

Samenvatting vrijdaggebed 29 mei 2015

Onderwerp: Het verrekenen van je eigen ego, nafs (zelfreflectie en zelf beoordeling)

الحمد لله رب العالمين , والصلاة والسلام على رسول الله وآله وصحبه أجمعين

In de khutba van vandaag staan we stil bij het verrekenen van je eigen nafs, ego (muhasabat Al-Nafs).

Een belangrijke gunst van Allah (swt) is de nafs (ego/ziel), deze moet je als muslim dan ook goed bewaken en onderhouden.

In surat ash-Shams (De Zon) ayat 7 zegt Allah (swt): *“(En) bij de ziel, en Degene Die haar heeft gevormd.”*

En in surat al-Hashr (De verzameling) ayat 18 zegt Allah (swt): *“O jullie die geloven vrees Allah en laat iedere ziel kijken naar wat zij vooruit heeft gezonden voor morgen. En vrees Allah, waarlijk Allah is op de hoogte van dat wat jullie (in het verborgene) doen.”*

Muhasabat Al-Nafs, zelfreflectie/verrekening en beoordeling wordt sterk aanbevolen in de islam. Zoals we elk jaar aangifte doen bij de belasting en hiermee een jaar fiscaal afsluiten, dienen wij ook regelmatig naar onze daden te kijken en te beoordelen of we goed bezig zijn geweest. Je moet jezelf dus ter verantwoording roepen alvorens we geroepen worden door Allah (swt) en onze daden gewogen worden voor een ieder (dw.z. de dag des oordeels).

In surat az-Zoemar (De Groepen) ayat (56) zegt Allah (swt): *“Zodat een ziel niet zal zeggen: “O wat spijtig van mij dat ik tekort ben geschoten in de Zaak van Allah. En ik behoorde zeker tot de bespotters.”*

Degene die zichzelf niet ter verantwoording roept wordt een makkelijke prooi voor de shaytaan (de duivel) en dwaalt makkelijk af van het rechte pad. In surat Al-A'raaf (Het Scherm) zegt Allah (swt) in ayah 179: *“... Zij bezitten harten waarmee zij niet begrijpen, en zij bezitten ogen waarmee zij niet (kunnen) zien, en zij bezitten oren waarmee zij niet (kunnen) horen, zij zijn net als het vee. Welnee! Zij zijn zelfs nog verder afgedwaald. Zij zijn de onachtzamen.”*

Ibn-Qayim (moge Allah hem genadig zijn) zegt: *“Het verwaarlozen van je nafs (ego/ziel) gaat ten koste van je hart, het hart is verantwoordelijk voor je daden. Een verdorven hart leidt uiteindelijk tot dwaling in het geloof.”*

Het zelf beoordelen/ verrekenen van je ego/ziel (nafs) is te onderscheiden in twee soorten:

1. Het beoordelen/ verrekenen van jezelf alvorens een daad verricht te hebben
2. Het beoordelen/ verrekenen van jezelf nadat je een daad verricht hebt

Het beoordelen/ verrekenen van jezelf alvorens een daad verricht te hebben

Dit betekent dat alvorens je een daad verricht kijkt naar of het een verplichting is van Allah (swt) zoals het vasten en het aanbidden van Allah (swt). Het tweede is dat je kijkt naar of het goed is voor jezelf, dus of je er baat bij hebt of niet. En of het doet voor Allah (swt) of voor de mensen.

Het beoordelen/ verrekenen van jezelf nadat je een daad verricht hebt

Het beoordelen/ verrekenen van jezelf nadat je een daad verricht is te onderscheiden in *drie* categorieën.

1. Jezelf beoordelen of je de verplichte zaken hebt voldaan. Hierbij dien je o.a. te kijken bijv. naar de verplichten gebeden, het gezamenlijke gebed, het reciteren van de Koran, het goed spreken, het niet kijken en luisteren naar wat Allah (swt) verboden heeft.
2. Jezelf beoordeelt op de slechte dingen je hebt gedaan en dat je spijt hebt en berouw toont voor deze slechte daden en niet in herhaling valt. De profeet (VZMH) heeft in een hadith gezegd: *“Waarlijk, al-Halaal (datgene wat Allah toegestaan heeft) is duidelijk en waarlijk, al-Haraam (datgene wat Allah verboden heeft) is (ook) duidelijk; daartussen bestaan twijfelachtige zaken die voor vele mensen niet duidelijk zijn. Degene die zich verre houdt van twijfelachtige zaken, heeft zich daarmee weten te zuiveren voor wat zijn religie en zijn eer betreft. Degene die echter in aanraking komt met twijfelachtige zaken, valt in al-Haraam,”*
3. Jezelf beoordelen en kritisch reflecteren of je een daad hebt verricht zuiver en puur omwille van Allah (swt) of omwille van mensen.

De vruchten van het beoordelen van jezelf zijn o.a.:

1. Je gaat jezelf beter leren kennen, en dus kun je jezelf ook beter onder controle houden.
2. Je kunt makkelijker berouw tonen en spijt hebben van wat je in het verleden hebt begaan.
3. Het kennen van de plichten tegenover Allah (swt).
4. Het veranderen van je slecht gedrag in positief gedrag na het tonen van berouw.
5. Barmhartigheid van Allah (swt) kennen, en weten dat Allah (swt) de bestraffing uitstelt om mensen kansen te geven om berouw te tonen.
6. Afstand nemen van slechte gedragingen.
7. Doordat je je zelf beoordeelt geeft het je energie om meer goede daden te verrichten en afstand te nemen van slechte daden.
8. Rechten van andere mensen kunnen vervullen.

Hoe kan ik mezelf beoordelen/verrekenen?

Ibn-Qayim (moge Allah genadig met hem zijn) zegt dat het beoordelen van jezelf/ego als volgt kan:

1. Begin bij de verplichte zaken en als je je verplichtingen tekort hebt gedaan dan dien je dat aan te vullen met nawafil (extra) aanbiddingen.
2. Kijk naar de verboden dingen, en als je daarvan iets hebt gedaan, dan dien je meteen berouw te tonen, vergiffenis te vragen en te laten volgen door goede daden. De profeet (VZMH) zegt: *“Vrees Allah waar je ook bent en laat een goede daad een slechte daad opvolgen zodat deze haar (de slechte daad) uitwist en ga met de mensen om op een goede wijze.”*
3. Beoordeel jezelf op haar tekortkomingen en gedenk Allah (swt) veelvuldig.
4. Tot slot, je lichaamsdelen in bedwang en onder controle houden, bijv. je tong, dus weet wat je zegt of zwijg, je ogen etc.

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته