

Ibn Al-Qayyim Al-Jawziyyah

**MEDICINA
PROFETICĂ**

**Editura „Femeia Musulmană”
2009**

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

IBN AL QAYYIM AL-JAWZIYYAH

Medicina profetică / Ibn al Qayyim al Jawziyyah. -

București : Femeia Musulmană, 2009

ISBN 978-606-92067-3-7

29

615.81

În numele lui Allah cel Milostiv, Îndurător!

Cu adevărat toată lauda I se cuvine lui Allah, la El căutăm adăpost și de la El cerem iertare! Căutăm adăpost la Allah cel Glorios de relele din noi înșine și de păcatele faptelor noastre! Pe cel pe care Allah îl călăuzește nimeni nu îl poate rătăci, iar pe cel pe care Allah îl rătăcește nimeni nu îl poate călăuzi. Mărturisesc că nu există niciun Dumnezeu în afara lui Allah, El este Unic, iar Muhammad este robul și Trimisul Său! Această carte pe care am avut onoarea să o traduc este una dintre cele mai bune cărți de care ne putem folosi în alegerea unor tratamente cât mai naturale ce pot substitui medicamentele de sinteză ce prezintă adesea efecte adverse. Îl rog pe Allah cel Atotputernic și Măreț ca tot efortul depus în traducerea acestei cărți să fie doar pentru mulțumirea Sa! Traducătorii lucrării în limba engleză: Abd El Qader și Dr. Enjey R. K.

Tipuri de boli

Există două tipuri de boli ce atacă inima: una este reprezentată de îndoială și eroare, iar a doua de poftă și dorințe; ambele sunt menționate în Coran. Allah ne spune despre boala îndoielii:

„În inimile lor este o boală, iar Allah le va spori boala și vor avea ei parte de chinuri dureroase pentru ceea ce au mințit.” (Sura Al- Baqara: 10).

El a mai spus:

„... și pentru ca aceia care au în inimile lor boală și necredincioșii să zică: «Ce a voit Allah cu această pildă?»” (Sura Al-Muddathir: 31).

Allah ne spune despre cei care refuză să se bazeze pe Coran și *sunna* în judecățile lor:

„Iar când sunt chemați la Allah și la Trimisul Său pentru a judeca între ei, iată că o parte dintre ei se îndepărtează. Iar de ar avea ei dreptatea de partea lor, ar veni spre El supuși. Oare în inimile lor este o boală, sau se îndoiesc ei, sau se tem că Allah și Trimisul Său vor fi nedrepti cu ei? Ba nu! Aceștia sunt nelegiuți!” (Sura An-Nur: 48-50).

Aceasta este boala îndoielii și a erorii. În plus, Allah ne spune despre dorință și poftă, în acest caz – adulter:

„O, voi soții ale Profetului! Voi nu sunteți ca nici una dintre femei. Dacă sunteți pioase, nu vă arătați binevoitoare [față de bărbați], cu vorba, pentru ca acela

care are o boală în inimă să nu poftască la voi, și spuneți vorbe potrivite!” (Sura Al-Ahzab: 32).

Boli fizice care atacă corpul

Allah spune:

„Nu este niciun păcat pentru cel orb, nici pentru cel șchiop nu este păcat și nici pentru cel bolnav nu este păcat.” (Sura Al-Fath: 17).

Aceste versete se referă la bolile ce pot ataca o persoană în timp ce îndeplinește *hajj*-ul, în timp ce postește sau realizează abluțiunea. Ele conțin un secret și o înțelepciune uimitoare care le dezvăluie măreția, înțelepciunea divină și completitudinea Coranului celor ce posedă o cunoaștere și o înțelegere profundă.

Știința medicinei prezintă trei reguli fundamentale: preservarea sănătății, evitarea a ceea ce ar putea dăuna (i.e. întărirea imunității) și eliberarea corpului de substanțele nocive. Allah a menționat aceste trei principii fundamentale în legătură cu îndeplinirea *hajj*-ului, postul și abluțiunea menționate anterior:

„Pentru puține zile, însă, acela dintre voi care este bolnav sau în călătorie, [va posti] un număr [legal] de alte zile.” (Sura Al-Baqara: 184).

Allah i-a permis celui suferind să își întrerupă postul în caz de boală. În plus, Allah i-a permis călătorului să își întrerupă postul pentru a-și proteja și prezerva sănătatea și

puterea în timpul călătoriei. Călătoria antrenează un efort fizic uriaș ce necesită hrană pentru a menține energia necesară corpului. Călătorul este eliberat de datoria de a posti pentru ca trupul lui să poată primi hrana necesară. Mai mult decât atât, Allah a spus:

„Acela dintre voi care este bolnav sau are o durere la cap [și trebuie să se tundă], acela trebuie să se răscumpere printr-un post sau printr-o pomană sau printr-o jertfă.” (Sura Al-Baqara: 196).

Allah le-a permis bolnavilor și celor care aveau păduchi sau pielea capului sensibilă să-și radă părul, ceea ce era în mod normal interzis în timpul purtării *ihram*-ului. În aceste situații, a rade părul de pe cap și a expune scalpul îndepărtează elementele nocive și îi permite persoanei bolnave să elimine cauza bolii și să își revină din acea stare vizibil agravată de creșterea părului. Acesta este un exemplu de eliberare a corpului de substanțele nocive, eliberare ce are prioritate (legitimând excepțiile) în fața regulii generale de a nu-ți rade părul în timpul stării de *ihram*. Când Allah a permis raderea capului în vederea îndepărtării elementelor nocive de pe scalp, îngăduința Sa i-a inspirat pe robii Săi să se folosească de aceeași practică pentru a îndepărta elementele nocive cauzate de alte boli.

Referitor la respectarea unei anumite măsuri preventive (i.e. dieta sau orice tip de abținere), Allah a spus:

„Iar dacă sunteți bolnavi sau în călătorie, ori dacă unul dintre voi se

întoarce din locul unde și-a făcut nevoile, sau ați atins muierile și nu găsiți apă, atunci căutați țărână măruntă curată și treceți-vă palmele peste față și peste mâini... (Sura An-Nisa': 43).

Allah i-a permis persoanei bolnave să folosească țărână curată în loc de apă pentru a-și îndeplini abluțiunea dinaintea rugăciunii; astfel, corpul omului este scutit de efectele negative ale utilizării apei în cazul anumitor boli. Acest verset creează un precedent pentru orice tip de măsură preventivă (dietă etc.) ce protejează corpul de substanțele nocive pe care omul le consumă sau pe care corpul său le produce.

Allah – toată lauda I se cuvine Lui! – a subliniat cele trei reguli de bază ale științei medicinei pe care le-am menționat anterior. Vom oferi acum câteva exemple pentru a demonstra că medicina profetică este superioară și mult mai cuprinzătoare decât orice altă metodă.

A furniza remedii adecvate pentru suferințele inimii (bolile spirituale sau afective) rămâne apanajul profeților și al trimișilor lui Allah (Pacea fie asupra lor!). Inima se însănătoșește când accede la cunoașterea Domnului și Creatorului Său, a Numelor, Atributelor, Acțiunilor și Poruncilor Sale. În plus, inima se însănătoșește când preferă să încerce să obțină mulțumirea lui Allah și când preferă ceea ce Lui Îi place, evitând în același timp încălcarea interdicțiilor Sale și tot ceea ce poate conduce la nemulțumirea Sa.

Nu există viață, sănătate și bunăstare a inimii în afara aplicării acestei metode pe care doar Trimișii o pot detalia. Este greșit să credem că cineva s-ar putea bucura vreodată de împlinirea inimii altfel decât prin călăuzirea oferită de Trimișii lui Allah; aceste erori rezultă din confundarea adevăratei bunăstări a inimii cu satisfacerea și întărirea poftelor și dorințelor ei animalice josnice. În acest mod inima va fi departe de a accede la adevărata sa bunăstare, putere și chiar existența sa îi va fi pusă în pericol. Cei care nu disting între aceste două căi ar trebui să sufere pentru viața și sănătatea inimii lor sau, de fapt, pentru absența acestora. Mai mult decât atât, asemenea oameni ar trebui să sufere din cauză că le lipsește lumina adevăratei călăuziri și pentru că se află complet cufundați într-un ocean de întuneric.

Remediile pentru bolile fizice sunt împărțite în două categorii:

Prima categorie se referă la instinctul pe care toate speciile îl posedă. Nu este nevoie de doctor pentru a vindeca acest tip de boală ce implică necesitatea de a răspunde foamei, setei, frigului și oboselii.

A doua categorie necesită o investigație și analiză profundă și determină atenuarea, controlarea bolii și ameliorarea stării pacientului.

Răul potențial ce afectează corpul poate rezulta dintr-o dispoziție rea ce nu a fost controlată, dintr-o boală ce atacă un organ sau

din cauza unei slăbiri generale a puterii corpului sau chiar a sufletului ce susține o asemenea putere. Boala poate fi cauzată de o creștere a ceea ce nu ar trebui să crească sau de o scădere a ceea ce nu ar trebui să descrească. De asemenea, cauza ar putea consta într-o ruptură a unei legături esențiale sau într-o unire a ceea ce trebuia să rămână nelegat. Boala ar mai putea apărea din cauza extinderii a ceea ce nu ar trebui extins sau din cauza modificării și schimbării formei sau locului anumitor organe ale corpului.

Doctorul este în stare să distingă între ceea ce ar putea vătăma corpul atunci când este conectat și ceea ce ar trebui să fie legat. De asemenea, doctorul distinge între ceea ce poate produce vătămare dacă sporește și ceea ce ar putea produce vătămare dacă descrește. Doctorul este de ajutor în păstrarea unei sănătăți bune sau poate determina ceea ce păstrează o sănătate bună; el este de ajutor în contracararea bolii prin administrarea antidotului său sau prin prescrierea unei diete corective. Veți vedea cum toate aceste principii generale sunt conforme călăuzirii și sfatului Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), cu Voia, Puterea și Susținerea lui Allah.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a folosit el însuși medicamente și le-a prescris medicamente familiei și companionilor săi.

Tipurile de medicamente pe care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și companiile săi obișnuiau să le ia nu se compară absolut deloc cu amestecurile chimice numite *aqrabathayn* (*pharmacopoeia*). Majoritatea medicamentelor lor consta mai degrabă dintr-un singur ingredient. Uneori ei luau o altă substanță pentru a spori eficiența medicamentului sau pentru a-i da un gust mai bun. Acesta a fost – și încă este – cazul cu majoritatea medicamentelor folosite în cadrul multor culturi și popoare, precum cel arab, turc, indian și nomad. Pe de altă parte, românii și grecii utilizau un amestec de substanțe sau remedii în medicamentele lor.

Autoritățile medicale sunt de acord că oricând se poate lupta împotriva unei boli prin hrană și dietă și este mai bine să se evite medicamentele. De asemenea, sunt de acord că oricând se poate folosi o singură substanță sau ingredient ca remediu nu ar trebui utilizat un remediu compus. Există consens asupra faptului că trupul va fi vătămat dacă doctorii prescriu în mod excesiv un medicament. Remediu s-ar putea să nu găsească o boală pe care să o vindece sau s-ar putea să nu fie adecvat bolii, iar dacă o doză excesivă va fi administrată va fi compromisă sănătatea corpului.

Cei mai experimentați doctori utilizează medicamente care conțin un singur ingredient. Tratamentul ar trebui să aibă legătură cu sau să fie similar mâncării obișnuite pe care pacientul o mănâncă. În cadrul culturilor în

care se consumă unul sau doar câteva tipuri de mâncare la o masă obișnuită, oamenii, în general, suferă de puține boli; ei nu ar trebui să ia medicamente compuse. Cei care trăiesc în orașe mari și a căror dietă este complexă au nevoie de medicamente care reprezintă un amestec de câteva substanțe sau ingrediente, deoarece acest tip de medicamente se potrivesc cel mai bine bolii lor. Bolile oamenilor care trăiesc în deșert sunt de obicei simple și astfel o medicație simplă este adecvată. Aceste argumente determină fapte cunoscute în toată lumea medicală.

Medicina profetică include un element divin. Acest element face ca realizarea unei comparații între medicina profetică și medicina practică de doctorii obișnuiți să fie similară comparației dintre medicina practică de doctori și medicina populară. Cele mai bune autorități medicale sunt de acord cu acest fapt, dat fiind că știința în care ei excelează este un rezultat al comparației, experimentării, inspirației, viziunilor și ipotezelor. Unii dintre ei declară că toată cunoașterea lor este obținută din lumea animală; de exemplu, observă cum pisicile înghit creaturi veninoase, iar apoi ling uleiul din lampă, neutralizând astfel efectul veninului. Sau observă un șarpe care are o problemă la ochi. Șarpele își șterge apoi ochii de frunze de chimen dulce și se vindecă. De asemenea, ei observă cum unele păsări beau puțină apă de mare când sunt constipate. Sunt multe exemple similare pe care doctorii le

menționează în urma observațiilor lor asupra naturii.

Acest tip de cunoaștere nu poate fi comparat cu revelația trimisă de către Allah Profetului Său (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) prin care acesta era înștiințat de ceea ce era bun pentru el și ceea ce nu era.

A compara cunoașterea științifică cu revelația este ca și cum ai compara restul științelor cu ceea ce i-a fost trimis Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). De fapt, profeții ne oferă un tip de medicament pe care doctorii de abia îl pot înțelege sau realiza prin experimentele, ipotezele și teoriile lor.

Profeții aduc remedii care vindecă inima de orice o atacă. Aceste remedii profetice întăresc inima și sporesc încrederea și dependența de Allah. În plus, inima este ajutată dacă este umilă, smerită și caută adăpost la Allah, dacă oferă dania și I se roagă Lui. De asemenea, ea se căiește în fața lui Allah, Îi cere iertare și manifestă blândețe față de creația Sa, ajutându-i pe cei aflați în nevoie și pe cei care sunt victime ale calamităților. Aceste remedii au fost testate de diferite națiuni care au confirmat că doctorii nu ar fi putut prescrie niciodată singuri asemenea leacuri, nici prin experimente, nici prin observații științifice.

Noi am testat remediile profetice și am descoperit că sunt mai puternice decât orice alt tip de medicament obișnuit. Este un fapt dovedit că a compara remediile profetice cu

medicamentele pe care doctorii le prescriu e ca și cum ai compara știința medicinei cu medicina populară.

