

'Udhëzuesi i Hanifit për shëndetin shpëtues'

BISMILA-HIR RAHMA-NIR RAHIM

Rruga e Allahut drejt shëndetit

Miq të dashur të Allahut, këtë temë diskutimi do ta gjeni interesante dhe me përfitim.

Ky është informacion jetik që ndikon në jetën e çdo qenieje njerëzore në tokë... **shëndeti!** Dikush ka thënë: "Shëndeti nuk është gjithçka por pa të, gjithçka është e kotë!" Ti mund të jesh njeriu më i pasur në botë, por në qoftë se ke humbur shëndetin, edhe sikur të kesh aq flori sa ka rërë mbi dhé, nuk mund ta shijosh dot jetën! Qëllimi ynë duhet të jetë që të gjejmë mënyrën se si ta ruajmë shëndetin që na ka dhënë Perëndia dhe të jemi bekim për njerëzimin!

Allahu është mjaft i mëshirshëm dhe i mirë ndaj familjes njerëzore. Kujdesi i Tij ndaj nesh është shumë më i madh se sa kujdesi që tregojnë prindërit tanë tokësorë. Ashtu si prindërit tanë që na dhanë këshilla gjatë fëmijërisë, po ashtu Allahu do të na japë udhëzim të kujdesshëm se si ta ruajmë shëndetin tonë. Duke ndjekur udhëzimet e Tij, shpirti ynë nuk do të ndotet nga mëkatet e kësaj bote! Ne duhet të bëjmë shumë lutje (du'a) në lidhje me çështjen se çfarë është 'shëndeti shpëtues'. Që të gëzojmë shëndet të plotë, ne duhet të ndjekim këshillat që na janë dërguar nga lart. Vini re fjalët e shënuara në Kur'anin e Nderuar që kanë të bëjnë me ruajtjen e shëndetit:

'Të pyesin për verën dhe lojën e kumarit. Thuaju: "Në to ka shumë mëkat dhe njëfarë përfitimi për njerëzit; por mëkati është më i madh se përfitimi..." Sura 2:219 Al-Bakara

Allahu i njej si efektet shkatërruese të verës (alkoolit) për shëndetin ashtu edhe efektet shkatërruese të lojës së kumarit për shpirtin. Prandaj Ai na informon në lidhje me këto rreziqe me qëllim që ne të jemi të edukuar e t'i shmangim ato. Vini re fjalët e profetit të lashtë, Solomonit (Tevrati) Fjalët e Urta 20:1: "Vera

është tallëse, pija e fortë është gjaknxehtë dhe ai që mashtrohet prej tyre nuk është i mençur."

Dhe përsëri Isaia...(Tevrati) Isaia 5:11: "Mjerë ata që ngrihen herët në mëngjes që të shkojnë pas pijes së fortë; që vazhdojnë deri natën, derisa t'i përflakë vera!"

Mund ta shikojmë qartë se pijet alkoolike janë qartësisht të ndaluara (haram) për ndjekësit e Allahut. Në qoftë se duam që të jemi 'Mutakin' (Të drejtë) atëherë do t'i shmangemi të gjithë përdorimit të alkoolit si pije.

Shëndeti shpëtues i Allahut!

A ka gjëra të tjera që shumë njerëz i përdorin si ushqim të cilat janë qartësisht të ndaluara nga Allahu? E pse nuk duhet të na japë Allahu udhëzime të qarta në lidhje me atë që është 'hallall' (e ligjshme) dhe atë që është 'haram' (e papastër)? Allahu është Krijuesi dhe Krijuesi e di se cili është ushqimi më i mirë me anë të të cilit funksionon trupi i njeriut. Njerëzit sot konsumojnë sende ushqimore të cilat janë të dëmshme kur hyjnë në organizmin tonë dhe e shkurtojnë jetën. Siç nuk fusim benzinë të papastër në makinat tona, po ashtu ne duhet të fusim ushqimin më të pastër në organizmin tonë jetësor.

Kushdo që ka blerë një automobil dhe dëshiron që ta përdorë atë me zgjuarsi, shpenzon kohë duke studiuar 'manualin e pronarit' që është dhënë nga prodhuesi i automjetit me qëllim që pronari të arrijë përdorimin maksimal të makinës për shumë vite. A nuk është akoma më i rëndësishëm trupi ynë? Trupi që na është dhënë nga Allahu u krijua që t'i sjellë Atij lavdi dhe nder. A nuk do të ishte mjaft e rëndësishme që të shpenzojmë kohë për të mësuar se çfarë është 'shëndeti shpëtues'? Njerëzit kalojnë vite duke u shkolluar që të aftësohen në një zanat ose profesion, shpenzojnë me mijëra dollarë për t'u shkolluar që të bëhen doktorë, avokatë, farmacistë etj. por shpesh janë të paditur në lidhje me mënyrën se si të mbrojnë shëndetin! A ka ushqime dhe pije të cilat janë të dëmshme por që ne mund të mos i dimë? Zaburi i lashtë ka një premtim nga Allahu të cilin duhet ta dinë të gjithë.

