterer. Måtte Allahs fred og velsignelser være med Hans siste profet og sendebud, Muhammad, og hans familie og følgesvenner.

Ayah Akademiet har gleden av å presentere boken “Den troendes festning”. Den ble først skrevet på arabisk av forfatter sheikh Abdurrahman ibn Abdul Karim ash-Shehah og har siden blitt oversatt til mange språk. Sheikh Abdurrahman ibn Abdul Karim ash-Shehah ble født i Riyadh, hovedstaden i kongeriket Saudi Arabia, i 1958. Han fikk mastergrad i islamske studier i 2004 og doktorgrad i islamsk kultur i 2009. Ayah Akademiet har sendt forespørsel om tillatelse til å oversette boken og har fått en skriftlig tillatelse på dette fra forfatteren.

Arbeidet med å oversette boken til norsk har blitt gjort av en gruppe frivillige søstre som har jobbet hardt til alle døgnets tider for å få frem dette prosjektet så vellykket som mulig med Allahs tillatelse og hjelp.

Boken “Den troendes festning” er en veileder for hvordan vi som muslimer skal tenke på motgang og prøvelser. Den presenterer et kart som leder oss til Paradiset inshaAllah når vi tar det i bruk. Boken består av vers fra Den hellige Koranen og autentisk hadith fra vår kjære Profet Muhammad (fred være med han) som hjelper oss å komme nærmere Allah, Den allmechtige. “Den troendes festning” beskriver årsaker til at vanskeligheter og ulykker rammer oss og lærer oss hvordan dette kan forebygges og hvordan vi kan lette lidelsene som allerede har inntruffet. Den viktigste forebygging og lindring er tilbedelse, og to av de beste formene for tilbedelse er å ihukomme Allah (dhikr) og påkalle Han (dua). Disse vil begge beskytte mot lidelser før de oppstår og svekke deres virkning etter at de har skjedd. Sheikh Abdurrahman ibn Abdul Karim ash-Shehah skriver: *Å ihukomme Allah er “festningen” som vil beskytte den troende.* Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Jeg er nær! Jeg svarer den bedendes bønn, når han påkaller Meg.»* (Koranen 2:186) Boken gir dessuten et stort utvalg av dhikr og dua som er nevnt i Koranen og sunnah. Dette vil gi en sikker festning for den troende inshaAllah.

Vi håper at alle som leser boken vil dra nytte av den og ta i bruk dens visdom i det daglige liv, slik at de kan oppnå Allahs velsignelser i dette livet og det Hinsidige inshaAllah.

Vi ber Allah, Den allmektige, begave enhver person som har hatt sitt bidrag i dette prosjektet med det høyeste Paradiset og møte dem og deres nære med tilgivelse og belønning. Vi ber Allah samle alle søstrene som har deltatt i dette arbeidet i Paradiset med evig glede og godta deres arbeid og la det bli kun for Hans sak, opphøyet være Han. Vi takker også bror Syed Adnan som har brukt sin tid til å lage bokens design frivillig og ber Allah belønne han stort for det. Ameen.

Dette er prosjektet vårt, så hvis vi har gjort det godt så har vi oppnådd det med Allahs hjelp, og hvis vi har feilet så er det på grunn av oss selv og djevelen. Sannelig, Allah, Den opphøyde sier: «Det som møter deg av godt, er Allahs verk. Det som overgår deg av ondt, er ditt eget verk.» (Koranen 4:79)

Ayah Akademiet 2020

Innledning

All lovpris er til Allah alene. Vi søker Hans hjelp, tilgivelse, veiledning og beskyttelse mot våre onde og syndige handlinger. Den som Allah (lovpriset være Han) veileder på rett vei, kan ingen lede på avveie; og den Han leder på avveie, kan ingen veilede på rett vei. Jeg bevitner at det finnes ingen guddom verdt å tilbe utenom Allah, Den ene, Han har ingen partner. Og jeg bevitner at Muhammad, måtte Allah opphøye hans omtale, er Hans tjener og sendebud. Måtte Allah opphøye hans omtale og gjøre han og hans familie, hans følgesvenner og de som følger deres vei, trygge mot alt ondt og gi dem sikkerhet på Dommestad.

For å fortsette:

Allah, Den opphøyde, har gitt oss av handlinger og tilbedelse, noe som bringer oss nærmere Han til alle tider. Av dem er det beste: å ihukomme Allah (dhikr) og påkalle Han (dua).

Profeten (fred være med han) forklarte dens verdi og fortjeneste, og sa: "Skal jeg fortelle om en gjerning som Allah elsker og som vil heve ens grad, og vil være bedre for den som utfører den enn en som bruker gull og sølv for Allahs skyld og bedre enn den som kjemper for Allahs skyld?" De sa: "Hva er det, Å Allahs sendebud?" Allahs sendebud (fred være med han) sa: "Å ihukomme Allah, Den opphøyde." (Hakim nr.1825)

أَلَا أُنبئُكُمْ بخَيْرِ أَعْمَالِكُمْ، وَأَزْكَاهَا عِنْدَ مَلِيكِكُمْ، وَأَرْفَعُهَا فِي دَرَجَاتِكُمْ، وَخَيْرٌ لَكُمْ مِنْ إِعْطَاءِ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ، وَأَنْ تَلْقَوْا عَدُوَّكُمْ، فَتَضْرِبُوا أَعْنَاقَهُمْ، وَيَضْرِبُوا أَعْنَاقَكُمْ؟ "قالوا: بلى، قال: "ذِكْرُ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ".

Å ihukomme Allah er "festningen" som vil beskytte den troende, hans familie og hans rikdom. Denne verden er en midlertidig fase, hvor en person vil bli prøvd og testet. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Sannelig, Vi skapte mennesket av en befruktet livskraftig dråpe, som vi snur og tester (fra et stadium til et annet stadium fram til fødselen), og Vi gjorde ham hørende, så seende.»* (Koranen 76:2)

Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Uten tvil, Vi har skapt mennesket til (å være evig i) slit.»* (Koranen 90:4)

Mennesket er svakt; det kan ikke gi folk fordeler eller skade dem, ei heller kan det ta det bort fra seg selv eller noen andre. Det lever i konstant behov som ikke vil opphøre før det dør. Mennesket har et stort behov for hjelp. Derfor har Allah (lovpriset være Han) veiledet tjeneren til å spørre og påkalle Han. Påkallelse er forbindelsen mellom Skaperen og tjeneren. Tjeneren vil tryggle sin Skaper om å ta seg av hans behov når han trenger det og Allah, Den opphøyde, vil svare. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og Herren deres har sagt: 'Be deres skuddbønn til Meg, Jeg vil visselig bønnhøre dere. Sannelig, de som viser hovmod mot Min tilbedelse, vil snart tre inn i helvete nedverdiget.»* (Koranen 40:60)

Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og (Muhammad ﷺ), når Mine tjenere spør deg om Meg, så (si): 'Jeg er nær! Jeg svarer den bedendes bønn når han påkaller Meg. Derfor skal de høre på Meg og tro på Meg, for at de skal følge den rette vei.»* (Koranen 2:186)

Profeten (fred være med han) sa: “Allah blir sint på den som ikke spør Han. Sannelig Allah blir sint på den som ikke spør Han og dette ville ikke skape sinne i noen andre.” (Hakim nr.1807)

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (من لا يدعو الله يَغضبُ عليه وإن الله ليغضبُ على من يفعله ولا يفعل ذلك أحدٌ غيره.)

I denne boken vil jeg omtale årsaker til at motgang og prøvelser rammer ummah (nasjonen) og hvordan de kan forebygges, og hvordan de skal håndteres etter at de oppstår. Jeg ber Allah (lovpriset være Han) om å gi oss suksess og om å veilede oss til Den rette veien. Ameen.

Abdurrahman Ibn Abdul Karim ash-Shehah

Hvordan vi skal se ulykker og lidelser fra et islamsk perspektiv

Mange tenker at prøvelser bare er med vonde ting som f.eks. sykdom, ulykker og katastrofer, men dette er ikke riktig da det er prøvelser i både gode og onde ting. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Ethvert liv skal smake døden, og Vi lar dere gjennomgå det onde og det gode for å teste dere, og til Oss vil dere bli brakt tilbake.»* (Koranen 21:35)

For prøvelser av det onde slaget; Allah (lovpriset være Han) vil teste Sin tjener for å se om han viser tålmodighet eller ikke. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen):

«Og Vi vil visselig teste dere med noe frykt og hungersnød og med noe tap av rikdom og liv og frukt. Og profet, gi det gledelige budskapet til dem som tålmodig holder ut.» (Koranen 2:155)

For prøvelser av det gode slaget; Allah (lovpriset være Han) vil teste Sin tjener for å se om han er takknemlig eller ikke. Allah, Den opphøyde, forteller historien om Profeten Sulaiman (fred være med han) (tolkning av betydningen): *«(Men) så ble det sagt av en person som hadde noe kunnskap fra (den himmelske) skriften: “Jeg kan bringe den til deg før blikket ditt vender tilbake til deg (før du rekker å blunke med øynene).” Da Sulaiman så den (tronen) stå foran ham, sa han: “Dette er min Herres velvilje, slik at Han kan teste meg, om jeg viser takknemlighet eller utakknemlighet. Og den som viser takknemlighet (overfor Allah), han viser takknemlighet kun for sitt eget beste, og den som viser utakknemlighet – Herren min er i sannhet selvtilstrekkelig, evig sjenerøs.»* (Koranen 27:40)

Vi må forstå at hvis vi blir testet med noe godt, så er dette ikke nødvendigvis et tegn på at Allah (lovpriset være Han) elsker oss eller at Han er fornøyd med oss. Et klart og tydelig eksempel på dette er Qaroon. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen):

«Sannelig, Qaroon var fra Musa sitt folk, men han undertrykket dem. Og Vi hadde gitt ham såpass store skatter at (å bære) nøklene deres var en tung oppgave for en sterk samling av

menn. En gang sa folket hans til ham: 'Vær du ikke arrogant (av glede)! Sannelig, Allah liker ikke dem som opptrer arrogant. Og søk ved den (rikdommen) Allah har gitt deg, i det hinsidiges hjem, og glem ikke din andel i verden. Og vis (andre) godhjertethet, slik godhjertethet som Allah har vist deg. Og søk ikke (måter) for å anstifte ufred i landet (gjennom ondskap, samling av skatter og grådig utnyttelse). Sannelig, Allah liker ikke ufredsstifterne.' Qaroon sa: '(Hvorfor skal jeg bruke denne rikdommen på samfunnet og folket?) Jeg har fått denne rikdommen kun på grunn av (den faglige) kunnskapen og ferdigheten jeg har.' Visste han da ikke at Allah i sannhet før ham har tilintetgjort flere generasjoner som var langt sterkere enn ham i kraft og lenger framme enn ham med å samle i hop (rikdom og mannskap)? Og (under tilintetjørelsen) vil det ikke bli spurt synderne om syndene deres (ikke noe mer gransking eller unnskyldning og årsak)! Så kom han ut til folket sitt i sin fulle stas. De som ønsket seg jordelivet, utbrøt (av å se hans ytre glans og prakt): 'Om det bare hadde vært slik (rikdom og gods) maken til det som Qaroon har fått, for oss også! Sannelig, han har det store hellet!' Og på den andre siden sa de som var blitt gitt (sannhetens) viten: 'Så synd for dere! Allahs belønning er (langt) bedre (enn denne rikdommen og stasen) for den som antar troen og handler rettskaffent, men denne (belønningen) vil ikke bli gitt til noen andre enn de tålmodige.' Så fikk Vi ham (Qaroon) og huset (palasset) hans til å synke ned i jorden. Det var ingen flokk for ham som kunne hjelpe ham utenom Allah, og ei heller klarte han å hindre seg selv fra katastrofen.» (Koranen 28:76-81)

Sahl bin Sa'd (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) passerte Dhul-Hulaifah og så en forråtnet, oppsvulmet sau med bena hevet. Han (fred være med han) spurte: "Er denne sauen verdiløs for sin eier?" Følgesvennene svarte: "Ja!" Da sa han (fred være med han): "Ved Han (Allah) som holder min sjel i Sin hånd, så er denne verden mye mer verdiløs enn det dette dyret er for sin eier! Var denne verden lik en flues vinge, ville Han ikke ha gitt de vantro selv en dråpe vann." (Hakim nr.7847)

عن سهل بن سعد الساعدي: كنا مع رسول الله ﷺ بذي الحليفة فإذا هو بشاة مميئة شائلة برجلها، فقال: أترون هذه هيئة على صاحبها؟! قالوا: نعم قال: والذي نفسي بيده، للدنيا أهون على الله من هذه على صاحبها، ولو كانت الدنيا تعدل عند الله جناح بعوضة ما سقى كافراً منها شربة ماء.

Allah (lovpriset være Han) gir verdslig rikdom til både de Han elsker og de Han ikke elsker, mens suksessen i det Hinsidige er kun garantert til de Han elsker. Dessuten, hvis en person blir rammet av en ulykke betyr dette ikke at Allah (lovpriset være Han) hater denne personen. Allah, Den mektige, forteller oss dette i Koranen med historien til Profeten Ayoub (fred være med han). Han (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «Og (kom i hu historien til) Ayoub, da han anropte sin Herre: 'Smerten har lagt seg over meg, og Du er den mest Barmhjertige av alle barmhjertige!' Vi bønnhørte skuddbønnen hans, og Vi fjernet den smerten som var over ham, og Vi ga ham (tilbake) familien hans og like mange i tillegg sammen med dem. Dette er en særskilt nåde fra Oss og en formaning til Våre hengivne tilbedere (å se hvordan Allah belønner tålmodighet og takknemlighet).» (Koranen 21:83-84)

Mus'ab bin Sa'd bin Malik fortalte at hans far sa: "Å Allahs sendebud, hvem er det som blir mest testet og prøvd i denne verden?" Han (fred være med han) svarte: "Profetene, deretter de personene som er mest like dem (dvs. de gudfryktige). En vil bli testet og prøvd i følge ens gudfryktighet og tro. Hvis man er sterk i troen, blir man utsatt for vanskeligere tester og prøvelser. På samme måte, hvis ens tro er svak, blir en testet deretter. Man vil bli rammet av prøvelser helt til man blir syndfri." (Ibn Hibban nr.2901)

عن سعدٍ قال : قلتُ : يا رسولَ الله أيُّ النَّاسِ أشدُّ بلاءً ؟ قال : الأنبياءُ ثمَّ الأمثلُ فالأمثلُ ، فَيُبتلى الرَّجُلُ على حسبِ دينِهِ فإنَّ كانَ دينُهُ صلبًا اشتدَّ بلاءُهُ ، وإن كان في دينِهِ رِقَّةٌ ابتلي على حسبِ دينِهِ ، فما يبرحُ البلاءُ بالعبدِ حتَّى يتركَهُ يمشي على الأرضِ وما عليه خطيئةٌ.

Abdullah bin Mughaf'fal (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at en mann befølte en kvinne da han gikk forbi henne. Hun var kjent for å være en skjøge under uvitenhetens tid. Hun utbrøt med misnøye: "La meg være! Allah har rensset oss fra shirk (polyteisme) og bæret oss med Islam!" Han lot henne være i fred, men snudde seg for å se på henne. Da han gjorde dette gikk han inn i en vegg og skar ansiktet sitt. Deretter gikk han til Profeten (fred være med han) som sa: "Allah vil deg godt. Hvis Allah ønsker godt for Sin tjener, vil Han straffe han i dette livet for de syndene han har begått. Men hvis Han ønsker ondt for Sin tjener, vil Han utsette straffen til det Hinsidige." (Hakim nr.8133)

عن عبدالله بن مغفل: أنَّ امرأةً كانت بغيًّا في الجاهلية، مرَّ بها رجلٌ فبسطَ يده إليها ولاعبها، فقالت: مه! إنَّ الله تعالى ذهب بالشُّركِ وجاء بالإسلام، فتركها وولَّى، فجعل يلتفتُ إليها حتى أصاب وجهه الحائط، قال: فأتى النبيَّ ﷺ

فذكر له ذلك فقال: أنت عبدُ أراد اللهُ بك خيراً. إنَّ الله إذا أراد بعبد خيراً عَجَّلَ له عقوبةَ ذنبه، وإذا أراد شراً أمسك عليه العقوبةَ بذنبه حتى يُوفى به يومَ القيامةِ.

Profeten (fred være med han) sa: “Enhver troende mann og kvinne vil møte motgang og bli testet med sin helse, etterkommere (barn) og rikdom helt til en møter Allah syndfri på Dommedag.” (Ibn Hibban nr.2924)

ما يزالُ البلاءُ بالمؤمنِ و المؤمنةِ في جسده ، و في مالِهِ وولده ، حتى يلقى الله و ما عليه من خطيئةٍ.

Så generøs er Allah (lovpriset være Han) at hvis vi viser tålmodighet og ikke blir motløse på grunn av de prøvelser vi får; hever Han vår status, gir oss belønning og tilgir våre synder.

Årsaker til at ulykker og lidelser rammer mennesket

1. Begår synder. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og hvilken ulykke som enn rammer dere, så skyldes den det deres hender har gjort, og Han tilgir meget.»* (Koranen 42:30)

Aisha (måtte Allah være fornøyd med henne) fortalte at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Mot slutten av tiden vil noen land forsvinne, sterke vinder vil ramme jorden (og jordskjelv vil forekomme).” Hun spurte: “Å Allahs sendebud! Vil vi bli tilintetgjort, selv når det er gudfryktige blant oss?” Han sa: “Ja, hvis ondskapen blir utbredt.” (At-Tirmidhi)

يَكُونُ فِي آخِرِ هَذِهِ الْأُمَّةِ خَسْفٌ وَمَسْحٌ وَقَذْفٌ ، قَالَتْ : قُلْتُ : يَا رَسُولَ اللَّهِ أَنْهَلِكُ وَفِينَا الصَّالِحُونَ ؟ قَالَ : نَعَمْ إِذَا ظَهَرَ
الْخَبِيثُ

Abu Musa (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Allah vil gi undertrykkeren mange muligheter til å slutte med sin undertrykkelse; men når Han straffer ham (for hans undertrykkelse) vil Han ikke gi avkall på det.” Deretter resiterte Allahs sendebud (fred være med han) fra Koranen (tolkning av betydningen): *«Og slik pleier din Herres grep å være når Han tar fatt byene når de er blitt ondskapsfulle. Sannelig, Hans grep er smertelig og jernhard.»* (Al-Bukhari nr.4409)

Ali (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Hver prøvelse som rammer (ummah) er på grunn av en synd; og prøvelsene vil ikke bli tatt bort med mindre (menneskene) angres og vender seg til Allah.”

2. Kjærlighet til dette livet og begjære det over alt annet; likegyldighet til det Hinsidige og ikke forberede seg til det. Profeten (fred være med han) sa: “Den som ønsker og søker det Hinsidige, vil Allah gjøre det han har tilstrekkelig for han og han vil være tilfreds med det. Hva enn Allah har bestemt for han i denne verden vil han oppnå på en enkel måte. Den som ønsker og søker dette livet, vil Allah gjøre avhengig av det og han vil ikke være tilfreds, ei heller vil det han har være tilstrekkelig for han og han vil kun oppnå i denne verden det som Allah har bestemt for han.” (At-Tirmidhi nr.2465)

مَنْ كَانَتْ الْأَجْرَةُ هَمَّهُ: جَعَلَ اللَّهُ غِنَاهُ فِي قَلْبِهِ، وَجَمَعَ لَهُ شَمْلَهُ، وَأَنْتَهُ الدُّنْيَا وَهِيَ رَاغِمَةٌ، وَمَنْ كَانَتْ الدُّنْيَا هَمَّهُ: جَعَلَ اللَّهُ فَقْرَهُ بَيْنَ عَيْنَيْهِ، وَفَرَّقَ عَلَيْهِ شَمْلَهُ، وَلَمْ يَأْتِهِ مِنَ الدُّنْيَا إِلَّا مَا قُدِّرَ لَهُ.

3. Å fortære hverandres rikdom på urett vis. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «*Ikke fortær hverandres rikdom på urett vis.*» (Koranen 2:188)

En av de verste former for urettferdighet som kan gjøres mot andre er å ta riba, støtte det og spre det.

Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «*Å, dere som har antatt troen! Frykt Allah og skriv av hva som enn er uoppgjort av åger, hvis dere nå er troende! Men hvis dere ikke gjør så, bli da klar over krigserklæringen fra Allah og Sendebudet Hans (ﷺ). Og hvis dere vender om i anger, så får dere beholde deres opprinnelige formue (lovmessig), (på denne måten) vil ikke dere være ondsinnede, og ei heller få gjort noe ondt mot dere selv.*» (Koranen 2:278-279)

Å ta riba vil fjerne det gode i rikdommen. Profeten (fred være med han) sa: “Ingen tar riba, unntatt at han blir en trengende.” (Ibn Majah nr.2279)

ما أخذ أكثر من الربا إلا كان عاقبة أمره إلى قلة

En som tar riba vil miste Allahs (lovpriset være Han) barmhjertighet og nåde. Jabir (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Allah forbanner den som tar riba, den som gir det, den som skriver (kontrakten) og de to vitnene som bevitner det.” (Muslim nr.1598)

عَنْ جَابِرٍ، قَالَ: لَعَنَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَكِلَ الرَّبَا، وَمُؤَكِّلَهُ، وَكَاتِبَهُ، وَشَاهِدَيْهِ، وَقَالَ: (هُم سَوَاءٌ).

4. Synde åpenlyst i det offentlige rom, forskjønne det og håpe at det vil spre seg blant folket. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «*Sannelig, de som liker at uanstendighet skal spre seg blant muslimene, for dem er det en smertelig pine i denne verden og i det hinsidige. Og Allah vet (om slike folks beslutninger), mens dere ikke vet.*» (Koranen 24:19)

Profeten (fred være med han) sa: “Hele mitt ummah vil bli beskyttet, unntatt de som helt åpenlyst viser sine syndige handlinger. Å fortelle om syndene en gjorde om natten, samtidig som Allah hadde dekket det (for andre fra å vite hva han hadde gjort) er også ansett som å vise syndige handlinger åpenlyst. Personen ville ha sagt: ‘Jeg gjorde dette og dette i går kveld...’ Han gikk for å sove, samtidig som Allah hadde dekket han (det han hadde gjort) og han avslørte det selv.” (Al-Bukhari nr.5721)

عن أبي هريرة: كُلُّ أُمَّتِي مُعَافَى إِلَّا الْمُجَاهِرِينَ، وَإِنَّ مِنَ الْمُجَاهِرَةِ أَنْ يَعْمَلَ الرَّجُلُ بِاللَّيْلِ عَمَلًا، ثُمَّ يُصْبِحَ وَقَدْ سَتَرَهُ اللَّهُ عَلَيْهِ، فَيَقُولُ: يَا فُلَانُ، عَمِلْتُ الْبَارِحَةَ كَذَا وَكَذَا، وَقَدْ بَاتَ يَسْتُرُهُ رَبُّهُ، وَيُصْبِحُ يَكْشِفُ سِتْرَ اللَّهِ عَنْهُ.

Abdullah bin Umar (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa til dem: “Å Muhajireen (de som emigrerer), jeg søker tilflukt hos Allah mot at dere skal bli rammet av fem ting eller at dere blir vitne til dem. Utenomekteskadelig samleie ville ikke blitt synlig blant folk helt til pest og sykdommer som ikke var kjent tidligere ville blitt utbredt. Folk ville ikke jukset i vekt og mål, unntatt at de ville blitt rammet av hungersnød og utilstrekkelige forsyninger og en hersker som gjør urett mot dem. De ville ikke forhindret zakah (almisse), unntatt at regnet ville blitt holdt tilbake fra dem. Hadde det ikke vært for dyrene, ville de ikke ha mottatt regn. De ville ikke bryte sine løfter til Allah og Hans Sendebud, unntatt at deres fiender ville få overtaket og ta noen av deres besittelser. Deres herskere ville ikke unngå å herske i følge Allahs Bok, unntatt at fiendskap ville bryte ut blant dem.” (Hakim nr.8623)

يَا مَعْشَرَ الْمُهَاجِرِينَ ! خِصَالُ خَمْسٍ إِذَا ابْتُلِيْتُمْ بِهِنَّ ، وَأَعُوذُ بِاللَّهِ أَنْ تُدْرِكُوهُنَّ : لَمْ تَظْهَرِ الْفَاحِشَةُ فِي قَوْمٍ قَطُّ ؛ حَتَّى يُعْلَنُوا بِهَا ؛ إِلَّا فَسَا فِيهِمُ الطَّاعُونَُ وَالْأَوْجَاعُ الَّتِي لَمْ تَكُنْ مَصَّتْ فِي أَسْلَافِهِمُ الَّذِينَ مَضَوْا ، وَلَمْ يَنْقُصُوا الْمِكْيَالَ وَالْمِيزَانَ إِلَّا أَخَذُوا بِالسِّنِينَ وَشِدَّةِ الْمُؤَنَةِ ، وَجَوْرِ السُّلْطَانِ عَلَيْهِمْ ، وَلَمْ يَمْنَعُوا زَكَاتَ أَمْوَالِهِمْ إِلَّا مُنِعُوا الْقَطْرَ مِنَ السَّمَاءِ ، وَلَوْلَا الْبِهَانُ لَمْ يُمَطَّرُوا ، وَلَمْ يَنْقُصُوا عَهْدَ اللَّهِ وَعَهْدَ رَسُولِهِ إِلَّا سَلَطَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ عَدُوَّهُمْ مِنْ غَيْرِهِمْ ، فَأَخَذُوا بَعْضَ مَا كَانَ فِي أَيْدِيهِمْ ، وَمَا لَمْ تَحْكَمْ أُمَّتُهُمْ بَكِتَابِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَيَتَخَيَّرُوا فِيمَا أَنْزَلَ اللَّهُ إِلَّا جَعَلَ اللَّهُ بِأَسْمِهِمْ بَيْنَهُمْ.

5. Å unnlate å veilede til det gode og forby det onde. Å veilede til det gode og forby det onde ville sannelig beskytte ummah. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «*De blant Israels barn som viste vantro, ble forbannet av tungen til Dawood og Isa, sønn av Maryam. Dette fordi de var ulydige og pleide å overtre grensene. (Og en av grunnene til den forbannelsen var også dette): De hindret ikke hverandre fra de onde gjerningene som de pleide å gjøre. Visselig, ille var det de pleide å bedrive. Du vil se at de*

fleste av dem har vennskap med de vantro. Hvor ille det er, det som de har sendt i forveien for seg selv (sitt regnskap på den ytterste dag), og det er at Allah er (mektig) vred på dem, og de vil være (fanget) i straffen for evig. Og hvis de hadde antatt troen på Allah og (den aller siste) Profeten (Muhammad ﷺ) og det (den skriften) som ble åpenbart for ham, ville de ikke ha inngått vennskap med dem (islams fiender); Men de fleste av dem er definitivt ulydige.
» (Koranen 5:78-81)

Abu Bakr (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Å mennesker, dere som leser dette verset: *«Å, dere troende! Ta vare på dere selv, ingen forvillet person kan gjøre dere noen skade hvis dere er rettledet.»* ; jeg har hørt Allahs sendebud (fred være med han) si: “Hvis noen ser undertrykkeren undertrykke andre og ikke stopper han, vil Allahs straff omfatte dem.” (At-Tirmidhi nr.2168)

وعن أبي بكر الصديق رضي الله عنه قال: أيها الناس، إنكم تقرؤون هذه الآية: *«يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا عَلَىٰكُمْ أَنْفُسِكُمْ لَا يُضُرُّكُمْ مَن ضَلَّ إِذَا هَدَىٰكُمْ إِلَىٰ ٱللَّهِ مَرَجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ»* [المائدة: 105] وإني سمعتُ رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: *إنَّ النَّاسَ إِذَا رَأَوْا الظَّالِمَ فَلَمْ يَأْخُذُوا عَلَىٰ يَدَيْهِ، أَوْشَكَ أَنْ يُعَمَّهُمُ اللهُ بِعِقَابٍ مِنْهُ.*

6. Å vise kjærlighet til syndere (dvs. de som viser ulydighet mot Allah), slutte seg til dem og streve for å støtte dem. Abdullah bin Masood (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “En av de første syndene til Israels barn var at en person ville møte en annen og si: ‘Frykt Allah og slutt å gjøre hva enn du driver med! For det er ikke lovlig for deg.’ Han ville da møte han neste dag og (det at han fremdeles fortsatte med synden og ikke angret og ba Allah om tilgivelse, ville ikke forhindre ham i å) spise, drikke og sitte sammen med ham. Når de gjorde dette forherdet Allah (lovpriset være Han) deres hjerter (de som syndet og de som ikke gjorde det).” Han resiterte deretter (tolkning av betydningen):

«De blant Israels barn som viste vantro, ble forbannet av tungen til Dawood og Isa, sønn av Maryam. Dette fordi de var ulydige og pleide å overtre grensene. (Og en av grunnene til den forbannelsen var også dette): De hindret ikke hverandre fra de onde gjerningene som de pleide å gjøre. Visselig, ille var det de pleide å bedrive. Du vil se at de fleste av dem har vennskap med de vantro. Hvor ille det er, det som de har sendt i forveien for seg selv (sitt regnskap på den ytterste dag), og det er at Allah er (mektig) vred på dem, og de vil være (fanget) i straffen for evig. Og hvis de hadde antatt troen på Allah og (den aller siste) Profeten (Muhammad ﷺ) og det (den skriften) som ble åpenbart for ham, ville de ikke ha

inngått vennskap med dem (islams fiender); Men de fleste av dem er definitivt ulydige.»

(Koranen 5:78-81) Deretter sa han: “Hvis dere vil synde slik, vil Allah gjøre med oss som Han gjorde med Israels barn. Nei, ved Allah skal du veilede til det gode og forby det onde og hindre undertrykkeren fra sin undertrykkelse og få ham til å overholde sannheten.” (Abu Dawood nr.4336)

إِنَّ أَوَّلَ مَا دَخَلَ النَّقْصُ عَلَى بَنِي إِسْرَائِيلَ أَنَّهُ كَانَ الرَّجُلُ يَلْقَى الرَّجُلَ فَيَقُولُ: يَا هَذَا، اتَّقِ اللَّهَ وَدَعْ مَا تَصْنَعُ؛ فَإِنَّهُ لَا يَجِلُّ لَكَ، ثُمَّ يَلْقَاهُ مِنَ الْغَدِّ وَهُوَ عَلَى حَالِهِ، فَلَا يَمْنَعُهُ ذَلِكَ أَنْ يَكُونَ أَكْبَلَهُ وَشَرِيْبَهُ وَقَعِيدَهُ، فَلَمَّا فَعَلُوا ذَلِكَ ضَرَبَ اللَّهُ قُلُوبَ بَعْضِهِمْ بِبَعْضٍ، ثُمَّ قَالَ: «لُعِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ بَنِي إِسْرَائِيلَ عَلَى لِسَانِ دَاوُدَ وَعِيسَى ابْنِ مَرْيَمَ ذَلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ * كَانُوا لَا يَتَنَاهَوْنَ عَن مُنْكَرٍ فَعَلُوهُ لَبِئْسَ مَا كَانُوا يَفْعَلُونَ * تَرَى كَثِيرًا مِنْهُمْ يَتَوَلَّوْنَ الَّذِينَ كَفَرُوا لَبِئْسَ مَا قَدَّمَتْ لَهُمْ أَنفُسُهُمْ» إِلَى قَوْلِهِ: {فَاسْبِقُونِ} [المائدة: 78 - 81]، ثُمَّ قَالَ: "كَلَّا، وَاللَّهِ لَتَأْمُرَنَّ بِالْمَعْرُوفِ، وَلَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ، وَلَتَأْخُذَنَّ عَلَى يَدِ الظَّالِمِ، وَلَتَأْطِرُنَّهُ عَلَى الْحَقِّ أَطْرًا، وَلَتَقْصُرُنَّهُ عَلَى الْحَقِّ قَصْرًا، أَوْ لَيُضْرِبَنَّ اللَّهُ بِقُلُوبِ بَعْضِكُمْ عَلَى بَعْضٍ، ثُمَّ لَيَلْعَنَنَّكُمْ كَمَا لَعَنَهُمْ".

7. Å latterliggjøre de troende og spre fiendskap mot dem, spesielt mot de mest gudfryktige av dem. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Sannelig, Allah fjerner (fiendenes listige påfunn og onde) fra de troende. Sannelig, Allah liker ikke noen sviker (og) utakknemlig.»* (Koranen 22:38)

Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Allahs sendebud (fred være med han) sa at Allah (lovpriset være Han) sier: “Den som skader en av Mine wali (gudfryktig person), vil Jeg erklære krig mot.” (Al-Bukhari nr.6137)

إِنَّ اللَّهَ قَالَ: مَنْ عَادَى لِي وَلِيًّا فَقَدْ آذَنْتُهُ بِالْحَرْبِ

Latterliggjøring av de troende kan føre til latterliggjøring av Allahs religion. Dette vil i så fall medføre at en blir kastet ut av religionen. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og hvis du spør dem, vil de visselig si: ‘Vi slår kun av en prat (for tidsfordriv) og har det moro!’ Si: ‘Holdt dere på med å gjøre narr av Allah og åpenbaringene Hans og Sendebudet(صلى الله عليه وسلم)?’ Kom (nå) ikke med unnskyldninger! Uten tvil er dere blitt vantro etter (å ha vist) troen. Hvis Vi hadde tilgitt en gruppe av dere, ville Vi (fortsatt) ha straffet en annen gruppe, fordi de var syndere.»* (Koranen 9:65-66)

8. Å vise forakt for mennesker, snakke nedsettende om dem og gjøre narr av dem. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«De som beskylder de troende som gir almisser med glede og nestekjærlighet (for Allahs skyld) frivillig, og (beskylder også) de (fattige muslimene) som intet annet finner enn strevet sitt (å tilby), de (hyklerne) gjør narr av dem (deres lidenskap for å gi for Allahs sak), Allah vil straffe dem for deres hån, og dem venter det en smertelig pine.»* (Koranen 9:79)

Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Ikke vis forakt for din bror, for Allah vil kanskje være barmhjertig med han og gi deg det du forakter din bror for.” (At-Tirmidhi nr.2506)

لا تُظْهِرِ الشَّمَاتَةَ بِأَخِيكَ ، فِيرْحَمَهُ اللهُ وَيُبْتَائِكَ

9. Å legge onde planer mot Allahs tjenere, ved å lure dem eller oppføre seg forrædersk mot dem. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«...Og de onde renkene omringer kun dem som smir dem...»* (Koranen 35:43)

Allahs sendebud (fred være med han) fortalte at Allah (lovpriset være Han) sier: “Jeg har skapt noen mennesker med en tale søtere enn honning og et hjerte bitrere enn sabr (den mest bitre planten). Jeg sverger på Meg Selv, Jeg vil ramme dem med en pine som gjør den aller mest tålmodige personen blant dem rådvill. Tror de at de kan lure Meg? Eller tror de at de kan overtre Mine grenser?” (At-Tirmidhi nr.2405)

إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى قَالَ: لَقَدْ خَلَقْتُ خَلْقًا أَلْسِنَتُهُمْ أَخْلَى مِنَ الْعَسَلِ، وَقُلُوبُهُمْ أَمْرٌ مِنَ الصَّبْرِ، فَبِي حَلَفْتُ: لِأُتِيحَنَّهُمْ فِتْنَةً تَدْعُ الْحَلِيمَ مِنْهُمْ حَيْرَانًا؛ فَبِي يَغْتَرُونَ أَمْ عَلَيَّ يَجْتَرُونَ؟!!

10. Å nyte Allahs velsignelser uten å vise takknemlighet til Han eller at man viser takknemlighet for velsignelsene til andre enn Han. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Sannelig, Qaroon var fra Musa sitt folk, men han undertrykket dem. Og Vi hadde gitt ham såpass store skatter at (å bære) nøklene deres var en tung oppgave for en sterk samling av menn. En gang sa folket hans til ham: ‘Vær du ikke arrogant (av glede)! Sannelig, Allah liker ikke dem som opptrer arrogant. Og søk ved den (rikdommen) Allah har gitt deg, i det hinsidiges hjem, og glem ikke din andel i verden. Og vis (andre) godhjertethet, slik godhjertethet som Allah har vist deg. Og søk ikke (måter) for å anstifte*

ufred i landet (gjennom ondskap, samling av skatter og grådig utnyttelse). Sannelig, Allah liker ikke ufredsstifterne.’ Qaroon sa: ‘(Hvorfor skal jeg bruke denne rikdommen på samfunnet og folket?) Jeg har fått denne rikdommen kun på grunn av (den faglige) kunnskapen og ferdigheten jeg har.’ Visste han da ikke at Allah i sannhet før ham har tilintetgjort flere generasjoner som var langt sterkere enn ham i kraft og lenger framme enn ham med å samle i hop (rikdom og mannskap)? Og (under tilintetgjørelsen) vil det ikke bli spurt synderne om syndene deres (ikke noe mer gransking eller unnskyldning og årsak)! Så kom han ut til folket sitt i sin fulle stas. De som ønsket seg jordelivet, utbrøt (av å se hans ytre glans og prakt): ‘Om det bare hadde vært slik (rikdom og gods) maken til det som Qaroon har fått, for oss også! Sannelig, han har det store hellet!’ Og på den andre siden sa de som var blitt gitt (sannhetens) viten: ‘Så synd for dere! Allahs belønning er (langt) bedre (enn denne rikdommen og stasen) for den som antar troen og handler rettskaffent, men denne (belønningen) vil ikke bli gitt til noen andre enn de tålmodige.’ Så fikk Vi ham (Qaroon) og huset (palasset) hans til å synke ned i jorden. Det var ingen flokk for ham som kunne hjelpe ham utenom Allah, og ei heller klarte han å hindre seg selv fra katastrofen.» (Koranen 28:76-81)

Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Hvilke av Herrens velsignelser vil dere fornekte?»* (Koranen 55:25)

Den lærde, Abdurrahman as-Sadi, måtte Allah være barmhjertig med ham, sa: “Så hvilke av Allahs religiøse og verdslige velsignelser vil dere fornekte?” Hvor fantastisk var ikke svaret til jinn når han resiterte for dem *«Hvilke av Herrens velsignelser vil dere fornekte?»* De sa: “Å vår Herre, vi forneker ingen av Dine velsignelser og til Deg tilhører all lovpris.”

Hvordan bevare Allahs velsignelser?

Å Allahs tjener, vit at Den som ga deg disse velsignelsene kan sannelig ta dem vekk fra deg! Du er ikke Allahs (lovpriset være Han) mest gudfryktige eller beste skapning, unntatt om du frykter Ham og gjør gode gjerninger. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Dere mennesker, Vi har skapt dere som mann og kvinne og gjort dere til folk og stammer, slik at dere må kjenne hverandre. Den mest ansette av dere i Allahs øyne er den mest gudfryktige. Allah vet, er vel underrettet.»* (Koranen 49:13)

Allah (lovpriset være Han) har vist oss den beste måten å beskytte og bevare velsignelsene på. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Da Herren forkynte: “Om dere viser takknemlighet, vil Jeg gi dere mer! Men om dere viser utakknemlighet, sannelig, Min straff blir hard!»* (Koranen 14:7)

Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Allah gir ikke en nådegave til en tjener og han sier *Lovet være Allah (Alhamdulillah)*, unntatt at den lovprisningen han sa er bedre enn det han fikk (nådegaven som Allah skjenket han).” (Ibn Majah nr.3805)

ما أنعم الله على عبده نعمةً فقال الحمد لله إلا كان الذي أعطاه أفضل مما أخذ

Man kan vise takknemlighet og lovprise Allah ved å gi obligatorisk zakah (velferdsskatt) og frivillig sadaqa (veldigighet). Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«og de som (er engasjert i å ofre), i hvis eiendom det er en andel fastsatt for den tiggende og den trengende som ikke tigger.»* (Koranen 70:24-25)

Man skal vite at i ens rikdom er en andel til zakah, men i tillegg har også rikdommen andre plikter. Man bør mate en fattig og sulten person, kle den som ikke har klær, behandle de syke, hjelpe andre og betale gjeld. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som Allah elsker mest er den som er mest til nytte (for sine brødre). Den gjerningen som er mest elsket av Allah er den som bringer glede til en muslim eller som letter hans problemer, betaler ned hans gjeld eller tar bort hans sult. Å hjelpe en nødlidende person er mer elsket av Allah enn itikaf i

moskeen en hel måned. Allah vil beskytte den som behersker sitt sinne. Den som behersker sitt sinne og kan hevne seg, men ikke gjør det, vil Allah fylle hjertet med glede på Dommedag. Den som hjelper sin muslimske bror i nød, vil Allah gjøre stegene hans faste den dagen da menneskene vil falle (dvs. på Dommedag på broen as-Sirat). Sannelig, dårlige manerer vil ødelegge ens gode gjerninger akkurat som eddik ødelegger honning.”
(At-Tabarani)

أَحَبُّ النَّاسِ إِلَى اللَّهِ أَنْفَعُهُمْ ، وَ أَحَبُّ الْأَعْمَالِ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ سُرُورٌ تُدْخِلُهُ عَلَى مُسْلِمٍ ، أَوْ تَكْشِفُ عَنْهُ كُرْبَةً ، أَوْ تَقْضِي عَنْهُ دَيْنًا ، أَوْ تَطْرُدُ عَنْهُ جُوعًا ، وَ لِأَنَّ أُمَّسِيَّيَ مَعَ أَخِي الْمُسْلِمِ فِي حَاجَةٍ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ أَنْ اعْتَكِفَ فِي الْمَسْجِدِ شَهْرًا ، وَ مَنْ كَفَّ غَضَبَهُ سَتَرَ اللَّهُ عَوْرَتَهُ ، وَ مَنْ كَظَمَ غَيْظًا ، وَ لَوْ شَاءَ أَنْ يُمِضِيَهُ أَمْضَاهُ مَلَأَ اللَّهُ قَلْبَهُ رِضًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ ، وَ مَنْ مَشَى مَعَ أَخِيهِ الْمُسْلِمِ فِي حَاجَتِهِ حَتَّى يُثَبِّتَهَا لَهُ أَثَبَّتَ اللَّهُ قَدَمَهُ يَوْمَ تَزُلُّ الْأَقْدَامُ ، وَ إِنَّ سُوءَ الْخُلُقِ يُفْسِدُ الْعَمَلَ ، كَمَا يُفْسِدُ الْخَلُّ الْعَسَلَ .

Allah, Den opphøyde, har beskrevet den store belønningen for den som gjør disse handlingene kun for Allahs skyld. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen):

«og de sier): *“Vi bespiser dere kun for Allahs tilfredshet, ikke søker vi noen gjengjeldelse fra dere, og ei heller (ønsker vi) takknemlighet; vi frykter stadig fra Herren vår en dag som formørker (ansiktene og gjør dem) stygge!” Allah vil bevare dem fra den dagens hardhet (takket være deres frykt for Allah) og gi dem (et) blomstrende og friskt (ansikt) og (hjerte fylt av) ekstase og belønning for at de viste tålmod, (belønningen vil være) paradishage (å leve i) og silke (å kle seg i).» (Koranen 76:9-12)*

Man kan vise takknemlighet til Allah (lovpriset være Han) for den perfekte formen Han har skapt oss i og den helsen Han har skjenket oss, ved å adlyde Han.

Derfor må man sikre sitt syn mot å se på noe ulovlig, beskytte sin hørsel mot å lytte til noe som er ulovlig, beskytte sin tunge mot å baksnakke, spre rykter, lyve og annet ondt snakk. Man skal ikke bruke føttene sine til å gå til noe ulovlig. Man skal ikke bruke hendene til å gjøre noe ulovlig. Ei heller skal man komme til kort når det gjelder å gjøre gode gjerninger med dem. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Sannelig, det vil bli spurt av dem alle, øret, øyet og hjertet.» (Koranen 17:36)*

Man skal ikke hjelpe en undertrykker i hans undertrykking eller en synder i å utføre sine synder. En skal være som Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Hjelp din bror om han undertrykker eller blir undertrykt.” En mann sa: “Å Allahs sendebud, jeg vil hjelpe ham hvis han er undertrykt, men hvordan hjelper jeg ham hvis han undertrykker?” Han sa: “Ved å hindre han i å undertrykke andre. Dette er hvordan du hjelper ham.” (Al-Bukhari nr.6552)

أَنْصُرُ أَهْلَكَ ظَالِمًا أَوْ مَظْلُومًا فَقَالَ رَجُلٌ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَنْصُرُهُ إِذَا كَانَ مَظْلُومًا، أَفَرَأَيْتَ إِذَا كَانَ ظَالِمًا كَيْفَ أَنْصُرُهُ؟ قَالَ: تَحْجُزُهُ، أَوْ تَمْنَعُهُ، مِنَ الظُّلْمِ فَإِنَّ ذَلِكَ نَصْرُهُ

Man skal ikke bruke de evnene som Allah (lovpriset være Han) har gitt en, av visdom og intellekt, til å støtte ondt eller kjempe mot sannheten. Man skal bruke disse evnene til noe som vil gagne en i dette livet og i det Hinsidige. Profeten (fred være med han) sa: “Man vil ikke kunne bevege seg på Dommedag før man blir spurt om ens liv og hvordan man brukte det, om ens kunnskap og hvordan man brukte den, om ens penger og hvordan man tjente de og brukte de, ens kropp og hvordan man brukte den.” (At-Tirmidhi nr.2417)

لا تزول قدما عبدٍ حتى يُسألَ عن عمره فيما أفناه، وعن علمه فيما فعل، وعن ماله من أين اكتسبه وفيما أنفقه، وعن جسمه فيما أبلاه.

Man må verne sine private deler mot å gjøre noe ulovlig. Man skal ikke tilfredsstille sin seksuelle lyst unntatt med sin kone eller de som er under ens forvaring. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«som verner om sine private kroppsdelene, unntatt for sine hustruer eller de som er under deres forvaring, for da kan de ikke klandres- men de som begjærer noe utover dette, er overtredere; »* (Koranen 23:5-7)

En troende må prise Allah (lovpriset være Han) og vise sin takknemlighet til Han for det Han har gitt ham av nådegaver. Man skal ikke prise andre enn Allah (lovpriset være Han) for nådegavene og gavmildheten. Å prise andre enn Allah, Den mektige, for disse tingene ville sannelig føre til en alvorlig straff. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen):

«Og framlegg for dem lignelsen om de to personene; for den ene av dem skapte Vi to hager av druer, og Vi la daddelpalmer omkring den på alle sider, og Vi lot (grønne og frodige) åkrer vokse mellom dem. Begge disse hagene frambrakte (rikelig med) frukt, og det var ingen mangel ved dem (de ga det de skulle gi). Og Vi lot renne en elv mellom dem begge. Og den personen hadde (også utenom dette) massevis av frukt (midler). Han sa til sin følgesvenn

mens de utvekslet synspunkter: “Jeg er større enn deg i rikdom, og jeg er mer ærefull enn deg når det gjelder stamme og slekt.” Og han (tok ham med og) gikk inn i hagen sin, og han gjorde sin sjel ondt ved å si (av arroganse): “Jeg tror ikke at denne hagen noen gang vil gå til grunne, og ei heller tror jeg at timen vil stå, og hvis jeg (noen gang) skulle bli brakt tilbake til Herren min, vil jeg visselig få et bedre sted enn disse hagene å vende tilbake til.” Følgesvennen hans sa til ham mens han utvekslet synspunkter med ham: “Har du fornektet Den (Herren), som (først) skapte deg av jord, deretter av en sammensmeltet dråpe og derpå laget deg til en hel mann (fysisk sett)? Derimot (sier) jeg: ‘Han Allah, er min Herre! Og jeg likestiller ingen med min Herre!’ Og da du gikk inn i hagen din, hvorfor sa du ikke: ‘Det skjer som Allah vil! Ingen makter noe uten Allahs hjelp! (Hva så) om du anser meg som mindreverdige i rikdom og avkom (nå)! Det er forstående at Herren min gir meg noe bedre enn hagen din og sender en pine fra himmelen over hagen (din), så den blir til et ubevokst, glatt stykke land, eller at dens vann synker ned i jordens dybde, slik at du ikke engang vil evne å nå det.” Og all frukten hans ble omringet (av tilintetgjørelsen på grunn av hovmodigheten hans), og om morgenen begynte han å vri hendene i sorg over det han hadde investert i den (i hagens dyrking). Den lå fallen på sitt gitterverk, og han sa (fortvilet og skrekkslagen): “Akk og ve, om jeg bare ikke hadde likestilt noen med Herren min (og ei heller vært hovmodig)!» (Koranen 18:32-42)

Derfor vil tjeneren dra nytte av å vise Allah takknemlighet. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «Og den som viser takknemlighet (overfor Allah), han viser takknemlighet kun for sitt eget beste, og den som viser utakknemlighet – Herren min er i sannhet selvtilstrekkelig, evig sjenerøs.» (Koranen 27:40)

En troende må vise sin takknemlighet overfor Allah (lovpriset være Han) for de velsignelser og nådegaver som Allah har gitt ham, ved å oppfylle følgende:

1. Å ha Allah (lovpriset være Han) i tankene til enhver tid. Dette er ihsan (perfeksjon). Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Ihsan er å tilbe Allah som om du ser Han; selv om du ikke kan se Han, ser Han deg.” (Al-Bukhari nr.50)

الإِحْسَانُ أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ، فَإِنْ لَمْ تُكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ،

Ibn Abbas (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Jeg satt bak Allahs sendebud (fred være med han) på kamelen hans og han sa til meg: ‘Unge mann!’ Jeg svarte: ‘Jeg er her Allahs sendebud!’ Da sa han: ‘Husk Allah (dvs. ved å ikke overtre Hans grenser) og Allah vil ta vare på deg. Husk Allah og Han vil veilede deg. Husk Allah i lette perioder og Allah vil hjelpe deg i vanskelige tider. Hvis du spør, spør Allah alene og hvis du trygler, trygl Allah alene. Alt har blitt forutbestemt i dette livet. Så hvis mennesker gjør sitt beste for å hjelpe deg med noe som Allah ikke har bestemt for deg, vil de ikke være i stand til det. Hvis mennesker gjør sitt beste for å skade deg med noe Allah ikke har forutbestemt for deg, vil de ikke være i stand til det heller. Hvis du er sikker på at du kan være tålmodig, vær det. Men hvis du ikke kan, hold ut uansett; sannelig det ligger godhet i det å holde ut ting du misliker. Vit at seier er utfallet av det å være tålmodig og at lettelse er resultatet av angst og smerte og vit at med motgang kommer lettelse.” (Hakim)

عن ابن عباس رضي الله عنهما ، قال : أهدى إلى النبي صلى الله عليه وآله وسلم بغلة أهداها له كسرى ، فركبها بحبل من شعر ، ثم أردفني خلفه ، ثم سار بي مليا ، ثم التقت ، فقال : " يا غلام " ، قلت : لبيك يا رسول الله ، قال : " احفظ الله يحفظك ، احفظ الله تجده أمامك ، تعرف إلى الله في الرخاء يعرفك في الشدة ، وإذا سألت فاسأل الله ، وإذا استعنت فاستعن بالله ، قد مضى القلم بما هو كائن ، فلو جهد الناس أن ينفعوك بما لم يقضه الله لك لم يقدرُوا عليه ، ولو جهد الناس أن يضروك بما لم يكتبه الله عليك لم يقدرُوا عليه ، فإن استطعت أن تعمل بالصبر مع اليقين فافعل ، فإن لم تستطع فاصبر ، فإن في الصبر على ما تكرهه خيرا كثيرا ، واعلم أن مع الصبر النصر ، واعلم أن مع الكرب الفرج ، واعلم أن مع العسر اليسر "

2. Avstå fra ulovlige og forbudte ting. Profeten Muhammad (fred være med han) sa: “Avstå fra det jeg har forbudt dere og hold fast ved det jeg har befalt dere så langt dere orker, for nasjonene før dere ble tilintetgjort på grunn av at de spurte deres profeter overdrevent mye i saker som de dermed ikke kunne oppfylle.” (Muslim nr.1337)

ما نهيئكم عنه فاجتنبوه وما أمرتكم به فافعلوا منه ما استطعتم فإنما أهلك الذين من قبلكم كثرة مسائلهم واختلافهم على أنبيائهم.

3. Være påpasselig med de obligatoriske pliktene. Profeten Muhammad (fred være med han) sa at Allah sier: “Det Jeg elsker mest av Min tjeners forsøk på å nærme seg Meg, er i det Jeg har gjort fard (plikt) for han (dvs. at Allah elsker mest av alt at man utfører de obligatoriske pliktene).” (Al-Bukhari nr.6137)

وما تقرب إلي عبدي بشيء أحب إلي مما افترضت عليه.

Dette gjelder spesielt bønn i fellesskap i moskeen, bortsett fra hvis en person har en gyldig grunn for å utebli. Dette vil sannelig være det første spørsmålet man vil bli stilt på Dommedag. Hvis bønneren er akseptert vil alle hans gjerninger bli akseptert. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Sannelig, det første spørsmålet en tjener vil bli stilt på Dommedag er angående hans bønn. Hvis den er akseptert vil han lykkes og seire. Men hvis den ikke er akseptert, vil han være i sikkert tap.” (Nasa`ee nr.465)

إِنْ أَوَّلَ مَا يُحَاسَبُ بِهِ الْعَبْدُ صَلَاتُهُ ؛ فَإِنْ صَلَحَتْ فَقَدْ أَفْلَحَ وَأَنْجَحَ ، وَإِنْ فَسَدَتْ فَقَدْ خَابَ وَخَسِرَ .

Man må være oppmerksom på dhikr (ihukommelse av Allah) som skal sies etter bønnene og mellom dem. Når man fullfører bønneren skal man si:

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ، أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ، أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ، أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ.

اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ ، وَمِنْكَ السَّلَامُ ، تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ

Jeg ber Allah om tilgivelse. Jeg ber Allah om tilgivelse. Jeg ber Allah om tilgivelse. Å Allah! Du er fred og fra Deg kommer fred, velsignet er Du, Å Eieren av Majestet og Heder.
(Muslim)

Al-Mughira bin Shubah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) pleide å si etter å ha fullført sin bønn:

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ، وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، اللَّهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أُعْطِيَتْ، وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ، وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ.

Det finnes ingen guddom verdt å tilbe, utenom Allah, Han alene som har ingen partnere. Herredømmet tilhører Ham, lovprisningen tilhører Ham og Han har fullstendig makt over alle ting. Å Allah! Ingen kan holde tilbake det Du gir og ingen kan gi det Du holder tilbake. Og en mektig persons mektighet kommer ikke til å hjelpe han mot Deg (dvs. mot Allahs vilje).
(Al-Bukhari nr.808)

Abdullah bin az-Zubair (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) pleide å si etter å ha fullført bønneren sin:

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَلَا نَعْبُدُ إِلَّا إِيَّاهُ، لَهُ النُّعْمَةُ وَلَهُ الْفَضْلُ، وَلَهُ الثَّنَاءُ الْحَسَنُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ لَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ.

Det finnes ingen guddom verdt å tilbe, utenom Allah, Han alene som har ingen partnere. Herredømmet tilhører Ham, lovprisningen tilhører Ham og Han har fullstendig makt over alle ting. Det finnes ingen makt eller styrke unntatt ved Allahs tillatelse. Det finnes ingen guddom verdt å tilbe, utenom Allah, og vi tilber ingen andre enn Ham. Til Ham tilhører velsignelse, til Ham tilhører gavmildhet og til Ham tilhører den mest utmerkede lovprisning. Det finnes ingen guddom verdt å tilbe, utenom Allah. (Vi er) oppriktige i vår religiøse hengivenhet til Ham, selv om de vantro misliker det. (Muslim nr.594)

Han bør da si: *Priset være Allah (SubhanAllah), Lovet være Allah (Alhamdulillah) og Allah er større (Allahu Akbar) trettitre ganger hver, og så si: Det finnes ingen guddom verdt å tilbe, utenom Allah, Han alene som har ingen partnere. Herredømmet tilhører Ham, lovprisningen tilhører Ham og Han har fullstendig makt over alle ting.*

Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) sa: “Den som sier når han fullfører bønnen sin *SubhanAllah* trettitre ganger, *Alhamdulillah* trettitre ganger og *Allahu Akbar* trettitre ganger- og dette er nittini til sammen- og deretter fullfører hundre ved å si *Det finnes ingen guddom verdt å tilbe, utenom Allah, Han alene som har ingen partnere. Herredømmet tilhører Ham, lovprisningen tilhører Ham og Han har fullstendig makt over alle ting*, vil få sine synder slettet selv om de er like mange som skummet på havet.” (Muslim nr.597)

سُبْحَانَ اللَّهِ (33), الْحَمْدُ لِلَّهِ (33), اللَّهُ أَكْبَرُ (33).
لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ.

Han bør deretter resitere ayat al-Kursi (Koranen 2:255):

«اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ»

«Allah! Ingen er tilbedelses verdig unntatt Han, den Eviglevende, den selveksisterende, Opprettholderen av fullstendig orden i universet. Han verken sover eller dupper av. Ham tilhører alt i himlene og på jord. Hvem kan gå i forbønn hos Ham uten Hans tillatelse? Han kjenner det som var før dem, og det som etter dem kommer, men av Hans kunnskap griper de intet, unntatt det Han vil. Hans trones herredømme omfatter himlene og jorden, og å bevare

dem er ikke det minste vanskelig for Ham. Han er den Opphøyde, den Veldige.» (tolkning av betydningen)

Abu Umamah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) sa: “Den som resiterer ayat al-Kursi etter hver bønn vil ingenting hindre ham (etterpå) i å komme inn i Jannah, unntatt døden.” (Al-Baihaqi nr.9928)

من قرأ آية الكرسي في دبر كل صلاة لم يمنعه من دخول الجنة إلا أن يموت.

Han bør så resitere sure al-Ikhlās (Koranen 112):

﴿قُلْ هُوَ اللهُ أَحَدٌ، اللهُ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ، وَلَمْ يَكُنْ لَهٗ كُفُوًا أَحَدٌ.﴾

«Si: “Han, Allah, er Én! Allah, som uavhengig av alle er, alles Verner og over alle! Ikke har Han avlet noen, og ei heller er Han blitt avlet, og ingen er Ham lik!» (tolkning av betydningen)

Etter det bør han lese sure al-Falaq (Koranen 113) og sure an-Nas (Koranen 114):

Sure al-Falaq:

﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ، مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ، وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ، وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ، وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ.﴾

«Si ydmykt: “Jeg søker vern hos Herren, som brakte (universet) til eksistens med det store smellet i en ekstrem hastighet, mot det onde (og det som bringer tap), av alt Han har skapt, og (spesielt) mot den mørke nattens onde når (dens) mørke brer seg, og mot ondt fra kvinnelige (og mannlige) magikere som utøver magi ved å blåse på knuter, og mot enhver sjalus onde når han er sjalu!» (tolkning av betydningen)

Sure an-Nas:

﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ، الْمَلِكِ النَّاسِ، إِلَهِ النَّاسِ، مِنْ شَرِّ لُوسُوَاسِ الْخَنَّاسِ، الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ، مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ.﴾

«Si ydmykt: “Jeg søker vern hos menneskehetens Herre, Kongen over menneskeheten, menneskehetens tilbedelsesverdige Herre, mot ondt fra (Satan med) de djevleske fristelsene, som trekker seg tilbake og skjuler seg (fra Allahs nevnelser kraft), som inngir djevleske fristelser i menneskenes hjerte, om det skulle være (en djevlesk fristende djevel) fra jinnene eller menneskene!» (tolkning av betydningen)

Det er prisverdig å resitere sure al-Ikhlās, al-Falaq og an-Nas tre ganger etter fajr og maghrib bønner da dette har blitt autentisk rapportert.

Thoban (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) pleide å søke tilgivelse tre ganger etter å ha fullført bønner og deretter si:

اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ، تَبَارَكْتَ ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ.

Å Allah! Du er fred og fra Deg kommer fred, velsignet er Du, Å Eieren av Majestet og Heder.
(Muslim nr.591)

Det ble spurt Imam al-Ozai (som var en av beretterne av denne hadithen): “Hvordan pleide Profeten, fred være med han, å søke tilgivelse?” Han svarte: “Ved å si *Jeg ber Allah om tilgivelse, Jeg ber Allah om tilgivelse (Astaghfirullah, Astaghfirullah).*”

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ، أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ

Uqbah bin Amir (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Allahs sendebud (fred være med han) sa jeg skulle resitere mu'awwidhatayn (sure al-Falaq og an-Nas).” (Ibn Khuzaimah nr.755)

Muadh bin Jabal (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) tok hånden hans en dag og sa: “Å Muadh, jeg elsker deg (for Allahs skyld).” Muadh svarte: “Jeg gir opp min far og mor for deg (arabisk uttrykk for å vise høy kjærlighet og respekt for den man snakker med), jeg elsker deg (for Allahs skyld).” Han sa da: “Å Muadh, ikke glem å si:

اللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ

Å Allah, hjelp meg å ihukomme Deg, takke Deg og tilbe Deg på beste måte.
etter hver bønn.” (Ibn Hibban nr.2020)

4. Å gjøre mye dhikr. Abdullah bin Bisr (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at en mann sa til Profeten (fred være med han): “Å Allahs sendebud, de lovfestede handlingene i Islam har blitt for mye for meg, så fortell meg noe som jeg bør holde meg til.” Profeten (fred være med han) svarte: “La tungen din alltid være bløt (av bevegelse) av ihukommelse av Allah”.

5. Å ikke bare be de fem obligatoriske bønnene, men også frivillige bøtter. Sunnah ar-Ratibah (frivillige bøtter som er knyttet til fard bønn) er et eksempel på dette. Det er to raka før fajr bønn, fire før dhur bønn og to etter, to etter maghrib bønn og to etter isha bønn. Det er stor belønning i å utføre disse frivillige bønnene. Umm Habibah (måtte Allah være fornøyd med henne), datteren til Abu Sufyan, sa at Profeten (fred være med han) sa: “Den som utfører tolv raka i løpet av en dag vil Allah bygge et hus til i Jannah. Fire raka før dhur og to etter den, to raka etter maghrib, to raka etter isha og to raka før fajr.” (Ibn Khuzaimah nr.1188)

عن أم حبيبة أم المؤمنين رضي الله عنها قالت: أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: مَنْ صَلَّى اثْنَتَيْ عَشْرَةَ رَكْعَةً فِي يَوْمٍ؛ بَنَى اللَّهُ لَهُ بَيْتًا فِي الْجَنَّةِ أَرْبَعِ رَكَعَاتٍ قَبْلَ الظُّهْرِ وَرَكَعَتَيْنِ بَعْدَ الظُّهْرِ وَرَكَعَتَيْنِ قَبْلَ العَصْرِ وَرَكَعَتَيْنِ بَعْدَ المَغْرِبِ وَرَكَعَتَيْنِ قَبْلَ الصُّبْحِ.

Man bør også utføre duha bønn; det er stor belønning i å utføre den. Profeten (fred være med han) sa: “Når en av dere står opp om morgenen, må dere gi veldedighet for hvert ben i deres kropp; å si *SubhanAllah* er en veldedighet, å si *Alhamdulillah* er en veldedighet og å si *Allahu Akbar* er en veldedighet. Å befale det gode er en veldedighet og å forby det onde er en veldedighet. Det vil være tilstrekkelig for en person å utføre to raka duha bønn (om morgenen, litt etter at solen har stått opp til litt før dhur bønn).” (Muslim nr.720)

يُصِيحُ عَلَى كُلِّ سَلَامَةٍ مِنْ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ، فَكُلُّ تَسْبِيحَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَحْمِيدَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَهْلِيلَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلُّ تَكْبِيرَةٍ صَدَقَةٌ، وَأَمْرٌ بِالْمَعْرُوفِ صَدَقَةٌ، وَنَهْيٌ عَنِ الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ، وَيُجْزَى مِنْ ذَلِكَ رَكَعَتَانِ يَرْكَعُهُمَا مِنَ الضُّحَى.

Man bør utføre witr (oddetall) bønner. Profeten (fred være med han) var ivrig i å be witr bønner. Han utførte den selv mens han reiste, til tross for at de møtte mange vansker på reisen. Det minste som kan utføres er en raka (enhet). Profeten (fred være med han) sa: “Witr er haqq (det som er rett), så den som ønsker det kan utføre witr som fem raka. Den som ønsker kan utføre den som tre raka og den som ønsker utfører en raka.” (Ibn Hibban nr.2410)

عن أبي أيوب رضي الله عنه، أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: الوترُ حقٌّ، فمن أحبَّ أن يُوترَ بخمسٍ فليُفعلْ، ومن أحبَّ أن يُوترَ بثلاثٍ فليُفعلْ، ومن أحبَّ أن يُوترَ بواحدةٍ فليُفعلْ.

Man bør faste ekstra, frivillig faste i tillegg til den obligatoriske. Eksempel på slik faste er mandager og torsdager, og de hvite dagene i hver måned som er den trettende til femtende (hijrikalender). Man bør også faste på Arafah-dagen og Ashura-dagen med en dag før eller en

etter den. Profeten (fred være med han) sa: “Ingen tjener faster en dag for Allahs skyld, unntatt at Allah fjerner han fra ilden på grunn av den dagen (som han fastet) en avstand på sytti år.” (Muslim nr.1153)

مَا مِنْ عَبْدٍ يَصُومُ يَوْمًا فِي سَبِيلِ اللَّهِ، إِلَّا بَاعَدَ اللَّهُ بِذَلِكَ الْيَوْمِ وَجْهَهُ عَنِ النَّارِ سَبْعِينَ خَرِيفًا.

Den beste faste er fasten til Dawood (fred være med han). Abdullah bin Amr (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Profeten (fred være med han) ble informert om at jeg sa: ‘Ved Allah, jeg vil faste gjennom dagene og utføre bønn hele natten så lenge jeg lever.’ Jeg sa til Profeten: ‘Jeg gir opp min far og mor for deg (arabisk uttrykk for å vise høy kjærlighet og respekt for den man snakker med), jeg har lovet å gjøre det!’ Han (fred være med han) sa: ‘Du vil ikke klare å holde det. Fast (noen dager) og ikke fast andre, utfør bønnen og sov, og fast tre dager i hver måned. Sannelig, en god gjerning blir multiplisert med ti, så (hvis du faster tre dager hver måned) vil dette være som om du har fastet et helt år.’ Jeg sa: ‘Jeg kan tåle mer enn det!’ Han sa: ‘Så fast en dag og ikke den neste. Dette er Dawoods faste (fred være med han) og det er den beste faste.’ Jeg sa: ‘Jeg kan tåle mer enn det.’ Han sa: ‘Det er ingenting bedre enn det.’” (Al-Bukhari nr.1875)

أَنَّ عَبْدَ اللَّهِ بْنَ عَمْرٍو، قَالَ: أَخْبَرَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، أَنِّي أَقُولُ: وَاللَّهِ لَأَصُومَنَّ النَّهَارَ، وَلَا أَقُومَنَّ اللَّيْلَ مَا عَشْتُ، فَقُلْتُ لَهُ: قَدْ قُلْتُهُ بِأَبِي أَنْتَ وَأُمِّي قَالَ: فَإِنَّكَ لَا تَسْتَطِيعُ ذَلِكَ، فَصُمْ وَأَفْطِرْ، وَقُمْ وَنَمْ، وَصُمْ مِنَ الشَّهْرِ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ، فَإِنَّ الْحَسَنَةَ بَعَشْرٍ أَمْثَالِهَا، وَذَلِكَ مِثْلُ صِيَامِ الدَّهْرِ، قُلْتُ: إِنِّي أَطِيقُ أَفْضَلَ مِنْ ذَلِكَ، قَالَ: فَصُمْ يَوْمًا وَأَفْطِرْ يَوْمًا، فَذَلِكَ صِيَامُ دَاوُدَ عَلَيْهِ السَّلَامُ، وَهُوَ أَفْضَلُ الصِّيَامِ، فَقُلْتُ: إِنِّي أَطِيقُ أَفْضَلَ مِنْ ذَلِكَ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ؟ لَا أَفْضَلَ مِنْ ذَلِكَ.

Hvis muslimen bare oppnår Allahs kjærlighet ved å observere de frivillige handlinger av tilbedelse, vil det være tilstrekkelig. Allahs sendebud (fred være med han) sa at Allah (lovpriset være Han) sier: “Jeg erklærer krig mot den som skader en wali (en gudfryktig person). En tjener vil ikke søke nærhet til Meg gjennom en ting mer elsket for Meg enn de obligatoriske handlingene. Min tjener vil søke nærhet til Meg gjennom frivillige handlinger til Jeg elsker ham. Når Jeg elsker ham, da er Jeg hans hørsel og hans syn, hånden hans som han slår med og hans ben. Hvis han spør Meg, vil Jeg gi ham det han spør om; og hvis han søker tilflukt i Meg, vil Jeg gi det til ham (dvs beskyttelse).” (Al-Bukhari nr.6137)

إِنَّ اللَّهَ قَالَ: مَنْ عَادَى لِي وَلِيًّا فَقَدْ آذَنْتُهُ بِالْحَرْبِ، وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ، وَمَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ، فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ: كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ، وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ، وَيَدَهُ الَّتِي يَبْتَاطِشُ بِهَا، وَرِجْلَهُ

الَّتِي يَمْشِي بِهَا، وَإِنْ سَأَلْتَنِي لِأَعْطِيَنَّكَ، وَلَئِنْ اسْتَعَاذَنِي لِأَعِيذَنَّكَ، وَمَا تَرَدَّدْتُ عَنْ شَيْءٍ أَنَا فَاعِلُهُ تَرَدُّدِي عَنْ نَفْسِ الْمُؤْمِنِ،
يَكْرَهُ الْمَوْتَ وَأَنَا أَكْرَهُ مَسَاعَئَهُ

6. Begynne å spre Allahs religion og invitere folk til den i henhold til ens evne. Dette kan være med å si ord, en handling eller bruke penger på det. Da vil den fortvilende bli veiledet, den ignorante lært og den som har feil bli korrigert. Profeten (fred være med han) sa til Ali (måtte Allah være fornøyd med ham): “Ved Allah, hvis èn mann blir ledet på rett vei (til Islam) gjennom deg; så vil det være bedre for deg enn de fine røde kamelene (det mest dyrebare de hadde på denne tiden).”

Hvordan forhindre lidelser og vanskeligheter, og hvordan lette deres virkning etter at de har inntruffet

Den beste måten å forhindre lidelser og vanskeligheter på er å virkelig tro på forutbestemmelse (qadr (skjebnen), troens (iman) sjette søyle). Dette er en nøkkelfaktor for å redusere virkningen av prøvelsene som inntreffer en troende. Med denne troen vil den troende beskytte seg mot mange sykdommer og lidelser som rammer mennesket. Når en troende tror at ingenting vil skade ham bortsett fra det som har blitt forutbestemt (av Allah), vil han være fornøyd med det Allah (lovpriset være Han) har bestemt. Allah (lovpriset være Han) sier:

«مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ 22 لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ 23»

«Ingen vansker rammer på jorden og ei heller i livet deres uten at det er i en bok (i den beskyttede tavlen, som er Allahs vitens nedtegnelse fra evigheten), før Vi skaper den. Sannelig, denne (altomfattende og fullkomne vitenen) er veldig lett for Allah, sånn at dere ikke skal sørge over det dere ikke klarer å oppnå, og heller ikke være kry av det Han har gitt dere. Allah liker ikke den som er hovmodig, kjepphøy.» (Koranen 57:22-23) (tolkning av betydningen)

Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den sterke i troen er bedre og mer elsket av Allah enn den svake i troen; men i begge er det noe godt. Ta vare på det som gagnar deg, søk tilflukt hos Allah og ikke vær lat når du gjør tilbedelse. Hvis noe skader deg, si ikke: ‘Hvis jeg bare hadde gjort sånn eller slik, så ville det ikke ha skjedd’, men si: ‘Allah har villet at det skal skje og hva Han vil, skjer’; sannelig “hvis” åpner dørene for djevelens verk.” (Muslim nr.2664)

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ، خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ، وَفِي كُلِّ خَيْرٍ آخِرٌ خَيْرٌ عَلَىٰ مَا يَنْفَعُكَ، وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ، وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ، فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا، وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ، فَإِنَّ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ.

Den troende må være tilfreds med hva hans Herre har bestemt i alle tilfeller; om han er frisk eller syk, rik eller fattig. Hvis han er fornøyd med sin Herre mens han er frisk, rik og bare i en god situasjon og misfornøyd med Han når han er i en tilstand av fattigdom eller sykdom, så sier Allah (lovpriset være Han) (tolkning av betydningen): *«Og blant menneskene finnes også den som tilber Allah ved å være på randen (av levemåten [religionen]). Hvis noe*

verdslig godt når ham, blir han fornøyd med den (levemåten [religionen]). Men om en test når han, vender han ansiktet sitt bort (fra levemåten [religionen]). Han har påført seg tap både i denne verden og i det hinsidige. Dette er det største soleklare tapet.» (Koranen 22:11)

Hvis tjeneren vet at alt er i Allahs, Den mektige, hender alene, som har ingen partner, og at Han er den som styrer ting og alle skapninger i herredømmet og at Han bare bestemmer det som er godt og det som er i skapningenes beste interesse. Hvis han tror at Han er Den ene som øker goder og forårsaker skade, Den som helbreder, beskytter, som gir og holder tilbake. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og hvis Allah rammer deg med noen lidelse, så kan ingen fjerne den unntatt Han. Og hvis Han har til hensikt å gjøre deg noe godt, så kan ingen tilbakevise velviljen Hans. Han lar Sin velvilje nå hvem Han enn vil av Sine tjenere. Og Han er den mest Tilgivende, den evig Nåderike.» (Koranen 10:107)*

Hvis tjeneren vet dette med sikkerhet og styrker sin tro og setter sin lit til Allah (lovpriset være Han) alene, og søker tilflukt i Han mens han frykter Hans straff og håper på Hans belønning, gavmildhet og nåde (i dette livet), mens han gjør det nødvendige (og passende) for å oppnå Allahs gavmildhet. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og den som setter sin tillit til Allah, er Han mer enn nok for.» (Koranen 65:3)*

Tjeneren er svak og vet ikke hva som er godt for han. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Det kan være at dere misliker en ting som (egentlig) er bra for dere. Og det er mulig at dere foretrekker noe som (egentlig) er dårlig for dere. Og Allah vet svært godt, og dere vet ikke.» (Koranen 2:216)*

Å søke Allahs, Den opphøyde, belønning for ens tålmodighet over det som Allah har bestemt, om det er ulykker eller plager i en selv, ens familie eller rikdom. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og Vi vil visselig teste dere med noe frykt og hungersnød og med noe tap av rikdom og liv og frukt. Og gi det gledelige budskapet til dem som tålmodig holder ut. (De er) dem som når de rammes av noen vansker, sier: 'Sannelig, vi er Allahs (eiendom), og Ham skal vi vende tilbake til.' Disse er de som Herren deres lar regne velsignelser og nåde over. Og disse er de rettledede.» (Koranen 2:155-157)*

Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Ingen tjener sier:

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ. اللَّهُمَّ أَجْرُنِي فِي مُصِيبَتِي، وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا.

Vi tilhører Allah og til Ham skal vi vende tilbake. Å Allah, belønn meg i denne ulykken og erstatt den med noe bedre.

når han er rammet av en ulykke, bortsett fra at Allah vil belønne ham og erstatte den (dvs. det han mistet) med noe bedre.” (Muslim nr.918)

Imam Ibn al-Qayyim, måtte Allah være barmhjertig med han, sa: “Disse er de mest nyttige ordene som en lidende person kan si i dette livet og i det Hinsidige fordi de inneholder to store grunnprinsipper. Hvis en vet dem og oppfyller dem, vil man bli lettet fra lidelsen.”

Det første grunnprinsippet: Tjeneren, hans familie og hans rikdom tilhører Allah, Den opphøyde. De er bare under tjenerens besittelse som et lån, så hvis Han tar de bort fra han så er det likt som når eieren tar tilbake de tingene han lånte bort.

Det andre grunnprinsippet: Tjeneren vil til slutt vende tilbake til Allah og han vil uten tvil forlate denne verden bak seg. Han vil bli ført frem for Allah alene, slik som han ble skapt, uten familie, penger eller støttespillere. Han vil stå foran Allah, Den mektige, med sine gode og dårlige gjerninger. Derfor, hvis dette er begynnelsen og hans ende, hvordan kan han glede seg over noe han oppnår eller fortvile over noe han mister? Når en person tenker på sin begynnelse og sin slutt så er dette en god kur for lidelsen.

Andre midler for lindring og lettelse

1. Utføre salah (bønn). Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og søk hjelp gjennom tålmodighet og bønn.»* (Koranen 2:45)

Når Profeten bekymret seg for en sak, ville han skynde seg for å utføre bønn. Han ville si: “Å Bilal, gjør iqamah for bønn og gi oss lindring med det.” (Abu Dawood nr.4985)

يا بلال، أقم الصلاة، أرخنا بها.

2. Ha gode tanker om Allah og ikke vis misnøye. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Sannelig, Allah sier: ‘Jeg er i stand til å gjøre med Min tjener hva han tenker om Meg, hvis han ønsker godt, så vil han få det og hvis han ønsker ondt, så vil han få det.’” (Ibn Hibban nr.639)

إن الله عز وجل، قال: أنا عند ظن عبدي بي، إن ظنَّ بي خَيْرًا فَلَهُ، وإن ظنَّ شَرًّا فَلَهُ.

3. Huske Allah (lovpriset være Han) overdrevent ofte. Ved å gjøre dette vil man bli lettet fra ulykke og prøvelser, og det vil styrke ens tro. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Det er slike som tror og hvis hjerter har funnet fred i Allahs ihukommelse, sannelig i Allahs ihukommelse finner hjertene ro.»* (Koranen 13:28)

4. Påkalle Allah overdrevent ofte. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Hvem er Han som bønnehører den beklemtes skuddbønn når han anroper Ham, og fjerner hans smerte og gjør dere til etterfølgere og arvinger av jorden (jordens henfarne beboere)? Finnes det da sammen med Allah en eneste gud til? Dere tar til dere svært lite av formaningen.»* (Koranen 27:62)

Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og deres Herre sier: Påkall Meg, og Jeg vil svare dere! Sannelig, de som er (for) hovmodige til å tilbe Meg, vil foraktede inngå i Helvetes ild.»* (Koranen 40:60)

5. Tro på at ulykke blir etterfulgt av lindring og at motgang blir etterfulgt av lettelse.

Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Sannelig, sammen med enhver vanske kommer det letthet.»* (Koranen 94:6)

En poet sa:

I en vanskelig situasjon, alt stengte seg rundt meg.

(Plutselig) ble jeg lettet og jeg trodde ingen lettelse ville komme til meg.

6. Vite at livet i denne verden bare er for en kort periode. Det er ikke for evig, for alt skal bli ødelagt. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Alt som på jorden er, kommer til å ta slutt, og bare din Herres ansikt, Majestetens og Ærens Herre vil bli igjen.»* (Koranen 55:26-27)

7. Vite at denne verden er ubetydelig. Sahl bin Sa'd (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) passerte Dhul-Hulaifah og så en forråtnet, oppsvulmet sau med bena hevet. Han (fred være med han) spurte: "Er denne sauen verdiløs for sin eier?" Følgesvennene svarte: "Ja!" Da sa han (fred være med han): "For Han (Allah) som holder mitt liv i Sine hender, så er denne verden mye mer verdiløs enn det dette dyret er for sin eier! Var denne verden lik en flues vinge, ville Han ikke ha gitt de vantro selv en dråpe vann." (Hakim nr.7847)

عن سهل بن سعد الساعدي: كُنَّا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِبَدْيِ الْحُلَيْفَةِ إِذَا هُوَ بِشَاةٍ مَيْتَةٍ شَانِلَةٍ بِرِجْلِهَا، فَقَالَ: أَتُرَوْنَ هَذِهِ هَيْئَةً عَلَى صَاحِبِهَا؟! فَوَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ، لَلدُّنْيَا أَهْوَنُ عَلَى اللَّهِ مِنْ هَذِهِ عَلَى صَاحِبِهَا، وَلَوْ كَانَتِ الدُّنْيَا تَعْدَلُ عِنْدَ اللَّهِ جَنَاحَ بَعُوضَةٍ مَا سَقَى كَافِرًا مِنْهَا شَرْبَةَ مَاءٍ.

8. Vite at mennesket ikke vil forlate denne verden inntil det har fullført den tiden som Allah (lovpriset være Han) har fastsatt for det. Allahs sendebud (fred være med han) sa: "Jibril har akkurat informert meg om at ingen sjel vil forlate denne verden inntil han har fullført den tiden Allah har fastsatt for han og mottatt de forsyningene Allah har bestemt for han. Så søk et passende levebrød. Ikke la en vanskelig situasjon tvinge deg til å søke forsyninger gjennom ulovlige midler, for Allah vil gi den som adlyder Han." (Mu'jam al-Kabeer nr.7694)

هَلُمُّوا إِلَيَّ . فَأَقْبِلُوا إِلَيْهِ فَجَلَسُوا ، فقال : هذا رسولُ ربِّ العالمينَ ؛ جبريلُ نَفَثَ في رُوعِي : إنَّه لا تَمُوتُ نفسٌ حتى تَسْتَكْمِلَ رِزْقَهَا وإنَّ أبطأَ عليها ، فاتَّقُوا اللهَ ؛ وأجملُوا في الطَّلَبِ ، ولا يَحْمِلَنَّكُم اسْتِنطَاءُ الرِّزْقِ أَنْ تَأْخُذُوهُ بِمَعْصِيَةِ اللهِ ، فَإِنَّ اللهَ لا يُنَالُ ما عِنْدَهُ إلا بِطَاعَتِهِ .

Imam Ibn al-Qayyim, måtte Allah være barmhjertig med han, nevnte ytterligere midler for lindring og lettelse, hvorav er:

For det første; man må være oppmerksom på de som har blitt rammet av prøvelser. En må vite at en ikke er den eneste personen som er utsatt for lidelser. Hvis man gransket lidelsene i verden ville man kommet frem til at de oppstår på grunn av å ha mistet en etterlengtet mulighet eller utsatt for en mislikt ting. Man bør huske at denne verden er en verden der en skal bli prøvd og testet. Et sted hvor man ler litt og gråter mye; et sted hvor man er glad ved visse anledninger og ulykkelig ved andre; et sted hvor man har litt fornøyer og vil bli forhindret fra mange andre ting.

Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Vi har visselig skapt mennesket til slit.»* (Koranen 90:4)

Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Om dere har mottatt et sår, så har det (vantro) folk allerede mottatt et sår lik det.»* (Koranen 3:140)

Abdullah bin Masood (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Det er en trist anledning for enhver lykkelig anledning. Det er aldri et hjem som er fylt med glede til alle tider, men blir derimot også fylt av tristhet enkelte perioder.”

En poet sa:

Jeg vet at ingen lidelser rammer meg.

Unntatt at noen før meg også ble rammet av dem.

For det andre må man tenke over den lidelsen eller vanskeligheten som har rammet en og vise takknemlighet til Allah (lovpriset være Han) for at det ikke var større enn det det var, og at det ikke var i ens tro (iman). De tingene mennesket mister i dette livet vil ikke forårsake sorg, unntatt hvis ulykken er i ens tro. Man burde også være takknemlig for alle andre velsignelser

en har blitt gitt. Benet til Urwah bin az-Zubair (måtte Allah være fornøyd med ham) ble amputert og hans sønn ble drept på samme dag og han sa: “Å Allah, all lovpris tilhører Deg alene. Hvis Du har tatt fra meg (en ting), sannelig Du har gitt meg. Hvis Du har rammet meg med en ulykke, Du har også helbredet meg. Du har gitt meg fire lemmer og Du har tatt ett bort, og Du har gitt meg fire barn og Du har tatt ett bort.”

For det tredje; man burde vite at motløshet og å vise misnøye over Allahs (lovpriset være Han) bestemmelser vil gjøre Allah sint og tilfredsstille djevelen, more ens fiender og såre venner. Man vil også miste sin belønning og man vil svekkes. Hvis man er tålmodig og søker Allahs (lovpriset være Han) belønning vil man glede sin Herre og ydmyke djevelen, og uroe sin fiende og glede sin venn.

For det fjerde; man burde se vanskeligheter som rammer en som en mulighet til å samle gode gjerninger, hvis en bærer tålmodig og søker Allahs (lovpriset være Han) belønning. Abu Musa al-Ashari (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Når en troendes sønn dør vil Allah si til englene: ‘Har dere tatt sjelen til Min tjeners sønn?’ De vil si: ‘Ja.’ Allah vil si til dem: ‘Har dere tatt hans hjertes kjærlighet?’ De vil si: ‘Ja.’ Han vil spørre dem: ‘Hva sa Min tjener?’ De vil si: ‘Han har sannelig lovpriset Deg og sagt at han tilhører Deg og til Deg vil han vende tilbake.’ Allah vil si til englene: ‘Bygg et hus til ham i Jannah og kall det Lovprisningens hus.” (Ibn Hibban nr.2948)

إذا مات ولد العبد المؤمن قال الله للملائكة: قبضتم ولد عبدي؟ قالوا: نعم قال: قبضتم ثمرة فؤاده؟ قالوا: نعم قال: فما قال؟ قالوا: استرجع وحمدك قال: ابنوا له بيتاً في الجنة وسموه بيت الحمد.

Abu Said al-Khudri (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) sa: “Ingen muslim blir rammet av utmattelse, sykdom, bekymring, sorg, skade eller smerte...selv et stikk som skader han...unntatt at Allah vil fjerne hans synder på grunn av det.” (Al-Bukhari nr.5318)

ما يُصِيبُ الْمُسْلِمَ، مِنْ نَصَبٍ وَلَا وَصَبٍ، وَلَا هَمٍّ وَلَا حُزْنٍ وَلَا أَدَى وَلَا غَمٍّ، حَتَّى الشَّوْكَةِ يُشَاكُهَا، إِلَّا كَفَّرَ اللَّهُ بِهَا مِنْ خَطَايَاهُ.

For det femte; man burde vite at å være tålmodig og søke Allahs (lovpriset være Han) belønning ved vanskeligheter er sannelig en av egenskapene til den troende. Det kan være

grunn til at han vil komme inn i Jannah. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «Og Vi vil visselig teste dere, helt til Vi synliggjør dem som anstrenger seg (for Allahs sak ved å være stø på føttene) blant dere, og de tålmodige, og synliggjør deres (feige, hyklerske, hemmelige) underretninger.» (Koranen 47:31)

Ibn Abbas (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at han sa til noen av følgesvennene: “Skal jeg viser dere en kvinne fra Jannahs kvinner?” De sa: “Absolutt!” Han sa: “Denne svarte kvinnen kom til Profeten, fred være med han, og sa til ham: ‘Jeg har epileptiske anfall og kan bli avdekket på grunn av det, så be til Allah for meg (dvs. for å helbredes fra sykdommen).’ Profeten, fred være med han, sa: ‘Hvis du ønsker, vær tålmodig, og du vil bli gitt Jannah. Og hvis du ønsker det, vil jeg be Allah (om å helbrede deg fra sykdommen).’ Hun sa da: ‘Jeg vil være tålmodig, men jeg kan bli avdekket, så be Allah om at jeg ikke blir avdekket (på grunn av epileptiske anfall).’ Så Allahs sendebud, fred være med han, ba til Allah for henne.” (Al-Bukhari nr.5328)

قَالَ لِي ابْنُ عَبَّاسٍ: أَلَا أُرِيكَ امْرَأَةً مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ؟ قُلْتُ: بَلَى، قَالَ: هَذِهِ الْمَرْأَةُ السُّودَاءُ، أَنْتِ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَتْ: إِنِّي أُصْرَعُ، وَإِنِّي أَنْكَشَفُ، فَادْعُ اللَّهَ لِي، قَالَ: إِنْ شِئْتِ صَبِرْتِ وَلَكِ الْجَنَّةُ، وَإِنْ شِئْتِ دَعَوْتُ اللَّهَ أَنْ يُعَافِيكَ فَقَالَتْ: أُصْبِرُ، فَقَالَتْ: إِنِّي أَنْكَشَفُ، فَادْعُ اللَّهَ لِي أَنْ لَا أَنْكَشَفَ، فَدَعَا لَهَا.

Suhaib (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Utrolig fantastisk er anliggende (livet) for den troende! Alt er nyttig og det er belønning i alt for han. Dette er bare for den troende! Hvis han blir velsignet med noe vil han vise takknemlighet til Allah og det vil være belønning i det for ham. Hvis han blir rammet av en ulykke, vil han være tålmodig og det vil være bedre for ham.” (Muslim nr.2999)

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ، إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ، صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ.

For det sjette; man må huske at selv om motløshet kommer over en, må man holde ut uansett. “Å holde ut” er ikke en prisverdig form for tålmodighet og vil ikke bli belønnet. Mahmoud bin Labeed (måtte Allah være fornøyd med ham) rapporterte at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Hvis Allah elsker et folk, vil Han teste dem. Den som er tålmodig vil bli belønnet for det og den som blir motløs får ingen belønning.” (Al-Albani)

إِذَا أَحَبَّ اللَّهُ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ، فَمَنْ صَبَرَ فَلَهُ الصَّبْرُ، وَمَنْ جَزِعَ فَلَهُ الْجَزَعُ.

For det syvende; man bør huske at Den som tester og rammer en med vanskeligheter, er Den barmhjertige. Han rammer en ikke for å ødelegge en, ei heller for å straffe; snarere tester Han tjenerens tålmodighet, glede i å adlyde Ham og tro på Ham. Han vil også høre Sine tjenere kalle på Han og søke Hans hjelp. Umar bin al-Khattab (måtte Allah være fornøyd med ham) kom til Profeten (fred være med han) mens et krigsbytte ble brakt frem for Profeten. Blant dette var det en kvinne som ammet barnet sitt og Profeten (fred være med han) sa: “Tror dere denne kvinnen vil kaste sitt barn i ilden?” Følgesvennene sa: “Hvordan kan hun det, når hun ikke engang kan gi slipp på ham?” Profeten (fred være med han) sa: “Sannelig, Allah er mer barmhjertig mot Sine tjenere enn denne kvinnen er mot sitt barn.” (Al-Bukhari nr.5653)

قَدِمَ عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ سَبْيِي، فَإِذَا امْرَأَةً مِنَ السَّبْيِ قَدْ تَحَلُّبُ تَدْيِهَا تَسْقِي، إِذَا وَجَدَتْ صَبِيًّا فِي السَّبْيِ أَخَذَتْهُ، فَأَلْصَقَتْهُ بِبَطْنِهَا وَأَرْضَعَتْهُ، فَقَالَ لَنَا النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَتُرَوْنَ هَذِهِ طَارِحَةً وَلَدَهَا فِي النَّارِ قُلْنَا: لَا، وَهِيَ تَقْدِرُ عَلَى أَنْ لَا تَطْرَحَهُ، فَقَالَ: اللَّهُ أَرْحَمُ بِعِبَادِهِ مِنْ هَذِهِ بَوْلَدِهَا.

For det åttende; man burde huske at elendighet i dette livet vil resultere i et lykkelig liv i det Hinsidige. Samtidig vil glede i dette livet føre til elendighet i det Hinsidige. Å gå fra kortvarig elendighet til permanent glede og lykke er bedre enn det motsatte. Profeten (fred være med han) sa: “Jannah har blitt omringet av vanskeligheter og Jahannam har blitt omringet av lyster og begjær.” (Muslim nr.2822)

حُفَّتِ الْجَنَّةُ بِالْمَكَارِهِ، وَحُفَّتِ النَّارُ بِالشَّهَوَاتِ.

Dette betyr ikke at mennesket skal være som en livløs skapning som ikke har følelser og ikke vise noen av disse naturlige følelsene. Det som er forbudt er å bli motløs, sint og misfornøyd med Allahs (lovpriset være Han) bestemmelser. Anas bin Malik (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Vi gikk inn til Abu Saif, smeden, med Allahs sendebud (fred være med han). Kona til Abu Saif var amme for Profetens sønn Ibrahim. Profeten holdt Ibrahim, kysset han og luktet på han. Deretter kom vi inn da han var døende og Allahs sendebud (fred være med han) gråt. Abdurrahman Ibn Auf (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: ‘Allahs sendebud, gråter du også?’ Allahs sendebud (fred være med han) sa: ‘Å Ibn Auf, dette er barmhjertighet og jeg sier videre: Sannelig, tårer kommer ut av øyet og hjertet er sørgmodig. Vi sier bare det som gleder vår Herre og vi sørger din bortgang Å Ibrahim.’” (Al-Bukhari nr.1241)

دَخَلْنَا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى أَبِي سَيْفِ الْقَيْنِ، وَكَانَ ظَنُرًا لِإِبْرَاهِيمَ عَلَيْهِ السَّلَامُ، فَأَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِبْرَاهِيمَ، فَقَبَّلَهُ، وَشَمَّهُ، ثُمَّ دَخَلْنَا عَلَيْهِ بَعْدَ ذَلِكَ وَإِبْرَاهِيمُ يَجُودُ بِنَفْسِهِ، فَجَعَلَتْ عَيْنَا رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تَذْرِفَانِ، فَقَالَ لَهُ عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ عَوْفٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ: وَأَنْتَ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ فَقَالَ: يَا ابْنَ عَوْفٍ إِنَّهَا رَحْمَةٌ، ثُمَّ أَتْبَعَهَا بِأُخْرَى، فَقَالَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِنَّ الْعَيْنَ تَدْمَعُ، وَالْقَلْبَ يَحْزَنُ، وَلَا نَقُولُ إِلَّا مَا يَرْضَى رَبُّنَا، وَإِنَّا بِفِرَاقِكَ يَا إِبْرَاهِيمَ لَمَحْزُونُونَ.

Usamah bin Zaid (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Datteren til Allahs sendebud (fred være med han) sendte bud til han om at sønnen hennes lå på det siste og ba han komme til dem. Allahs sendebud (fred være med han) sendte en budbringer til henne for å gi sin hilsen og si: ‘Sannelig, til Allah tilhører det Han har gitt og det Han har tatt. Alt har sin fastsatte tid, så hold ut og sett din lit til lønnen i det Hinsidige.’ Hun sendte han så et nytt bud og insisterte på at han skulle komme. Allahs sendebud (fred være med han) dro da ledsaget av Sa’d bin Ubaadah, Mu’aadh bin Jabal, Ubai bin Ka’b, Zaid bin Thabit og andre menn (måtte Allah være fornøyd med dem). Da de ankom ble barnet brakt til Profeten (fred være med han). Barnet beveget seg fremdeles litt og Profeten (fred være med han) gråt. Da sa Sa’d (måtte Allah være fornøyd med ham): ‘Å Allahs sendebud, hva er dette?’ Han (fred være med han) svarte: ‘Dette er barmhjertigheten som Allah har lagt i Sine tjeneres hjerter. Sannelig, Allah er barmhjertig mot Sine barmhjertige tjenere.’” (Al-Bukhari nr.1224)

أَرْسَلَتِ ابْنَةُ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِلَيْهِ إِنَّ ابْنًا لِي قُبِضَ، فَأَتَيْتَا، فَأَرْسَلَ يُقْرِئُ السَّلَامَ، وَيَقُولُ: إِنَّ لِلَّهِ مَا أَخَذَ، وَلَهُ مَا أَعْطَى، وَكُلُّ عِنْدَهُ بِأَجَلٍ مُسَمًّى، فَلْتَصْبِرْ، وَلْتَحْتَسِبْ، فَأَرْسَلَتْ إِلَيْهِ تُقْسِمُ عَلَيْهِ لِيَأْتِيَنَّهَا، فَقَامَ وَمَعَهُ سَعْدُ بْنُ عُبَادَةَ، وَمَعَاذُ بْنُ جَبَلٍ، وَأَبِي بْنُ كَعْبٍ، وَزَيْدُ بْنُ ثَابِتٍ وَرِجَالٌ، فَرَفَعَ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الصَّبِيَّ وَنَفْسُهُ تَتَقَعَّعُ - قَالَ: حَسِبْتُهُ أَنَّهُ قَالَ كَأَنَّهَا شَنٌّ - فَفَاضَتْ عَيْنَاهُ، فَقَالَ سَعْدٌ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، مَا هَذَا؟ فَقَالَ: هَذِهِ رَحْمَةٌ جَعَلَهَا اللَّهُ فِي قُلُوبِ عِبَادِهِ، وَإِنَّمَا يَرْحَمُ اللَّهُ مِنَ عِبَادِهِ الرَّحْمَاءَ.

En poet sa:

La dagene gå forbi som de vil.

Vær fornøyd med skjebnen og forutbestemmelsen.

Når noe skjer som har blitt bestemt.

Er det ingen mulighet for å stoppe det.

Måter å beskytte og sikre seg selv på

1. Konstant resitering av Koranen. Djevelen flykter fra det huset hvor Koranen resiteres, spesielt gjelder dette kapittelet al-Baqarah. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Ikke gjør deres hjem til en gravplass. Sannelig, djevelen flykter fra det hjemmet hvor kapittelet al-Baqarah resiteres.” (Muslim nr.780)

لَا تَجْعَلُوا بُيُوتَكُمْ مَقَابِرَ؛ فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَفِرُّ مِنَ الْبَيْتِ الَّذِي تُقْرَأُ فِيهِ الْبَقْرَةُ.

2. Å si “I Allahs navn” (bismillah) før man begynner noe. Dette vil være en form for beskyttelse mot djevelen. Profeten (fred være med han) sa: “Når man sier *bismillah* danner det seg en beskyttende barriere som forhindrer jinn fra å se de private delene til Adams barn.” (At-Tirmidhi nr.606)

سَتْرٌ مَا بَيْنَ أَعْيُنِ الْجِنِّ وَعَوْرَاتِ بَنِي آدَمَ: إِذَا دَخَلَ أَحَدُهُمُ الْخَلَاءَ أَنْ يَقُولَ: بِسْمِ اللَّهِ

3. Å ydmykt be om alt godt fra Allah (lovpriset være Han) når en ser seg selv, ens familie eller barn utmerker seg i noe bra. Da skal en si: “*Å Allah gi meg/han/henne/dem Din velsignelse og beskytt meg/han/henne/dem fra alt ondt*” eller si: “*MashAllah tabarakAllah*”.

Profeten (fred være med han) sa: “Hvis noen ser noe bra i seg selv eller i sine penger eller i sin bror, så be da Allah velsigne deg/dem/han”. (Al-Baihaqi nr.10039)

إِذَا رَأَى أَحَدُكُمْ مِنْ نَفْسِهِ أَوْ مَالِهِ أَوْ مِنْ أُخِيهِ مَا يَعْجِبُهُ فَلْيَدْعُ لَهُ بِالْبَرَكَةِ

4. Å søke tilflukt hos Allah for å beskytte seg selv, ens familie og barn fra alt ondt. Profeten (fred være med han) brukte å gjøre dette for al-Hasan og al-Husain. Han sa da: “Din far gjorde dette for Ismail og Ishaq;

أُعِيدُكُمْ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَّةٍ.

Jeg søker tilflukt i Allahs perfekte ord mot alle djevler, udyr og mot onde øyne.” (Al-Bukhari nr.3191)

5. Å være oppmerksom på Allah (lovpriset være Han) til enhver tid og uttale dhikr (å ihukomme Allah). Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Så kom Meg i hu, Jeg skal komme dere i hu. Og vær Meg alltid takknemlige, og vær Meg aldri utakknemlige.»* (Koranen 2:152)

Allah (lovpriset være Han) husker den som er oppmerksom på Ham. Allah (lovpriset være Han) sier: “Jeg er slik Min tjener tror Jeg er og Jeg er med ham når han husker på Meg. Hvis han husker på Meg alene, husker Jeg på ham alene; og hvis han husker på Meg sammen med en gruppe, husker Jeg på ham sammen med en bedre gruppe; og hvis han kommer distansen av en hånd nærmere Meg, går Jeg en armlengde nærmere ham; og hvis han kommer en armlengde nærmere Meg, går Jeg lengden av to utstrakte armer nærmere ham; og hvis han kommer gående til Meg, kommer Jeg løpende til ham.” (Al-Bukhari nr.6970)

قال الله عز وجل: أنا عند ظنّ عبدي بي، وأنا معه حين يذكرني، إن ذكرني في نفسه؛ ذكرته في نفسي، وإن ذكرني في ملأ؛ ذكرته في ملأ خير منه، ومن تقرب إلي شبرًا؛ تقربت إليه ذراعًا، ومن تقرب إلي ذراعًا؛ تقربت إليه باعًا، ومن جاءني يمشي؛ جنته هرولة.

Abdullah bin Yasr (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at en beduin sa til Allahs sendebud (fred være med han): “Sharia-lovene er mange, så informer meg om noe jeg kan overholde!” Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Ha ihukommelse av Allah på din tunge.” (Al-Albani)

أن رجلاً قال : يا رسول الله ! إن شرائع الإسلام قد كثرت عليّ ، فأخبرني بشيء أتشبّثُ به ؟ قال : لا يزال لسانك رطباً من ذكر الله

Allah (lovpriset være Han) har nevnt i Sin Bok at det å stadig ihukomme Ham kan ta bort motgang og lidelser etter at de har funnet sted. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og sannelig, Yunus var av sendebudene, da han løp til det fullastede skipet. Da (skipet satt fast i en virvelstrøm), kastet de lodd, og han tapte (loddkastet, navnet hans ble trukket, og han ble av den grunn kastet ut i havet). Derpå slukte hvalfiskens ham, mens han (selvbebreidende) angret. Hvis han ikke hadde vært av dem som forherliger (Allahs) hellighet, ville han ha forblitt i magen dens (hvalfiskens) til den dag da folk blir gjenoppvekket (fra gravene).»* (Koranen 37:139-144)

Å stadig ihukomme Allah (lovpriset være Han) er en grunn til at Han vil akseptere ens bønn; og det er også en festning som vil beskytte tjeneren. Profeten (fred være med han) sa: “Sannelig, Allah inspirerte Yahya bin Zakariya med fem ting som Han beordret ham og Israels barn med. Da det virket som om Yahya hadde utsatt å formidle denne meldingen til dem, sa Isa til ham: ‘Allah har beordret deg å formidle til ditt folk fem ting som dere må holde. Enten formidler du det til dem eller jeg vil formidle det til dem!’ Han sa: ‘Å Isa ikke gjør det, for jeg frykter at hvis du formidler til dem vil Allah straffe meg.’ Så han samlet Israels barn i moskeen i Jerusalem og det ble så fullt at de måtte sitte i vinduskarmene. Da sa han til dem: ‘Sannelig, Allah har beordret meg å formidle til dere fem ting som dere må holde. Først og fremst, ikke sidestill noen partnere med Allah. Den som sidestiller partnere med Allah er lik en mann som kjøpte en slave med egne penger (gull og sølv), for deretter å sette ham i huset sitt og si til ham: ‘Arbeid og gi meg inntektene.’ Så han jobbet, men ga gevinsten til noen andre enn sin herre. Hvem av dere ville være fornøyd med sin slave hvis han gjorde dette? Allah har skapt deg og forsørget deg, så ikke sidestill noen partnere med Ham. Når du utfører bønnen, ikke se deg rundt omkring, for Allah vil se på Sin tjener så lenge han ikke snur seg om i sin bønn. Jeg befaler dere å faste og eksempelet på det er lik en mann i en gruppe som har en pung med musk, alle ville da ha lyst til å lukte dens duft. Fasting er vakrere for Allah enn duften av musk. Jeg befaler dere å gi veldedighet og eksempelet på det er lik en mann som ble fanget av fienden. De bandt hendene til nakken hans og førte ham til å bli halshugget. Han sa da til dem: ‘Vil dere tillate meg å betale løsepenger for å befri meg selv?’ Han ga dem litt og mye, helt til han ble fri. Jeg befaler dere å ihukomme Allah ofte og eksempelet på ihukommelse av Allah er lik en mann som ble jaget av fienden. Da han kom til en befestet festning ble han der og reddet seg selv fra fienden. På samme måte vil tjeneren ikke bli reddet fra djevelen, med mindre han husker Allah.” Allahs sendebud (fred være med han) sa deretter: “Jeg befaler dere fem ting; Allah har beordret meg til å holde med det muslimske fellesskapet (i spørsmål og saker), å høre og adlyde, emigrere til land som praktiserer Islam og kjempe på Allahs vei. Den som avviker fra det muslimske fellesskapet en distanse lik en hånd, vil ha forlatt sin tro og den som kaller med dawah fra Jahiliyya (uvitenhetens tid) skal bli Ildens brennstoff. Det ble sagt: ‘Å Allahs sendebud, selv om han faster og ber?’ Han sa: ‘Selv om han faster og ber. Så kall folk til Allahs vei, Han som har kalt dere troende og muslimer, tjenere av Allah.” (Ibn Khuzaimah nr.1895)

إِنَّ اللَّهَ أَمَرَ يَحْيَى بْنَ زَكَرِيَّا بِخَمْسِ كَلِمَاتٍ أَنْ يَعْمَلَ بِهَا ، وَيَأْمُرَ بَنِي إِسْرَائِيلَ أَنْ يَعْمَلُوا بِهَا ، وَإِنَّهُ كَادَ أَنْ يُبْطِئَ بِهَا فَقَالَ عِيسَى: إِنَّ اللَّهَ أَمَرَكَ بِخَمْسِ كَلِمَاتٍ؛ لِتَعْمَلَ بِهَا وَتَأْمُرَ بَنِي إِسْرَائِيلَ أَنْ يَعْمَلُوا بِهَا، فِيمَا أَنْ تَأْمُرَهُمْ، وَإِمَّا أَنْ أَمُرَهُمْ، فَقَالَ يَحْيَى: أَخْشَى إِنْ سَبَقْتَنِي بِهَا أَنْ يُخَسَفَ بِي أَوْ أُعَذَّبَ، فَجَمَعَ النَّاسُ فِي بَيْتِ الْمَقْدِسِ، فَاِمْتَلَأَ الْمَسْجِدَ وَقَعَدُوا عَلَى الشَّرْفِ، فَقَالَ: "إِنَّ اللَّهَ أَمَرَنِي بِخَمْسِ كَلِمَاتٍ أَنْ أَعْمَلَ بِهِنَّ، وَأْمُرُكُمْ أَنْ تَعْمَلُوا بِهِنَّ: أَوْلَهُنَّ أَنْ تَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا، وَإِنَّ مَثَلَ مَنْ أَشْرَكَ بِاللَّهِ كَمَثَلِ رَجُلٍ اشْتَرَى عَبْدًا مِنْ خَالِصِ مَالِهِ بِذَهَبٍ أَوْ وَرِقٍ، فَقَالَ: هَذِهِ دَارِي وَهَذَا عَمَلِي، فَاَعْمَلْ وَأَدِّ إِلَيَّ، فَكَانَ يَعْمَلُ وَيُؤَدِّي إِلَى غَيْرِ سَيِّدِهِ، فَأَيْكُمْ يَرْضَى أَنْ يَكُونَ عَبْدُهُ كَذَلِكَ؟! وَإِنَّ اللَّهَ أَمَرَكَ بِالصَّلَاةِ، فَإِذَا صَلَّيْتُمْ فَلَا تَلْتَقِتُوا؛ فَإِنَّ اللَّهَ يَنْصُبُ وَجْهَهُ لَوَجْهِ عَبْدِهِ فِي صَلَاتِهِ مَا لَمْ يَلْتَقِتْ، وَأْمُرُكُمْ بِالصِّيَامِ؛ فَإِنَّ مَثَلَ ذَلِكَ كَمَثَلِ رَجُلٍ فِي عِصَابَةٍ مَعَهُ صُرَّةٌ فِيهَا مِسْكٌ، فَكُلَّهُمْ يَعْجَبُ أَوْ يُعْجِبُهُ رِيحُهَا، وَإِنَّ رِيحَ الصَّائِمِ أَطْيَبُ عِنْدَ اللَّهِ مِنْ رِيحِ الْمَسْكِ، وَأْمُرُكُمْ بِالصَّدَقَةِ؛ فَإِنَّ مَثَلَ ذَلِكَ كَمَثَلِ رَجُلٍ أَسْرَهُ الْعَدُوَّ، فَأَوْثَقُوا يَدَهُ إِلَى عُنُقِهِ، وَقَدَمُوهُ لِيَضْرِبُوا عُنُقَهُ، فَقَالَ: أَنَا أَفْدِيهِ مِنْكُمْ بِالْقَلِيلِ وَالكَثِيرِ، فَفَدَى نَفْسَهُ مِنْهُمْ وَأْمُرُكُمْ أَنْ تَذْكُرُوا اللَّهَ؛ فَإِنَّ مَثَلَ ذَلِكَ كَمَثَلِ رَجُلٍ خَرَجَ الْعَدُوُّ فِي أَثَرِهِ بِرَاعًا حَتَّى إِذَا أَتَى عَلَى حِصْنٍ حَصِينٍ، فَأَحْرَزَ نَفْسَهُ مِنْهُمْ، كَذَلِكَ الْعَبْدُ لَا يُحْرِزُ نَفْسَهُ مِنَ الشَّيْطَانِ إِلَّا بِذِكْرِ اللَّهِ". قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: وَأَنَا أْمُرُكُمْ بِخَمْسِ كَلِمَاتٍ اللَّهُ أَمَرَنِي بِهِنَّ، السَّمْعُ وَالطَّاعَةُ وَالْجِهَادُ وَالْهَجْرَةُ وَالْجَمَاعَةُ، فَإِنَّهُ مَنْ فَارَقَ الْجَمَاعَةَ قَبِدَ شَبْرٍ فَقَدْ خَلَعَ رِبْقَةَ الْإِسْلَامِ مِنْ عُنُقِهِ إِلَّا أَنْ يَرِاجِعَ، وَمَنْ ادَّعَى دَعْوَى الْجَاهِلِيَّةِ فَإِنَّهُ مِنْ جُنَى جَهَنَّمَ، فَقَالَ رَجُلٌ: يَا رَسُولَ اللَّهِ وَإِنْ صَلَّى وَصَامَ؟ فَقَالَ: وَإِنْ صَلَّى وَصَامَ، فَادْعُوا بِدَعْوَى اللَّهِ الَّذِي سَمَّاكُمْ الْمُسْلِمِينَ الْمُؤْمِنِينَ، عِبَادَ اللَّهِ

Å ihukomme Allah (dhikr) (lovpriset være Han) vil være tilstrekkelig hvis man ikke kan memorere Koranen. Abdullah bin Abi O`faa (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: "En mann kom til Allahs profet (fred være med han) og sa: 'Å Allahs sendebud, jeg kan ikke memorere Koranen, så lær meg noe som vil være tilstrekkelig for meg.' Profeten (fred være med han) sa: 'Si:

سُبْحَانَ اللَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَاللَّهُ أَكْبَرُ، وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

Priset være Allah (SubhanAllah), All lovpris er til Allah (Alhamdulillah), Det finnes ingen guddom verdt å tilbe utenom Allah (La ilaha illa Allah), Allah er større (Allahu Akbar) og Det finnes ingen makt og ingen kraft unntatt ved Allah (La hawla wa la quwwata illa billah).'

Mannen sa: 'Dette er for Allah, hva er for meg?' Han (fred være med han) svarte:

اللَّهُمَّ ارْحَمْنِي، وَارْزُقْنِي، وَعَافِنِي، وَاهْدِنِي.

'Å Allah tilgi meg, bær over med meg, veiled meg, bevar meg og gi meg midler.' Allahs sendebud (fred være med han) sa da: 'Hans hender ble fylt med godhet (khayr).'" (Ibn Hibban nr.1810)

Å ihukomme Allah (lovpriset være Han) vil holde djevelen vekk og beskytte en mot djevelens hvisken. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Allahs sendebud (fred

være med han) sa: “Djevelen knyter tre knuter på menneskets bakhode mens det sover og sier: ‘Du har en lang natt, så sov...’ Når han våkner og nevner Allahs navn vil en knute gå opp, og hvis han gjør wudu (rituell renselse) vil enda en knute gå opp, og hvis han ber vil den siste knuten gå opp. Han vil bli veldig energisk og ha gode egenskaper, ellers ville han ha blitt lat og hatt dårlige egenskaper.” (Al-Bukhari nr.1091)

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: يَعْقُدُ الشَّيْطَانُ عَلَى قَافِيَةِ رَأْسِ أَحَدِكُمْ إِذَا هُوَ نَامَ ثَلَاثَ عُقَدٍ، يَضْرِبُ كُلَّ عُقْدَةٍ مَكَانَهَا: عَلَيْكَ لَيْلٌ طَوِيلٌ فَارْقُدْ، فَإِنِ اسْتَيْقَظَ فَذَكَرَ اللَّهَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَإِنِ تَوَضَّأَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ، فَإِنِ صَلَّى انْحَلَّتْ عُقْدَةُ كُلِّهَا، فَأَصْبَحَ نَشِيطًا طَيِّبَ النَّفْسِ، وَإِلَّا أَصْبَحَ خَبِيثَ النَّفْسِ كَسَلَانَ.

Profeten (fred være med han) informerte oss om straffen for den som holder seg borte fra ihukommelse av Allah (lovpriset være Han) og resiterte: *«Og den som vender seg bort fra Min ihukommelse (og formaning), for ham vil verdslig levebrød bli gjort trangt, og på oppstandelsens dag vil Vi gjenoppvekke ham som blind.»* (Koranen 20:124) (tolkning av betydningen)

Den beste dhikr (ihukommelse av Allah)

1. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “To ord er lette på tungen, men tynger vektskålen:

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ.

Priset være Deg, Allah. Lovet være Deg og Priset være Allah, Den praktfulle (SubhanAllah wa bihamdihi, SubhanAllah al-Adhim).” (Al-Bukhari nr.6043)

2. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som sier:

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ

Priset være Deg, Allah. Lovet være Deg (SubhanAllah wa bihamdihi) 100 ganger vil få sine synder fjernet selv om de var så mange som skummet på havet.” (Al-Bukhari nr.6042)

3. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som står opp om natten og sier:

لا إله إلا الله وحده، لا شريك له، له الملك، وله الحمد، وهو على كل شيء قدير، الحمد لله، وسبحان الله، ولا إله إلا الله، والله أكبر، ولا حول ولا قوة إلا بالله

Det finnes ingen guddom verdt å tilbe, utenom Allah, Han alene som har ingen partnere. Herredømmet tilhører Ham og lovprisningen tilhører Ham. Han har (fullstendig) makt over alle ting. Priset være Allah! Lovet være Allah! Det finnes ingen guddom utenom Allah. Allah er større. Det finnes ingen makt og ingen kraft unntatt ved Allah.

og så sier *Å Allah, tilgi meg* eller han ber (dua) Allah om det han ønsker, vil Allah (lovpriset være Han) gi han. Om han utfører wudu (rituell renselse) og ber (salah) vil hans bønn bli akseptert.” (Al-Bukhari nr.1103)

4. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Å si:

سُبْحَانَ اللَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَاللَّهُ أَكْبَرُ.

Priset være Allah (SubhanAllah), Lovet være Allah (Alhamdulillah) og Det finnes ingen guddom verdt å tilbe utenom Allah og Allah er større (La ilaha illa Allah wa Allahu akbar) er kjærere for meg enn alt det solen ser ned på.” (Muslim nr.2695)

5. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Ville en av dere ikke være i stand til å få tusen belønninger per dag? Si *Priset være Allah (SubhanAllah)* hundre ganger og tusen belønninger ville blitt skrevet for deg og tusen synder ville blitt slettet fra deg.” (Al-Albani)

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لِجُلَسَائِهِ : أَيْعَازُ أَحَدُكُمْ أَنْ يَكْسِبَ أَلْفَ حَسَنَةٍ ؟ فَسَأَلَهُ سَائِلٌ مِنْ جُلَسَائِهِ : كَيْفَ يَكْسِبُ أَحَدُنَا أَلْفَ حَسَنَةٍ ؟ قَالَ : يَسْبِخُ أَحَدُكُمْ مِائَةَ تَسْبِيحَةٍ تُكْتَبُ لَهُ أَلْفُ حَسَنَةٍ ، وَتَحُطُّ عَنْهُ أَلْفُ سَيِّئَةٍ

6. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Hvis dere hører bønneroperen, si som han sier og send deretter velsignelser over meg. Den som sender velsignelser over meg, vil Allah sende ti velsignelser over. Spør så Allah om å gi meg wasilah. Wasilah er det høyeste stedet/graden et menneske kan komme i Jannah og det blir kun gitt til én av Allahs tjenere. Jeg håper det er meg. Den som spør om wasilah for meg, vil få min forbønn. (Muslim)

إِذَا سَمِعْتُمُ الْمُؤَذِّنَ فَقُولُوا مِثْلَ مَا يَقُولُ ، ثُمَّ صَلُّوا عَلَيَّ ، فَإِنَّهُ مَنْ صَلَّى عَلَيَّ صَلَاةً صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ بِهَا عَشْرًا ، ثُمَّ سَلُوا اللَّهَ لِي الْوَسِيلَةَ ، فَإِنَّهَا مَنْزِلَةٌ فِي الْجَنَّةِ ، لَا تَبْغِي إِلَّا لِعَبْدٍ مِنْ عِبَادِ اللَّهِ ، وَأَرْجُو أَنْ أَكُونَ أَنَا هُوَ ، فَمَنْ سَأَلَ لِي الْوَسِيلَةَ حَلَّتْ عَلَيْهِ الشَّفَاعَةُ

7. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Renhet er halve troen. *Lovet være Allah (Alhamdulillah)* fyller vektskålen, og *Priset være Allah og Lovet være Allah (SubhanAllah wa Alhamdulillah)* fyller opp det som er mellom himlene og jorden. Bønn (salah) er et lys og veldedighet er et bevis, tålmodighet er et lys som varmer og Koranen er et vitne for deg eller mot deg, og alle mennesker kommer til å dø, derfor vil en enten befri seg fra Ilden eller dømme seg dit hen.” (Muslim nr.223)

الطُّهُورُ شَطْرُ الْإِيمَانِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلَأُ الْمِيزَانَ، وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ تَمْلَأُنِ -أَوْ تَمْلَأُ- مَا بَيْنَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، وَالصَّلَاةُ نُورٌ، وَالصَّدَقَةُ بُرْهَانٌ، وَالصَّبْرُ ضِيَاءٌ، وَالْقُرْآنُ حُجَّةٌ لَكَ، أَوْ عَلَيْكَ، كُلُّ النَّاسِ يَغْدُو فَبَايِعَ نَفْسَهُ فَمَعَتِقُهَا، أَوْ مَوْبِقُهَا.

8. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Skal jeg vise deg en av Paradisets skatter?

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ.

Det finnes ingen makt og ingen kraft unntatt ved Allah. (La hawla wa la quwwata illaa billaah).” (Al-Bukhari nr.6021)

9. Juwayriyya (måtte Allah være fornøyd med henne) sa at Allahs sendebud (fred være med han) forlot rommet hennes mens hun ba fordi han skulle be fajr. Han kom tilbake etter duha bønn og fant henne fortsatt sittende på samme vis. Da spurte han: “Sitter du fremdeles slik

som da jeg forlot deg?” Hun svarte: “Ja.” Profeten sa: “Jeg sa fire ord tre ganger, og hvis disse ordene hadde blitt veid mot det du har sagt hele morgenen, ville de veid tyngre:

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، عَدَدَ خَلْقِهِ وَرِضَا نَفْسِهِ وَزِينَةَ عَرْشِهِ وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ .

Priset være Allah og lovet være Han; like mange ganger som Hans skapninger, like mye som Hans tilfredshet, like tungt som Hans trone er tung og like mye som blekket i Hans ord.
(Muslim nr.2726)

Hvordan søke Allahs velbehag

1. Å ha Allah (lovpriset være Han) i tankene til enhver tid og søke Hans tilgivelse. De fleste ulykker og lidelser som rammer mennesket er på grunn av de syndene det gjør. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og hva som enn når dere av vansker, når dere på grunn av det (de illgjerningene) som hendene deres har begått, enda Han unnskylder veldig mange (forgåelser).»* (Koranen 42:30)

Profeten (fred være med han) forklarte viktigheten av å søke tilgivelse kontinuerlig. Han sa: “Den som kontinuerlig søker tilgivelse vil Allah gi lettelse fra enhver bekymring, hvile fra enhver stress og gi ham fra det han forventer minst.” (Hakim nr.7677)

من أكثر من الاستغفار جعل الله له من كل هم فرجا ومن كل ضيق مخرجا ورزقه من حيث لا يحتسب.

Allah (lovpriset være Han) vil gi oss, belønne oss og ta bort straff fra oss hvis vi kontinuerlig søker tilgivelse. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og jeg sa: «Be om Herrens tilgivelse! Han er den som tilgir. Og så vil Han sende dere strømmende regn fra oven, og forskrekke dere med rikdom og barn, og gi dere haver, og gi dere bekker.»* (Koranen 71:10-12)

Allah (lovpriset være Han) har gjort tilståelse av ens synder og omvendelse til Allah blant de ting som vil føre til at en lidelse eller vanskelighet unngås. Å erkjenne alene (ved å uttale) er ikke nok. Dette bør suppleres med en fast beslutsomhet og tro; noe som vil føre til at man stopper med synden, føler seg trist for at man har gjort den og har en sikker beslutsomhet om ikke å gjøre den igjen. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og (kom i hu) Dhol Non (profeten som hvalfisken slukte [Yunus]), da han gikk sin vei rasende (på folket sitt). Han trodde at Vi ikke ville utsette ham for noen plage (under reisen), men så ropte han (fanget) i (havets, nattens og hvalfiskens mages lagvise) mørke: “Ingen er tilbedelsesverdig unntatt Deg! Hellig er Du! Sannelig, det var jeg som var av dem som gjør urett (mot sin egen sjel)!” Vi bønnhørte skuddbønnen hans, og Vi berget ham fra sorgen, og det er slik Vi berger de troende.»* (Koranen 21:87-88)

Man bør være oppmerksom på Allah (lovpriset være Han) også i gode og lette perioder. Dette kan man gjøre ved å vise takknemlighet for alle de velsignelser Han har gitt oss, å huske Ham og tilbe Ham på riktig måte.

Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som ønsker å bli besvart når han er i nød, burde be mye til Allah i lette perioder.”

Profeten (fred være med han) sa i en hadith som er fortalt av Ibn Abbas (måtte Allah være fornøyd med ham): “Ha Allah i tankene i lette perioder og Han vil hjelpe deg i vanskelige tider.” (Hakim nr.6303)

تَعَرَّفْ إِلَى اللَّهِ فِي الرِّخَاءِ يَعْرِفُكَ فِي الشَّدَّةِ

2. Å hjelpe muslimer når de har vanskeligheter. Abdullah bin Umar (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som ønsker at hans bønn skal bli akseptert og hans motgang lettet; la ham hjelpe den som har gjeld.” (Musnad Ahmad nr.4749)

عن عبدالله بن عمر رضي الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: من اراد ان تستجاب دعوته، وأن تُكشَفَ كُربته فليفرج عن معسر.

Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som hjelper en troende som er i vanskeligheter, vil Allah hjelpe gjennom vanskelighetene i det Hinsidige. Den som hjelper en person som har gjeld, vil Allah hjelpe i dette livet og det etterfølgende. Den som skjuler en troendes feil i denne verden, vil Allah skjule hans feil i denne verden og i det Hinsidige. Allah vil hjelpe tjeneren så lenge han hjelper sin bror. Den som velger kunnskapens vei, vil Allah gjøre en vei til Jannah lett for ham. Et folk vil ikke samles i Allahs hus og resitere og studere Koranen uten at de blir rolige og Allahs barmhjertighet vil stige ned over dem. Allah vil rose dem (i englenes nærvær) og belønne dem. Den som ikke utfører gode gjerninger vil ikke hans slekt være til nytte for ham.” (Muslim nr.2699)

مَنْ نَفَسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ الدُّنْيَا، نَفَسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ، وَمَنْ يَسَّرَ عَلَى مُعْسِرٍ، يَسَّرَ اللَّهُ عَلَيْهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَمَنْ سَنَّ مَسْلَمًا، سَنَّهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، وَاللَّهُ فِي عَوْنِ الْعَبْدِ مَا كَانَ الْعَبْدُ فِي عَوْنِ أَخِيهِ، وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا، سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ، وَمَا اجْتَمَعَ قَوْمٌ فِي بَيْتٍ مِنْ بُيُوتِ اللَّهِ، يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ، وَيَتَدَارَسُونَهُ بَيْنَهُمْ، إِلَّا نَزَلَتْ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ، وَعَشِيَتْهُمْ الرَّحْمَةُ وَحَفَّتْهُمُ الْمَلَائِكَةُ، وَذَكَرَهُمُ اللَّهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ، وَمَنْ بَطَأَ بِهِ عَمَلُهُ، لَمْ يُسْرِعْ بِهِ نَسَبُهُ.

3. Å gi veldedighet og gjøre rettskafne handlinger. Med Allahs (lovpriset være Han) vilje vil dette forhindre lidelser og vanskeligheter. Anas bin Malik (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) sa: “Veldedighet vil minske Herrens sinne og beskytte en fra en ond død.” (Ibn Hibban nr.3309)

عن أنس بن مالك رضي الله عنه قال : ان النبي محمد صلى الله عليه وسلم قال : الصدقة تدفع غضب الرب وتدفع ميتة السوء .

Muadh bin Jabbal (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at han fulgte Profeten (fred være med han) på en reise og spurte ham så: “Allahs sendebud, informer meg om en handling som vil slippe meg inn i Jannah og beskytte meg mot Ilden.” Han sa: “Du har spurt om en stor ting! Det er lett for en som Allah gjør det lett for. Tilbe Allah og ikke sidestill noen partner med Ham. Utfør bønnen, gi zakah (almisse), fast ramadan og utfør Hajj.” Så sa han: “Skal jeg ikke informere deg om godhetens porter? Å faste; fasting vil beskytte en mot Ilden. Veldedighet; det vil viske ut ens synder akkurat som vannet vil slukke ild. Qiyam al lail; en manns bønn om natten.” Han resiterte så Allahs ord: (tolkning av betydningen) *«Deres kroppssider holder seg unna sengene sine, og de anroper Herren sin i (en blandet tilstand av) frykt og håp, og det Vi har forsynt dem med, av det gir de (for Vår sak). Ingen kjenner til hvilket kjølig behag for øyet som holdes skjult, avsatt for dem, en lønn for det (de rettskafne handlingene) som de pleide å utføre.»* (Koranen 32:16-17) Så sa han: “Skal jeg informere deg om det viktigste aspektet i troen, dens søyle og dens høyeste punkt?” Muadh sa: “Sannelig, Allahs sendebud!” Han sa: “Det viktigste aspektet i troen er Islam (trosbekjennelsen) og dens søyle er bønnen, og dens høyeste punkt er jihad.” Profeten (fred være med han) sa så: “Skal jeg informere deg om noe som vil sikre deg alt dette?” Muadh sa: “Ja, Allahs sendebud!” Profeten sa: “Vær oppmerksom og beskytt tungen din (dvs. snakk ikke uten grunn).” Muadh sa: “Vil vi stå til ansvar for hva vi sier?” Profeten ble overrasket og sa:

“Hva kommer til å kaste folk i helvete på sine ansikter eller deres neser, foruten for hva de sier?!” (At-Tirmidhi nr.2616)

قلت: يا رسول الله، أخبرني بعملٍ يُدخِلني الجنةَ، ويباعدني من النارِ، قال: لقد سألتَ عن عظيمٍ، وإنه ليسيرٌ على من يسره الله عليه، تعبدُ اللهَ ولا تشركُ به شيئاً، وتقيمُ الصلاةَ، وتؤتي الزكاةَ، وتصومُ رمضانَ، وتحجُّ البيتَ، ثمَّ قال: ألا أدلكَ على أبوابِ الخيرِ؟ الصومُ جنةٌ، والصدقةُ تطفئُ الخطيئةَ، كما يطفئُ الماءُ النارَ، وصلاةُ الرجلِ في جوفِ الليلِ، ثمَّ تلا: تتجافى جنوبُهُم عنِ المضاجعِ، حتى يبلغَ يعملونَ. ثمَّ قال: ألا أخبرُك برأسِ الأمرِ، وعموده، وذروةِ سنامه؟ قلتُ: بلى، يا رسولَ الله، قال: رأسُ الأمرِ الإسلامُ، وعموده الصلاةُ، وذروةُ سنامه الجهادُ، ثمَّ قال: ألا أخبرُك بملاكٍ ذلكَ كله؟ قلتُ: بلى، يا نبيَّ الله، فأخذَ بلسانِهِ، وقال: كُفَّ عليكَ هذا، فقلتُ: يا نبيَّ الله، إنا لمؤاخذونَ بما نتكلَّمُ به؟ قال: تكلَّمتَ أمُّك يا معاذُ، وهل يكبُّ النَّاسَ في النارِ على وجوهِهِم، أو على مناخرِهِم، إلا حصادُ ألسنتِهِم.

4. Å opprettholde forbindelser med slektninger ved å besøke dem og hjelpe dem i deres behov. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «*Men dere kanskje, om dere vender dere bort, vil stifte ufred og strid i landet og bryte deres blodsband? Slike er under Guds forbannelse, og Han har gjort dem døve, og deres øyne blinde.*» (Koranen 47:22-24)

Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Det er ingen god gjerning hvor belønningen blir gitt direkte andre enn den som knytter forbindelser til slektninger. Det er ingen synd hvor den som utfører den straffes direkte andre enn urettferdig bruk av makt og å kutte slektsband.” (Al-Baihaqi nr.19655)

يقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: ليس شيئاً أُطيعُ الله فيه أعجلُ ثواباً من صلةِ الرحم، وليس شيئاً أُعجلُ عقاباً من البغي وقطيعةِ الرحم، واليمينُ الفاجرةُ تدعُ الديارَ بلاقع .

5. Avstå fra å gjøre noen urett eller skade dem. Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Bønnen til den som har blitt urett behandlet bæres over skyene, og himmelens porter blir åpnet for den. Herren vil si: ‘Ved Min makt, Jeg vil gi deg seier, selv etter en periode.’” (Ibn Hibban nr.874)

دَعْوَةُ الْمَظْلُومِ، تُحْمَلُ عَلَى الْغَمَامِ، وَتُفْتَحُ لَهَا أَبْوَابُ السَّمَاوَاتِ وَيَقُولُ الرَّبُّ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: وَعِزَّتِي لِأَنْصُرَنَّكَ وَلَوْ بَعْدَ حِينٍ.

Uansett hvor forsinket undertrykkerens straff kan virke, vil han sannelig møte sin skjebne. Abu Musa al-Ashari (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Allah gir pusterom til en undertrykker, men når Han griper ham, frigjør Han aldri ham.” Så resiterte han: *«Slik er Herrens grep når Han tar fatt byen som handler urett. Hans grep er smertelig, hardt.»* (Koranen 11:102) (Al-Bukhari nr.4409)

إِنَّ اللَّهَ لَيُمْلِي لِلظَّالِمِ حَتَّىٰ إِذَا أَخَذَهُ لَمْ يُفْلِتْهُ قَالَ: ثُمَّ قَرَأَ: *«وَكَذَلِكَ أَخْذُ رَبِّكَ إِذَا أَخَذَ الْقُرَىٰ وَهِيَ ظَالِمَةٌ إِنَّ أَخْذَهُ أَلِيمٌ شَدِيدٌ»*

6. Søke tilflukt hos Allah (lovpriset være Han) ved å kontinuerlig be til Han og vise ydmykhet til Han. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Herren sier: “Be til Meg, og Jeg vil bønnehøre dere. De som er for stolte til å tjene Meg, vil gå inn i helvete i ydmykelse.»* (Koranen 40:60)

Profeten (fred være med han) sa: “Det er ingenting mer elsket for Allah enn å påkalle Ham (dua).” (Ibn Hibban nr.870)

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ليس شيء أكرم على الله من الدعاء.

Thoban (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Mennesket vil kunne miste de forsyninger Allah har tiltenkt det (rizq) på grunn av synder det begår. Ingenting vil forhindre at en ulykke rammer, bortsett fra dua. Det gode i ens liv vil ikke bli mer, bortsett fra om man gjør gode rettskafne gjerninger.” (Ibn Hibban nr.872)

عن ثوبان قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: إن الرجل ليحرم الرزق بالذنب يصيبه، ولا يرد القدر إلا الدعاء، ولا يزيد في العمر إلا البر.

Al-Ghazali, måtte Allah være barmhjertig med ham, sa: “Hvis det blir sagt: ‘Hva er nytten av dua når det forutbestemte ikke kan forhindres?’ Vit at blant de forutbestemte tingene er forhindring av ulykker gjennom bønn (dua). Dua kan forhindre ulykker og er en kilde til nåde. På samme måte er frøet grunnen til at det gror vegetasjon fra jorden, slik som en rustning beskytter bæreren mot piler. På samme måte forhindrer dua ulykker.” Allah, Den opphøyde, sier (tolkning av betydningen): *«og de skal også bære på sine sikkerhetsmidler og våpen»* (Koranen 4:102)

Dua er den troendes våpen. Med den vil man bli gitt godhet i sine midler. Med den vil man forhindre ulykker før de oppstår eller svekke deres virkning etter at de har skjedd, eller fjerne dem helt. Aisha (måtte Allah være fornøyd med henne) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Forsiktighet og forholdsregler vil ikke beskytte en fra det som er forutbestemt. Dua er nyttig for å hindre ulykker fra å skje og selv etter at de har skjedd. Det forutbestemte vil komme ned og bli motvirket av dua til Oppstandelsens dag.” (Hakim nr.1813)

عن عائشة رضي الله عنها قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: لا يُغني حذرٌ من قدرٍ والدُّعاءُ ينفعُ ممَّا نزل وما لم ينزلْ وإنَّ البلاءَ لينزلُ فيلقاهُ الدُّعاءُ فيعتلجان إلى يومِ القيامةِ

Retningslinjer for dua (ydmyk bønn)

De troendes kommandør, Umar bin al-Khattab (måtte Allah være fornøyd med ham), sa: “Jeg er ikke bekymret for svaret på min dua, heller på selve utførelsen av den. Hvis jeg blir inspirert til å gjøre dua, vil Allah svare på den.”

En dua har mange retningslinjer som man bør følge slik at den mer sannsynlig vil bli akseptert. Av disse er følgende:

1. Å bare bruke det lovlige; slik at man spiser, drikker, har på seg og rir bare lovlige ting. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Å folk, Allah er langt fjernet fra enhver ufullkommenhet og aksepterer bare rene gjerninger. Sannelig, Allah har befalt de troende med det Han befalte sendebudene. Allah sier (tolkning av betydningen): *«Dere sendebud, spis av det som er godt og rent, og lev rettskaffent! Jeg kjenner til det dere gjør.»* Og Han sier (tolkning av betydningen): *«Dere som tror, spis av goder som vi har gitt dere til livets opphold, og vis takknemlighet mot Gud, så sant det er Ham dere tilber.»* Profeten (fred være med han) fortalte så om en mann med bustete hår, som var dekket av støv og som reiste langt for deretter å rekke opp hendene til himmelen og si: ‘Å min Herre! Å min Herre!’ Samtidig spiste han fra det ulovlige, drakk fra det ulovlige, hadde på seg fra det ulovlige og ble oppdratt og næret med det som er haram. Så hvordan kunne Allah svare hans bønn?” (Muslim nr.1051)

2. Når en person gjør dua og bønnfaller Allah, anbefales det at han er i en tilstand av renhet, rettet mot qibla og løfter hendene. Salman (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Sannelig, din Herre er beskjeden og gavmild. Han ville føle beskjedenhet hvis Han ser Sin tjener løfte sine hender (i bønn til Han) og Han ikke svarer ham.” (Ibn Hibban nr.876)

إِنَّ رَبَّكُمْ حَيٌّ كَرِيمٌ يَسْتَحْيِي مَنْ عَبْدُهُ أَنْ يَرْفَعَ يَدَيْهِ إِلَيْهِ أَنْ يَرُدَّهُمَا صِفْرًا.

Al-Muhajir bin Qunfudhah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Jeg gikk forbi Profeten (fred være med han) mens han urinerte og jeg hilste på ham, men han svarte meg ikke. Han utførte så renselse, for deretter å unnskyldte seg og si: ‘Jeg mislikte å nevne Allahs navn når jeg ikke var i en tilstand av renhet.’” (Ibn Khuzaimah nr.206)

أَنَّهُ أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَهُوَ يَبُولُ فَسَلَّمَ عَلَيْهِ فَلَمْ يَرُدَّ عَلَيْهِ حَتَّى تَوَضَّأَ ثُمَّ اعْتَذَرَ إِلَيْهِ فَقَالَ إِنِّي كَرِهْتُ أَنْ أَذْكَرَ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ إِلَّا عَلَى طُهْرٍ أَوْ قَالَ عَلَى طَهَارَةٍ

3. En person skal bønnfalle Allah (lovpriset være Han) med en stemme som ikke er for høy, heller ikke for lav. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «*Si: “Anrop Ham med (navnet) Allah, eller anrop Ham med (navnet) den mest Barmhjertige; uansett hvilke navn dere anroper Ham med, er Hans de vakreste navn.” Og resiter ikke Koranen for høyt i din tidebønn og ei heller for lavt, men benytt heller en middelvei mellom dem begge.*» (Koranen 17:110)

Abu Musa al-Ashari (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Vi var med Allahs sendebud (fred være med han) og når vi gikk ned en dal ville vi si tahlil (dvs. si *La ilaha illa Allah*) og takbir (dvs. si *Allahu Akbar*). Vi hevet stemmene når vi sa dette. Profeten (fred være med han) sa da: ‘Å folk! Ikke hev stemmene deres, for dere roper ikke på en som er døv eller som ikke er tilstede, men En som er med dere. Han er Den som hører alt, Den som alltid er tilstede.’” (Al-Bukhari nr.2830)

عن أبي موسى الأشعري رضي الله عنه قال : كُنَّا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَكُنَّا إِذَا أَشْرَفْنَا عَلَى وَادٍ هَلَلْنَا وَكَبَّرْنَا ارْتَفَعَتْ أَصْوَاتُنَا فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَرْبَعُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ فَأَنْتُمْ لَا تَدْعُونَ أَصْمًا وَلَا غَائِبًا إِنَّهُ مَعَكُمْ إِنَّهُ سَمِيعٌ قَرِيبٌ تَبَارَكَ إِسْمُهُ وَتَعَالَى جَدُّهُ.

4. Å begynne dua med å prise Allah (lovpriset være Han) og opphøye Profetens (fred være med han) omtale, for deretter å ydmykt vende seg til Allah og angre. Når man vil avslutte sin dua gjør man det ved å opphøye Profetens (fred være med han) omtale og deretter lovprise Allah. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «*Og hvis Allah skulle framskynde motgang (pinen) for menneskene (de vantro), slik som de skynder seg med å ønske det gode, da ville visselig levetiden deres ha blitt fullført for dem (fått en hastig ende,*

at de skulle dø og havne raskt i helvete). Men Vi lar dem være som ikke håper på å møte Oss, ravende omkring i blinde i sin oppsetsighet.» (Koranen 10:11)

Fudalah bin Ubaid al-Ansari (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) så en mann som gjorde dua i sin salah. Han priste ikke Allah, ei heller opphøyde han Profetens (fred være med han) omtale og deretter gikk han. Profeten (fred være med han) sa: “Denne mannen har forhastet seg!” Deretter kalte han på mannen og sa til han: “Hvis en av dere gjør dua, begynn med å prise din Herre for deretter å opphøye Profetens omtale og så be for hva enn du ønsker deg.” (Ibn Khuzaimah nr.710)

عن فضالة بن عبيد الأنصاري رضي الله عنه قال: أن رسول الله صلى الله عليه وسلم رأى رجلاً يصلي لم يحمده ولم يمجده ولم يصلي على النبي صلى الله عليه وسلم وأنصرف فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: عجل هذا فدعاه وقال له أو لغيره إذا صلى أحدكم فليبدأ بتمجيد ربه والثناء عليه وليصل على النبي صلى الله عليه وسلم ثم يدعو بما شاء.

5. Man skal gjøre dua til Allah (lovpriset være Han) ved å spørre Han med Hans vakre navn og egenskaper. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og Allahs navn er de vakreste, så anrop Ham ved disse navnene. Og la slike være som avviker fra sannheten når det gjelder navnene Hans. Snart vil de få straff for det (illgjerningene) de begår.»* (Koranen 7:180)

Abdullah bin Buraidah rapporterte at hans far sa at Allahs sendebud (fred være med han) hørte en mann si:

اللهم إني أسألك بأني أشهد أنك أنت الله لا إله إلا أنت الأحد الصمد الذي لم يلد ولم يولد ولم يكن له كفواً أحد.

Å Allah, jeg bevitner at Du er Allah, det finnes ingen guddom verdt å tilbe utenom Deg. Den ene, Den evige. Ikke har Han avlet noen og ei heller er Han selv blitt avlet; og ingen er Hans like!

Profeten (fred være med han) sa da: “Du har spurt Allah med Hans vakreste navn. Spør du med Hans vakreste navn, vil Han reagere på din forespørsel og hvis Han blir påkalt med dem, svarer Han.” (Ibn Hibban nr.891)

6. Den som bønnfaller Allah (lovpriset være Han) må være gudfryktig, frykte Hans straff og håpe på Hans belønning. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Og (kom i hu) Zakariya, da han anropte sin Herre: 'Min Herre! La meg ikke være alene (uten barn). Du er den beste av alle arvtakere!' Vi bønnhørte skuddbønnen hans og skjenket ham Yahya, og Vi gjorde hans hustru i orden (fruktbar) for ham. Sannelig, de var (alle) snare til (å utføre) fromme gjerninger, og de pleide å anrope oss med forkjærlighet og frykt, og ydmykt pleide de å trygle overfor Oss.»* (Koranen 21:89-90)

7. Ikke vent utålmodig på svar på dine dua. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Hver og en av dere vil bli besvart, så lenge man ikke haster for å få et svar på sine dua ved at man sier: ‘Jeg ba og mottok ingen svar!’” (Al-Bukhari nr.5981)

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: يستجاب لأحدكم ما لم يعجل يقول : دعوت فلم يستجب لي .

8. Man skal ikke spesifisere ting i sine forespørsler når man gjør dua. Abdullah bin Mugahfʿfal (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at han hørte sin sønn si: “Å Allah, jeg ber Deg om å gi meg det hvite slottet på høyre side i Jannah!” Abdullah sa da: “Å sønn, hvis du skal be Allah om noe, be Han om Jannah og søk tilflukt fra helvetes ild for jeg har hørt Profeten (fred være med han) si: ‘Mot slutten av tiden vil det være folk som bryter med de foreskrevne reglene for ydmyke bønner (dua) og wudu (rituell renselse).’” (Ibn Hibban nr.6763)

عن عبدالله بن مغفل رضي الله أنه سمع ابنه يقول : اللهم إني أسألك القصر الأبيض عن يمين الجنة ! قال يا بني : إذا سألت فاسأل الله الجنة وتعوذ به من النار فإني سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول : يكون في آخر الزمان قوم يعتدون في الدعاء والطهور .

9. Man skal ikke gjøre dua for å kutte slektsbånd eller for å søke syndige ting. Profeten (fred være med han) sa: “Ingen muslim vil gjøre dua til Allah (når den ikke inneholder å bryte slektsbånd eller søke syndige handlinger) unntatt at Allah vil gi ham en av tre ting: Allah vil enten gi han det han ba om, ta bort ondt tilsvarende størrelse som det han ba om eller spare belønningen hans.” Følgesvennene (måtte Allah være fornøyd med dem) sa da: “Å Allahs

sendebud, vi skal da spørre Allah overdrevent mye!” Han sa: “Spør Han, for Han elsker det!”
(Hakim nr.1816)

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: ما من مسلم يدعو الله بدعوة ليس فيها مآثم ولا قطيعة رحم إلا أعطاه إحدى ثلاث إما أن يستجيب له دعوته أو يصرف عنه من السوء مثلها أو يدخر له من الأجر مثلها ، قالوا يا رسول الله: اذن نكثر؟ قال : الله أكثر.

10. Å påkalle Allah ved spesielle tider og steder. Profeten (fred være med han) sa: “Den beste dua er den utført på Arafah-dagen. Det beste jeg og alle profetene før meg sa var:

لا إله إلا الله وحده لا شريك له .

Ingen er verdig tilbedelse utenom Allah.” (Al-Baihaqi nr.9256)

Det er anbefalt å spørre Allah (lovpriset være Han) på fredag. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Profeten (fred være med han) sa: “I den (dvs. fredag) finnes det en time hvor tjeneren som spør Allah om noe, vil bli gitt det han spurte om.”
(Al-Bukhari nr.893)

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم ذكر يوم الجمعة فقال : فيه ساعة لا يوافقها عبد مسلم وهو قائم يصلي يسأل الله تعالى شيئا إلا أعطاه إياه . وأشار بيده يقللها.

Det er også anbefalt å spørre Allah (lovpriset være Han) i ramadan. Profeten (fred være med han) sa: “Når ramadan begynner åpnes himmelens porter, lukkes helvetes porter og djevlene blir lagt i lenker.” (Al-Bukhari nr.1800)

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: إذا دخل رمضان فتحت أبواب السماء، وغلقت أبواب جهنم، وسلسلت الشياطين.

Man bør påkalle Allah (lovpriset være Han) mens man faster. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) rapporterte at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Det er tre typer mennesker som ikke vil få sin dua avvist; (dua til en) person som faster helt til han bryter sin faste, (dua til) en rettfærdig imam og (dua til) den undertrykte. Den undertryktes dua vil bli hevet over skyene og himmelens porter vil bli åpnet for den og Herren vil si: ‘Ved Min makt vil Jeg gi deg seier, selv etter et tidsrom.’” (Ibn Khuzaimah nr.1901)

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : ثلاثة لا ترد دعوتهم الصائم حتى يفطر وإمام عدل ودعوة المظلوم يرفعها الله فوق الغمام ويفتح لها أبواب السماوات فيقول الرب عز وجل وعزتي لانصرتك ولو بعد حين.

Den siste tredjedelen av natten og etter de obligatoriske bønnene er en god tid for å spørre Allah (lovpriset være Han). Abu Umamah (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Allahs sendebud (fred være med han) ble spurt: “Hvilken dua blir mest sannsynlig akseptert?” Han (fred være med han) sa: “Dua som gjøres om natten og dua etter fard (obligatoriske) bønnene.” (At-Tirmidhi nr.3499)

عن أبي امامة ان الرسول صلى الله عليه وسلم قيل له : يا رسول الله اي الدعاء اسمع؟ قال : جوف الليل الآخر ودبر الصلوات المكتوبات.

Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Vår Herre stiger ned til den laveste himmelen den siste tredjedelen av hver natt og sier: ‘Hvem kaller på Meg, slik at Jeg kan svare han? Hvem spør Meg, slik at Jeg kan gi han det han ber om? Hvem søker tilgivelse, slik at Jeg kan tilgi han?’” (Al-Bukhari nr.5962)

عن أبي هريرة رضي الله قال : أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : ينزل ربنا تبارك وتعالى كل ليلة إلى السماء الدنيا حين يبقى ثلث الليل الآخر فيقول : من يدعوني فأستجيب له ؟ من يسألني فأعطيه؟ من يستغفرني فأغفر له؟.

Man bør spørre Allah (lovpriset være Han) i sujud (nedbøyd posisjon). Ibn Abbas (måtte Allah være fornøyd med ham) rapporterte at Profeten (fred være med han) på hans siste dager (da han var sengeliggende på grunn av sykdom) flyttet på gardinen og så at folk ba bak Abu Bakr (måtte Allah være fornøyd med ham) og sa så: “Ingen flere åpenbaringer vil komme, unntatt en sann drøm som en selv ser eller andre ser for en. Det er forbudt å resitere Koranen i ruku (fremoverbøyd posisjon) og sujud (nedbøyd posisjon). Lovpris din Herre i ruku og påkall Han i sujud, for dine bønner vil bli besvart.” (Ibn Khuzaimah nr.602)

عن ابن عباس رضي الله عنه ان النبي صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَشَفَ السَّنَرَ فَرَأَى النَّاسَ قِيَامًا وَرَاءَ أَبِي بَكْرٍ يَصَلُّونَ فَقَالَ: اللَّهُمَّ هَلْ بَلَغْتَ إِنَّهُ لَمْ يَبْقَ مِنْ مُبَشِّرَاتِ النُّبُوَّةِ إِلَّا الرُّؤْيَا الصَّالِحَةَ، يَرَاهَا الْمُسْلِمُ لِنَفْسِهِ أَوْ تَرَى لَهُ، أَلَا وَإِنِّي نُهِيتُ أَنْ أَقْرَأَ رَاكِعًا، أَوْ سَاجِدًا، فَأَمَّا الرُّكُوعُ فَعَظُمُوا فِيهِ الرَّبُّ عَزَّ وَجَلَّ، وَأَمَّا السُّجُودُ فَكَثُرُوا فِيهِ الدُّعَاءِ، فَأَنَّهُ قَمِينٌ أَنْ يُسْتَجَابَ لَكُمْ.

Dua vil bli akseptert når det regner eller når hærstyrkene står mot hverandre. Imam ash-Shafi (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) sa: “Søk svar på dine dua når du møter fienden, når iqamah blir gjort for bønn og når regnet faller.”

11. Å repetere dua 3 ganger. Abdullah bin Masood (måtte Allah være fornøyd med ham) rapporterte at Allahs sendebud (fred være med han) anbefalte å repetere den ydmyke bønnen 3 ganger og å søke tilgivelse 3 ganger. (Abu Dawood nr.1524)

عن عبدالله بن مسعود رضي الله عنه أن الرسول صلى الله عليه وسلم: كان يعجبه ان يدعو ثلاثا ويستغفر ثلاثا .

12. Å søke nærhet til Allah og å spørre Han basert på de gode handlingene man har gjort. Abdullah bin Umar (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Jeg hørte Allahs sendebud (fred være med han) si: ‘Tre menn blant folkene som kom før dere satte ut sammen til de nådde en hule om natten og de gikk inn i den. En stor stein rullet ned fra fjellet og blokkerte hulens åpning. De sa da til hverandre: ‘Ingenting kan redde oss fra denne steinen utenom å påkalle Allah ved å referere til de gode gjerningene som vi har gjort for Allahs skyld alene.’ Så en av dem sa: ‘Å Allah! Jeg pleide å ha eldre foreldre som jeg ga melk først og jeg ga aldri min familie melk før dem. En dag ble jeg tilfeldigvis forsinket og jeg kom sent på kvelden mens de sov. Jeg melket sauene for dem og tok melken til dem, men fant dem sovende. Jeg mislikte å gi min familie melk før dem. Jeg ventet på dem og bollen med melk var i min hånd og jeg fortsatte å vente på dem til soloppgang. Da sto de opp og drakk melken. Å Allah, om jeg gjorde dette for Din skyld alene, så lett for oss denne kritiske situasjonen som har blitt forårsaket av steinen.’ Steinen flyttet seg litt, men det var ikke nok for at de skulle komme seg ut. Profeten (fred være med han) fortsatte: ‘Så den andre mannen sa: ‘Å Allah! Jeg hadde en kusine som var den kjæreste av alle mennesker til meg og jeg ønsket å ha samleie med henne, men hun nektet. Senere fikk hun store vanskeligheter da det kom et år med hungersnød og hun kom til meg og jeg gav henne hundre og tjue dinarer på den betingelsen at hun ikke ville motstå mine begjær, og hun aksepterte dette. Når jeg var på vei til å oppfylle mitt begjær, så sa hun: ‘Det er ulovlig for deg å opphøre min fromhet bortsett fra innenfor et gyldig ekteskap.’ Så jeg så det som en synd å gjennomgå samleie med henne og jeg forlot henne, selv om hun var den kjæreste av alle mennesker for meg og jeg gikk også fra gullet som jeg hadde gitt til henne. Å Allah! Om jeg gjorde dette for Din skyld alene så lett oss fra vår katastrofe!’ Så steinen flyttet seg litt mer, men fortsatt kunne de ikke komme seg ut

derfra. Profeten (fred være med han) la til: ‘Så sa den tredje mannen: ‘Å Allah! Jeg ansatte noen få arbeidere og jeg betalte dem deres lønn utenom til en mann som ikke fikk sin lønn og gikk derfra. Jeg investerte hans lønn og fikk mye eiendom ut av den. Etter en tid kom mannen tilbake og han sa: ‘Å Allahs tjener, betal meg min lønn!’ Jeg sa til han: ‘Alle kamelene, kuene, sauene og slavene som du ser her er dine.’ Han sa: ‘Å Allahs tjener! Ikke tull med meg.’ Og jeg sa: ‘Jeg tuller ikke med deg!’ Så tok han hele flokken og dro vekk med de uten å etterlate noen ting. Å Allah! Om jeg gjorde dette kun for Din skyld alene, så fjern denne lidelsen fra oss.’ Da flyttet steinen seg med Allah vilje og de kom seg ut gående.” (Al-Bukhari nr.2152)

عن عبدالله بن عمر: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ: انْطَلَقَ ثَلَاثَةٌ رَهْطٍ مِمَّنْ كَانَ قَبْلَكُمْ حَتَّى أَوْوَا الْمَيْبِتَ إِلَى غَارٍ، فَدَخَلُوهُ فَاخْتَدَرَتْ صَخْرَةٌ مِنَ الْجَبَلِ، فَسَدَّتْ عَلَيْهِمُ الْغَارَ، فَقَالُوا: إِنَّهُ لَا يُنْجِيكُمْ مِنْ هَذِهِ الصَّخْرَةِ إِلَّا أَنْ تَدْعُوا اللَّهَ بِصَالِحِ أَعْمَالِكُمْ، فَقَالَ رَجُلٌ مِنْهُمْ: اللَّهُمَّ كَانِ لِي أَبُوَانِ شَيْخَانِ كَبِيرَانِ، وَكُنْتُ لَا أُعْبِقُ قَبْلَهُمَا أَهْلًا، وَلَا مَالًا فَنَأَى بِي فِي طَلَبِ شَيْءٍ يَوْمًا، فَلَمْ أُرِخْ عَلَيْهِمَا حَتَّى نَامَا، فَحَلَبْتُ لَهُمَا غَبُوقَهُمَا، فَوَجَدْتُهُمَا نَائِمَيْنِ وَكَرِهْتُ أَنْ أُعْبِقَ قَبْلَهُمَا أَهْلًا أَوْ مَالًا، فَلَبِثْتُ وَالْفَدْحُ عَلَى يَدَيَّ، أَنْتَظِرُ اسْتِيقَاطَهُمَا حَتَّى بَرَقَ الْفَجْرُ، فَاسْتَيْقَظَا، فَشَرِبَا غَبُوقَهُمَا، اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتُ فَعَلْتُ ذَلِكَ ابْتِغَاءً وَجْهَكَ، فَفَرِّجْ عَنَّا مَا نَحْنُ فِيهِ مِنْ هَذِهِ الصَّخْرَةِ، فَاذْفَرَجْتُ شَيْئًا لَا يَسْتَطِيعُونَ الْخُرُوجَ، قَالَ النَّبِيُّ ﷺ: وَقَالَ الْآخَرُ: اللَّهُمَّ كَانَتْ لِي بِنْتُ عَمٍّ، كَانَتْ أَحَبَّ النَّاسِ إِلَيَّ، فَأَرَدْتُهَا عَنْ نَفْسِهَا، فَاذْفَرَجْتُ عَنْ نَفْسِهَا، فَفَعَلْتُ حَتَّى إِذَا قَدَرْتُ عَلَيْهَا، قَالَتْ: لَا أَجُلُ لَكَ أَنْ تَقْضِيَ الْخَاتِمَ إِلَّا بِحَقِّهِ، فَتَحَرَّجْتُ مِنْ الْوَفُوعِ عَلَيْهَا، فَاذْفَرَجْتُ عَنْهَا وَهِيَ أَحَبُّ النَّاسِ إِلَيَّ، وَتَرَكْتُ الذَّهَبَ الَّذِي أُعْطِيتُهَا، اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتُ فَعَلْتُ ابْتِغَاءً وَجْهَكَ، فَافْرِجْ عَنَّا مَا نَحْنُ فِيهِ، فَاذْفَرَجْتُ الصَّخْرَةَ غَيْرَ أَنَّهُمْ لَا يَسْتَطِيعُونَ الْخُرُوجَ مِنْهَا، قَالَ النَّبِيُّ ﷺ: وَقَالَ الثَّلَاثُ: اللَّهُمَّ إِنِّي اسْتَأْجَرْتُ أَجْرَاءً، فَأَعْطَيْتُهُمْ أَجْرَهُمْ غَيْرَ رَجُلٍ وَاحِدٍ تَرَكَ الَّذِي لَهُ وَذَهَبَ، فَتَمَرَّتْ أَجْرُهُ حَتَّى كَثُرَتْ مِنْهُ الْأُمُوالُ، فَجَاعَنِي بَعْدَ حِينٍ فَقَالَ: يَا عَبْدَ اللَّهِ أَدِّ إِلَيَّ أَجْرِي، فَقُلْتُ لَهُ: كُلُّ مَا تَرَى مِنْ أَجْرِكَ مِنَ الْإِبِلِ وَالْبَقَرِ وَالغَنَمِ وَالرَّقِيقِ، فَقَالَ: يَا عَبْدَ اللَّهِ لَا تَسْتَهْزِئْ بِي، فَقُلْتُ: إِنِّي لَا أَسْتَهْزِئُ بِكَ، فَأَخَذَهُ كُلَّهُ، فَاسْتَأْفَقَهُ، فَلَمْ يَبْرُكْ مِنْهُ شَيْئًا، اللَّهُمَّ فَإِنْ كُنْتُ فَعَلْتُ ذَلِكَ ابْتِغَاءً وَجْهَكَ، فَافْرِجْ عَنَّا مَا نَحْنُ فِيهِ، فَاذْفَرَجْتُ الصَّخْرَةَ، فَخَرَجُوا يَمْسُونَ

13. Når man ber om noe, skal man gjøre det sikkert og spørre Allah fast bestemt og ydmyke seg foran Allah (lovpriset være Han). Profeten (fred være med han) sa: “Hvis du ber Allah, spør Han bestemt og ikke si: ‘Hvis Du ønsker, gi meg...’ for ingen kan tvinge Allah til å gjøre noe.” (Al-Bukhari nr.7026)

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: إذا دعوتم الله فأعزموا في الدعاء ولا تقولن أحدكم: إن شئت فأعطني، المسألة؛ فإن الله لا مستكره له.

14. Man skal be mens man er oppmerksom på hva man sier og man skal være sikker på at Allah (lovpriset være Han) vil svare. Profeten (fred være med han) sa: “Hjertene er beholdere og noen kan holde mer enn andre; så når du spør Allah, spør Han mens du er sikker og bestemt på at Han vil svare deg. Allah svarer ikke en tjener som bønnfaller Han mens han er uoppmerksom eller fraværende.” (Ahmed nr.6655)

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: القلوبُ أوعيةٌ وبعضُها أوعى من بعضٍ فإذا سألتم الله عزَّ وجلَّ يا أيُّها النَّاسُ فاسألوه وأنتم موقنون بالإجابة فإنَّ الله لا يستجيبُ لعبدٍ دعا عن ظهرِ قلبٍ غافلٍ

15. Å be til Allah med dua som er nevnt i Koranen og sunnah. Aisha (måtte Allah være fornøyd med henne) sa at Allahs sendebud (fred være med han) foretrakk kortfattede bønner (dvs. dua hvor meningen er stor, men inneholder få ord) og avsto fra ordrike bønner. (Abu Dawood nr.1482)

عن عائشة رضي الله عنها قالت : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يستحب الجوامع من الدعاء ويدع ما سوى ذلك .

16. At man synder må ikke gjøre en motløs slik at en ikke gjør dua. Iblis, måtte Allah forbanne han, som er den verste i hele skapelsen, bønnfalt Allah og Allah (lovpriset være Han) svarte han. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): «*Satan sa: “Gi meg frist (til å leve) til den dagen da de gjenoppvekkes (fra gravene).” Allah sa: “Sannelig, du er av dem som har fått frist!*» (Koranen 7:14-15)

Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Jeg hørte Profeten, fred være med han, si: ‘Hvis noen begår en synd og så sier: ‘Å min Herre! Jeg har syndet, så tilgi meg!’ Og hans Herre sier: ‘Min tjener vet at han har en Herre som tilgir synder og straffer han for syndene? Jeg har derfor tilgitt Min tjener (hans synder).’ Han går en stund uten å begå noen synd, for så å begå en annen synd og sier: ‘Å Herre, jeg har begått en annen synd, vær så snill tilgi meg.’ Allah sier: ‘Min tjener vet at han har en Herre som tilgir synder og straffer han for syndene? Jeg har derfor tilgitt Min tjener (hans synder).’ Han går en stund uten å begå noen synd, for så å begå en annen synd (for tredje gang) og sier: ‘Å min Herre! Jeg har begått en annen synd, vær så snill tilgi meg.’ Og Allah sier: ‘Min tjener vet at han har en Herre som

tilgir synder og straffer han for syndene? Jeg har derfor tilgitt Min tjener hans synd, han kan gjøre det han vil.” (Al-Bukhari nr.2758)

عن أبي هريرة: إنَّ عَبْدًا أَصَابَ ذَنْبًا - وَرُبَّمَا قَالَ أَدْنَبَ ذَنْبًا - فَقَالَ: رَبِّ أَدْنَبْتُ - وَرُبَّمَا قَالَ: أَصَبْتُ - فَاغْفِرْ لِي، فَقَالَ رَبُّهُ: أَعْلِمَ عَبْدِي أَنَّ لَهُ رَبًّا يَغْفِرُ الذَّنْبَ وَيَأْخُذُ بِهِ؟ غَفَرْتُ لِعَبْدِي، ثُمَّ مَكَتَ مَا شَاءَ اللَّهُ ثُمَّ أَصَابَ ذَنْبًا، أَوْ أَدْنَبَ ذَنْبًا، فَقَالَ: رَبِّ أَدْنَبْتُ - أَوْ أَصَبْتُ - آخَرَ، فَاغْفِرْهُ؟ فَقَالَ: أَعْلِمَ عَبْدِي أَنَّ لَهُ رَبًّا يَغْفِرُ الذَّنْبَ وَيَأْخُذُ بِهِ؟ غَفَرْتُ لِعَبْدِي، ثُمَّ مَكَتَ مَا شَاءَ اللَّهُ، ثُمَّ أَدْنَبَ ذَنْبًا، وَرُبَّمَا قَالَ: أَصَابَ ذَنْبًا، قَالَ: قَالَ: رَبِّ أَصَبْتُ - أَوْ قَالَ أَدْنَبْتُ - آخَرَ، فَاغْفِرْهُ لِي، فَقَالَ: أَعْلِمَ عَبْدِي أَنَّ لَهُ رَبًّا يَغْفِرُ الذَّنْبَ وَيَأْخُذُ بِهِ؟ غَفَرْتُ لِعَبْدِي ثَلَاثًا، فَلْيَعْمَلْ مَا شَاءَ.

En poet sa:

Når hjertet mitt herdet og jeg ikke hadde noen steder å gå.

Jeg håpte at Din tilgivelse ville omfatte meg.

Mine store synder henger over meg.

Men når jeg tenker på Din tilgivelse, er det mye større!

Dua nevnt i Koranen

1. Allah (lovpriset være Han) sier:

«لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِبْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ»

«Herren vår! Ta oss ikke fatt hvis vi glemmer eller feiler. Herren vår! Legg ikke på oss en slik (tung) byrde som Du la over dem før oss. Herren vår! Sett ikke på oss den byrden som vi ikke har styrke til å bære, og overse (våre synder), og tilgi oss, og vær oss nådig. Du alene er Mesteren vår, så tildel oss seier over de vantro.» (Koranen 2:286) (tolkning av betydningen)

2. Allah (lovpriset være Han) sier:

«رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ»

«Å, Herren vår! La ikke vårt hjerte avvike etter at Du forærte oss rettledning, og tildel oss nåde spesielt fra Deg. I sannhet, Du alene er den veldige Giveren.» (Koranen 3:8) (tolkning av betydningen)

3. Allah (lovpriset være Han) sier:

«رَبَّنَا إِنَّا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِي لِلْإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا وَتَوَقَّنَا مَعَ الْأَبْرَارِ»

«Herren vår! Tilgi nå våre synder og utvisk våre tabber (fra våre gjerningers register), og la oss dø i lag med de fromme.» (Koranen 3:193) (tolkning av betydningen)

4. Allah (lovpriset være Han) sier:

«فَقَالُوا عَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْنَا رَبَّنَا لَا تَجْعَلْنَا فِتْنَةً لِّلْقَوْمِ الظَّالِمِينَ»

«Å, Herren vår, gjør oss ikke til et offer for det ondsinnede folk!» (Koranen 10:86) (tolkning av betydningen)

5. Allah (lovpriset være Han) sier:

«وَإِذَا صُرِفَتْ أَبْصَارُهُمْ تِلْقَاءَ أَصْحَابِ النَّارِ قَالُوا رَبَّنَا لَا تَجْعَلْنَا مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ»

«Herren vår! Samle oss ikke sammen med det ondsinnede folk!» (Koranen 7:47) (tolkning av betydningen)

6. Allah (lovpriset være Han) sier:

«وَقُلْ رَبِّ أَدْخِلْنِي مُدْخَلَ صِدْقٍ وَأَخْرِجْنِي مُخْرَجَ صِدْقٍ وَاجْعَلْ لِي مِنْ لَدُنْكَ سُلْطَانًا نَصِيرًا»

«Og fortsett å si ydmykt (til Herren din): “Herren min! Før meg inn med sannheten (med Ditt behag, hvor Du enn skal føre meg inn), og før meg ut med sannheten (med Ditt behag, hvor Du enn skulle føre meg ut fra), og gi meg fra Deg hjelpende overmakt og kraft.» (Koranen 17:80) (tolkning av betydningen)

7. Allah (lovpriset være Han) sier:

«وَمَا تَنْقُمُ مِنَّا إِلَّا أَنْ أَمَنَّا بِآيَاتِ رَبِّنَا لَمَّا جَاءَتْهُمْ رَبَّنَا أَوْفَرَّغْنَا عَلَيْهِمُ صَبْرًا وَتَوَفَّنَا مُسْلِمِينَ»

«Herren vår! Øs over oss en strøm av tålmodighet, og løft oss opp (fra verden) som (standhaftige) muslimer!» (Koranen 7:126) (tolkning av betydningen)

8. Allah (lovpriset være Han) sier:

«قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي 25 وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي 26»

«Herren min! Utvid brystet mitt for meg, og gjør mitt oppdrag (som sendebud) lett for meg.» (Koranen 20:25-26) (tolkning av betydningen)

9. Allah (lovpriset være Han) sier:

«رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ»

«Min Herre! Gjør meg og avkommet mitt til forrettere av tidebønnen. Vår Herre, godta min skuddbønn.» (Koranen 14:40) (tolkning av betydningen)

10. Allah (lovpriset være Han) sier:

«وَقُلْ رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ 97 وَأَعُوذُ بِكَ رَبَّ أَنْ يَحْضُرُونِ»

«Herren min! Jeg søker Ditt vern mot djevlenes djevleske fristelser, og jeg søker også Ditt vern, min Herre, mot at de i det hele tatt skal komme nær meg.» (Koranen 23:97-98) (tolkning av betydningen)

11. Allah (lovpriset være Han) sier:

«وَقُلْ رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ»

«Og si ydmykt: “Herren min! Tilgi, og vis nåde. Du er den beste av alle til å vise nåde!» (Koranen 23:118) (tolkning av betydningen)

12. Allah (lovpriset være Han) sier:

«رَبِّ هَبْ لِي حُكْمًا وَالْحَقِّي بِالصَّالِحِينَ 83 وَاجْعَلْ لِي لِسَانَ صِدْقٍ فِي الْآخِرِينَ 84 وَاجْعَلْنِي مِنْ وَرَثَةِ جَنَّةِ النَّعِيمِ 85 وَاعْفُورْ لِأَبِي إِنَّهُ كَانَ مِنَ الضَّالِّينَ 86 وَلَا تُخْزِنِي يَوْمَ يُبْعَثُونَ 87 يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ 88 إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ 89»

«Herren min, skjenk meg fullkommenhet i viten og handling, og inkluder meg blant Dine som er Din særskilte nærhet verdige. Og gi meg et godt ettermæle og anerkjennelse blant de kommende generasjonene. Og gjør meg til en av arvtakerne til lykksalighetens hage, og tilgi min far, sannelig, han var av de villfarne. Og nedverdige meg ikke på den dag da alle vil bli gjenoppvekket fra gravene, den dagen da rikdom ikke vil nytte og ei heller avkom, kun den personen (vil ha det fordelaktig) som møter opp hos Allah med et bevart og feilfritt hjerte.» (Koranen 26:83-89) (tolkning av betydningen)

13. Allah (lovpriset være Han) sier:

«رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ الْحِسَابُ»

«Vår Herre! Tilgi Du meg, og (tilgi) mine foreldre og alle troende den dagen oppgjøret skal stå.» (Koranen 14:41) (tolkning av betydningen)

14. Allah (lovpriset være Han) sier:

﴿إِذْ أَوْى الْفِئْيَةُ إِلَى الْكَهْفِ فَقَالُوا رَبَّنَا آتِنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا رَشَدًا﴾

«Vår Herre, gi oss Din barmhjertighet og skjenk oss rettledning i vår sak.» (Koranen 18:10) (tolkningen av betydningen)

15. Allah (lovpriset være Han) sier:

﴿وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا اصْرِفْ عَنَّا عَذَابَ جَهَنَّمَ إِنَّ عَذَابَهَا كَانَ غَرَامًا﴾

«Og de som sier: Vår Herre, vend Helvetes straff bort fra oss, for det er visselig en stor påkjennelse.» (Koranen 25:65) (tolkning av betydningen)

16. Allah (lovpriset være Han) sier:

﴿وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾

«Og de som sier: Vår Herre, skjenk oss fra våre ektefeller og våre barn (våre) øynes fryd, og gjør oss til et forbilde for de gudfryktige.» (Koranen 25:74) (tolkning av betydningen)

17. Allah (lovpriset være Han) sier:

﴿وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ﴾

«Og de som kom etter dem, sier: Vår Herre, tilgi oss og våre brødre, som har inngått i troen forut for oss, og la det ikke bli igjen noe nag i våre hjerter mot de troende. Vår Herre, Du er sannelig Mild, den Barmhjertige.» (Koranen 59:10) (tolkning av betydningen)

18. Allah (lovpriset være Han) sier:

﴿وَمِنْهُمْ مَنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ﴾

«Og blant dem er det noen som sier: Vår Herre, gi oss gode ting i denne verden, og gi oss gode ting i den kommende, og frels oss fra Ildens straff.» (Koranen 2:201) (tolkning av betydningen)

Dua nevnt i sunnah

1. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْهُدَىٰ، وَالنُّقَىٰ، وَالْعَفَافَ، وَالْغَنَىٰ

Å Allah! Jeg ber Deg om å gi meg veiledning, gudfryktighet, kyskhet og tilfredshet. (Muslim nr.2721)

2. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الْمَسِيحِ الدَّجَالِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا، وَفِتْنَةِ الْمَمَاتِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْمَأْتَمِ وَالْمَغْرَمِ

Å Allah! Jeg søker tilflukt hos Deg fra straff i graven, prøvelsen Dajjal (den falske messias) og prøvelsene i dette livet og etterlivet. Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra å synde og fra å ha gjeld. (Al-Bukhari nr.798)

3. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْجُبْنِ وَالْهَرَمِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا وَالْمَمَاتِ.

Å Allah! Jeg søker tilflukt hos Deg fra å være ute av stand til å gjøre noe og latskap, og feighet og gammel alder. Jeg søker tilflukt hos Deg fra straff i graven og prøvelser i dette livet og i etterlivet. (Al-Bukhari nr.6006)

4. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي خَطِيئَتِي وَجَهْلِي وَإِسْرَافِي فِي أَمْرِي وَمَا أَنْتَ أَعْلَمُ بِهِ مِنِّي اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي جِدِّي وَهَزْلِي وَخَطِيئِي وَعَمْدِي وَكُلُّ ذَلِكَ عِنْدِي اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي مَا قَدَّمْتُ وَمَا أَخَّرْتُ وَمَا أَسْرَرْتُ وَمَا أَعْلَنْتُ وَمَا أَنْتَ أَعْلَمُ بِهِ مِنِّي أَنْتَ الْمُقَدِّمُ وَأَنْتَ الْمُؤَخِّرُ وَأَنْتَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

Å Allah, tilgi meg mine synder og uvitenhet, og at jeg sløser i livet mitt, og tilgi det Du vet bedre enn meg. Å Allah, tilgi meg for det jeg har gjort mens jeg tullet og var alvorlig og det jeg gjorde uten vilje og med vilje, alle mine synder. Å Allah, tilgi meg for de syndene jeg har

gjort og de fremtidige, og de jeg har gjort i hemmelighet og de jeg har gjort åpent, og det Du vet bedre enn meg. Du er Han som framskynder og Du er Han som forsinker, og sannelig er Du i stand til å gjøre alt! (Muslim nr.2719)

5. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ زَوَالِ نِعْمَتِكَ، وَتَحَوُّلِ عَافِيَتِكَ، وَفُجَاءَةِ نِقْمَتِكَ، وَجَمِيعِ سَخَطِكَ

Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra å miste Dine nådegaver og velsignelser, og fra å miste godhet i alle ting og fra Din plutselige sinne og all Din vrede. (Muslim nr.2739)

6. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْبُخْلِ وَالْهَرَمِ، وَعَذَابِ الْقَبْرِ، اللَّهُمَّ آتِ نَفْسِي تَقْوَاهَا، وَزَكَّاهَا أَنْتَ خَيْرُ مَنْ زَكَّاهَا، أَنْتَ وَلِيُّهَا وَمَوْلَاهَا، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عِلْمٍ لَا يَنْفَعُ، وَمِنْ قَلْبٍ لَا يَخْشَعُ، وَمِنْ نَفْسٍ لَا تَشْبَعُ، وَمِنْ دَعْوَةٍ لَا يُسْتَجَابُ لَهَا

Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra feighet og gjerrighet, fra å bli gammel og svak. Jeg søker tilflukt hos Deg fra gravens straff. Jeg søker tilflukt hos Deg fra testene og lidelsene i denne verden. Å Allah, gi min sjel fromhet, rens den og gjør den oppriktig, Du er Den eneste som kan gjøre dette. Du er dens Hersker og Beskyttende Venn. Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra unyttig kunnskap, og et hjerte som ikke hører etter, og fra en sjel som ikke blir fornøyd, og fra en bønn som ikke blir besvart. (Muslim nr.2722)

7. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةٌ أَمْرِي، وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي الَّتِي فِيهَا مَعَادِي، وَاجْعَلْ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ، وَاجْعَلْ الْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ.

Å Allah, gjør meg bevisst på min religion som alle mine anliggender vil bli bevart med og gjør mitt liv bedre for meg. Ta vare på mine anliggender i det Hinsidige (hvor jeg vil gjenoppstå) og returnere til. Gjør livet mitt til en kilde for å utmerke meg i alle gode ting og min død en kilde til lettelse fra alt ondt. (Muslim nr.2720)

8. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَالْهَرَمِ، وَالْمَعْرَمِ وَالْمَأْتَمِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ النَّارِ وَفِتْنَةِ النَّارِ، وَفِتْنَةِ الْقَبْرِ وَعَذَابِ الْقَبْرِ، وَشَرِّ فِتْنَةِ الْغِنَى، وَشَرِّ فِتْنَةِ الْفَقْرِ، وَمِنْ شَرِّ فِتْنَةِ الْمَسِيحِ الدَّجَالِ، اللَّهُمَّ اغْسِلْ خَطَايَايَ بِمَاءِ التَّلَجِّ وَالْبَرْدِ، وَنَقِّ قَلْبِي مِنَ الْخَطَايَا كَمَا يُنَقَّى الثَّوْبَ الْأَبْيَضُ مِنَ الدَّنَسِ، وَبَاعِدْ بَيْنِي وَبَيْنَ خَطَايَايَ كَمَا بَاعَدْتَ بَيْنَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ

Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra latskap og gammel alder, fra å ha gjeld og fra å begå synder, fra gravens prøvelse og straff, fra ildens prøvelse og straff, fra det onde i rikdommens prøvelse. Og jeg søker tilflukt hos Deg fra fattigdommens prøvelse og jeg søker tilflukt hos Deg fra prøvelsen Dajjal (den falske messias). Å Allah, vask bort mine synder med vann, snø og hagl. Og rens meg fra mine synder som det hvite plagget blir renset for flekker. Og separer meg fra mine synder som du har separert øst og vest. (Al-Bukhari nr.6014)

9. Profeten (fred være med han) sa:

اللهم أعوذُ برضاكَ من سخطكَ وبعفوكَ من عُقوبتكَ و اعوذُ بِكَ مِنْكَ لَا أَحْصِي ثَنَاءً عَلَيْكَ أَنْتَ كَمَا أَثْنَيْتَ عَلَيَّ نَفْسِكَ

Å Allah, jeg søker tilflukt i Din glede fra Din misnøye og i Din tilgivelse fra Din straff og jeg søker tilflukt i Deg fra Deg. Jeg kan ikke fullrose Deg nok. Du er som Du har lovpriset Deg selv. (Muslim nr.486)

10. Profeten (fred være med han) sa:

اللهم اغفر لي ما قدمت، وما أخرت، وما أسررت، وما أعلنت، وما أسرفت، وما أنت أعلم به مني. أنت المقدم وأنت المؤخر لا إله إلا أنت

Å Allah, tilgi meg de synder jeg har gjort og de jeg kommer til å gjøre, og de jeg har begått i hemmelighet så vel som de jeg har gjort åpent, og hvor jeg har gått over grensene, og det Du har mer kunnskap om enn meg. Du er Han som framskynder og Han som forsinker. Det finnes ingen guddom utenom Deg. (Muslim)

11. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ احْفَظْنِي بِالْإِسْلَامِ قَائِمًا، وَاحْفَظْنِي بِالْإِسْلَامِ قَاعِدًا، وَاحْفَظْنِي بِالْإِسْلَامِ رَاقِدًا، وَلَا تُسَمِّتْ بِي عَدُوًّا وَلَا حَاسِدًا. اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ كُلِّ خَيْرٍ خَزَائِنُهُ بِيَدِكَ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ كُلِّ شَرٍّ خَزَائِنُهُ بِيَدِكَ

Å Allah, beskytt meg med Islam når jeg står, beskytt meg med Islam når jeg sitter og beskytt meg med Islam når jeg ligger. Ikke la en fiende fryde seg over min ulykke. Å Allah, jeg ber om alt godt som Du eier og søker tilflukt fra alt ondt. (Ibn Hibban nr.1924)

12. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ جَنِّبْنِي مُنْكَرَاتِ الْأَخْلَاقِ، وَالْأَهْوَاءِ، وَالْأَدْوَاءِ

Å Allah, beskytt meg fra dårlige manerer, dårlige tilbøyeligheter og de verste sykdommer. (Ibn Hibban nr.960)

13. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ بِعِلْمِكَ الْغَيْبِ، وَقُدْرَتِكَ عَلَى الْخَلْقِ، أَحْبَبِي مَا عَلِمْتَ الْحَيَاةَ خَيْرًا لِي، وَتَوَفَّيْ إِذَا عَلِمْتَ الْوَفَاةَ خَيْرًا لِي، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَشْيَتَكَ فِي الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، وَأَسْأَلُكَ كَلِمَةَ الْحَقِّ فِي الرِّضَا وَالْغَضَبِ، وَأَسْأَلُكَ الْقَصْدَ فِي الْغِنَى وَالْفَقْرِ، وَأَسْأَلُكَ نَعِيمًا لَا يَنْفَدُ، وَأَسْأَلُكَ فُرَّةَ عَيْنٍ لَا تَنْقَطِعُ، وَأَسْأَلُكَ الرِّضَا بَعْدَ الْفُضَاءِ، وَأَسْأَلُكَ بَرْدَ الْعَيْشِ بَعْدَ الْمَوْتِ، وَأَسْأَلُكَ لَذَّةَ النَّظَرِ إِلَى وَجْهِكَ، وَالشَّوْقَ إِلَى لِقَائِكَ، فِي غَيْرِ ضَرَاءٍ مُضِرَّةٍ، وَلَا فِتْنَةٍ مُضِلَّةٍ، اللَّهُمَّ زَيِّنَا بِرِيَّةِ الْإِيمَانِ، وَاجْعَلْنَا هُدَاةً مُهْتَدِينَ

Å Allah, ved Din visdom om det skjulte og makt over skapelsen, hold meg i live så lenge livet mitt er nyttig og bra for meg, og la meg dø hvis døden er bedre for meg. Å Allah, la meg frykte Deg når jeg er alene eller blant folk. (Jeg ber Deg om å) la meg ytre meg sannferdig og rettferdig både i sinne og når jeg er fornøyd. Jeg ber Deg om å la meg være på en middelvei i tider med rikdom og fattigdom. Jeg ber Deg om evigvarende lykke (dvs. Jannah) og tilfredshet som aldri opphører. Jeg ber Deg om å gjøre meg fornøyd med det Du har bestemt og et lett liv etter døden og gleden av å se Ditt ansikt og lengte etter å møte Deg i en tilstand av godhet og trygghet. Å Allah, forskjønn oss med tro og la oss være blant dem som rettleder og er rettleidet. (Ibn Hibban nr 1971)

14. Profeten (fred være med han) sa:

اللهم إني أعوذ بك من العجز والكسل والجبن والبخل والهرم والقسوة والغفلة والعيلة والذلة والمسكنة، وأعوذ بك من الفقر والكفر والشرك والنفاق والسمعة والرياء، وأعوذ بك من الصمم والبكم والجنون والبرص والجذام وسيء الأسقام

Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra å ikke være i stand til å gjøre noe og latskap. Jeg søker tilflukt hos Deg fra å vise ufølsomhet, at jeg ikke husker, fattigdom, ydmykelse og dårlige tilstander. Jeg søker tilflukt hos Deg fra vantro, å bli forherdet, hyklari, skryting og gjøre gode gjerninger for å bli sett av andre. Jeg søker tilflukt hos Deg fra døvhet, stumhet, galskap, spedalskhet, pest og de verste av sykdommer. (Ibn Hibban nr.1023)

15. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُوعِ؛ فَإِنَّهُ يَنْسُ الصَّجِيحُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخِيَانَةِ؛ فَإِنَّهَا يَنْسِتُ الْبِطَانَةُ

Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra sult for det er den ondeste følgesvenn. Og jeg søker tilflukt hos Deg fra svik for det er den verste indre egenskap. (Ibn Hibban nr.1023)

16. Profeten (fred være med han) sa:

رَبِّ أَعْنِي وَلَا تُعِنِّ عَلَيَّ وَانصُرْنِي وَلَا تَنْصُرْ عَلَيَّ وَامْكُرْ لِي وَلَا تَمْكُرْ عَلَيَّ وَاهْدِنِي وَيَسِّرْ الْهُدَى لِي وَانصُرْنِي عَلَى مَنْ بَغَى عَلَيَّ رَبِّ اجْعَلْنِي لَكَ شَاكِرًا لَكَ ذَاكِرًا لَكَ أَوْ آهًا مُنِيبًا رَبِّ تَقَبَّلْ تَوْبَتِي وَاغْسِلْ حَوْبَتِي وَأَجِبْ دَعْوَتِي وَثَبِّتْ حُجَّتِي وَاهْدِ قَلْبِي وَسَدِّدْ لِسَانِي وَاسْأَلْ سَخِيمَةَ قَلْبِي.

Min Herre, hjelp og støtt meg mot mine fiender og ikke hjelp dem mot meg. Gi meg seier og ikke gi (mine fiender) seier. Ram mine fiender med ulykker og lidelser og ikke ram meg med ulykker og lidelser. Veiled meg og gjør veien til veiledningen lett for meg. Gi meg seier over den som undertrykker meg. Gjør meg til en takknemlig tjener, som husker Deg og som omvender seg i anger og adlyder Deg. Gjør meg til en ydmyk tjener og en som ofte påkaller Deg i ydmyk bønn. Å Allah, aksepter min anger, tilgi mine synder, svar på min ydmyke bønn og styrk mine argumenter (mot mine fiender i dette livet), veiled meg, la meg bare ytre sannheten og beskytt meg mot misunnelse. (Ibn Hibban nr.947)

17. Profeten (fred være med han) sa:

يا مقلب القلوب ثبت قلبي على دينك

Å Allah, Du som kan endre hjertene, knytt mitt hjerte til Din religion. (Ibn Hibban nr.943)

18. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي، وَارْحَمْنِي، وَعَافِنِي، وَاهْدِنِي، وَارْزُقْنِي.

Å Allah, tilgi meg og ha barmhjertighet med meg, beskytt meg og veiled meg og forsørg meg.
(Ahmad nr.19161)

19. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنَ الْخَيْرِ كُلِّهِ عَاجِلِهِ وَآجِلِهِ مَا عَلِمْتُ مِنْهُ وَمَا لَمْ أَعْلَمْ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الشَّرِّ كُلِّهِ عَاجِلِهِ وَآجِلِهِ مَا عَلِمْتُ مِنْهُ وَمَا لَمْ أَعْلَمْ ، وَأَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ وَمَا قَرَّبَ إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ عَمَلٍ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ النَّارِ وَمَا قَرَّبَ إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ عَمَلٍ ، وَأَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا سَأَلَكَ بِهِ عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ مُحَمَّدٌ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا اسْتَعَاذَ بِكَ مِنْهُ عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ مُحَمَّدٌ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، وَأَسْأَلُكَ مَا قَضَيْتَ لِي مِنْ أَمْرِ أَنْ تَجْعَلَ عَاقِبَتَهُ رُشْدًا.

Å Allah, jeg ber Deg om å gi meg alt godt i dette livet og i det Hinsidige, både det jeg vet om og det jeg ikke vet om. Jeg søker tilflukt hos Deg fra alt ondt i dette livet og i det Hinsidige. Jeg ber Deg om å gi meg Jannah og alle gjerninger som vil bringe meg nærmere det. Jeg ber Deg om det beste av det Din tjener og sendebud, Muhammad, måtte Allah opphøye hans omtale, har bedt Deg om, og jeg søker tilflukt fra det han søkte tilflukt fra. Jeg ber Deg (Å Allah) om at enhver skjebne Du har skrevet for meg har godhet i seg. (Hakim nr.1914)

20. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ أَعْنِي عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ ، وَحَسَنِ عِبَادَتِكَ

Å Allah, hjelp meg med å ihukomme Deg, takke Deg og tilbe Deg på beste måte. (Hakim nr.1838)

21. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ فِعْلَ الطَّيِّبَاتِ وَتَرْكَ الْمُنْكَرَاتِ وَحُبَّ الْمَسَاكِينِ وَأَنْ تَتَّوْبَ عَلَيَّ وَتَرْحَمَنِي وَإِذَا أُرِدْتَ فِي خَلْقِكَ فِتْنَةً فَتَنْجِنِي إِلَيْكَ مِنْهَا غَيْرَ مَفْتُونٍ اللَّهُمَّ وَأَسْأَلُكَ حُبَّكَ وَحُبَّ مَنْ يُحِبُّكَ وَحُبَّ عَمَلٍ يُقَرِّبُ إِلَى حُبِّكَ .

Å Allah, jeg ber Deg om å gi meg gode ting, om å gjøre at jeg forlater alt ondt, elsker de fattige og at Du tilgir meg og har barmhjertighet med meg. Og hvis Du tester Dine tjenere med en prøvelse, gjør meg trygg. Å Allah, jeg ber Deg om at jeg elsker Deg og elsker den som elsker Deg, og elsker handlinger som bringer meg nærmere Din kjærlighet. (Hakim nr.1913)

22. Profeten (fred være med han) sa:

اللهم اني اعود بك من سوء القضاء، ومن ودرك الشقاء، ومن شماتة الأعداء ومن جهد البلاء،

Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra ond skjebne og død, og fra at min fiende skal finne glede over min undergang og fra onde tester som er større enn jeg kan klare. (Muslim nr.2707)

23. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي ظُلْمًا كَثِيرًا، وَلَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ، فَاعْفُرْ لِي مَغْفِرَةً مِنْ عِنْدِكَ وارحمني إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ.

Å Allah, jeg har syndet og ingen tilgir synder unntatt Du, så tilgi meg og ha barmhjertighet med meg. Sannelig, Du er Han som tilgir, Den nåderike. (Al-Bukhari nr.799)

24. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ سَمْعِي، وَمِنْ شَرِّ بَصَرِي، وَمِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ مَلِيئِي.

Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra det onde i min hørsel (dvs. fra å høre haram). Og jeg søker tilflukt hos Deg fra det onde i mitt syn (dvs. fra å se haram). Og jeg søker tilflukt hos Deg fra det onde i min tunge (dvs. fra å si haram). Og jeg søker tilflukt hos Deg fra det onde i mitt hjerte. Jeg søker tilflukt hos Deg fra det onde i min sæd (dvs. fra å begå samleie utenfor ekteskap). (Hakim nr.1953)

25. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْفَقْرِ وَالْقِلَّةِ وَالذَّلَّةِ وَأَعُوذُ بِكَ أَنْ أَظْلَمَ أَوْ أَظْلَمَ

Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra fattigdom og å gjøre lite av gode gjerninger, og å synde som vil forårsake at jeg blir ydmyket. Jeg søker tilflukt hos Deg mot at jeg begår urett mot noen, ei heller at noen begår urett mot meg. (Abu Dawood nr.1544)

26. Profeten (fred være med han) sa:

اللهم اكفني بحلالك عن حرامك ، واغنني بفضلك عن سواك

Å Allah, gjør det som er lovlig nok for meg, i motsetning til det som er ulovlig og spar meg ved Din nåde fra å ha behov for andre. (Hakim nr.1973)

27. Profeten (fred være med han) sa:

اللهم اقسِم لنا من خشيتك ما يحول بيننا وبين معاصيك ومن طاعتك ما تبلغنا به جنتك ومن اليقين ما تهون به علينا مصيبات الدنيا ومتعنا بأسماعنا وأبصارنا وقوتنا ما أحييتنا واجعله الوارث منا واجعل ثأرنا على من ظلمنا وانصرنا على من عادانا ولا تجعل مصيبتنا في ديننا ولا تجعل الدنيا أكبر همنا ولا مبلغ علمنا ولا تسلط علينا من لا يرحمنا

Å Allah, gi oss frykt slik at vi forhindres fra å synde. Å Allah, la oss adlyde Deg slik at vi kommer inn i Jannah, og la oss ha en fast tro på Deg, en tro som kan lette vanskelighetene i denne verden. Å Allah, la oss dra nytte av vår hørsel, vårt syn og vår styrke så lenge Du lar oss leve. (Å Allah) la oss beholde disse sansene til vi dør. Å Allah, hevn de som undertrykker oss, gi oss seier over våre fiender. Ikke la våre lidelser bli i vår tro, ei heller la denne verden være vårt endelige mål eller grensen for vår kunnskap, la heller ikke de som ikke viser oss nåde få overtaket. (At-Tirmidhi nr.3502)

28. Profeten (fred være med han) sa:

اللهم اهْدني ، و سددني

Å Allah, led meg på den rette vei og hold meg fast på den. (Muslim nr.2725)

29. Profeten (fred være med han) sa:

اللهم اهْدني فيمن هديت ، وعافني فيمن عافيت ، وتولني فيمن توليت ، وبارك لي فيما أعطيت ، وقني شر ما قضيت ، فإنك تقضي ولا يقضى عليك ، وإنه لا يذل من واليت ، تباركت ربنا وتعاليت

Å Allah, led meg, sammen med dem Du har ledet. Tilgi meg, sammen med dem Du har tilgitt. Bevar meg sammen med dem Du har bevart. Velsign de gaver Du har gitt meg. Beskytt meg fra det onde som Du har fastsatt. Sannelig, Du styrer alt og ingen styrer Deg. Sannelig, den Du beskytter blir ikke ydmyket, og den Du vender Deg mot vil ikke vinne ære. Du vår Herre er velsignet og opphøyet. (Ibn Khuzaimah nr.1059)

30. Profeten (fred være med han) sa:

اللهم، طهرني بالثلج والبرد ، والماء البارد ، اللهم، طهرني من الذنوب والخطايا ، كما يطهر الثوب الأبيض من الوسخ

Å Allah, rens meg med snø, hagl og kaldt vann, rens meg fra mine synder og gjerninger som et hvitt klede vil bli rensset fra skitt. (Muslim nr.476)

31. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي ذَنْبِي كُلَّهُ ، دَفَّهٗ ، وَجَلَّهُ ، وَأَوْلَهُ وَأَخْرَهُ وَعَلَانِيَةً وَسِرَّهُ

Å Allah, tilgi alle mine synder, de store og de små, de første og de siste, de synlige og de skjulte. (Al-Albani)

32. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ زَوَالِ نِعْمَتِكَ ، وَتَحَوُّلِ عَافِيَتِكَ ، وَفُجَاءَةِ نِقْمَتِكَ ، وَجَمِيعِ سَخَطِكَ

Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg fra at Din nåde blir borte og at Du ender den gode helsen og fra Din plutselige straff og fra alle ting som gjør Deg sint. (Muslim nr.2739)

33. Profeten (fred være med han) sa:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الثَّبَاتَ فِي الْأَمْرِ ، وَالْعَزِيمَةَ عَلَى الرَّشْدِ ، وَأَسْأَلُكَ شُكْرَ نِعْمَتِكَ ، وَحُسْنَ عِبَادَتِكَ ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ مَا تَعْلَمُ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا تَعْلَمُ ، وَأَسْتَغْفِرُكَ لِمَا تَعْلَمُ ، إِنَّكَ أَنْتَ عَلَّامُ الْغُيُوبِ .

Å Allah, jeg ber Deg om å holde meg standhaftig i min tro. Jeg ber Deg la meg være bestemt i å utføre gode gjerninger. Jeg ber Deg la meg være takknemlig for de nådegaver Du har gitt meg og tilbe Deg på den beste måte. Jeg ber Deg gi meg det beste av det Du har visdom om og jeg søker tilflukt hos Deg mot det verste av det Du har visdom om. Jeg søker tilgivelse for alle mine synder og Du vet sannelig om det skjulte. (Ibn Hibban nr.935)

Å utføre disse lovprisningene kontinuerlig, vil gjøre at Allah blir fornøyd med oss, i tillegg beskytter dette oss mot ondt og lidelser. Man bør utføre disse lovprisningene for morgen og kveld på grunn av det gode i disse tidene. Disse to tidene har blitt nevnt i mange vers i Koranen og de vil inspirere dem som leser dem til å dra nytte av dem. Allah (lovpriset være Han) sier (tolkning av betydningen): *«Så vis tålmodighet! Sannelig Allahs løfte er sant, og*

be om tilgivelse for dine tilhengers (det muslimske samfunnets) synder, og forherlige din Herres hellighet med lovprising om aftenen og om morgenen.» (Koranen 40:55)

Allah (lovpriset være Han) sier også (tolkning av betydningen): *«Så vis tålmodighet mot det de sier, og forherlige med lovprising din Herres hellighet før soloppgang og før solnedgang.» (Koranen 50:39)*

Allah (lovpriset være Han) sier også (tolkning av betydningen): *«Å, dere troende! Kom i hu Allah rikelig, og forherlige helligheten Hans om morgenen og aftenen.» (Koranen 33:41-42)*

Den som oppriktig passer på å utføre disse lovprisingene og tror på dem og er sikker og overbevist om at Allah (lovpriset være Han) vil beskytte en, den skal bli vernet og beskyttet. Disse lovprisingene vil være tilstrekkelig for en gjennom dagen. De vil styrke en og gjøre at Allah (lovpriset være Han) blir fornøyd med en. Det er derfor viktig for enhver muslim å utføre disse lovprisingene; og stadig si dem og gi dem høy prioritet i livet deres. Man kan starte lovprisingen for morgenen fra fajr bønn og frem til begynnelsen av soloppgang, og lovprisingen for kvelden kan man si fra etter asr bønn frem til solnedgang.

Dua for morgen og kveld

1. Profeten (fred være med han) sa: “Når en av dere våkner om morgenen skal han si:

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمَلِكُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ هَذَا الْيَوْمِ فَتَحَهُ وَنَصْرَهُ وَنُورَهُ وَبَرَكَتَهُ وَهُدَاهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيهِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ.

Morgenen har grydd og vi har våknet. Alt herredømme tilhører Allah. Herren av alt som eksisterer. Å Allah jeg ber Deg om å gi meg det gode i denne dagen og dens triumf og seier. Jeg ber Deg om å gi meg seier over fienden og å bli velsignet med økt kunnskap og bruken av den kunnskapen, og å gjøre det lett for meg å tilegne meg godhet. Jeg søker tilflukt hos Deg fra det onde i den og det onde som følger etter den.

Og om kvelden skal han si det samme.” (Abu Dawood nr.5084)

På kvelden bør en starte med: Kvelden har falt på.

2. Abdullah (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Profeten (fred være med han) ville si det følgende om kvelden:

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمَلِكُ لِلَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهَا، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهَا، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوءِ الْكَبْرِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ النَّارِ وَعَذَابِ الْقَبْرِ.

Vi har nådd kvelden, alt herredømme tilhører Allah, og all lovpris er til Allah. Ingen er verdig tilbedelse utenom Allah alene, uten partnere, og til Ham tilhører alt herredømme og lovpris, og Han er Allmektig. Min Herre, jeg ber Deg om det gode i denne natten, og det gode som følger etter den, og jeg søker tilflukt hos Deg fra det onde i denne natten og det som følger etter den. Min Herre, jeg søker tilflukt hos Deg fra latskap og gammel alder. Min Herre, jeg søker tilflukt hos Deg fra straffen i ilden og straffen i graven. (Muslim nr.2723)

3. Uthman bin Affan (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som sier:

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ .

I Allahs navn, med Hvis navn ingenting på jorden eller i himmelen skades. Han hører og vet.

tre ganger når en står opp om morgenen, vil ikke bli rammet av ulykker før en legger seg igjen. Den som sier det om kvelden vil ikke bli utsatt for ulykker helt til morgenen.” (Ibn Hibban nr.852)

4. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at en mann kom til Profeten (fred være med han) og sa: “Å Allahs sendebud, jeg ble stukket av en skorpion i går.” Profeten (fred være med han) sa: “Hadde du sagt da du gikk og la deg:

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ.

Jeg søker tilflukt i Allahs perfekte ord fra det onde Han har skapt.

hadde den ikke kunnet skade deg.” (Muslim nr.2709)

5. Anas (måtte Allah være fornøyd med ham) sa Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som sier:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَصْبَحْتُ أُشْهِدُكَ وَأُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ وَمَلَائِكَتَكَ وَجَمِيعَ خَلْقِكَ أَنَّكَ أَنْتَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ.

Å Allah, sannelig har jeg nådd morgenen og ber Deg, de som bærer Din trone, Dine engler og all Din skapelse, om å bevitne at jeg vitner at Du er Allah, ingen har rett til å bli tilbedt utenom Deg alene, uten noen partner og at Muhammed er Din tjener og sendebud.

en gang, vil få en fjerdedel av seg selv fjernet fra ilden. Den som sier det to ganger, vil få halve av seg selv fjernet fra ilden. Den som sier det tre ganger, vil få tre fjerdedel av seg selv fjernet fra ilden. Den som sier det fire ganger vil bli helt reddet fra ilden.” (Abu Dawood nr.5069)

6. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som sier:

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ.

Det finnes ingen guddom utenom Allah, Den ene, Han har ingen ved Sin side. Herredømmet tilhører Ham, og all lovprisningen tilkommer Ham. Han har makt over alle ting.

hundre ganger om dagen vil få samme belønning som for å frigjøre 10 slaver og 100 gode gjerninger vil bli skrevet ned for ham og 100 synder vil bli fjernet fra hans “bok” og han skal være beskyttet mot djevelen den dagen helt til kvelden. Ingen vil være bedre enn ham unntatt de som gjør mer.” (Al-Bukhari nr.6040)

7. Shadad bin Aws (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den beste istighfar er:

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَىٰ عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوءُ لَكَ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ.

Å Allah, Du er min Herre, det finnes ingen guddom utenom Deg. Du har skapt meg og jeg er Din tjener. Jeg gjør mitt beste for å overholde pakten med Deg og lever i vissheten om Ditt løfte. Jeg søker tilflukt hos Deg fra det onde i mine handlinger. Ved Din nåde vender jeg tilbake til Deg og erkjenner mine synder. Så tilgi meg, for det er ingen som tilgir utenom Du.

Den som er sikker på dette og sier den ydmyke bønne på ettermiddagen, for så å dø før kvelden, vil være fra Paradisets folk. Den som er sikker på dette og sier det på kvelden, og så dør før morgenen, vil være fra Paradisets folk.” (Al-Bukhari nr.5947)

8. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) pleide å si på morgenen og kvelden:

اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا وَبِكَ أَمْسَيْنَا وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ.

Å Allah, ved Din vilje har vi nådd morgenen og ved Din vilje har vi nådd kvelden, ved Din vilje lever vi og dør vi og ved Deg skal vi gjenoppstå. (om morgenen)

اللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ.

Å Allah, ved Din vilje har vi nådd kvelden og ved Din vilje har vi nådd morgenen, ved Din vilje lever vi og dør vi og til Deg vender vi tilbake. (om kvelden) (Abu Dawood nr.5068)

9. Muadh bin Abdullah bin Khubaib fortalte at hans far sa: “Vi lette etter Allahs sendebud (fred være med han) en regnfull natt da det var ekstremt mørkt for at han skulle be med oss og vi fant ham. Han spurte oss: ‘Har dere forrettet bønner?’ Jeg svarte ikke og han sa: ‘Snakk!’ Jeg svarte ikke og han gjentok spørsmålet og jeg svarte ham ikke. Han spurte igjen, da spurte jeg ham: ‘Å Allahs sendebud, hva skal jeg si?’ Han sa: ‘Si *Qul huwa llahu ahad* (sure 112) og de to mu'awwidhatayn (sure 113 og 114) tre ganger når du legger deg og når du står opp og du blir beskyttet mot alle ting.’” (Abu Dawood nr.5083)

10. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Abu Bakr (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Å Allahs sendebud, gi meg noe som jeg kan si om morgenen og kvelden.” Han sa: “Si:

اللهم عالم الغيب والشهادة فاطر السموات والأرض رب كل شيء ومليكه، أشهد أن لا إله إلا أنت، أعوذ بك من شر نفسي،
وشر الشيطان وشركه.

Å Allah, Den som kjenner til det ukjente og det kjente, Skaperen av himlene og jorden, Herre og Hersker over alle ting. Jeg bevitner at det finnes ingen guddom verdt å tilbe utenom Deg. Jeg søker tilflukt hos Deg fra det onde i min sjel og fra alt det onde av djevelen og djevelens feller/ at jeg skal sidestille noen med Deg.

Profeten (fred være med han) sa så: “Si det på morgenen, på kvelden og når du legger deg.” (At-Tirmidhi nr.3392)

11. Abdullah bin Umar (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa på morgenen og kvelden:

اللهم إني أسألك العفو والعافية في ديني ودنياي وأهلي ومالي ، اللهم استر عوراتي وآمن روعاتي ؛ اللهم احفظني من بين يدي ومن خلفي وعن يميني وعن شمالي ومن فوقي ، وأعوذُ بعظمتك أن أُغتالَ من تحتي.

Å Allah, jeg ber Deg om velvære i dette livet og det neste. Å Allah, jeg ber Deg om tilgivelse og velvære i min tro og mitt liv, og i min familie og rikdom. Å Allah, skjul mine svakheter og berolige meg i min frykt. Å Allah, beskytt meg forfra og bakfra og fra høyre og venstre og ovenfra, og jeg søker tilflukt hos Deg fra at jeg blir tatt fra under meg. (Ibn Hibban nr.1902)

12. Abdurrahman bin Abu Bakrah sa til sin far: “Jeg hører deg påkalle Allah hver dag med følgende:

اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ.

Å Allah, gi meg velvære i kroppen. Å Allah, gi meg velvære i mitt syn. Å Allah, gi meg velvære i min hørsel. Det finnes ingen guddom verdt å tilbe utenom Deg.

Du sier det tre ganger om morgenen og tre ganger om kvelden.” Han sa: “Jeg hørte Profeten (fred være med han) påkalle Allah med disse ordene og jeg elsker å følge hans sunnah.” (Abu Dawood nr.5090)

13. Anas bin Malik sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa til Fatima (måtte Allah være fornøyd med henne): “Hva hindrer deg i å si dette morgen og kveld:

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ ، أَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ ، وَ لَا تُكَلِّبْنِيْ إِلَى نَفْسِيْ طَرْفَةَ عَيْنٍ.

Å Den levende, Han som er tilstrekkelig i Seg Selv, ved Din nåde søker jeg hjelp, korrigjer alt i mitt liv og ikke la meg være uten Deg, ikke engang for et øyeblikk. (Hakim nr.2000)

14. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Om man sier *Priset være deg, Allah. Lovet være Deg. Og Priset være Allah, Den praktfulle (SubhanAllah wa bihamdihi)* hundre ganger hver morgen og kveld, vil ingen komme med bedre enn ham på Dommedag med mindre han har sagt det samme eller mer en ham.” (Muslim nr.2692)

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ .

15. Abdullah bin Ghannam al-Bayyaadi (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som sier:

اللَّهُمَّ مَا أَصْبَحَ بِيْ مِنْ نِّعْمَةٍ فَمِنْكَ وَحَدِّكَ لَا شَرِيْكَ لَكَ فَالْحَمْدُ وَالْكَ الشُّكْرُ.

Å Allah, den velsignelse jeg eller noen fra Din skapelse har våknet til er fra Deg alene, uten partner, så til Deg er all lovpris og til Deg er all takk.

har fullført takksigelsene han måtte si for den dagen. Den som sier det om kvelden har fullført takksigelsene han måtte si for den natten.” (Abu Dawood nr.5073)

Andre dua som en muslim kan beskytte seg med

Når man legger seg

Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte: “Allahs sendebud (fred være med han) ga meg ansvaret for å oppbevare sadaqa i ramadan. En kom og begynte å ta håndfuller med matvarer (fra sadaqaen) (i smug). Jeg tok tak i han og sa: ‘Ved Allah, jeg vil ta deg med til Allahs sendebud, fred være med han.’ Han sa: ‘Jeg er fattig og mange er avhengige av meg. Jeg er virkelig trengende!’ Jeg lot ham gå og neste morgen spurte Allahs sendebud (fred være med han) meg: ‘Hva gjorde fangen din i går?’ Jeg sa: ‘Å Allahs sendebud, han klagde på at han var fattig og mange var avhengige av ham så jeg syntes synd på ham og lot ham gå.’ Allahs sendebud (fred være med han) sa: ‘Sannelig, han løy til deg og han vil komme tilbake.’ Jeg trodde han ville komme tilbake siden Profeten (fred være med han) hadde sagt det, så jeg ventet årvåken på ham. Da han (kom og) begynte å stjele håndfuller med varer, tok jeg ham igjen og sa: ‘Jeg vil sannelig ta deg til Allahs sendebud, fred være med han!’ Han sa: ‘La meg være for jeg er veldig fattig og mange er avhengige av meg. Jeg lover deg at jeg ikke vil komme tilbake.’ Jeg syntes synd på ham og lot ham gå. Morgenen etter spurte Allahs sendebud, fred være med han, meg: ‘Hva gjorde fangen din?’ Jeg svarte: ‘Å Allahs sendebud! Han klagde på sin store nød og alle som var avhengige av ham, så jeg syntes synd på ham og satte ham fri.’ Allahs sendebud (fred være med han) sa: ‘Sannelig, han løy for deg og han vil komme tilbake.’ Jeg ventet oppmerksomt på ham for tredje gang og da han (kom og) begynte å stjele håndfuller av matvarene tok jeg tak i ham og sa: ‘Jeg vil sannelig ta deg med til Allahs sendebud, fred være med han, siden dette er tredje gang du lover meg at du ikke skal komme tilbake, likevel bryter du løftet ditt og kommer.’ Han sa: ‘Tilgi meg og jeg vil lære deg noen ord som Allah vil beskytte deg med!’ Jeg spurte: ‘Hvilke ord er det?’ Han svarte: ‘Når du legger deg, les hele ayat al-Kursi. Hvis du gjør det vil Allah gi deg en beskytter som vil være hos deg og ingen djevel vil komme nær deg før morgenen.’ Så jeg lot ham gå. Allahs sendebud (fred være med han) spurte om morgenen: ‘Hva gjorde fangen din i går?’ Jeg svarte: ‘Han sa at han skulle lære meg noen ord som Allah ville beskytte meg med, så jeg lot ham gå.’ Allahs sendebud (fred være med han) sa: ‘Hvilke

ord var det?’ Jeg svarte: ‘Han sa til meg, når du legger deg les ayat al-Kursi fra begynnelse til slutt. Så sa han videre at hvis du gjør det vil Allah oppnevne en beskytter for deg som skal være hos deg og ingen djevel kan komme nær deg før morgenen.’ Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) la til at følgesvennene var veldig ivrige i å gjøre gode gjerninger. Profeten (fred være med han) sa: ‘Han sa sannelig sannheten selv om han er en stor løgner! Å Abu Hurairah, vet du hvem du snakket med disse tre nettene?’ Abu Hurairah sa: ‘Nei.’ Han sa: ‘Det var djevelen.’” (Al-Bukhari nr.2187)

Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) sa: “Når man går og legger seg, skal man feie over sengen med innsiden av nederste del av klærne sine. Dette er siden man ikke vet hva som har vært på den siden sist, og man skal si: بِاسْمِكَ رَبِّ وَضَعْتُ جَنْبِي ، وَبِكَ أَرْفَعُهُ ، إِنَّ أَمْسَكْتَ نَفْسِي فَارْحَمْهَا ، وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ .
Å min Herre, i Ditt navn legger jeg meg og i Ditt navn står jeg opp. Hvis Du tar min sjel så ha barmhjertighet med den, hvis Du returnerer den så beskytt den som Du beskytter Dine rettskafne tjenere. (Al-Bukhari nr.5961)

Aisha (måtte Allah være fornøyd med henne) sa: “Når Allahs sendebud skulle legge seg pleide han å samle hendene sine og tørrspytt i dem, for så å resitere sure al-Ikhlās, al-Falaq og an-Nās. Deretter førte han hendene over kroppen sin. Han begynte med hodet og ansiktet. Dette gjorde han tre ganger.” (Al-Bukhari nr.4729)

Hudhaifa (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Når Profeten gikk til sengs om natten la han hånden under kinnet og sa:

اللَّهُمَّ بِاسْمِكَ أُمُوتُ وَأَحْيَا وَإِذَا اسْتَيْقَظَ قَالَ:

Å Allah, i Ditt navn lever og dør jeg.

Og når han sto opp sa han:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ.