Inimile care se află în legătură cu Domnul Lumilor – Creatorul bolii și al leacului ei, Cel care are grijă de orice și oricine – necesită un tip special de remediu care nu se compară sub nicio formă cu cel necesar inimilor ce s-au îndepărtat de Domnul lor. Mai mult decât atât, oricând sufletul și inima vor deveni mai puternice (din perspectivă spirituală), ele vor coopera pentru a înfrânge boala. Cum poate cineva nega faptul că majoritatea remediilor eficiente pentru bolile ce afectează inima și sufletul implică simțirea încântării și a bucuriei de a te apropia de Allah, iubindu-L, amintindu-ți de El, fiind complet dedicat Lui și conștient de El, depinzând de El și cerându-I ajutorul? Doar cei mai ignoranți oameni neagă aceste fapte, în special cei înzestrați cu cel mai obtuz intelect, cea mai proastă înțelegere și care se află foarte departe de Allah și de cunoașterea adevăratei realități a omenirii. În curând voi menționa motivele pentru care recitarea Surei Al-Fatiha (primul capitol din Coran) a îndepărtat efectele unei înțepături veninoase, permițându-i persoanei afectate să se ridice în picioare de parcă nu ar fi suferit niciodată de durere.

Vom menționa două tipuri de medicină profetică. În cel mai detaliat mod posibil, conform puterii, cunoașterii și resurselor de care dispunem. În legătură cu orice aspect bun și corect ne bizuim numai pe Allah, invocându-I

Mărinimia, deoarece El este Păstrătorul care Își revarsă grația fără limite.

Orice boală își are leacul

Muslim a relatat în *Sahih* că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Orice boală își are leacul și când remediul adecvat îi este aplicat bolii, ea încetează, cu Voia lui Allah.”**

În plus, ni se relatează în *Sahihan* că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Allah nu a trimis o boală fără să fi trimis, pe lângă aceasta, și leacul ei.”**

Imam Ahmad relatează că Usamah bin Șuraik a zis: „Eram cu Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) când beduinii au venit la el și au spus: «O, Trimis al lui Allah, ar trebui să luăm medicamente?» El a spus: **«Da, o, robi ai lui Allah, luați medicamente, deoarece Allah nu a creat o boală fără ca să nu fi creat și leacul său, cu excepția unei singure boli.»** Ei au spus: «Care este aceea?» El a spus: **«Bătrânețea.»**”

De asemenea, se relatează în *Al Musnad* (de către Imam Ahmad) că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Allah nu a trimis o boală fără să nu fi trimis și leacul ei; oricine îl știe (leacul), îl știe, iar oricine nu este conștient de el (leac), nu este conștient de el, iar cei care nu îl cunosc nu sunt conștienți de el.”** (An-Nasa'i, Ibn Majah, Al-Hakim și Ibn Hibban).

În *Musnad* de Imam Ahmad și în *Sunan* de At-Tirmidhi și Ibn Majah se relatează că Abu Khuzamah a spus: „Am zis: «O, Trimis al lui Allah, *ruqya* (remedii divine – formule de rugăciune islamică) pe care le folosim, medicamentele pe care le luăm și prevenirea care încercăm să o realizăm, schimbă toate acestea destinul numit de Allah?» El a spus: **«Ele sunt o parte a destinului numit de Allah.»**”

Aceste hadisuri ne indică faptul că există cauze pentru tot ceea ce se întâmplă în această lume, precum și îndepărtarea acestor cauze. Afirmatia Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) – *există un leac pentru orice boală* – poate include atât bolile umane vindecabile, cât și pe cele incurabile, deoarece Allah se poate să fi ascuns de omenire aceste tipuri de remedii și să fi blocat calea de a le obține. Allah știe cel mai bine. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a afirmat că bolile sunt vindecate când li se aplică remediul adecvat, indicând că există un opus al oricărei creații și, implicit, un antidot pentru fiecare boală.

Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a declarat că, în cazul în care doi opuși se întâlnesc, de exemplu – remediul adecvat și boala, omul își revine din boală. Când remediul este administrat într-o doză mai mare decât este necesar sau când nu este remediul cerut, corpul poate dezvolta un alt tip de boală. Când doza administrată este mai scăzută decât

minimum necesar, boala nu va fi vindecată. Dacă bolnavul și boala nu sunt tratate cu medicamentul adecvat, vindecarea și recuperarea nu vor avea loc.

Pe de altă parte, dacă timpul nu este adecvat vindecării sau dacă trupul este lipsit de putere sau este inadecvat medicamentului prescris, vindecarea nu va fi eficientă. Dacă toate circumstanțele sunt favorabile, vindecarea va fi cu siguranță eficientă. Aceasta reprezintă cea mai bună explicație posibilă aplicabilă hadisurilor menționate anterior.

Totuși aceste hadisuri pot aduce o precizare în sensul că Allah nu a creat o boală care poate fi vindecată de către om, ci a trimis un leac pentru aceasta. În mod similar, Allah a spus:

„Care nimicește totul, la porunca Domnului său!” (Sura Al-’Ahqaf: 25).

În acest verset ni se spune că tot ceea ce era destinat să fie distrus a fost distrus de către vânt. În acest caz, hadisurile nu includ bolile incurabile.

Cei care observă diferitele substanțe și opusul lor în această lume, iar apoi le analizează efectul liniștitor, natura opusă și rezistența pe care o opun reciproc, vor aprecia puterea perfectă, înțelepciunea eternă și creația perfectă a lui Allah, precum și Unicitatea Sa în ceea ce privește Stăpânirea Sa și Acțiunile Sale. Orice în afara lui Allah are un opus sau un antidot, însă doar Allah Își este Suficient Sieși și Atotputernic, pe când orice și oricine au nevoie de El.

În aceste hadisuri autentice li se poruncește musulmanilor să caute și să ia medicamente adecvate, în timp ce li se sugerează că această acțiune nu contrazice dependența totală de Allah Unicul, așa cum cel care își satisface foamea, setea sau reacționează la cald sau rece nu contrazice dependența de Allah. Dimpotrivă, credința în *tawhid* (unicitatea lui Allah) este împlinită prin atenuarea și reacția optimă în fața diferitelor elemente vătămătoare în maniera și metoda poruncită de Allah. Mai mult decât atât, a te abține să folosești aceste remedii sau antidoturi se află, de fapt, în contradicție cu principiul totalei dependențe de Allah, precum și față de Poruncile și Înțelepciunea Sa. Nefolosirea acestor remedii va slăbi *tawakkul* nostru (încrederea în Allah și dependența față de Allah), deși individul ar putea crede că această încredere și dependență sunt întărite prin abandonarea căutării unui remediu. Abandonarea remediului contrazice de fapt adevărata încredere și dependență, întrucât încrederea și dependența implică în esență o anumită atitudine: inima robului se bizuie numai pe Allah pentru a obține ceea ce este util pentru viața și religia sa, în timp ce îndepărtează tot ceea ce îi afectează în mod negativ viața și religia. Metoda corectă de a te încrede și a fi dependent de Allah include căutarea acestor beneficii destinate slujitorilor Săi; în caz contrar, omul nu va implementa Poruncile și Înțelepciunea divină. Robul nu ar trebui să-și numească neputința – dependență

de Allah, nici să considere adevărata încredere și dependență drept o neputință.

În hadisuri sunt combătuți cei care nu caută remedii, ci pretind în schimb: „Dacă vindecarea este scrisă sau destinată, atunci leacul nu va fi de niciun folos. Dacă vindecarea nu a fost predestinată, atunci leacul nu va fi folositor.”

Sau altcineva ar putea spune: „Boala a apărut din Voința lui Allah și nimeni și nimic nu poate să se opună Voinței lui Allah.” Ultima afirmație este similară întrebării puse Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) de către beduini. Cât despre companionii apropiați care posedau o mai bună cunoaștere a lui Allah, a Înțelepciunii și Atributelor Sale, ei nu împărtășeau credința beduinilor.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a oferit beduinilor un răspuns care să le aline inima, confirmând că aceste *ruqya* (formule islamice de rugăciune), leacuri și măsuri preventive fac parte toate din destinul numit de Allah. De aceea nimic nu se sustrage destinului lui Allah decât prin destinul prescris de Allah; a lua medicamente face parte din destinul lui Allah și elimină o parte a destinului lui Allah. Pe scurt, creația nu dispune de nicio modalitate de a scăpa de destinul lui Allah, indiferent de ceea ce face. A pune capăt foamei, setei, suferințelor cauzate de căldură sau frig prin satisfacerea sau liniștirea lor reprezintă exact aceeași situație. Un exemplu similar este acela de a îndepărta

dușmanul, care face parte din destinul lui Allah, prin *jihad*-ul care reprezintă o poruncă a lui Allah și un destin prescris. Astfel, cauza, îndepărtarea ei și cei care o îndepărtează fac parte din destinul numit de Allah.

Un alt mod de a răspunde celor care pun întrebări similare (referitoare la luarea de medicamente) constă în a sublinia faptul că această logică le impune să se abțină de la a încerca să-și urmărească propriul beneficiu sau de la a îndepărta răul. Conform acestei logici, dacă beneficiul sau răul a fost destinat să se întâmple, atunci se va întâmpla cu siguranță, iar dacă nu era destinat, atunci nu se va întâmpla! Dacă am implementa această metodă, viața, religia și întreaga lume ar fi complet distruse. Mai mult decât atât, acest tip de retorică vine doar din partea acelor care neagă adevărul cu aroganță și îl resping; ei menționează destinul în legătură cu acest subiect tocmai pentru a respinge adevărul atunci când le este prezentat. Exact în același mod au procedat politeiștii care au spus:

„De ar fi voit Allah, nu I-am fi făcut asociați nici noi, nici părinții noștri și nici nu am fi oprit Nimic!” (Sura Al-'An'am: 148);

„Dacă ar fi voit Allah, noi nu am fi adorat nimic în afară de El – nici noi, nici părinții noștri – și nu am fi oprit nimic altceva afară de ceea ce El a oprit!” (Sura An-Nahl: 35).

Politeiștii au făcut aceste afirmații pentru a putea respinge dovezile lui Allah atunci când El le va trimite Mesagerii.

Pe de altă parte, cei care rostesc această întrebare referitoare la destin, medicamente și adevărata încredere și dependență ar trebui să știe că mai există un argument pe care ei nu l-au menționat. Allah a decis că anumite situații vor avea loc când anumite cauze vor fi prezente. Astfel, dacă acea cauză va fi creată sau materializată, ceea ce a fost destinat se va petrece.

Cineva ar putea comenta: „Dacă mi-a fost sortit să materializez cauza, o voi face. Altfel nu aș fi în stare să o activez.” Răspunsul nostru este: „Ai accepta un asemenea argument de la servitorul, copiii sau muncitorii tăi dacă ei s-ar împotrivi să facă ceea ce le-ai poruncit sau dacă ar face ceva ce tu le-ai interzis? Dacă accepți un asemenea argument, nu ai niciun drept să îi blamezi pe cei care nu ți se supun, care îți fură bunurile, nu te respectă sau îți încalcă drepturile. Dacă tu pedepsești asemenea persoane pentru astfel de acte, atunci cum te poți prevala de aceeași logică pentru a nega drepturile pe care Allah le are asupra ta și poruncile Sale?”

Într-o povestioară iudaică ni se spune că Ibrahim / Avraam (Pacea lui Allah fie asupra sa!) l-a întrebat odată pe Allah: „O, Domnul meu! De unde vine boala?” El a spus: „De la Mine.” Ibrahim (Pacea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „Atunci care este rolul doctorului?” El a spus: „El este un om prin care am trimis și am făcut să apară leacul.”

Afirmația Profetului – *există un leac pentru orice boală* – ar trebui să întărească

încrederea bolnavului și a doctorului, încurajându-i să caute remediul. Când bolnavul simte că există un leac pentru boala sa, în inima sa speranța va lua locul disperării, iar poarta anticipării pozitive se va deschide larg în fața sa. Când încrederea persoanei suferinde este întărită, diferitele puteri care există în interiorul său, energia instinctuală (sau căldura, în termenii lui Al-Qayyim), sufletul și spiritul vor fi de asemenea întărite. Aceste elemente vor întări la rândul lor acea parte a corpului care este afectată, iar boala va fi combătută și înfrântă cu o mai mare ușurință.

În plus, atunci când doctorul știe că există un leac pentru boală, el încearcă să găsească acel remediu în mod activ și energic.

Bolile care atacă trupul sunt similare bolilor care atacă inima. Așa cum Allah a trimis un leac pentru fiecare boală care atacă inima, El a trimis un leac pentru fiecare boală care atacă trupul. Dacă o persoană ajunge să cunoască acel leac și îl aplică într-o manieră adecvată, inima sa își va recăpăta sănătatea, cu Permisivitatea lui Allah.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în ceea ce privește mâncarea și băutura

Inclusiv respectarea dietelor, abținerea de la mâncatul excesiv și regulile generale ce trebuie respectate în ceea ce privește mâncarea și băutura

În *Al-Musnad* de Imam Ahmad se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Fiul lui Adam nu umple niciodată un vas mai rău decât stomacul său. Fiul lui Adam are nevoie doar de câteva îmbucături ca să reziste, dar dacă insistă, o treime ar trebui să fie rezervată pentru mâncare, o altă treime pentru băutură și ultima treime ca să respire.”**

Alimentele

Alimentele fizice atacă și vatămă corpul și îi modifică funcțiile normale în cazul unei cantități excesive de mâncare. Majoritatea bolilor apar din cauza mâncatului excesiv sau a consumării unei cantități mai mari de hrană decât cea necesară corpului ori a unor alimente prea puțin benefice sau care nu sunt digerate ușor sau din cauza unor feluri complexe de mâncare. Atunci când fiul lui Adam își umple în mod obișnuit stomacul cu aceste tipuri de alimente, el va ajunge să dobândească diferite boli, multe dintre ele necesitând un interval îndelungat de vindecare.

Pe de altă parte, atunci când cineva consumă cantități moderate de alimente și mănâncă în mod înțelept, corpul va beneficia integral de această dietă, spre deosebire de cazul în care face excese. Hrana pe care o mâncăm poate împlini o necesitate, poate să ne îndestuleze sau se poate să fie consumată

excesiv. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ne-a spus că omul are nevoie de câteva îmbucături pentru a rezista, fără ca puterea să îl părăsească. Când cineva dorește să depășească ceea ce este strict necesar, ar trebui să păstreze o treime din stomac pentru mâncare, o altă treime pentru apă sau băutură și ultima treime pentru a respira. Aceasta este cea mai bună metodă de a mânca, atât pentru corp, cât și pentru inimă. Dacă stomacul este plin de mâncare, nu va mai fi loc pentru lichide. Dacă omul bea când are stomacul plin, va respira cu greutate, generând astfel o stare de lene și oboseală. Se va simți toropit, de parcă ar avea o greutate în stomac. În consecință, omului îi va fi lene să-și îplinească obligațiile și va căuta să-și satisfacă alte dorințe, dat fiind că stomacul său e plin.

A mânca până la refuz vatămă corpul și inima atunci când devine un obicei. Nu este nicio problemă dacă ocazional cineva mănâncă pe săturate. De exemplu, Abu Hureira (Allah să fie mulțumit de el!) a băut odată niște lapte în prezența Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) până când a spus: „Jur pe Cel care te-a trimis cu adevărul! Nu mai am loc (în stomac).” Uneori companionii obișnuiau să mănânce pe săturate în prezența Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). A transforma însă într-un obicei mâncatul excesiv slăbește puterea și corpul, iar omul se îngrașă. Corpul devine puternic când primește hrana de care are nevoie și pe care o poate

folosi, nu neapărat dacă are parte de o cantitate mare de alimente.

Remediile destinate vindecării corpului reprezintă o parte a Legii Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ce o completează și o întregește. Leacurile trupului ar trebui să fie folosite atunci când este nevoie. Este mai bine să ne petrecem timpul și energia vindecând bolile inimii și sufletului, prezervându-le sănătatea și prevenind orice rău le-ar putea atinge.

Acesta este țelul ultim vizat de misiunea profetică. A vindeca bolile trupului fără a vindeca inima nu funcționează și nu aduce niciun beneficiu. Totuși a vindeca inima în timp ce corpul este bolnav nu generează niciun rău de vreme ce, curând după aceasta, răul va fi îndepărtat și înlocuit de beneficiul ultim, etern. Izbânda vine numai de la Allah!

Vindecarea febrei

Ni s-a relatat în *Sahihan* că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „**Cu adevărat febra – febra severă – este o răsuflare a focului Iadului, așa că răcoriți-o folosind apa.**” Acest hadis a creat multă confuzie în mintea multor doctori ignoranți, deoarece au crezut că astfel este contrazisă metoda obișnuită de tratare a febrei. Vom explica acest hadis în detaliu, cu Voia lui Allah.

Atunci când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) face o

afirmație, aceasta are fie o valabilitate generală, adresându-se tuturor oamenilor, fie una specială, adresându-se anumitor oameni și situații. Majoritatea afirmațiilor Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) face parte din prima categorie. Cel de al doilea tip este similar afirmației Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Nu stați cu fața îndreptată spre qibla când [eliminați] urina sau excrementele, nici nu o lăsați chiar în spatele vostru, ci mai degrabă îndreptați-vă cu fața către est sau vest!”**

Această afirmație (a sta cu fața îndreptată spre est sau vest) nu este destinată celor care locuiesc în est, vest sau Iraq, ci celor care locuiesc în Medina și Aș-Şam (Siria). Este o situație asemănătoare celei din următorul hadis: **„Ce se află între est și vest este qibla.”**

Dacă înțelegem acest aspect, ne dăm seama că spusele Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) referitoare la febră se aplică oamenilor din Hijaz (vestul Arabiei), deoarece oamenii din această zonă erau predispuși la un tip de febră ce era generat de insolație. Acest tip de febră necesită apă rece; ea poate fi băută sau folosită pentru a face baie. Febra generează ridicarea temperaturii corporale ce emană de la inimă și se răspândește în tot corpul prin vasele de sânge, afectând funcționarea sa normală.

Există două tipuri de febră: febra accidentală care constituie rezultatul tumorilor,

al insolației, al mișcărilor sau al căldurii intense și un alt tip care rezultă dintr-o boală care începe de obicei la un organ specific și apoi înfierbântă întregul corp. Corpul beneficiază de febră mai mult decât de luarea medicamentelor, deoarece febra înfierbântă și ajută la maturarea substanțelor nocive, proces care nu ar fi putut fi realizat în absența sa. Mai mult decât atât, febra generează deschiderea anumitor blocaje, în special a celor care scapă de sub sfera de influență a medicamentelor.

Febra ajută la vindecarea rapidă a celor mai multe dintre tipurile de conjunctivită simplă și cronică; de asemenea, febra ajută în cazul paraliziiilor faciale, al hemiplegiei, al paraliziiilor ce afectează doar o singură parte a corpului, al spasmelor și al multor alte boli generate de substanțe dense sau de excese.

Unii doctori foarte buni se simt un pic ușurați când febra izbucnește într-un corp bolnav, așa cum bolnavul se bucură atunci când începe să își revină din boală. Febra este mult mai eficientă decât medicația în anumite cazuri, deoarece ajută la maturarea substanțelor nocive și septice care dăunează organismului. Când asemenea substanțe se maturează, medicamentul le poate ataca, întrucât pot fi acum eliminate din corp, finalizând procesul. Astfel, febra devine o parte a vindecării.

Pornind de la aceste fapte, se pare că hadisul vorbește despre tipurile accidentale de febră ce sunt ameliorate prin scufundarea în apă rece sau prin băutul apei reci. Galinus,

unul dintre cei mai renumiți doctori, admitea că apa rece ajută la ameliorarea acestui tip de febră. El a declarat în cel de al zecelea articol al cărții sale – *Metode de vindecare*: „Dacă un om tânăr, sănătos, care nu suferă de vreo tumoare internă, face o baie pe timp de arșiță sau înoată, se va bucura de efecte benefice.” De asemenea, Galinus a afirmat că obișnuia să prescrie acest remediu în mod regulat.

Ar-Razi a afirmat în cartea sa *Al-Kabir*: „Dacă puterea este normală, dar febra foarte intensă și maturarea (substanțelor nocive) evidentă, dacă nu există nicio tumoare internă sau vreun tip de ruptură, atunci a bea apă rece este benefic. Dacă persoana bolnavă este grasă, vremea este caniculară, iar omul este obișnuit să facă dușuri reci, lăsați-l să procedeze astfel.”

Afirmația Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Febra este o răsuflare a focului Iadului”** poate avea două sensuri.

În primul rând, febra este o răsuflare din Iad care îi face pe robi să fie conștienți de acesta și să învețe cu această ocazie o lecție. De aceea Allah a creat motive și cauze ale apariției și izbucnirii febrei. În mod similar, tihna, bucuria, desfătarea și euforia reprezintă o parte dintre bucuriile Paradisului care au apărut, cu permisiunea lui Allah, în această lume ca un exemplu și o lecție, iar El a permis ca asemenea sentimente să fie legate de motive și cauze determinante.

În al doilea rând, hadisul a asemănat febra și arșița zilei cu căldura intensă a focului

Iadului tocmai pentru ca inimile noastre să-și imagineze tortura intensă a Focului și căldura pe care acesta o răspândește.

Afirmația Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): „... **răcoriți-o cu apă**” e posibil să facă referire la toate tipurile de apă și aceasta este opinia corectă. Conform unei alte opinii, apa înseamnă aici apa Zem-Zem. Susținătorii acestei interpretări invocau ca dovadă hadisul din *Sahih* Al-Bukhari în care Abu Jamrah Nasr bin 'Imran Adh-Dhuba'i a spus: „Stăteam pe lângă Ibn Abbas în Mekka până când, într-o zi, am făcut febră. El mi-a zis: «Răcorește-o cu apă Zem-Zem, deoarece Trimisul lui Allah a zis: **Febra este o răsuflare a focului Iadului. De aceea răcorește-o cu apă – sau a zis – cu apă Zem-Zem.**»” Relatatorul hadisului nu era sigur care au fost exact cuvintele Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Pe de altă parte, putem considera că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a menționat apa Zem-Zem pentru oamenii din Mekka, deoarece le este accesibilă. Toți ceilalți oameni pot folosi orice fel de apă au prin preajmă.

Există diferențe de opinii în ce privește următorul aspect: Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a intenționat prin acest hadis să încurajeze oferirea apei ca un gest de caritate sau folosirea efectivă a acesteia. Cred că aceia care au considerat că hadisul face referire la oferirea apei ca gest de caritate nu au înțeles scopul

utilizării apei reci pentru potolirea febrei. Totuși există o explicație bună a afirmației Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), deoarece răsplata aparține unei categorii comparabile cu fapta. De vreme ce oamenii însetați beau apă rece pentru a-și potoli setea, Allah anihilează febra cu apă rece. Acesta însă este doar un sens adiacent al hadisului; regula precizată de hadis face referire pur și simplu la utilizarea apei (nu la oferirea ei ca un gest de caritate).

Abu Nu'aym a spus că Anas a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„Dacă unul dintre voi este doborât de febră, să se stropească cu apă rece timp de trei nopți la rând, înainte de zorii zilei.”**

Ibn Majah a relatat că Abu Hureira a spus că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„Febra este o izbucnire a fierbințelii Iadului, așadar îndepărtează-o cu apă rece!”**.

De asemenea, în *Sunan* ni se spune că Abu Hureira a spus: „Febra a fost menționată în prezența Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și un om a blestemat-o. Trimisul lui Allah a spus: **«Nu o blestema, deoarece înlătură păcatele așa cum focul îndepărtează impuritățile fierului!»**” (Vezi și *Sahih Muslim*).

Febra este de obicei urmată de o dietă în care sunt eliminate alimentele nepotrivite și care necesită consumarea hranei și a medicamentelor benefice. Corpul persoanei

bolnave va fi curățat de toate impuritățile, elementele și substanțele toxice, febra având un efect purificator precum cel al focului care îndepărtează impuritățile fierului. Beneficiile febrei sunt deja cunoscute în lumea autorităților medicale.

În ce privește purificarea inimii de toate bolile și impuritățile, doar „doctorii” inimii au acces la acest tip de cunoaștere. Acești experți vor descoperi că tot ceea ce Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a declarat referitor la acest subiect este purul adevăr. Totuși, atunci când bolile inimii devin cronice, există puține speranțe că inima va mai fi vindecată vreodată.

Așadar febra ajută corpul și inima. A blestema un astfel de proces benefic reprezintă o nedreptate și un păcat. Abu Hureira a spus: „Nicio boală care m-ar putea afecta nu-mi este mai dragă ca febra, deoarece pătrunde în fiecare organ al corpului meu, iar Allah îi dă fiecărui organ partea cuvenită de răsplată.”

A folosi apă rece pentru a potoli febra în timpul verii și în zonele afectate de caniculă este benefic, deoarece apa cea mai protejată de razele soarelui (cea mai rece) este cea utilizată chiar înaintea venirii zorilor. Pe de altă parte, chiar înainte de venirea zorilor, corpul manifestă cea mai mare putere, dat fiind că a beneficiat de partea sa de somn și relaxare. În plus, atunci aerul este cel mai puțin poluat. Puterea corpului va potența puterea medicamentelor – apa în acest caz – și împreună vor ameliora febra ce nu apare ca

rezultat al tumorilor maligne sau al substanțelor toxice. Allah va stinge apoi fierbințeala febrei prin Voința Sa.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în ceea ce privește vindecarea diareei

Ni se relatează în *Sahihan* că Abu Said Al Khudri a spus: „Un om a venit la Profet și i-a zis: «Fratele meu se plânge de stomac sau el se plânge de diaree.» Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **«Dă-i niște miere!»** Omul s-a dus și s-a întors mai târziu spunând: «I-am dat niște miere, dar nu i-a fost de ajutor.» – sau a zis – «I-a înrăutățit diareea.» El a repetat aceasta de două sau de trei ori, timp în care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a continuat să îi spună: **«Dă-i niște miere!»** A treia sau a patra oară, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **«Allah a spus adevărul, în timp ce stomacul fratelui tău a mințit.»**”

Mierea are o valoare medicinală imensă, deoarece îndepartează substanțele vătămătoare ce sunt adunate în vene și intestine. Mierea dizolvă excesul de umezeală; este benefică dacă este ingerată, dar și folosită ca unguent, este nespus de valoroasă pentru cei în vârstă, pentru cei ce suferă de flegmă, răceală sau friguri. Mierea este nutritivă, ameliorează mișcările intestinale și reprezintă un bun agent

de conservare. În plus, mierea reduce gustul amar al altor medicamente, curăță ficatul și pieptul, facilitează producerea urinei și dizolvă flegma ce însoțește tusea. Dacă mierea este consumată fierbinte și este amestecată cu ulei de trandafiri, vindecă mușcăturile de animale și efectele opiumului. Mierea amestecată cu apă este benefică pentru a ameliora efectele mușcăturii unui câine turbat și ale ingerării ciupercilor otrăvitoare. Dacă ținem carnea proaspătă în miere, prospețimea sa este păstrată timp de trei luni. De asemenea, dacă dovleceii, vinetele și castraveții sunt ținuți în miere, ei se vor conserva foarte bine.

Mierea va menține proaspete, timp de șase luni, anumite tipuri de fructe. Ea prezervă corpurile moarte, fiind demnă de denumirea care i-a fost atribuită – „adevăratul conservant”. Dacă mierea este folosită în cazurile de infectare cu păduchi, ea ucide atât păduchii, cât și ouăle lor. De asemenea, mierea conferă finețe și frumusețe părului, accelerând creșterea sa. Dacă mierea este aplicată pe ochi precum *kohl*-ul, va întări vederea slabă. Mierea albește dinții, păstrează sănătatea dinților și a gingiilor și ameliorează fluxul sanguin. Ingerarea unei cantități mici de miere pe stomacul gol ajută corpul să elimine mucusul și flegma. Mierea curăță stomacul și elimină substanțele sau amestecurile nocive, încălzește ușor stomacul și deschide porii. Rinichii, prostata și ficatul beneficiază de efecte similare în urma administrării mierii. Mierea este cea mai puțin

dăunătoare substanță dulce utilizată în tratarea ficatului și a rinichilor.

Toate aceste beneficii menționate sunt completate de faptul că mierea nu are niciun fel de efecte adverse și nici nu dăunează nimănui, cu excepția celor care suferă de bilă, dar care pot să o consume cu oțet pentru a-i neutraliza efectul negativ.