(Zaburi) Psalmi 67:2: "Që rruga jote të njihet mbi tokë, **shëndeti yt shpëtues** ndër të gjithë kombet."

Nuk është aspak sekret që Allahu dëshiron që të gjithë kombet të kenë shëndet të plotë! Ai do që

mesazhi i shëndetit shpëtues t'u dërgohet të gjithëve. Allahu dëshiron vetëm shëndet të mirë për të gjithë krijesat e Tij njerëzore. Ai ua ka bërë të ditur bijve të njerëzve se cili është shëndeti më i mirë i mundshëm gjatë kohës që ndodhemi këtu në planetin tokësor. Por a do t'i kushtojmë vëmendjen e duhur kësaj këshille të shenjtë?

Hallalli and harami!

Në Tevrat i cili iu dha Musait, Allahu na ka dhënë një listë të kafshëve të pastra dhe të papastra. Kafshët e papastra (haram) nuk duheshin përdorur si ushqim. Te Levitiku, kapitulli 11 janë dhënë në mënyrë të qartë si kafshët e pastra ashtu edhe ato të papastra. Levitiku 11:3: "Mund të hani çdo kafshë dythundrake që e ka thundrën të ndarë dhe që ripërtypet." Kjo nënkupton çdo kafshë që është dythundrake (ato që kanë thundër të ndarë të tilla si lopët, drerët, dhitë, delet etj.) që gjithashtu janë ripërtypëse. Këto janë kafshët që nga Allahu konsiderohen të pastra për ushqim. Pastaj tregon emrat e kafshëve që janë të papastra (haram), dhe e para në listën e kafshëve të papastra (haram) është '**deveja**'. Allahu na jep arsyen pse... Levitiku 11:4: "Por nga ripërtypësit ose nga dythundrakët, nuk do të hani këto: **si deveja, sepse ajo ripërtypet por nuk e ka të ndarë thundrën; ajo është e papastër [haram] për ty.**" Megjithëse deveja ripërtypet, ajo nuk e ka të ndarë thundrën. Deveja nuk ka thundër. Prandaj deveja konsiderohet e papastër (haram) si ushqim. Vazhdon më tutje me listën e kafshëve që janë të papastra (haram)... baldosa, lepuri, derri dhe deri të të gjitha krijesat që zvarriten të tilla si minjtë e shtëpisë dhe të arave, zhapikët, gjarpërinjtë përveç të tillëve si gjinkallat dhe karkalecat. Levitiku 11. Kafshët e papastra të tilla si devetë, kuajt, gomarët etj. qenë krijuar si kafshë për mbajtje ngarkesash, qenë krijuar për të mbajtur njeriun dhe për të transportuar mallrat e tij dhe nuk qenë synuar kurrë si ushqim. Derrat janë nga më të papastrit! Që nga dita kur u dha kjo këshillë, derrat nuk kanë ndryshuar. Ata vazhdojnë të jenë të papastër si ushqim. Kapitulli njëmbëdhjetë jep gjithashtu një listë zogjsh dhe krijesash të detit të cilat Allahu i konsideron të mira (hallall) dhe të atyre që janë të papastra (haram) për t'u ngrënë. Levitiku 11:9 përmend peshqit që konsiderohen të pastër (hallall) të cilët janë ata që

kanë edhe **pendë edhe luspa**. Ato krijesa të detit që nuk kanë edhe pendë edhe luspa konsiderohen të papastra (haram) të tilla si ngjallat, karkalecat e detit, aragostat, midhjet, stridhet, të gjithë peshqit me guackë dhe peshqit që nuk kanë edhe pendë edhe luspa. Këto konsiderohen të papastra (haram) dhe të ndaluara për ushqim.

Midis shpendëve, zogjtë gjahtarë, të tillë si shqiponjat, fajkonjtë, skifterët, bufat etj. konsiderohen të papastër. Të tjerë janë zogjtë që ushqehen me këрма të tillë si korbati, gjerat, sorrat, hutat etj. Këta janë gjithashtu ndër shpendët e papastër (haram). Mbani mend se 'shëndeti shpëtues' i Allahut është për të gjithë kombet. Ai nuk zgjedh një grup të veçantë njerëzish si të vetmit që mund të gëzojnë shëndet të plotë. Ai do që të gjithë kombet të gëzojnë shëndet të plotë. Allahu dëshiron që të gjithë të jenë pjesë e 'Mutakinëve'. Ai dëshiron vetëm atë që është më e mira për ne. Prandaj Ai po e bën të ditur shëndetin e Tij shpëtues midis të gjithë kombeve. I dashur lexues, Allahu mendon për të mirën tënde.