Lovet være Allah som har gitt oss livet etter å ha tatt det fra oss. Ved Ham skal vi gjenoppstå.
(Al-Bukhari nr.5955)

Abdullah bin Masood (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Hvis man resiterer de to siste versene av sure al-Baqarah om natten vil det være nok for en.” De lærde sier at meningen med denne hadithen er at disse to versene vil være nok for en i forhold til qiyam al-lail (dvs. at å lese dem erstatter nattbønnen eller at å lese disse versene i nattbønnen er nok for en). Andre lærde sier meningen er at disse to versene vil beskytte en fra all skade den kvelden. (Al-Bukhari nr.4722)

Hva man bør si når man ser noe man liker eller misliker i en drøm

Abu Qatadah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “En god drøm er fra Allah og mareritt er fra djevelen. Så den som ser noe han misliker, skal blåse tre ganger på sin venstre side og søke tilflukt fra djevelen. Djevelen vil ikke skade han etter det. Den som ser meg i sin drøm vil virkelig se meg, for djevelen kan ikke ta min form.” (Al-Bukhari nr.6594)

Abu Said al-Khudri (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Hvis noen av dere ser en drøm han liker, så er det fra Allah og han burde være takknemlig overfor Allah for det og fortelle det til andre; men hvis han ser noe annet, det vil si en drøm som han misliker, da er det fra djevelen og han burde søke tilflukt hos Allah fra det onde i den, og han bør ikke nevne det til noen, for det vil ikke skade han.” (Al-Bukhari nr.6638)

Hva man bør si når man opplever frykt i søvnen

Amr bin Shuaib fortalte at faren hans sa at hans bestefar sa at Abdullah bin Amr (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Jeg hørte Allahs sendebud beordre sine følgesvenner å si dette når de opplevde engstelse og frykt i søvnen:

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ غَضَبِهِ، وَمِنْ شَرِّ عِقَابِهِ وَمِنْ شَرِّ عِبَادِهِ، وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ، وَأَنْ يَحْضُرُونِ.

Jeg søker tilflukt i Allahs perfekte ord fra Hans sinne og straff, og fra det onde av Hans tjenere, og fra djevelens hvisking og at de skal være til stede. (Hakim nr.2010)

Hva man bør si når man legger seg for å sove og når man står opp

Hudhaifah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Hver gang Profeten (fred være med han) ville gå og legge seg for å sove pleide han å si:

بِاسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وَأَحْيَا

Å Allah, i Ditt navn lever og dør jeg.

Og når han våknet pleide han å si:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ.

Lovet være Allah som har gitt oss livet etter å ha tatt det fra oss. Ved Ham skal vi gjenoppstå. (Al-Bukhari nr.5955)

Hva man bør si når man går inn på toalettet

Anas (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) pleide å gå inn på toalettet med sin venstre fot først og si:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ.

I Allahs navn. Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg mot de mannlige og kvinnelige djevler. (Al-Bukhari nr.142)

Hva man bør si når man går ut fra toalettet

Aisha (måtte Allah være fornøyd med henne) sa at Profeten (fred være med han) pleide å si *Jeg søker Din tilgivelse (Ghufranak)* når han gikk ut fra toalettet. Han pleide å gå ut av toalettet med sin høyre fot først. (Ibn Hibban nr.1444)

غُفْرَانِكَ.

Hva man skal si når man kommer hjem

Jabir bin Abdullah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Jeg hørte at Profeten sa at hvis en mann går inn i huset sitt og nevner Allahs navn mens han går inn, og han spiser og nevner Allahs navn mens han spiser, vil djevelen si: ‘Du har ikke noe sted å bo og du har ikke noe mat.’ Hvis han derimot ikke nevner Allahs navn når han går inn i huset sitt vil djevelen si: ‘Du har et sted å være i natt’ og hvis han ikke nevner Allahs navn mens han spiser vil djevelen si: ‘Du har et sted å være i natt og du har mat.’” (Muslim nr.2018)

Hva man skal si når man går hjemmefra

Umm Salamah (måtte Allah være fornøyd med henne) sa at Profeten (fred være med han) pleide å si:

بِسْمِ اللَّهِ ، تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ أَنْ أَضِلَّ أَوْ أُضِلَّ ، أَوْ أَزِلَّ أَوْ أُزَلَ ، أَوْ أَظْلِمَ أَوْ أُظْلَمَ ، أَوْ أَجْهَلَ أَوْ يُجْهَلَ عَلَيَّ .

Å Allah, jeg søker tilflukt hos Deg så jeg ikke går vill eller blir ført vill, feiler eller blir ledet til å feile, er urettferdig eller blir urettferdig behandlet, oppfører meg urimelig eller blir behandlet urimelig. (Hakim nr.1907)

Anas bin Malik (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Profeten (fred være med han) pleide å si:

بِسْمِ اللَّهِ ، تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ ، لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ تَعَالَى .

I Allahs navn. Jeg setter min lit til Allah. Det finnes ingen kraft og ingen makt unntatt ved Allah.

Det ble sagt til ham: “Dette er nok for deg; du vil ha alt du trenger, bli rettleidet og beskyttet. En djevel vil møte en annen og si til ham: ‘Hva kan du gjøre med en mann som har alt han trenger, er rettleidet og beskyttet?’” (Ibn Hibban nr.822)

Hva man skal si når man går inn i og forlater en moské

Abu Humaid (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Hvis en av dere går inn i moskeen, si:

اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ.

Å Allah, slå opp døren til Din nåde!

og når en forlater moskeen, si:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ.

Å Allah, jeg ber om Din nåde.

Man skal gå inn med høyre fot først og forlate moskeen med venstre fot først.” (Muslim nr.713)

Dua man sier når man går fra hverandre etter å ha sittet sammen

Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Den som sitter i en samling og har snakket og diskutert sammen og som før han reiser seg og går sier:

سبحانك اللهم وبحمدك أشهد أن لا إله إلا أنت أستغفرك وأتوب إليك.

Priset være Deg Allah og lovet være Deg. Det finnes ingen guddom utenom Deg. Jeg søker Din tilgivelse og jeg vender meg om til Deg i anger.

vil bli tilgitt eventuelle synder han har begått mens han satt der.” (Ibn Hibban nr.594)

Dua for å gi styrke

Ali (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Fatima (måtte Allah være fornøyd med henne) klagde over blemmer på hendene etter å ha brukt en kvernstein. Hun gikk for å spørre Profeten (fred være med han) om å få en tjener men hun fant ham ikke (hjemme) så hun fortalte Aisha (måtte Allah være fornøyd med henne) om hva hun trengte. Da han (fred være med han) kom, fortalte Aisha om det. Ali (måtte Allah være fornøyd med ham) la til: “Profeten, fred være med han, kom til oss da vi hadde gått til sengs. Da jeg skulle stå opp sa han: ‘Bli hvor dere er.’ Han satte seg mellom oss så jeg kjente de kjølige føttene hans mot

brystet mitt. Profeten (fred være med han) sa så: ‘Skal jeg ikke fortelle dere om en ting som er bedre for dere enn en tjener? Når dere begge går til sengs si: *Allahu Akbar* trettifire ganger, *SubhanAllah* trettitre ganger og *Alhamdulillah* trettitre ganger, for det er bedre for dere enn en tjener.’” (Al-Bukhari nr.2945)

Dua ved reise

Abdullah bin Umar (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at hver gang Profeten (fred være med han) satt på ridedyret sitt for å reise ville han si takbir (dvs. *Allahu Akbar*) og deretter:

سُبْحَانَ الَّذِي سَخَّرَ لَنَا هَذَا وَمَا كُنَّا لَهُ مُقْرِنِينَ * وَإِنَّا إِلَىٰ رَبِّنَا لَمُنْقَلِبُونَ، اللَّهُمَّ إِنَّا نَسْأَلُكَ فِي سَفَرِنَا هَذَا الْبِرَّ وَالتَّقْوَىٰ، وَمِنَ الْعَمَلِ مَا تَرْضَىٰ، اللَّهُمَّ هَوِّنْ عَلَيْنَا سَفَرَنَا هَذَا، وَاطْوِ عَنَّا بُعْدَهُ، اللَّهُمَّ أَنْتَ الصَّاحِبُ فِي السَّفَرِ، وَالْخَلِيفَةُ فِي الْأَهْلِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ وَعَثَاءِ السَّفَرِ، وَكَآبَةِ الْمُنْتَظَرِ، وَسُوءِ الْمُنْقَلَبِ، فِي الْمَالِ وَالْأَهْلِ.

Priset være Ham som har latt oss ta i bruk dette. Vi ville ikke klart det på egen hånd, og sannelig skal vi vende tilbake til vår Herre.

Profeten (fred være med han) ville deretter si:

Å Allah, vi ber Deg om fromhet og gudfryktighet på denne reisen, og om en fremferd som gleder Deg. Å Allah, gjør reisen lett og kort for oss. Å Allah, Du er følgesvenn på reisen og våker over dem vi lar igjen hjemme. Å Allah, jeg søker beskyttelse hos Deg mot vansker på reisen, og mot å møte triste syn og elendighet når jeg kommer tilbake til min eiendom og familie.

Når man kommer tilbake fra reisen skal man si følgende:

أَيُّبُونَ، تَائِبُونَ، عَابِدُونَ، لِرَبِّنَا حَامِدُونَ

Vi returnerer, vender om i anger, tilber og lovpriser vår Herre. (Muslim nr.1342)

Den reisendes bønn for de man etterlater seg hjemme er fortalt av Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham). Han sa: “Allahs sendebud sa farvel til meg og sa:

أَسْتَوْدِعُكَ اللَّهُ الَّذِي لَا يُضَيِّعُ وَدَائِعَهُ

Jeg lar deg være i Allahs omsorg, siden ingenting blir mistet som er i Hans omsorg. (Al-Albani)

Ibn Omar (måtte Allah være fornøyd med ham) pleide å si til de som ville reise: “Profeten pleide å ta avskjed med de som ville reise ved å si:

أَسْتَوْدِعُ اللَّهَ دِينَكَ، وَأَمَانَتَكَ، وَخَوَاتِيمَ عَمَلِكَ.

Jeg lar din religion være i Allahs omsorg, samt din trygghet og de siste av dine handlinger.

(Ibn Khuzaimah nr.2531)

Hva man bør si når man går inn i en by

Suhaib (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) aldri gikk inn i en by uten å si:

اللَّهُمَّ رَبَّ السَّمَوَاتِ السَّبْعِ وَمَا أَظْلَلْنَ ، وَرَبَّ الْأَرْضِينَ السَّبْعِ وَمَا أَقْلَلْنَ ، وَرَبَّ الشَّيَاطِينِ وَمَا أَضَلَّلْنَ ، وَرَبَّ الرِّيَّاحِ وَمَا ذَرَيْنَ ، فَإِنَّا نَسْأَلُكَ خَيْرَ هَذِهِ الْقَرْيَةِ وَخَيْرَ أَهْلِهَا ، وَنَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهَا وَشَرِّ أَهْلِهَا وَشَرِّ مَا فِيهَا

Å Allah, Herre over de syv himler og alt som de gir skygge, Herre over jorden og alt på dens overflate og Herre over djevlene og alle de har misledet og Herre over vinden og alt det den bærer. Å Allah, vi ber Deg om det beste fra denne landsbyen og den beste gjestfrihet fra dens innbyggere; og vi søker tilflukt i Deg fra landsbyens ondskap og det onde fra dens innbyggere. (Ibn Khuzaimah nr.2565)

Hva man skal si når man ser noe man liker

Aisha (måtte Allah være fornøyd med henne) sa at når Profeten (fred være med han) så noe som gjorde han glad, sa han:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي بِنِعْمَتِهِ تَبِمُ الصَّالِحَاتُ

Lovet være Allah. Ved Hans nåde fullføres de gode gjerningene.

Om noe plaget han, ville han si:

الْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى كُلِّ حَالٍ

Lovet være Allah i alle forhold. (Hakim nr.1840)

Hva Profeten ville si når han slo seg ned et sted

Khawlah bint Hakeem (måtte Allah være fornøyd med henne) sa: “Jeg hørte Allahs sendebud (fred være med han) si: ‘Den som slår seg ned et sted (for en periode) og sier:

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ.

Jeg søker tilflukt i Allahs perfekte ord fra alt det onde Han har skapt.

vil ikke bli skadet av noe før han forlater det stedet.” (Muslim nr.2708)

Hva man skal si før samleie med sin kone

Ibn Abbas (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Hvis man ønsker å ha samleie med sin kone, si:

بِسْمِ اللَّهِ، اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا.

I Allahs navn. Å Allah, hold djevelen borte fra oss og hold djevelen borte fra det Du gir oss.

Hvis Allah vil at et barn blir født som følge av dette, vil han ikke bli skadet av djevelen i det hele tatt.” (Al-Bukhari nr.6025)

Hva man skal si før man spiser

Jabir bin Abdullah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Jeg hørte at Profeten sa at hvis en mann går inn i huset sitt og nevner Allahs navn mens han går inn, og han spiser og nevner Allahs navn mens han spiser, vil djevelen si: ‘Du har ikke noe sted å bo og du har ikke noe mat.’ Hvis han derimot ikke nevner Allahs navn når han går inn i huset sitt vil djevelen si: ‘Du har et sted å være i natt’ og hvis han ikke nevner Allahs navn mens han spiser vil djevelen si: ‘Du har et sted å være i natt og du har mat.’” (Muslim nr.2018)

Aisha (måtte Allah være fornøyd med henne) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Hvis en av dere spiser mat skal han nevne Allahs navn og hvis han glemmer det skal han si:

I Allahs navn, i begynnelsen og slutten. (Abu Dawood nr.3767)

Hva man skal si når man er ferdig med å spise og drikke

Abu Said al Khudri (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) når han hadde spist, ville si:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَجَعَلَنَا مُسْلِمِينَ .

Lovet være Allah som har gitt oss mat og drikke og latt oss bli muslimer. (Abu Dawood nr.3850)

Hva man skal si når man frykter fienden

Abu Musa al-Ashari (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at når Profeten (fred være med han) fryktet et folk ville han si:

اللَّهُمَّ إِنَّا نَجْعَلُكَ فِي نَحْوِهِمْ وَنَعُوذُ بِكَ مِنْ شُرُورِهِمْ .

Å Allah, vi ber Deg om å stoppe dem og holde dem borte, og vi søker tilflukt i Deg fra deres ondskap. (Hakim nr.2629)

Hva man skal si når man opplever problemer

Ibn Abbas (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Profeten (fred være med han) i vanskelige tider pleide å gjøre dua til Allah ved å si følgende:

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَرَبُّ الْأَرْضِ، وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ .

Det finnes ingen guddom verdt å tilbe utenom Allah, Den mektige, Den overbærende. Det finnes ingen guddom verdt å tilbe utenom Allah, Den mektige tronens Herre. Det finnes ingen

guddom verdt å tilbe utenom Allah, himlenes og jordens Herre og Den herlige tronens Herre.

(Al-Bukhari nr.6994)

Abdurrahman bin Abi Bakrah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at faren hans sa at Profeten (fred være med han) sa: “Den ydmyke bønne til den som er i vanskeligheter er:

اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو ، فَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ ، وَاصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ .

Å Allah, jeg søker Din barmhjertighet og ikke la meg være uten Deg et eneste øyeblikk og forbedre min situasjon. Det finnes ingen guddom verdt å tilbe utenom Deg. (Ibn Hibban nr.970)

Hva man skal si når man blir rammet av bekymringer og frykt

Abdullah bin Masood (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “Ingen tjener sier:

اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ ابْنُ عَبْدِكَ ابْنُ أُمَّتِكَ نَاصِيَتِي بِيَدِكَ مَاضٍ فِي حُكْمِكَ عَدْلٌ فِي قَضَائِكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ أَوْ اسْتَأْذَنْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي وَنُورَ بَصَرِي وَجِلَاءَ حُزْنِي وَذَهَابَ هَمِّي .

Å Allah, jeg er Din tjener, sønn av Din tjener og sønn av Din tjenerinne. Du har fullt herredømme over meg. Din makt over meg er for evig og Dine bestemmelser over meg er rettfærdig. Jeg ber Deg ved alle Dine navn som Du kalte Deg selv eller åpenbarte i Din Bok, eller Du lærte til noen i Din skapelse eller Du har bevart i kunnskapen om det skjulte hos Deg, at Du gjør Koranen til mitt hjertes vår og mitt brysts lys, og fjerner min sorg og angst.

etter at han har blitt påvirket av bekymringer og angst, uten at Allah vil fjerne dette og erstatte det med glede.” De sa: “Å Allahs sendebud, skal vi lære disse ordene?” Han sa: “Selvfølgelig, den som hører dem bør lære dem utenat.” (Ibn Hibban nr.972)

Hva man skal si når man blir rammet av lidelser og bekymringer

Man skal aldri gjøre dua mot seg selv, men man skal si det Profeten (fred være med han) beordret. Det er fortalt at Anas (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at Allahs sendebud (fred være med han) sa: “La ingen av dere ønske seg døden som følge av en lidelse som har rammet ham. Hvis han ikke har noe valg kan han si som følger:

اللَّهُمَّ أَحْيِنِي مَا كَانَتْ الْحَيَاةُ خَيْرًا لِي، وَتَوَفَّنِي إِذَا كَانَتْ الْوَفَاةُ خَيْرًا لِي.

Å Allah, hold meg i live så lenge livet er godt for meg og la meg dø hvis døden er bedre for meg. (Al-Bukhari nr.5990)

Hva man skal si når man tar på seg nye klær

Abu Said al-Khudri (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Hver gang Allahs sendebud, fred være med han, tok på seg klær, være seg en thobe (klesdrakt), turban eller andre klesplagg, pleide han å si:

اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ كَسَوْتَنِيهِ، أَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِهِ وَخَيْرِ مَا صُنِعَ لَهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهِ وَشَرِّ مَا صُنِعَ لَهُ.

Å Allah, til Deg tilhører all lovpris. Du har gitt meg dette klesplagget. Jeg ber Deg om det gode i det og det gode det var laget for, og jeg søker tilflukt hos Deg fra det onde i det og det onde det var laget for. (Hakim nr.7408)

Hva man skal si når man gifter seg, kjøper en tjener eller et ridedyr

Amr bin Shuaib fortalte at hans far sa at hans bestefar sa at Profeten (fred være med han) sa: “Hvis en av dere gifter seg eller kjøper en tjener, la ham si:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَهَا، وَخَيْرَ مَا جَبَلْتَ عَلَيْهِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهَا، وَشَرِّ مَا جَبَلْتَ عَلَيْهِ.

Å Allah, jeg ber Deg om å gi meg dens godhet og dens gode manerer og jeg søker tilflukt hos Deg fra dens ondskap og dens onde manerer.

Hvis han kjøper en kamel skal han holde den i pukkelen og si den samme dua.” (Hakim nr.2757)

Hva man skal si når man er sint

Sulaiman bin Sord (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Jeg satt med Profeten, fred være med han, mens to menn kranglet. En av dem var rød i ansiktet og nakken svulmet av sinne og Profeten, fred være med han, sa: ‘Jeg vet om et ord, som hvis han hadde sagt det, ville ha tatt bort hans sinne.’ Han sa: ‘*Jeg søker tilflukt hos Allah fra den forstøtte djevelen (Audhu billahi min ash-shaitan ar-rajim)*’. De fortalte ham at Profeten (fred være med han) ba ham søke tilflukt fra djevelen. Da svarte han: ‘Er jeg blitt gal?’” (Al-Bukhari nr.3108)

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ .

Bønn om veiledning (istikhara)

Bønn om veiledning (istikhara) er sunnah (Profetens sedvane). Det innebærer å be Allah (lovpriset være Han) om veiledning når man skal ta en viktig avgjørelse eller møter en vanskelig situasjon og ikke vet hva som er det beste valget. Det beskytter også mennesket fra djevelens hvisking og mot det man savner som man tror er godt for en. Mennesket gjør hva det kan for å oppnå enkelte ting og Allah vil gi en det en søker eller ikke. Uansett vil det Allah gir, være det beste for mennesket. Den som søker veiledning fra Allah ved istikhara, vil helt klart ikke være en taper og den som søker råd vil ikke angre.

Fremgangsmåten ved istikhara

Man skal be en bønn (salah) med to raka (utenom de obligatoriske bønnene). Deretter bør man lovprise Allah og så sende velsignelser til Profeten (fred være med han). Etter dette skal man si dua som følger:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ وَأَسْتَقْدِرُكَ بِقُدْرَتِكَ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلَا أَقْدِرُ، وَتَعْلَمُ وَلَا أَعْلَمُ، وَأَنْتَ عَلَّامُ الْغُيُوبِ، اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ هَذَا الْأَمْرَ خَيْرًا لِي فِي دِينِي وَمَعَايِشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي فَأَقْدِرْهُ لِي وَيَسِّرْهُ لِي، ثُمَّ بَارِكْ لِي فِيهِ، اللَّهُمَّ وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّهُ شَرٌّ لِي فِي دِينِي وَمَعَايِشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي فَاصْرِفْنِي عَنْهُ، وَأَقْدِرْ لِي الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ ثُمَّ رَضِّنِي بِهِ.

Å Allah, jeg søker råd ved Din kunnskap, og søker styrke ved Din kraft. Jeg ber Deg om Din enorme nåde, for sannelig, Du makter og jeg makter ikke. Du vet og jeg vet ikke, og Du kjenner det skjulte. Å Allah, hvis Du vet at denne saken (den konkrete saken nevnes) er til det beste for meg når det gjelder min tro, mitt liv og mitt endelikt, så bestem den for meg, gjør den lett for meg og gjør den til en velsignelse for meg. Hvis Du vet at denne saken er dårlig for meg når det gjelder min tro, mitt liv og mitt endelikt, så hold den borte fra meg og meg borte fra den. Og bestem det beste for meg, hvor det enn måtte finnes, og gi meg å være fornøyd med det.

Jabir (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Profeten, fred være med han, lærte oss istikhara som han ville lært oss et kapittel fra Koranen.” (Al-Bukhari nr.1109)

Profetens medisin for fysiske og psykiske lidelser

En muslim som holder seg til den islamske læren og praktiserer den i sitt liv, vil leve et lykkelig liv og vil bli beskyttet fra lidelser som skyldes psykiske forhold.

Dua (ydmyk bønn) og dhikr (ihukommelse av Allah) (lovpriset være Han) er en av de viktigste metodene som fører til at man beskytter seg selv fra lidelser før de rammer. Dua og dhikr vil også lette lidelsene som allerede har inntruffet. Allah (lovpriset være Han) sier:

«وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا»

«Og Vi åpenbarer det i Koranen som er helbredelse og nåde for de troende, og for de ondsinnede øker det bare på med tap.» (Koranen 17:82) (tolkning av betydningen)

Allah (lovpriset være Han) sier også:

«قُلْ هُوَ الَّذِي آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءً»

«Si (til dem): Den er en rettleiding og et legemiddel for de troende.» (Koranen 41:44) (tolkning av betydningen)

En må vite at å søke helbredelse fra Koranen og sunnah til Allahs sendebud (fred være med han) ikke vil ha noen effekt, unntatt om både pasienten og den som administrerer kuren har sterk tro (iman). Dette betyr ikke at man ikke skal ta i bruk konvensjonelle medisiner og søke medisinsk behandling. Profeten (fred være med han) sa: “Søk en kur Å Allahs tjenere, for sannelig Allah har ikke skapt en sykdom uten at Han har skapt for den en kur.” (Ibn Hibban nr.6061)

عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : تداووا عباد الله فإن الله لم يضع داء إلا وضع له دواء .

Man skal være oppmerksom på å ikke søke medisinsk behandling fra ulovlige ting. Abu Hurairah (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “Allahs sendebud (fred være med han) forbød oss å bruke ulovlige medisiner.” (Hakim nr. 8260)

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الدواء الخبيث .

Ibn al-Qayyim, måtte Allah ha barmhjertighet med ham, sa: “Det er noe man må ha i tankene...ihukommelse av Allah (lovpriset være han) (dhikr), vers fra Koranen og ydmyk bønn (dua) som blir brukt for behandling er nyttige i seg selv, men det kreves også at individet (som det leses over) har sterk iman (tro). I tillegg kreves det at den som leser også har sterk iman. Så når dette blir lest og man ikke ser noen effekt, er det enten på grunn av svakheten til den som gir behandlingen eller svakheten til pasienten, eller for en annen sterk grunn som gjør at helbredelse blir hindret. Dette finner man også i konvensjonell medisin hvor en medisin kan være ineffektiv fordi den blir avvist av ens egen natur.”

Ibn al-Qayyim, måtte Allah ha barmhjertighet med ham, sa også angående profetisk behandling av sykdommer: “For at kuren for den slags (sykdom) skal lykkes må man ha to ting (dette gjelder både pasienten og den som gir behandlingen): både pasienten og behandleren må ha sterk sjel og være trofast mot Allahs (lovpriset være Han) vei, Skaperen av alle, og oppriktig søke tilflukt i Allah (lovpriset være Han). Dette er en type krig. Krigeren kan ikke skade fienden med sitt våpen bortsett fra om to ting er tilstede: Våpenet er riktig og ens arm er sterk i tillegg. Når en av disse to tingene ikke er tilstede, vil ikke våpenet være til noe nytte...så hva om begge disse tingene ikke er tilstede? Da er hjertet uten tawheed (troen på Allahs enhet), uten lit til Allah (lovpriset være Han) og uten gudsfrykt. Da har en ikke noe våpen.”

Behandling gjennom ruqya sharia

Her er noen vers fra Koranen og dua (ydmyke bønner) som har blitt rapportert fra Profeten (fred være med han). De vil oppheve ulykker og lidelser etter at de har rammet en; og vil derfor tjene som en effektiv behandling med Allahs (lovpriset være Han) vilje.

Abu Said al-Khudri (måtte Allah være fornøyd med ham) sa: “En gruppe av Profetens følgesvenner reiste og de passerte en landsby som de gikk inn i, men folket der nektet å ta de imot. Lederen deres ble senere stukket av en skorpion og de lette etter en som kunne kurere han fra hans lidelse, men til ingen nytte. Noen av landsbyboerne sa: ‘Kanskje dere burde gå til de som gikk forbi...kanskje noen av dem har et middel for å kurere han.’ Så de nærmet seg dem og sa: ‘Å folk, vår sjef er stukket og vi har søkt etter en kur men til ingen nytte. Har noen av dere en kur?’ En av følgesvennene sa: ‘Ved Allah jeg gir behandlinger, men ved Allah, vi kom til dere og dere nektet å ta oss imot, så jeg vil ikke gi noen kur før dere gir oss noe.’ Så de ble enige om å gi dem en flokk med sauer. Følgesvennen leste *Alhamdulillah rabbil aalamin* (dvs. al-Fatiha) og blåste på han og han ble kurert. Han gikk rundt som om ingenting hadde skadet han. De ga dem da saueflokken. Noen av følgesvennene sa: ‘Del flokken mellom oss.’ Den som ga behandlingen sa: ‘Ikke gjør noe før vi kommer tilbake til Allahs sendebud og vi forteller han hva som har skjedd, og ser hva han befaler oss.’ Da de fortalte hva som hadde skjedd til Allahs sendebud sa han: ‘Hvordan visste du at det var en kur?’ Han sa videre til dem: ‘Dere har gjort det bra, gi meg en del sammen med dere.’ Profeten smilte så.

(Al-Bukhari nr. 2156)

عن أبي سعيد الخدري: انطلق نفرٌ من أصحابِ النبي ﷺ في سفرةٍ سافروها، حتى نزلوا على حَيٍّ من أحياءِ العربِ، فاستضافوهم فأبوا أن يُضيّفُوهم، فلدغ سيّد ذلك الحيّ، فسعوا له بكلّ شيءٍ لا ينفعه شيءٌ، فقال بعضهم: لو أتيتُم هؤلاء الرّهط الذين نزلوا، لعلّه أن يكونَ عندَ بعضهم شيءٌ، فأتوهم، فقالوا: يا أيّها الرّهط إنّ سيّدنا لدغ، وسعينا له بكلّ شيءٍ لا ينفعه، فهل عند أحدٍ منكم من شيءٍ؟ فقال بعضهم: نعم، واللهِ إنّني لأرقي، ولكنّ واللهِ لقد استصَفناكم فلم تُضيّفونا، فما أنا براقٍ لكم حتى تجعلوا لنا جُعلاً، فصالحوهم على قَطيعٍ من العنمِ، فانطلقَ يتنلُّ عليه، ويفرأ: الحمد لله ربّ العالمين فكانما نَشِطَ من عقالٍ، فانطلقَ يمشي وما به قلبَةٌ، قال: فأوفوهم جُعْلهم الذي صالحوهم عليه، فقال بعضهم: أقسموا، فقال الذي

رَقِيَ: لَا تَفْعَلُوا حَتَّى نَأْتِيَ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَذَكَرَ لَهُ الَّذِي كَانَ، فَتَنْظُرَ مَا يَأْمُرُنَا، فَقَدِمُوا عَلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَذَكَرُوا لَهُ، فَقَالَ: وَمَا يُدْرِيكَ أَنَّهَا رُقِيَةٌ، ثُمَّ قَالَ: قَدْ أَصَبْتُمْ، أَقْسِمُ مَا، وَاضْرِبُوا لِي مَعَكُمْ سَهْمًا فَضَحِكَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ.

Aisha (måtte Allah være fornøyd med henne) sa at når Allahs sendebud (fred være med han) besøkte en syk person eller en syk person ble brakt til han, ville han si:

أَذْهَبِ الْبَاسَ رَبِّ النَّاسِ، وَأَشْفِ أَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لَا يُعَادِرُ سَقَمًا.

Å Allah, lett hans lidelser. Herren over menneskene, helbred han for sannelig Du er Den som helbreder, det er ingen helbredelse unntatt Din helbredelse. (Al-Bukhari nr. 5351)

Jibril (fred være med han) sin ruqya. Abu Said al-Khudri (måtte Allah være fornøyd med ham) fortalte at Jibril kom til Profeten (fred være med han) og sa: “Å Muhammad, har du smerter?” Han svarte: “Ja.” Jibril sa:

بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ، مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ، مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ، أَوْ حَاسِدٍ اللَّهُ يَشْفِيكَ، بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ.

I Allahs navn gjør jeg ruqya for deg, fra alt som skader deg, fra det onde i hver sjel eller fra det misunnelige øyet. Måtte Allah helbrede deg. I Allahs navn gjør jeg ruqya for deg. (Muslim nr.2186)

Uthman bin Abi Alas (måtte Allah være fornøyd med ham) sa at han klagde til Allahs sendebud (fred være med han) angående en smerte som han hadde følt siden han ble muslim. Allahs sendebud (fred være med han) sa til han: “Legg hånden din på stedet som gjør vondt og si:

بِاسْمِ اللَّهِ (3)، أَعُوذُ بِاللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ (7).

I Allahs navn (3 ganger). Jeg søker tilflukt i Allah og Hans makt fra det onde som jeg finner og frykter (7 ganger). (Muslim nr.2202)