Mierea este un fel de mâncare, o băutură, un dulce, un remediu, un aliment revigorant și o substanță ce poate fi aplicată extern ca unguent; de asemenea, amintim de numeroasele ei valori medicinale. Nu există vreo altă substanță mai benefică decât mierea sau de aceeași valoare. De aceea oamenii din vechime se bazau pe miere; cărțile lor nu conțin nicio referire la zahăr, deoarece acesta a fost descoperit în timpurile moderne.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să bea pe stomacul gol miere amestecată cu apă. Această practică ascunde un secret minunat legat de păstrarea sănătății. Doar cei înzestrați cu o înțelegere profundă vor fi în stare să recunoască un asemenea secret. Vom menționa acest aspect din nou atunci când vom explica sfaturile Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) referitoare la păstrarea unei sănătăți bune.

Într-un hadis relatat de Ibn Majah și alții aflăm că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Folositi-vă de două leacuri: mierea și Coranul!”**. În acest hadis sunt reunite remediile materiale și cele

divine, leacul trupului și cel al sufletului, remediul lumesc și leacul ceresc.

Înțelegând aceste fapte, să ne întoarcem la omul căruia Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îi prescrisese miere pentru a se vindeca de diareea ce fusese cauzată de mâncatul excesiv. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a prescris miere pentru a-i elibera stomacul și intestinele de substanțele dăunătoare și excrețiile ce împiedicau digerarea hranei din stomac, dat fiind că mierea are un efect purificator. Substanțele vătămătoare, vâscoase erau lipite de pereții stomacului ce are textura unui prosop, afectând atât stomacul, cât și mâncarea. Mierea îndepărtează aceste substanțe ce căptușesc stomacul și constituie cel mai bun leac pentru această problemă. Mierea este un purificator puternic și este foarte eficientă în tratarea cazurilor de diaree, în special atunci când este amestecată cu apă caldă.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a repetat omului cu un anume motiv sfatul de a-i da niște miere fratelui său bolnav. Medicamentul prescris trebuie să fie administrat într-o doză suficientă, altfel boala nu va fi pe deplin vindecată. Dacă medicamentul prescris este administrat într-o doză mai mare decât cea necesară, el va slăbi corpul și va genera efecte adverse. Atunci când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a poruncit omului să îi dea fratelui său miere, acesta nu i-a administrat o doză

suficientă pentru a-l vindeca. Când omul i-a zis că fratele său nu se vindecase, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a știut că doza nu a fost suficientă, așa că l-a îndemnat pe omul respectiv de câteva ori să îi dea fratelui său mai multă miere pentru a atinge cantitatea suficientă vindecării. Când bolnavul ia o cantitate suficientă de miere, vindecarea apare, cu Voia lui Allah. A oferi remediul adecvat în doza potrivită constituie o secțiune importantă a științei medicinei.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a spus omului: **„Allah a spus adevărul, în timp ce stomacul fratelui tău a mințit.”**; astfel ni se sugerează eficacitatea certă a mierii. Pe de altă parte, ni se indică faptul că boala a rămas nu din cauză că medicamentul prescris nu a fost eficient, ci pentru că stomacul avea o cantitate mare de substanțe toxice. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a poruncit omului să ia mai multă miere, deoarece stomacul său conținea o cantitate excesivă de substanțe alterate.

Medicina profetică nu este similară celei oferite de doctori. Medicina profetică oferă într-adevăr cel mai eficient tratament și remediu dezvăluit prin revelație și călăuzire Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), receptat de mintea sa profundă și perfectă. Majoritatea remediilor prescrise de alte persoane care nu sunt profeți au la bază ipoteza, observația și experimentarea.

Mulți oameni nu beneficiază de medicina profetică, deoarece aceasta îi ajută doar pe cei care o recunosc și cred în ea. Astfel, ei cred că îi va ajuta și se bazează pe ea. Coranul, care este un leac a tot ceea ce ascunde inima, dacă nu este recunoscut și acceptat cu credință, nu va vindeca inima. De fapt, Coranul doar va adăuga mai multă răutate și va spori boala din inimile ipocriților.

Medicina profetică se potrivește doar corpurilor bune și pure, așa cum Coranul se potrivește doar sufletelor drepte și inimilor vii. Dacă oamenii ignoră medicina profetică este ca și cum ar ignora ajutorul și călăuzirea Coranului care este cel mai eficient leac. Când remediul nu funcționează (Coranul și medicina profetică), cauza constă în negativitatea trupului și sufletului care nu sunt pregătite să accepte leacul, nu în lipsa de eficiență a leacului. Izbânda vine de la Allah și la El se află vindecarea!

Există divergențe de opinii referitoare la ceea ce Allah a spus:

„Din burțile lor iese o băutură cu felurite culori, în care este leac pentru oameni.” (Sura An-Nahl: 69).

Divergența gravitează în jurul cuvintelor: **„... în care este leac pentru oameni”** – se referă ele la băutură sau la Coran? Există două opinii referitoare la acest subiect, cea mai apropiată de adevăr fiind cea a lui Ibn Masud, Ibn Abbas, Al-Hasan, Qatadah, precum și a majorității savanților care au declarat că aceste cuvinte se referă la băutură. Versetul discută

despre băutura, nu despre Coran. În plus, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a afirmat în hadisul anterior: **„Allah a spus adevărul”**, determinând astfel cu claritate că versetul se referă la băutura. Allah știe cel mai bine.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a poruncit musulmanilor să nu intre într-o zonă contaminată de ciumă

În *Sahihan* se relatează că Sa'ad bin Abi Waqqas l-a întrebat pe Usamah bin Zayd în legătură cu ceea ce el auzise de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) referitor la ciumă. Usamah a spus că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„Ciuma este o pedeapsă care a fost trimisă asupra unora dintre Copiii lui Israel și asupra celor de dinaintea ta. Așa că dacă auzi că a lovit vreun ținut, nu intra în acel ținut. Iar dacă izbucnește în ținutul în care locuiești tu, nu ieși din acea zonă, [încercând] să scapi de ea.”**

De asemenea, în *Sahihan* se relatează că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Ciuma este un martiriu pentru orice musulman.”** Din perspectivă lingvistică, *taoon* / ciuma reprezintă un tip de boală. În termeni medicali, ciuma reprezintă o tumoare fatală, vicioasă, ce cauzează o infecție foarte puternică și dureroasă; zona infectată capătă rapid culoarea

neagră, verde sau maro. În curând, ulcerele încep să apară în jurul zonei infectate. De obicei, ciuma lovește trei zone: sub braț, în spatele urechii, vârful nasului și / sau țesuturile moi (flasce) ale corpului.

Doctorii afirmă că infecția septică ce apare în țesuturile moi (cum ar fi zona de sub braț sau în spatele urechilor) se numește ciumă. Ciuma este cauzată de sângele alterat, infectat [sânge infectat de o insectă ce poartă boala de la rozătoarele infectate]. Sângele infectat distruge acea parte a corpului pe care o atinge, cauzând uneori hemoragii și puroi. În acest caz, organul afectat trimite sângele infectat la inimă, generând astfel vărsături, pierderea conștiinței și puls accelerat. Deși denominația de ciumă se aplică oricărei infecții care generează transmiterea sângelui infectat la inimă, devenind uneori fatală, sensul său restrâns face referire doar la acea infecție ce atacă țesuturile moi ale corpului. Dat fiind că sângele infectat este septic, diferitele organe ale corpului resping sângele, cu excepția celor care au devenit lipsite de putere. Cele mai rele tipuri de ciumă sunt cele care afectează zona din spatele urechilor și de sub braț, deoarece se află în vecinătatea organelor esențiale ale corpului. Există puține șanse să te vindeci de ciuma neagră; ciuma roșie și apoi cea galbenă sunt cele mai puțin periculoase. Pentru că boala izbucnește în zonele murdare, ea este numită ciumă, deși cuvântul descrie orice epidemie, așa cum am explicat mai sus și cum Al-Khalil a confirmat.

Cuvântul *epidemie* este mai general decât cel de ciumă. Orice ciumă este o epidemie, dar nu orice epidemie este ciumă. Ciuma cauzează infecții, ulcere și excrescențe maligne în zonele corpului descrise anterior. Opinia mea este că acestea reprezintă doar simptome ale ciumei.

Există trei înțelesuri ale termenului de ciumă.

Primul se referă la simptomele bolii pe care doctorii le observă și le notează.

Al doilea se referă la moartea ce survine în cazul bolnavilor de ciumă; Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Ciuma este un martiriu pentru fiecare musulman.”**

Al treilea sens vizează cauza aflată în spatele izbucnirii ciumei, cauză menționată în hadisul: **„Ciuma este o rămășiță a unei pedepse ce a fost trimisă asupra Copiilor lui Israel.”**

De asemenea, ciuma a fost descrisă în alt hadis: **„Ea este rezultatul atingerii *ginn*-ilor.”**

Rugăciunea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!)

Doctorii nu pot combate cauzele pe care le-am menționat cu referire la izbucnirea ciumei, deși simt că nu există dovezi fizice care să le susțină. Trimișii ne-au făcut cunoscute anumite aspecte legate de domeniul Nevăzutului, dar sfera de expertiză a doctorilor se rezumă la simptomele fizice ale ciumei. Totuși simptomele ciumei cunoscute de către doctori nu le furnizează acestora niciun fel de

dovadă materială că ciurma nu ar afecta sufletul într-un anume mod; există o legătură fantastică între suflet și ceea ce corpul experimentează din cauza bolii sau a morții. Doar cei mai ignoranți oameni vor nega efectele sufletului asupra corpului și asupra naturii umane ca întreg.

Allah îi conferă sufletului anumite puteri asupra corpului fiilor lui Adam, mai ales atunci când o epidemie izbucnește sau când aerul este nesănătos. Sufletul poate avea anumite efecte asupra corpului dacă acesta suferă de boli cauzate de substanțe septice, în special atunci când sângele, sperma sau bila sunt afectate. Forțele malefice preiau controlul asupra corpului atunci când acesta suferă din cauza unor astfel de emoții și boli, cu excepția cazului în care persoana respinge boala prin metode mult mai puternice, cum ar fi pomenirea lui Allah, ruga către El, invocarea și implorarea Sa, oferirea daniei și recitarea Coranului. În acest caz, îngerii vor coborî, vor înfrânge și neutraliza efectele malefice ale sufletelor diavolești (forțelor răului). Am testat cu succes această metodă, de multe ori (numai Allah le știe numărul!), și mărturisim efectele minunate ale acestor forțe pozitive (sufletele bune) în întărirea încrederii individului și a eliminării elementelor negative încă din primele etape ale bolii.

Această metodă nu dă greș aproape niciodată. Atunci când cineva simte că răul îl înconjoară, ar trebui să se angajeze în faptele bune menționate anterior, astfel încât să împiedice și să respingă forțele malefice. Acesta este cel mai bun remediu în astfel de cazuri

pentru cei pe care Allah îi face să izbândească. Dar când Allah decide ca destinul prescris de El să se manifeste, El îndepărtează inima robului de la cunoașterea și dorința de a realiza aceste fapte bune și astfel ceea ce Allah a decis se întâmplă.

Cu Voia lui Allah, vom elabora acest subiect atunci când vom discuta despre remediile divine ale formulelor de rugăciune islamică (*ruqya* – literal: incantări), despre rugăciunile Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), despre diferitele tipuri de *du'a* (împlorări și rugăciuni) sau forme specifice de pomenire a lui Allah și despre îndeplinirea corectă a faptelor bune. De asemenea, vom afirma că a compara medicina profetică cu medicina obișnuită este ca și cum ai compara medicina populară cu cea practică de doctori, așa cum unii dintre cei mai buni doctori au admis. Vom elabora ideea că trupurile sunt afectate de suflet, iar formulele de rugăciune islamică și împlorările sunt mai bune și mai puternice decât majoritatea medicamentelor puternice; ele pot neutraliza chiar și efectul ingerării unei otrave mortale.

Ni s-a relatat într-un hadis: „**Când najm** (literal: steaua) **apare, fiecare epidemie este îndepărtată din fiecare ținut.**” *Najm* se referă la stea sau la plantele care apar primăvara.

„**Iar ierburile și arborii se prosternează.**” (Sura Ar-Rahman: 6).

Adică primăvara, deoarece acesta este anotimpul când copacii sunt în floare, iar epidemiile sunt îndepărtate.

Cât despre *najm* (Steaua Nordului în acest caz), bolile se intensifică în momentul în care ea se ridică și atunci când apune, chiar înaintea venirii zorilor. At-Tamimi a afirmat în cartea sa *Secretul existenței*: „Cele mai rele și dăunătoare perioade ale anului pentru corp sunt: atunci când Steaua Nordului apune chiar înainte de venirea zorilor și atunci când apare de la est, înainte ca soarele să răsară deasupra lumii. În această perioadă primăvara este pe sfârșite. Totuși răul care are loc când ea apare este mai mic decât răul cauzat de apunerea ei.”

În continuare, Abu Muhammad bin Qutaibah a spus: „De fiecare dată când Pleiadele (în astronomie – acel grup de stele pe care grecii l-au numit după cele «*Șapte surori*» din mitologie; arabii l-au numit «*Atharaiya*») apar sau apun, se ivesc epidemii pentru oameni și cămile. Totuși este mai rău atunci când apun decât atunci când răsar.”

Există o a treia opinie referitoare la înțelesul hadisului și anume că steaua desemnează Pleiadele, iar epidemia este ceea ce atacă plantele și fructele în timpul iernii și la începutul primăverii. Când steaua răsare, plantele sunt ferite de astfel de epidemii. De aceea Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu a permis vânzarea sau cumpărarea fructelor înainte de a fi evident că sunt bune.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a poruncit musulmanilor să nu intre într-o zonă în care

este răspândită ciuma și să rămână în zona afectată [dacă deja se află în ea]

Odată a fost o epidemie de ciumă, iar cineva era în preajma zonei afectate. Cel mai bun tip de prevenție este de a nu intra în zona contaminată pentru a nu te expune riscului infectării și îmbolnăvirii. A te expune unui asemenea pericol definde religia și logica unei minți sănătoase. A sta departe de zona infestată reprezintă un tip de prevenție prin care Allah a îndrumat și călăuzit oamenii. Cel care evită zonele și aerul contaminat este ca și cum ar respecta o formă de dietă sau o metodă profilactică.