Shëndeti shpëtues për Mutakinët!

Meqenëse tani po jetojmë në ditët e fundit të historisë së tokës, është akoma më e rëndësishme që t'i kushtojmë vëmendje më të madhe shëndetit tonë. Vetëm nëpërmjet mendjeve tona Allahu mund të komunikojë me ne nëpërmjet Shpirtit të Shenjtë (Ruh Allah) dhe nëpërmjet Fjalës së Tij. Prandaj në qoftë se mendjet tona janë të bllokuara me ushqime të papastra, ne nuk mund t'i kuptojmë mesazhet e Allahut për ne. Ndërsa Allahu na tregon dëshirat e Tij në lidhje me ushqimin e përshtatshëm, ne duhet t'i nënshtrohemi vullnetit të Tij në lidhje me atë që duhet përdorur si ushqim. Tani, në qoftë se dëshira jote është që të kesh **shëndet sa më të mirë**, është mirë që ta lësh të gjithë mishin si ushqim, edhe atë të kafshëve të pastra. Ne duhet që të kthehemi te dieta e Edenit. Ky duhet të jetë synimi dhe qëllimi ynë si në dietë ashtu edhe në mënyrën e jetesës. Në shtëpinë origjinale të Edenit, ata nuk e përdorën mishin si ushqim. Në kopshtin e lumturisë haheshin vetëm fruta, drithëra dhe arra. Pasi njerëzit mëkatuan, listës së ushqimeve ju shtuan perimet. Zanafilla 3:18. Kafshët u lejuan si ushqim vetëm pas përmbajtjes dhe edhe atëherë u lejuan vetëm kafshët e pastra. Arsyeja që kafshët u lejuan atëherë ishte sepse toka ishte

shkatërruar nga përmbajtja dhe do të duheshin vite që edhe një numër i vogël pemësh me fruta të shfaqeshin përsëri. Kështu kafshët e pastra u lejuan si ushqim gjatë kësaj periudhe të vështirë. Por për të arritur shëndetin më të mirë, 'shëndetin shpëtues', është shumë më mirë që të mos e përdorësh fare mishin si ushqim.

Në shtëpinë origjinale të Edenit, ne kemi te Zanafilla dietën ideale për njeriun. Tevratit Zanafilla 1:29: "Dhe Perëndia tha – Shiko unë ju kam dhënë **çdo bimë që prodhon farë**, që është mbi sipërfaqen e gjithë tokës dhe **çdo pemë, në të cilën është fruti i pemës që lëshon farë; do t'ju shërbejë si mish** [ushqim]." Këtu përfshihen drithërat, frutat, arrat. Pas hyrjes së mëkatit, Allahu përfshiu perimet ose bimët e fushës. Zanafilla 3:18: "...ti do të hash bimën e fushës;" Megjithatë, në qoftë se vendosim që të vazhdojmë ta përdorim mishin si ushqim, mbetet detyrë e jona që të... "bëjmë dallimin midis të papastrit dhe të pastrit..." Tevratit Levitiku 11:47. Është detyrimi ynë solemn që ta kënaqim Allahun dhe t'i nënshtrohemi rrugës së Tij. Të gjithë ata që po përpiqen që të jenë pjesë e 'Hanifëve' dhe të bëjnë pjesë në 'Mutakinët' do t'i nënshtrohen me gëzim vullnetit të Allahut.

Perëndia dëshiron që ti të jesh i shëndetshëm! "I dashur, dëshiroj mbi të gjitha që ti të kesh begati dhe të jesh mirë me shëndet, ndërkohë që edhe shpirti yt lulëzon." Inxhili 3 Gjoni 1:2

I dashur lexues, a do ta zgjedhësh këtë gjë sot? Kjo është dëshira jonë e vetme për të gjithë. Me ju qoftë sot paqja e përjetshme e Allahut!

Marrë nga Divine Islam's Qur'an Viewer software v2.913
Vargjet e Biblës marrë nga versioni "King James"

Për një udhëzues të plotë për 'shëndetin shpëtues' e drejtojmë lexuesin te libri falas me titull:

"Allah's Healing Way" (Rruga e shërimit nga Allahu)

www.salahallah.com

Udhëzuesi i hanifit për shëndetin shpëtues

'Për sa i përket verës dhe kumarit... në to ka shumë mëkat'

Sura 2:219

Al-Bakara

R.M. Harnisch