Interdicția Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) adresată musulmanilor de a nu părăsi zonele afectate de epidemie are două înțelesuri posibile:

1. încurajarea inimii de a depinde și de a se baza doar pe Allah, rămânând răbdătoare și mulțumită de tot ceea ce Allah a hotărât;

2. cele mai recunoscute autorități medicale afirmă că putem preveni îmbolnăvirea în timpul unei epidemii dacă ajutăm corpul să scape de fluidele și umezeala dăunătoare, dacă respectăm o dietă, dacă păstrăm uscăciunea corpului în general; suntem avertizați să nu ne angajăm în activități sportive și să nu facem baie. Corpul uman deține de obicei substanțe dăunătoare ce sunt latente, dar care uneori sunt activate prin practicarea sporturilor și prin îmbăiere.

Ele se combină apoi cu substanțele benefice ale corpului și generează anumite boli. Când ciuma lovește un ținut, cel mai bun lucru care poate fi făcut este de a rămâne liniștit în acel ținut, astfel încât substanțele dăunătoare din corp să nu fie stimulate sau activate. A părăsi zona afectată de ciumă necesită mișcare și efort fizic, ambele foarte dăunătoare în acest caz.

Acestea sunt afirmațiile celor mai recunoscute autorități medicale din trecut și prezent ce ne ajută să înțelegem corectitudinea poruncilor Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) menite să ne asigure bunăstarea inimii și a corpului.

Cineva ar putea obiecta, afirmând că spusele Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) – **„Nu abandonați ținutul și nu fugiți!”** – contrazic interpretarea menționată anterior. A părăsi ținutul afectat de ciumă având la bază un alt motiv decât fuga de boală, cum ar fi intenția de a călători, nu cade sub incidența interdicției.

Există o mare înțelepciune ascunsă în spatele poruncii de a rămâne în ținutul contaminat de ciumă:

1. a evita răul și căile ce ar putea conduce la rău;

2. a prezerva sănătatea corpului ce constituie vehiculul pe care oamenii se bazează pentru a obține cele necesare vieții și pentru a îndeplini cerințele referitoare la atingerea stării optime în Lumea de Apoi;

3. a evita ca oamenii să se îmbolnăvească respirând aerul poluat și contaminat;

4. a evita contactul apropiat cu cei afectați de ciumă pentru a nu se îmbolnăvi ei înșiși de ciumă;

5. a prezerva sănătatea trupului și a sufletului, a le feri de contaminarea și superstiția care îi afectează doar pe cei care cred în ele.

Pe scurt, interdicția de a intra în zonele afectate de ciumă reprezintă o măsură preventivă, un fel de metodă profilactică menită să ne îndepărteze de căile răului. Interdicția de a părăsi zona care a fost lovită de ciumă determină supunerea în fața Voinței și a hotărârilor lui Allah. Prima poruncă ne învață și ne instruește, în timp ce a doua poruncă atrage după sine supunerea și încrederea că rezolvarea tuturor problemelor este la Allah.

„’Umar era în drum spre Aș-Șam când a ajuns în zona Sargh unde s-a întâlnit cu Abu Ubaydah bin Al-Jarrah și niște oameni. Ei i-au spus lui ’Umar că izbucnise ciuma în Aș-Șam. S-au iscat controverse între ei în legătură cu ce ar trebui să facă. Așa că ’Umar i-a spus lui Ibn Abbas: «Cheamă-i pe primii emigranți!» Ibn Abbas a zis: «I-am chemat, dar ei de asemenea au intrat în dispută. Unii dintre ei au spus (referindu-se la Umar): ‘Ai plecat cu un scop și îți recomandăm să nu ne întoarcem până ce nu îl îndeplinim.’ Alți emigranți au spus: ‘În compania ta se află cei mai buni oameni și cei care au rămas dintre companionii Trimisului lui

Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). De aceea nu-ți recomandăm să îi trimiți în zona cu epidemie.» Umar a spus: «Plecați de aici!» Apoi a spus: «Chemăți-i pe ansari!» Eu (Ibn Abbas) i-am chemat, iar Umar le-a cerut opinia. Ansarii au intrat în dispută, așa cum făcuseră și emigranții, și le-au copiat comportamentul. Umar a spus: «Plecați de aici!» Apoi Umar a zis: «Cheamă pe oricine este prezent dintre conducătorii Quraiș, dintre cei care au îmbrățișat Islamul după cucerirea Mekkăi!» Ibn Abbas i-a chemat și nimeni nu a avut o părere diferită, cu toții spunând: «Îți recomandăm să te întorci cu oamenii și să nu îi expui epidemiei.» Umar le-a poruncit apoi oamenilor să plece, spunând: «Dimineață voi călări înapoi și la fel ar trebui să faceți și voi.» Abu Ubaydah bin Al-Jarrah a spus: «O, conducător al credincioșilor! Fugi de destinul prescris de Allah?» Umar a spus: «Mi-aș fi dorit ca altcineva să fi rostit aceste cuvinte, o, Abu Ubaydah! Da, fugim de destinul prescris de Allah către destinul prescris de Allah. Dacă ai avea o turmă de cămile care ar ajunge într-o vale ce are două pante, una fertilă și alta stearpă, și ți-ai lăsa cămilele să pască pe panta fertilă, ai proceda astfel cu Permisiunea lui Allah, nu-i așa? Și dacă le-ai lăsa să pască pe panta stearpă, vei proceda astfel cu Permisiunea lui Allah, nu-i așa?» Curând după aceea, Abdur Rahman bin Awf s-a întors de la treburile sale și a spus: «Știu ceva despre subiectul acesta. L-am auzit pe Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie

asupra sa!) spunând: **‘Dacă auzi că (ciuma) este în ținutul în care te afli, nu fugi de ea, iar dacă auzi că a izbucnit într-un ținut anume, nu intra în acel ținut!’**» (Relatat de Bukhari, Muslim, Abu Daud, At-Tirmidhi, An-Nasai, Ibn Majah și Ahmad).

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea rănilor și a tăieturilor

În *Sahihan* se relatează că Sahl bin Sa’d a fost întrebat cum anume au fost tratate rănila Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în bătălia de la Uhud. Sahl a spus: „Fața Profetului a fost rănită, dintele i s-a rupt, iar coiful pe care îl purta a fost strivit de capul său. Fatima (Allah să fie mulțumit de ea!), fiica Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), îl spăla de sânge în timp ce ‘Ali îi turna apă pe mâini cu scutul său. Când Fatima și-a dat seama că sângerarea nu se oprea, a luat o rogojină arsă (din frunze de palmier), a introdus cenușa în rana Trimisului lui Allah, iar sângerarea a încetat.”

Cenușa din frunze de palmier arse este foarte eficientă în oprirea sângerării, deoarece constituie un agent puternic de uscare și afectează cel mai puțin rana deschisă. Alte remedii eficiente de uscare a pielii au un efect puternic de ardere a pielii și accentuează fluxul sangvin, intensificând sângerarea. Cenușa din

frunze de palmier, aplicată simplu sau amestecată cu oțet, oprește sângerarea nasului. Autorul lui *Al-Qanun* a afirmat: „*Al-Baradii* (papirusul) este eficient în stoparea sângerării și în pansarea rănilor deschise. În Egiptul antic, hârtia era făcută din *baradii* uscat. Cenușa de *baradii* este eficientă în tratarea ciupercilor și infecțiilor orale, hemoptizie (a scuipa sânge) și previne răspândirea infecțiilor.”

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) referitoare la utilizarea mierii, a extragerii de sânge și a cauterizării ca remedii

Bukhari a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Există remediu în trei elemente: într-o băutură din miere, într-o tăietură de cuțit folosită pentru extragerea sângelui și în cauterizarea prin foc. Îi interzic națiunii mele cauterizarea prin foc.”**

Abu Abdullah Al-Maziri a afirmat că stările pletorice sunt sangvine, colerice, flegmatice sau melancolice. A vindeca stările pletorice sangvine implică extragerea de sânge. În cazul celorlalte trei tipuri, remediu constă în administrarea de laxative. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ne-a indicat că mierea poate fi folosită ca laxativ, iar extragerea de sânge este utilă pentru a elimina sângele [infectat]. Unii oameni au afirmat că atunci când extragerea de sânge nu

funcționează, ultima soluție constă în cauterizare. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a menționat cauterizarea ca o ultimă soluție, atunci când corpul respinge constant tratamentul, acesta devenind ineficient. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Îi interzic ummah-ei mele cauterizarea.”** și, într-o altă relatare, a precizat: **„Nu îmi place să fiu ars cu fierul înroșit.”** Cauterizarea ar trebui să fie ultima soluție și să fie folosită doar în mod justificat. Focul nu ar trebui să reprezinte prima opțiune, din cauza durerii intense pe care o provoacă și care va fi folosită pentru îndepărtarea unei dureri de o mai mică intensitate.

Bolile fizice sunt fie acute, iar în acest caz nu necesită cauterizare deoarece vor fi curând neutralizate, fie cronice, caz în care cauterizarea organului respectiv constituie cel mai bun remediu după extragerea substanțelor septice. De obicei, bolile cronice sunt generate de substanțele vâscoase, reci și septice ce există în organul afectat, îmbolnăvinduo-l, distrugându-i structura și, implicit, inflamând acele părți ale corpului legate direct de organul afectat. Cauterizarea ar trebui să fie folosită pentru a disipa și extrage substanțele septice, cu ajutorul focului, din organul afectat.

Hadisul discutat aici explică astfel tratamentele pentru toate tipurile de boli fizice, așa cum metoda de tratare destinată bolilor simple (însoțite de febră) ne-a fost precizată în

hadisul: „**Fierbințeala febrei este o răsuflare a focului Iadului; răcorește-o cu apă!**”

Extragerea de sânge

În ce privește extragerea de sânge, Ibn Majah a relatat în *Sunan* că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „**În timpul nopții Israa’ (călătoria nocturnă de la Mekka la Ierusalim și apoi la ceruri), fiecare grup de îngeri pe lângă care treceam îmi spuneau: «O, Muhammad! Poruncește-i națiunii tale să folosească extragerea de sânge!»**”

În *Sahihan* ni se relatează că Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i s-a extras odată sânge și el a plătit persoana care a realizat operațiunea.

Tot în *Sahihan* ni se relatează: „Abu Taybah i-a extras sânge Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) care a poruncit apoi ca Abu Taybah să fie plătit cu o măsură de curmale și le-a poruncit stăpânilor lui să îi reducă taxa (sclavii trebuiau să plătească o taxă stăpânilor). După aceea Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „**Extragerea de sânge [prin incizie] este unul dintre cele mai bune remedii ale voastre.**”

Beneficiile extragerii de sânge [prin incizie] constau în curățarea părților exterioare ale corpului, curățare mai eficientă decât cea rezultată în urma puncției venoase; puncția

venoasă este însă mai eficientă în extragerea sângelui din zonele interne ale corpului. Extragerea sângelui prin incizie presupune îndepărtarea sângelui din diferite părți ale pielii.

Utilizarea extragerii de sânge prin incizie sau prin puncție venoasă depinde de perioada anului, de zonă, vârstă și de starea bolnavului. De exemplu, extragerea de sânge prin incizie e mai benefică decât puncția venoasă în zonele calde, cu climă caldă și pentru oamenii cu fire aprinsă în al căror sânge substanțele septice se maturează mai rapid. În acest caz, sângele infectat, maturat, se va concentra în zona de lângă piele. Astfel, extragerea de sânge prin incizie este mai eficientă decât puncția venoasă. De aceea extragerea de sânge prin incizie reprezintă un procedeu mai bun și mai folositor în cazul copiilor și al celor care nu pot suporta puncția venoasă.

Doctorii afirmă că extragerea de sânge prin incizie este mai benefică în zonele calde decât puncția venoasă; este preferabil să fie realizată la mijlocul lunii sau curând după aceea, în special în ultimul sfert al lunii când sângele este tulburat și produs în cantitate suficientă.

Autorul lucrării *Al-Qanun* a afirmat: „Este preferabil ca extragerea de sânge prin incizie să nu fie realizată la începutul lunii, deoarece diferitele elemente ale corpului nu sunt stimulate atunci, și nici să nu fie realizată la sfârșitul lunii, dat fiind că până atunci acestea se vor fi liniștit. Extragerea de sânge prin incizie este bine să fie realizată la mijlocul lunii, atunci

când substanțele se acumulează și devin agitate.”

S-a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Extragerea de sânge prin incizie și extragerea de sânge prin înțeparea venelor sunt cele mai bune remedii pentru voi.”**

Acest hadis este destinat oamenilor din Hijaz și din zonele calde în general, deoarece sângele lor este delicat și circulă aproape de suprafața pielii, în timp ce porii pielii sunt deschiși, iar puterea lor slăbită (în timpul verii). Puncția venoasă le este dăunătoare. Puncția fiecărei vene prezintă de obicei un anumit beneficiu. De exemplu, puncția venei basilice (vena mare ce traversează partea interioară a brațului) este folositoare în cazul încălzirii ficatului și splinei, precum și în cazul existenței unor tumori în aceste două organe. De asemenea, este folositoare pentru afecțiunile plămânilor (emfizeme), pulsații arteriale, pleurezie și pentru toate bolile de sânge ale venelor ce străbat partea inferioară a genunchiului până la coapsă. Puncția venei mediane este de ajutor în cazul diferitelor umflături ce apar în tot corpul, mai ales atunci când umflătura este legată de starea sângelui și conține, în general, sânge afectat.

Puncția venei brațului este utilă în bolile capului și ale gâtului, boli ce sunt cauzate de cantitatea excesivă de sânge sau de sângele infectat. Puncția venei jugulare este benefică în cazul bolilor de splină, al astmului, în bolile

cavității toracice și în durerile de cap (zona frunții).

Extragerea de sânge prin realizarea unei incizii în partea superioară a spatelui este de folos în cazul durerilor de umeri și de gât. Extragerea de sânge din cele două vene jugulare este benefică în cazul bolilor de cap, față, dinți, urechi, ochi, nas și gât, dacă aceste suferințe sunt cauzate de excesul de sânge, de sângele afectat sau de ambele.

Anas a relatat: „Trimisul lui Allah obișnuia să facă extragere de sânge prin incizie la nivelul celor două vene jugulare și a părții superioare a spatelui.” (Abu Daud, At-Tirmidhi, Ibn Majah, Ahmad și Al-Hakim.) „Trimisului lui Allah i se făcea extragere de sânge prin incizie în trei zone: în partea superioară a spatelui și cele două vene jugulare.” (Bukhari și Muslim).

De asemenea, ni se relatează în *Sahih* că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a utilizat extragerea de sânge la nivelul capului pe când se afla în stare de *ihram* (pentru Hajj sau Umra), din cauza unei dureri de cap.

Abu Daud relatează că Jabir a spus că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) utiliza extragerea de sânge pe coapsă din cauza unei slăbiciuni de care suferea.

Doctorii au opinii diferite referitoare la extragerea de sânge din scobitura cefei

Unii doctori sunt de acord cu această formă de extragere de sânge, considerând că este de folos în cazul exoftalmiei (ieșirea anormală în afară a globilor oculari), a senzației de greutate a sprâncenelor și pleoapelor și a râiei localizată la nivelul ochilor. Într-un hadis ni se relatează: **„Folosiți extragerea de sânge prin incizie în scobitura cefei, deoarece vindecă șaptezeci și două de boli.”**

Se relatează că, atunci când Ahmad bin Hanbal a avut nevoie de extragere de sânge prin incizie în scobitura cefei, el a făcut această operație pe cele două laturi ale cefei, dar nu și în cavitate.

De asemenea, autorul lucrării *Qanun* nu agreea extragerea de sânge din scobitura cefei, deoarece considera că: „Generează uitare, așa cum a afirmat profetul Muhammad (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), dat fiind că în partea posterioară a creierului este sediul memoriei, iar extragerea de sânge prin incizie afectează această putere.”

Alți oameni nu au fost de acord cu opinia sa, argumentând că hadisul la care autorul făcuse referire nu era autentic. Ei au adăugat că, chiar dacă hadisul ar fi autentic, extragerea de sânge slăbește creierul doar dacă această operațiune nu este justificată de o necesitate stringentă. Atunci când este justificată, extragerea de sânge prin incizie la nivelul scobiturii cefei este folositoare din perspectivă

medicală și religioasă, reglând presiunea sangvină în scobitura cefei. În relatările autentice se afirmă că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a realizat această extragere de sânge în multe zone ale gâtului, precum și în alte zone ale corpului, ori de câte ori a fost nevoie.

Extragerea de sânge prin incizie realizată sub bărbie ajută în cazul durerilor de dinți, a bolilor feței și a infecțiilor gâtului, dacă se apelează la această tehnică în perioada de timp adecvată. Extragerea de sânge prin incizie realizată sub bărbie curăță și purifică capul și gura. Extragerea de sânge deasupraabei piciorului substituie puncția safenei, o venă a călcâiului. Acest tip de extragere a sângelui este benefic pentru cei ce suferă din cauza ulcerelor ce apar pe coapse și picioare, din cauza întreruperii menstruației și a iritației pielii de pe testicule.

Extragerea de sânge prin incizie realizată în partea inferioară a pieptului este utilă în cazul petelor, bubelor și râiei localizată pe coapse. De asemenea, procedura este benefică în cazul gutei, hemoroizilor, elefantiazei și a mâncărimii sau râiei localizată pe spate.

Când este preferată extragerea de sânge

Anas a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui

Allah fie asupra sa!) obișnuia să extragă sânge din venele jugulare și partea superioară a spatelui pe șaptesprezece, nouăsprezece și douăzeci și unu (zile ale lunii)." (At-Tirmidhi).

Anas a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Cei care intenționează să facă extragere de sânge prin incizie să facă aceasta pe șaptesprezece, nouăsprezece și douăzeci și unu (ale lunii) pentru a preveni ca sângele infectat să genereze moartea unuia dintre voi.”** (Ibn Majah).

De asemenea, Abu Daud a relatat că Abu Hureira a spus că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„Cei care fac extragere de sânge pe șaptesprezece, nouăsprezece și douăzeci și unu vor fi vindecați de orice boală.”** „Orice boală” înseamnă de fapt bolile legate de afecțiunile sângelui. [Ultimele două hadisuri sunt slabe.]

Aceste hadisuri confirmă opinia doctorilor referitoare la extragerea de sânge care este preferabil să aibă loc în a doua jumătate a lunii și în al treilea sfert al fiecărei luni, nu la începutul sau sfârșitul lunii. Totuși, dacă extragerea de sânge se impune cu necesitate, ea poate fi folositoare în orice perioadă a lunii, inclusiv la începutul și sfârșitul ei. S-a relatat că Imam Ahmad ibn Hanbal obișnuia să realizeze extragerea de sânge în orice parte a lunii atunci când sângele afectat devenea agitat.

Autorul lucrării *Al-Qanun* a afirmat: „Este preferabil să se realizeze extragerea de sânge în

timpul zilei, la a doua sau a treia oră, după ce omul face baie. Atunci când este necesar, omul poate face baie, iar apoi să se odihnească aproximativ o oră și apoi să realizeze extragerea de sânge.” Nu este bine ca extragerea de sânge să fie realizată atunci când stomacul e plin, deoarece poate genera diferite suferințe, mai ales după o masă copioasă.

S-a spus că extragerea de sânge realizată pe stomacul gol este vindecare pură, pe stomacul plin – o boală, iar pe șaptesprezece ale lunii – un remediu. Alegerea timpului optim pentru extragerea de sânge prezervă sănătatea și previne îmbolnăvirea corpului. Totuși, atunci când boala se intensifică, extragerea de sânge devine necesară și dezirabilă indiferent de circumstanțe, deoarece Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„... pentru ca sângele infectat să nu cauzeze moartea unuia dintre voi.”**

Am afirmat mai înainte că Imamul Ahmad obișnuia să folosească extragerea de sânge în timpul oricărei perioade a lunii, dacă procedura era justificată medical.

Cât despre cele mai bune zile ale săptămânii, Al-Khallal a relatat că Imam Ahmad a fost întrebat despre zilele când extragerea de sânge nu este recomandată, iar el a spus: „Miercuri și sâmbătă”. De asemenea, Al-Khallal a relatat că Imam Ahmad a fost întrebat odată despre zilele când extragerea de sânge este nerecomandată, iar Imam Ahmad a răspuns: „Sâmbătă și miercuri și, în plus, vineri, așa cum ni s-a relatat.” [Însă toate hadisurile în care se

specifică perioada în care extragerea de sânge este recomandată sau nerecomandată sunt hadisuri slabe, conform învățaților științei hadisurilor.]

În hadisul menționat anterior se afirma că este preferabil să se caute remedii, inclusiv prin extragerea de sânge. De asemenea, cei care au intrat în stare de *ihram* au voie să realizeze extragerea de sânge, chiar dacă astfel li se taie un pic părul; ei nu trebuie să recupereze nimic. Cei care postesc au voie să utilizeze extragerea de sânge ca remediu; în Bukhari ni se relatea că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) utiliza procedeul extragerii de sânge atunci când postea.

Există însă câteva hadisuri în care se afirmă că extragerea de sânge întrerupe postul. Singurul hadis ce pare să contrazică această regulă este acela în care ni se relatează că Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i s-a extras sânge atunci când postea.

Există patru condiții care, dacă sunt respectate măcar parțial, pot justifica utilizarea hadisului ca dovadă a faptului că extragerea de sânge nu întrerupe postul.

Mai întâi, postul trebuie să fi fost obligatoriu în perioada de timp în care se petrece incidentul menționat în hadis [relatat de Al-Kukhah mai sus]. În al doilea rând, ar trebui să se demonstreze că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu călătorea [când a făcut extragerea de sânge]. În al treilea rând, trebuie demonstrat că Profetul

(Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu suferea de o boală ce justifica extragerea de sânge, iar în al patrulea rând trebuie arătat că hadisul a venit după ce Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Cei cărora li se face extragere de sânge și cei care o realizează, ambii își întrerup postul.”** Doar dacă aceste patru condiții sunt satisfăcute, putem afirma că extragerea de sânge nu întrerupe postul, bazându-ne pe acest hadis [în care se afirma că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a suportat această procedură atunci când postea].

În caz contrar, postul menționat în hadis se poate să fi fost un post voluntar care poate fi întrerupt dacă extragerea de sânge este necesară. Sau e posibil să se fi întâmplat în timpul Ramadanului, dar în timp ce Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) călătorea. Ori e posibil ca hadisul să se refere la un post obligatoriu din timpul Ramadanului, însă extragerea de sânge să fi fost necesară din cauza unei boli. Sau este posibil ca extragerea de sânge să se fi petrecut în timpul Ramadanului, fără să fi fost justificată de o necesitate stringentă, dar să fi fost realizată înainte ca Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) să fi declarat că extragerea de sânge întrerupe postul celor implicați în realizarea și, respectiv, suportarea sa. Nu există nicio dovadă că vreuna dintre cele patru condiții ar fi îndeplinită, deci ce putem spune referitor la respectarea tuturor

condițiilor? [De aceea Ibn Qayyim afirmă că extragerea de sânge întrerupe postul celor care o realizează, precum și al celor care o suportă].

De asemenea, hadisul demonstrează că este permis să angajăm un doctor pentru un anumit scop și să îi plătim serviciile fără a fi fost realizat un contract în prealabil. Tot din acest hadis [în care se preciza că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a plătit persoana care i-a extras sânge] reiese că este permis să practici extragerea de sânge ca orice altă profesie. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a dat omului care a realizat extragerea de sânge niște bani, iar persoana respectivă a cheltuit banii pe necesități.

Pe de altă parte, extragerea de sânge este similară consumării cepei și a usturoiului în sensul că ele sunt descrise ca fiind impure, dar ni se permite folosirea lor.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în ceea ce privește cauterizarea și puncția venoasă

„Jabir bin Abdullah a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a trimis odată un doctor la Ubay bin Ka'b, iar doctorul i-a extras sânge dintr-una din vene, iar apoi i-a cauterizat rana.” (Bukhari).

Când lui Sa'd bin Mo'az i-a fost rănită vena mediană a brațului, Profetul (Pacea și

binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a cauterizat-o, iar când rana s-a umflat, a cauterizat-o din nou. Într-o altă variantă a acestui hadis, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a cauterizat lui Sa'd bin Moa'az vena mediană a brațului utilizând vârful unei săgeți. După aceea Sa'd bin Moa'az sau altcineva a cauterizat rana din nou. Într-o altă relatare se afirmă că unuia dintre ansari i-a fost rănită vena mediană a brațului, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a poruncit să îi fie cauterizată. (Hadisuri relatate de Muslim, Abu Daud și alții).

Abu 'Ubayd a relatat că un om, căruia îi fusese prescrisă cauterizarea, a fost adus la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a poruncit să fie cauterizat. Apoi i s-au aplicat pietre fierbinți pe rană pentru a i-o închide. De asemenea, Jabir a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a cauterizat odată vena mediană a brațului.

Bukhari a relatat că Anas a spus că a fost odată cauterizat, deoarece se plângea de pleurezie, pe vremea când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) era încă în viață. At-Tirmidhi a relatat că Anas a spus: „Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) l-a cauterizat pe As'ad bin Zurarah când acesta a venit cu un deget infectat.”

Am menționat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a afirmat în hadisul relatat de Bukhari și Muslim:

„Nu îmi place să fiu cauterizat.” Mai mult decât atât, în altă relatare, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) afirma: **„Îi interzic națiunii mele cauterizarea.”**

De asemenea, s-a relatat (în Tirmidhi, Abu Daud și Ahmad) că unul dintre companioni a spus că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu a permis cauterizarea: „Dar am fost testați (prin diferite suferințe) și am fost cauterizați, însă nici nu am reușit, nici nu am avut vreun avantaj.”

Al-Khattabi a comentat: „Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) l-a cauterizat pe Sa'd doar pentru a opri sângerarea, fiindu-i teamă că sângerarea va continua până la moartea lui Sa'd. De obicei se apelează la cauterizare în cazuri drastice, cum ar fi amputarea unei mâini sau a unui picior. Interzicerea cauterizării poate fi înțeleasă în sensul interzicerii cauterizării ca mijloc de vindecare (nu ca închidere a unei răni deschise). Pe timpuri, oamenii erau superstițioși și credeau că, dacă cineva nu era cauterizat, murea cu siguranță, iar acesta este motivul pentru care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu a permis cauterizarea. În plus, s-a afirmat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu i-a permis lui Imran bin Husayn să fie cauterizat, acesta având o rană într-un loc delicat. E posibil ca interdicția să fi făcut referire la acele cazuri specifice în care cauterizarea era periculoasă. Allah știe cel mai bine.

Ibn Qutaibah a afirmat că există două tipuri de cauterizare. Primul tip se referă la o persoană sănătoasă care folosește cauterizarea pentru a elimina boala; acest tip este vizat prin afirmația: „Oricine recurge la cauterizare nu a pus în aplicare *tawakkul* (dependența de Allah)”, deoarece asemenea oameni încearcă să elimine ceea ce le-a fost destinat în viitor. Al doilea tip presupune cauterizarea rănilor infectate și a membrilor amputate; în aceste cazuri, cauterizarea este eficientă. Iar tipurile de cauterizare care s-ar putea sau nu să fie utile sunt, se pare, neagreate.

Într-un hadis relatat în *Sahihan* (Bukhari și Muslim) se face referire la șaptezeci de mii de musulmani care vor intra în Paradis fără a fi judecați și care sunt descriși astfel: **„Ei sunt aceia care nu recurg la formule de rugăciune (*ruqyah* – literal: incantații), nici la cauterizare și ei nu sunt superstițioși, ci depind de Domnul lor (în absolut orice).”** (Hadis relatat și de At-Tirmidhi și Ahmad).

În concluzie, hadisurile care abordează subiectul cauterizării pot fi împărțite în patru categorii în funcție de practicarea cauterizării, dezagrearea sa, lăudarea celor ce nu apelează la ea și interzicerea sa. Nu există nicio contradicție între aceste categorii.

Atunci când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a cauterizat pe cineva, ne-a indicat astfel că este permis să practicăm cauterizarea.

Dacă Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a afirmat că nu îi place

cauterizarea pentru *ummah* sa (comunitatea islamică), aceasta nu echivalează cu interzicerea cauterizării. Pe de altă parte, faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a lăudat pe cei care evită cauterizarea ne demonstrează că este mai bine să o evităm. În final, interzicerea cauterizării poate fi explicată în sensul că, în general, cauterizarea este fie dezagreată, fie este recomandată celor care încearcă să elimine o boală viitoare. Allah știe cel mai bine.

Un alt aspect care trebuie clarificat se referă la termenul de rugăciune. Ceea ce este desemnat drept rugăciune în limba română este descris prin două cuvinte diferite în limba arabă: *salat* – rugăciunea formală care implică anumite mișcări specifice și *du'a* – rugăciunea informală prin care individul Îi cere Creatorului ceea ce el dorește, cu propriile sale cuvinte sau conform formulelor stabilite de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) sau în Coran. Unul dintre stâlpii Islamului îl reprezintă cele cinci rugăciuni zilnice. Acesta reprezintă un sistem formalizat de rugăciune ce implică un set de mișcări specifice și anumite intervale de timp. În limba arabă, acest tip de rugăciune este numit *salat*.

Celălalt tip de rugăciune în care Îi cerem lui Allah ceva anume, cu propriile noastre cuvinte sau conform setului de formule stabilite Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) sau în Coran, este numit *du'a*. Această formă de rugăciune este numită uneori în limba română – *implorare, rugă* (un termen

foarte bun pentru a descrie tipul respectiv de rugăciune). Unica problemă pe care o întâmpinăm în a traduce *du'a* ca *implorare* constă în faptul că acest termen este foarte formal și rar utilizat în comunicarea verbală. Implorarea este utilizată în mod constant de-a lungul zilei. Orice persoană vorbitoare de limba română care I se roagă regulat lui Dumnezeu va descrie ceea ce el face drept rugăciune; acesta este cel mai obișnuit și simplu mod de a descrie actul respectiv. Atunci cînd desemnăm prin termenul de *ruqyah* (literal: incantații) formulele islamice de rugăciune, noi utilizăm termenul de rugăciune în sensul său informal (*du'a*), nu formal (*salat*).

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvîntarea lui Allah fie asupra sa!) în ceea ce privește tratarea epilepsiei și posedarea spirituală

În *Sahihan* ni se relatează că 'Ata bin Raba'h a spus: „Ibn Abbas mi-a zis: «Să-ți vorbesc despre o femeie care face parte dintre oamenii Paradisului?» Am spus: «Da.» El a zis: «Acea negresă care a venit la Profet (Pacea și binecuvîntarea lui Allah fie asupra sa!) și a spus: 'Sufăr de crize epileptice în timpul cărora, fără să fiu conștientă, mă dezgolesc. Așadar roagă-L pe Allah pentru mine!' El a spus: **'Dacă dorești, ai răbdare și vei ajunge în Paradis sau, dacă dorești, Îl voi ruga pe Allah să te vindece.'** Ea a răspuns: 'Mai degrabă voi fi răbdătoare.' Iar apoi a spus: 'Continui să mă

dezgolesc în timpul acestor crize, așadar roagă-L pe Allah pentru mine ca să nu mai fac astfel.’ Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) L-a rugat pe Allah din partea ei.»

Epilepsia este de două feluri: primul tip reprezintă rezultatul forțelor negative, iar cel de al doilea tip este generat de amestecurile nocive (un dezechilibru chimic și de substanțe). Doctorii discută adesea despre cel de al doilea tip și explică posibilele cauze și modalitățile de vindecare.

În ce privește epilepsia ce reprezintă rezultatul forțelor negative, cei mai buni doctori, precum și doctorii înțelepți, afirmă că ea există. De asemenea, ei sunt de acord că vindecarea acestui tip de boală se petrece cu ajutorul sufletelor drepte, elevate, ce pot neutraliza efectul răului și manifestările sale nocive. Când Hipocrate a explicat care sunt remediile necesare vindecării epilepsiei, a declarat: „Aceste remedii sunt eficiente în tratarea epilepsiei ce rezultă din cauze chimice și materiale. Însă în cazul epilepsiei ce este rezultatul forțelor negative, aceste remedii (pe care el le-a explicat și detaliat) nu o pot vindeca.”

Atunci când doctorii explică posibilele cauze ce generează epilepsia, desemnând anumite cauze naturale sau fizice, afirmația lor este adevărată doar raportat la anumite tipuri de epilepsie, nu la toate.

Doctorii din vechime obișnuiau să numească epilepsia „boala divină”, declarând că este cauzată de forțe negative. Pe de altă parte,

Galenius și ceilalți doctori au interpretat în mod greșit termenul de suferință divină, afirmând: „Au numit-o «divină», deoarece atacă exact capul și afectează în mod negativ organul divin în care se află creierul.” Această explicație reprezintă însă rezultatul ignorării sufletului și a efectelor sale.

Vindecarea epilepsiei cauzate de forțele negative implică două operațiuni: una vizează persoana afectată de epilepsie, iar cealaltă pe cei care o tratează.

Rolul pe care persoana afectată de epilepsie îl joacă în tratarea bolii implică întărirea inimii, sinceritatea căinței în fața Creatorului și căutarea adăpostului la Allah, deopotrivă cu vorba și inima. Acesta este tipul de război în care persoana afectată de epilepsie se angajează pentru a respinge răul. Pentru a înfrânge dușmanul, este necesar ca războinicul să posede arme utile, adecvate și un braț puternic. Dacă unul dintre aceste două elemente nu există, efortul va fi lipsit de eficiență. Situația devine mai dificilă atunci când persoana nu îndeplinește ambele cerințe; în acest caz, inima va fi privată de *tawhid* (unicitatea lui Allah), *tawakil* (încrederea în Allah), *taqwa* (evlavie) și *tawajhu* (conștientizarea prezenței lui Allah). În plus, persoana nu va poseda suficient armament material.

Cealaltă operațiune necesară în tratamentul epilepsiei vizează persoana care tratează boala și căreia i se cere, de asemenea, să fie înarmată cu instrumentele de luptă

menționate anterior. Când aceste arme sunt pregătite, uneori e suficient doar să spui „În numele lui Allah” sau „Nu există tărie și putere în afara lui Allah”.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să spună în asemenea cazuri: **„O, dușman al lui Allah, pleacă! Eu sunt Trimisul lui Allah!”**

Odată am fost prezent când șeikh-ul nostru (Ibn Taymiya, celebrul Imam al Islamului) a trimis pe cineva să vorbească cu un spirit malefic ce posedase o persoană: „Șeikh-ul îți spune aceasta: «Ieși afară din corp, deoarece nu ți se permite să fii înăuntru!»” Persoana bolnavă de epilepsie (posedată) s-a trezit din criză. Alteori șeikh-ul citea următoarele *ayat* / versete în urechea persoanei afectate de epilepsie (posedate): **„Oare credeți că v-am creat pe voi fără rost și că nu vă veți întoarce la Noi?”** (Sura Al-Mu'minin: 115).

De asemenea, șeikh-ul obișnuia să recite *Ayat al-Kursi* (Sura Al-Baqara: 255) și le poruncea celor care sufereau de epilepsie și celor care vindeau epilepsia (posedarea) să îl recite împreună cu ultimele două capitole din Coran (113 și 114).

Epilepsia ce este generată de cauze fizice

Acest tip de epilepsie afectează sănătatea și este însoțită de spasme ce împiedică funcționarea normală a membrilor sau

mișcarea lor normală; de asemenea, ea generează dureri intense în timpul crizelor. Pe de altă parte, epilepsia reprezintă o boală cronică dificil de vindecat și care persistă ani la rând, în special dacă persoana epileptică are mai mult de douăzeci și cinci de ani și suferă de crize repetate. Hipocrate a spus că acești oameni vor suferi de epilepsie până la moarte.

Femeia menționată în hadis, cea care suferea de epilepsie și obișnuia să își scoată hainele în timpul crizelor, e posibil să fi suferit de acest tip de epilepsie provocat de cauze fizice. De aceea Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a promis Paradisul dacă va fi răbdătoare; altfel, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) I-ar fi cerut lui Allah să o vindece fără a-i garanta că va fi vindecată. Ea a ales Paradisul, dar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) L-a rugat pe Allah din partea ei să o ajute să nu se mai dezgolească în timpul crizelor.

Hadisul ne indică faptul că musulmanilor le este permis să caute remedii și că vindecarea sufletului este în mod exclusiv legată de invocarea lui Allah, de întoarcerea la El cu credință sinceră; acest tip de remediu are efecte profunde asupra corpului uman, ce nu pot fi comparate cu efectele oricărui medicament preparat de orice doctor. Noi am testat acest medicament în numeroase ocazii (și am fost martorii eficacității sale).

Cele mai recunoscute autorități medicale confirmă rolul major al psihicului în vindecarea

bolii. Practicarea medicinei este afectată de existența unor doctori ignoranți, eretici, care nu aduc servicii adecvate profesiei lor.

Așa cum am menționat, se pare că femeia amintită în hadis suferea de acel tip de epilepsie generat de cauze fizice (dezechilibre chimice). Totuși e posibil să fi suferit și de acel tip de epilepsie cauzat de forțele malefice. Am văzut că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a permis să aleagă între a avea răbdare și a ajunge în Paradis sau rugăciunea sa către Allah, realizată pentru a cere vindecarea femeii. Ea a ales prima variantă, dar a cerut ajutorul pentru a nu se mai dezgoli în timpul crizelor.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în vindecarea sciaticii

Ibn Majah a relatat în *Sunan* (colecția de hadisuri) că Anas bin Malik a spus că l-a auzit pe Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) zicând: **„Sciatica este vindecată prin topirea grăsimii de pe coada oii unui beduin. Apoi grăsimea este împărțită în trei părți și în fiecare zi se bea câte o parte pe stomacul gol.”**

Sciatica este o boală care începe de la articulația șoldului și apoi coboară de-a lungul coapsei, pe partea posterioară. Uneori sciatica ajunge până la glezne; pe măsură ce afecțiunea progresează și rămâne netratată, continuă să

coboare și slăbește treptat picioarele și coapsele.

Există două categorii de interpretări utile (referitoare la hadisul mai sus menționat): medicale și lingvistice.

Din punct de vedere lingvistic, acest hadis ne arată că este permis să denumim această afecțiune *'irk* (nerv) *nasa* (nerv sciatic), contrar opiniilor exprimate de alte persoane. Ei afirmă că *nasa* este nervul însuși și astfel alăturarea celor două cuvinte devine redundantă.

Răspunsul oferit acestor întrebări îmbracă două forme. Prima se referă la faptul că termenul *'irk* (nerv) are un sens mai general decât cuvântul *nasa* (nerv sciatic). Deci sintagma *'irk an-nasa* oferă înțelesul general și specific dorit. Cea de a doua explicație face referire la faptul că *nasa* reprezintă o boală care atacă nervul, deci cuvântul *nasa* ar trebui inclus în cadrul denumirii afecțiunii (deoarece precizează zona în care nervul provoacă durere). Se relatează că denumirea *'irk an-nasa* a intrat în vocabular din cauza faptului că durerea aceasta îi face pe oameni să uite (*nasa*) de orice altă durere. Nervul sciatic pornește de la șold și se întinde de-a lungul părții posterioare a piciorului, până la glezne.

Așa cum am observat în hadisurile anterior menționate, pot exista două tipuri de înțelesuri ale expresiilor utilizate de Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Unul dintre sensuri poate fi general, referindu-se la toate stările și la toți

oamenii, în timp ce sensul specific este direcționat către anumiți oameni și anumite situații. Hadisul din această secțiune face parte din categoria celor specifice, fiind direcționat către arabi, către cei din Hijaz în mod special, inclusiv către beduinii din acea zonă. Remediul menționat în hadis este cel mai bun leac pentru oamenii din acea regiune, deoarece *'irk an-nasa* este provocat de acumulările de reziduuri uscate sau vâscoase din intestine. Cel mai bun tratament pentru această afecțiune ar consta în folosirea unui laxativ. Grăsimea care se găsește pe cozile oilor are două proprietăți: aduce substanțele antiseptice la maturitate și înmoaie (scaunul, în acest caz); este nevoie de ambele pentru a vindeca *'irk an-nasa*.

În plus, oile nomazilor prezintă numeroase calități, cum ar fi dimensiunile reduse, producerea unei cantități mai mici de excremente și carnea lor moale. De asemenea, aceste oi pasc în zone unde se găsesc plante benefice, cum ar fi pelinul, limbarița și altele. Atunci când oaia se hrănește cu astfel de plante, carnea sa va suferi modificări, devenind mai moale; în special pe coadă grăsimea se acumulează. Deși laptele produs de aceste oi conține ingredientele active ale plantelor menționate, grăsimea de pe coada lor prezintă calități pe care acesta nu le posedă: este laxativă și are capacitatea de a matura substanțele septice (ce devin astfel pregătite pentru a fi extrase din organism).

Am menționat anterior faptul că medicamentele și leacurile folosite de diverse

comunități și popoare au la bază obiceiurile alimentare ale acelor oameni. Indienii și beduinii au o dietă simplă, deci nu folosesc medicamente complexe. Cât despre romani și greci, ei utilizau leacuri combinate. Însă toți doctorii cad de acord asupra faptului că o anumită dietă ar reprezenta cel mai bun tratament pentru vindecarea unei suferințe. Astfel, doctorii vor prescrie întâi un medicament simplu, iar apoi unul mai complex, dacă este cazul.

Atunci când dieta de bază este simplă, leacurile simple sunt potrivite pentru tratarea afecțiunilor ușoare. Pe de altă parte, bolile mai grave sunt, de obicei, rezultatul unei alimentații complexe, iar din această cauză leacurile compuse sunt mai adecvate. Allah știe cel mai bine.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea constipației

At-Tirmidhi și Ibn Majah au relatat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a întrebat-o pe Asma bint 'Umais: **„Cum tratezi tu constipația?”** Ea a răspuns: „Cu *șubrun (euphorbia piteous)*.” Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Este o plantă fierbinte și un laxativ prea puternic.”** Apoi ea a adăugat: „Mai folosesc și *senna*”, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a răspuns: **„Dacă ar exista vreun leac care să îndepărteze moartea, acela ar fi *senna*.”**

Ibn Majah a relatat că Abdullah ibn Umm Haram a afirmat că l-a auzit pe Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) spunând: „**Să luați senna și sanut (chimen), pentru că acestea vindecă orice boală în afară de saam.**” Atunci a fost întrebat: „Ce este saam?” El a răspuns: „**Moartea.**”

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a întrebat-o pe femeie ce anume folosește pentru a trata constipația, referindu-se la leacul pe care și-l administrează pentru a mai dilua scaunul, astfel încât corpul să poată înlătura toxinele.

Într-o altă variantă a acestui hadis, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a întrebat-o pe Asma' ce folosește pentru a trata constipația, iar ea a menționat *şubrum*-ul (*euphorb piteous*), coaja de la suprafața rădăcinii acestui copac, coajă caracterizată de uscăciune și fierbințeală în cea de a patra fază a sa. Cel mai bun tip de *şubrum* este cel de culoare roșiatică, moale, cu textura asemănătoare celei a pielii.

Şubrum-ul se numără printre medicamentele care nu sunt recomandate de doctori, din cauza puternicului său efect laxativ.

Senna este o plantă care crește în Al-Hijaz (partea de vest a Arabiei), iar cele mai bune specii se găsesc în Mekka. *Senna* este o plantă fierbinte și uscată în prima etapă, precum și un medicament blând care nu produce efecte secundare. Este de ajutor în

afecțiunile bilei și ale bilei negre și întărește inima, iar aceasta reprezintă o altă calitate a acestui leac. *Senna* poate fi utilizată pentru vindecarea obsesiilor melancolice și a inciziilor; de asemenea, ea relaxează mușchii și îmbunătățește sănătatea părului. Mai poate fi folosită împotriva păduchilor, a durerilor de cap, pustulelor, roșeții și epilepsiei. Este mai bine ca *senna* să fie gătită așa cum este, fără a fi zdrobită, iar apoi să se bea trei măsuri din supă rezultată. La gătit este mai bine să se adauge flori violete și stafide roșii, după ce au fost înlăturate semințele.

Ar-Razi a spus: „*Senna* și fumărița conlucrează la extragerea toxinelor din organism și ajută în cazul unor afecțiuni cum ar fi lepra și alergია, atunci când se administrează între patru și șapte măsuri din fiecare leac.”

Cât despre *sonut* (chimen) există divergențe de opinie cu privire la natura sa. Umar bin Bakr As-Saksaki, de exemplu, este de părere că *sonut* este fie extractul din miere, fie cel din unt. Conform altei opinii, *sonut* ar fi o sămânță care seamănă cu *kammon-ul* (chimenul), așa cum a afirmat Ibn Al-Arabi. Cea de a patra și cea de a cincea opinie sugerează faptul că *sonut* ar fi de fapt chimenul sau feniculul persan, potrivit afirmației lui Abu Hanifah Ad-Daynuri. Cea de a șasea opinie face referire la *șibitt* (mărar), iar în cea de a șaptea opinie se afirmă că ar fi vorba despre curmale, potrivit lui Abu Bakr bin As-Sunni. Conform celei de a opta opinii, a lui Abdul-Latif Al-

Baghdadi, prin *sonut* se face referire la mierea care există în *ghee*. Unii doctori cred că ultimul înțeles este cel mai probabil. În acest caz, *sonut*-ul se prepară prin amestecarea pudrei de *senno* cu miere și unt clarificat / *ghee*, amestec ce prezintă mai multe beneficii decât simpla administrare a *senna*-ei. Acest amestec trebuie ingerat treptat, iar atunci când este preparat după cum am menționat mai sus, gustul *senna*-ei va fi diluat datorită prezenței mierii și a untului ce vor amplifica efectul laxativ. Allah știe cel mai bine.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea alergiilor pielii și a scabiei

În *Sahihan* se relatează că Anas a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a permis lui Abdur-Rahman bin Awf și Az-Zubayr bin Al-‘Awwam să poarte veșminte din mătase din cauza alergiei de care sufereau.” Într-o altă relatare: „În timpul unei lupte, Abdur-Rahman bin Awf și Az-Zubayr bin Al-‘Awwam s-au plâns Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) că aveau alergie, iar el le-a permis să poarte veșminte din mătase.”

Există două arii de interes în cadrul acestui hadis: una dintre ele se referă la *fiqh* (jurisprudență islamică), iar cealaltă ține de domeniul medical.

Din perspectiva jurisprudenței islamice, din *sunna* Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) rezultă în mod clar că femeile au permisiunea de a purta veșminte din mătase, în timp ce bărbaților le este interzis, cu excepția cazurilor în care există un motiv temeinic. De exemplu, [bărbații au permisiunea de a purta veșminte din mătase] atunci când este frig sau atunci când nu au niciun alt articol vestimentar pentru a se îmbrăca, ori atunci când suferă din cauza răiei, alergiilor sau păduchilor, așa cum se evidențiază în ultimul hadis.

Potrivit Imamului Ahmad și Șafi'i, este permis ca bărbații să poarte veșminte din mătase (dacă există o necesitate care să justifice acest lucru). Permișiunea acordată unor musulmani (cum ar fi articolele de îmbrăcăminte din mătase pentru bărbați, în acest caz), datorită unor circumstanțe speciale, se aplică tuturor celor care s-au confruntat cu situații similare.

Mai mulți învățați au spus că aceste hadisuri mai sus menționate ar putea implica doar acordarea unei permisiuni speciale pentru Abdur-Rahman bin 'Awf și Az-Zubayr. Ei susțin că s-ar putea ca permisiunea să se aplice și altor musulmani. Atunci când există o probabilitate redusă, alinierea la textul general reprezintă cea mai bună opțiune. Acesta este motivul care i-a determinat pe unii dintre naratorii acestui hadis să comenteze astfel: „Nu știu dacă această permisiune se aplică și celor

care au urmat după ei (Abdur-Rahman bin 'Awf și Az-Zubayr).”

Opinia corectă este că această permisiune este generală în indicațiile sale și nu există nicio dovadă referitoare la specificitatea sau limitele sale. În mod similar, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a spus lui Abu Burdah: **„Această permisiune se aplică doar în cazul tău și nimănui altcuiva după tine.”** Iar Allah i-a spus Profetului Său (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în legătură cu femeia care i se oferise spre căsătorie Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Un privilegiu oferit doar ție, nu și restului credincioșilor.”**

Din moment ce interdicția ca bărbații să îmbrace veșminte din mătase reprezintă o măsură de precauție, este permis ca ei să le poarte în anumite situații, cu scopul de a obține un beneficiu garantat de încălcarea interdicției. De exemplu, este interzis ca bărbații să privească insistent la femei, însă devine permis atunci când există o nevoie reală. Acest caz este similar interdicției destinate musulmanilor de a împlini rugăciuni voluntare în anumite momente ale zilei (atunci când soarele răsare ori atunci când apune), tocmai pentru a nu permite nici cea mai mică asemănare între musulmani și cei care venerază soarele. Totuși există anumite situații când musulmanilor li se permite să se roage și în aceste intervale, cu condiția de a exista o nevoie reală sau de a genera un beneficiu consistent din aceasta. Am explicat situațiile în care este permis să se

poarte veșminte din mătase în lucrarea *At-Jabiri*, scrisă chiar pe marginea acestei teme.

Din punct de vedere medical, mătasea este produsă de un animal și reprezintă un remediu. Mătasea prezintă multe efecte pozitive, cum ar fi liniștirea și întărirea inimii, eliberarea sa de multe dintre suferințele care ar putea-o afecta. Tot mătasea ajută la combaterea secreției de bilă neagră și a oricăror suferințe pe care le-ar putea provoca aceasta; mătasea ascute vederea (folosită în componența creioanelor dermatografice). Mătasea în stare pură, care este folosită la prepararea medicamentelor și a leacurilor, este fierbinte și uscată în primul stadiu. Atunci când mătasea este folosită pentru fabricarea hainelor, atingerea sa este delicată și are capacitatea de a încălzi corpul, precum și de a-l răcori.

Ar-Razi a spus: „Mătasea este mai caldă decât inul, mai rece decât bumbacul și este benefică pielii. Toate hainele groase slăbesc corpul și aspresc pielea.”

Există trei feluri de haine: din prima categorie fac parte acelea care aduc căldură și încălzesc totodată corpul. Un alt fel de haine sunt acelea care aduc cu ele căldură, dar nu încălzesc corpul. Iar cea de a treia categorie cuprinde acele haine care nu încălzesc și nu aduc nici căldură. Nu există niciun veșmânt care să aducă căldură fără să-l și încălzească pe acela care îl poartă. De exemplu, hainele confecționate din lână și păr de animale ridică temperatura corpului și aduc căldură epidermei. Pe de altă parte, mătasea, *kittan*-ul

(inul) și veșmintele din bumbac încălzesc doar suprafața pielii. Hainele din in sunt reci și uscate, în timp ce acelea din bumbac sunt moderate din acest punct de vedere. Veșmintele din mătase sunt mai moi și mai puțin fierbinți decât lâna. Autorul lucrării *Al-Minhaj* a afirmat că, atunci când îmbrăcăm un articol vestimentar din mătase, „acesta nu aduce cu sine la fel de multă căldură ca și bumbacul, deoarece este mai blând.”

Orice articol de îmbrăcăminte caracterizat prin moliciune și finisare perfectă nu încălzește corpul prea tare și nici nu este eficient în procesul de descompunere. De aceea este mai bine ca astfel de veșminte să fie purtate în timpul verii, în regiunile cu temperaturi ridicate.

Din moment ce hainele confecționate din mătase nu sunt nici uscate și nici groase, spre deosebire de alte materiale, purtarea lor este benefică, tratând afecțiunile pielii rezultate în urma utilizării unor haine din materiale uscate și groase. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a permis lui Az-Zubair și Abdur-Rahman să poarte veșminte din mătase din cauza afecțiunii epidermei lor. În plus, hainele din mătase sunt mai puțin ospitaliere pentru insecte sau păduchi, nereprezentând cel mai bun mediu pentru dezvoltarea paraziților.

Materialele care nu măresc temperatura corpului și nici nu aduc căldură sunt reprezentate de fier, plumb, nisip etc.

Se poate formula întrebarea: „Din moment ce din mătase se confecționează cele

mai bune veșminte, care sunt totodată și cele mai potrivite pentru corp, de ce li s-a interzis bărbaților purtarea lor, conform legislației islamice – cea mai onorabilă, perfectă legislație ce permite doar lucrurile bune și pure, interzicându-le pe cele impure?” Ar trebui să precizăm faptul că există divergențe de opinie referitoare la modul în care musulmanii răspund la această întrebare.

Cei care neagă existența înțelepciunii care stă la baza legislației islamice nu trebuie nici măcar să răspundă la această întrebare.

Cât despre cei care consideră că legile islamice au la bază înțelepciunea divină, cei care – de altfel – reprezintă majoritatea, ei susțin că în Islam nu este permis ca bărbații să poarte veșminte din mătase; astfel, ei trebuie să devină răbdători și să renunțe la aceste haine de dragul lui Allah. În acest caz, ei vor fi răsplătiți de Allah, având în același timp la dispoziție alte materiale care pot fi purtate.

Unii oameni afirmă că mătasea și aurul au fost create în beneficiul femeilor. Mătasea le este interzisă bărbaților, tocmai pentru ca aceștia să nu le imite pe femei. Alți musulmani sunt de părere că mătasea a fost interzisă din cauză că generează aroganță și mândrie.

Alții consideră că mătasea a fost interzisă din cauza moliciunii sale ce ar putea antrena un comportament feminin, afectând astfel masculinitatea. Rareori se poate vedea un bărbat îmbrăcat în mătase, care să nu fie afectat de moliciunea ei și care să nu imite în mod involuntar comportamentul și delicatetea

feminină, chiar dacă ar fi unul dintre cei mai masculini bărbați. Purtarea veșmintelor din mătase va diminua în mod sigur calitățile bărbătești și masculinitatea, deși acestea nu vor dispărea în totalitate. Cât despre cei care nu înțeleg aceste aspecte, e mai bine să se supună înțeleptei hotărâri a lui Allah. În cele din urmă, ar trebui să afirmăm faptul că, potrivit opiniei corecte, tinerilor nu ar trebui să li se permită să poarte veșminte din mătase, pentru că vor dobândi un comportament efeminat.

An-Nasa'î a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Allah a permis mătasea și aurul femeilor din ummah mea [națiunea islamică, comunitatea musulmană] și nu le-a permis pentru bărbații din ummah mea.”**

Într-o altă relatare, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Mătasea și aurul sunt interzise pentru bărbații națiunii mele și sunt permise pentru femei.”**

Al-Bukhari a relatat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu a permis ca bărbații să poarte veșminte din mătase și nici să șadă pe acestea sau pe *dibaj*-uri (haine din mătase pură),

iar apoi a adăugat: **„Este pentru ei [acei bărbați care le poartă] în viața aceasta lumească și pentru voi în Viața de Apoi.”**

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea pleureziei

Doctorii clasifică pleurezia în două categorii: reală și presupusă. Prima categorie este definită de prezența unor excrescențe infectate care apar în pleură. Cea de a doua categorie produce o durere similară și atacă pleura ca rezultat al flatulenței agravate ce afectează peritoneul (membrană fină, transparentă, poziționată de-a lungul liniei cavității abdominale și a unei porțiuni din zona pelviană). Durerea provocată de pleurezia presupusă este acută; pleurezia reală cauzează o durere înțepătoare. Autorul *Qanun*-ului a afirmat: „Câteodată părțile laterale (ale corpului), peritoneul, mușchii pieptului și regiunile învecinate sunt afectate de o excrescență extrem de dureroasă, numită pleurezie. Uneori pot fi resimțite dureri în aceleași părți, însă nu sunt produse de acea excrescență, ci de acumularea de gaze nocive (flatulență) și astfel oamenii cred că este vorba despre pleurezia reală, când de fapt nu este așa.”

El a mai spus: „Să știți că fiecare boală care atacă o parte laterală a corpului poartă numele de *thatul janb* (pleurezie), nume derivat din locul în care apare (*janb* – flancul corpului). Din acest motiv, fiecare durere ce se manifestă pe partea laterală a corpului poartă numele de *jhatul janb*, indiferent de cauza suferinței. Aceasta este interpretarea afirmației lui Hipocrate potrivit căreia starea celor afectați de *that al-janb* se va îmbunătăți dacă vor face baie. Se spune că această afirmație se referă la cei

care suferă de pleurezie, dar și la aceia care au dureri pulmonare ca rezultat al unei constituții defectuoase sau al congestiilor, însă fără tumori sau febră.”

Unii doctori susțin că, în limba greacă, termenul *pleurezie* se referă la acea excrescență, caldă la atingere, care apare pe partea laterală a corpului, precum și la tumorile tuturor organelor interne. Tumora oricărui organ se numește *pleurezie* doar în cazul în care este caldă. Pleurezia reală este acompaniată de cinci simptome: febră, tuse, dureri înțepătoare, dificultate în a respira (dipnee) și pneumonie.

Pentru tratarea pleureziei presupuse se folosește costusul de mare (costusul indian, aloe). Acesta se transformă într-o pudră fină, prin măcinare, apoi este amestecat cu ulei fierbinte și utilizat ca unguent pe zona afectată; de asemenea, preparatul poate fi ingerat, constituind un bun tratament pentru această suferință. În acest caz, costusul descompune substanțele toxice, întărește organele interne, deschide obstrucțiile și înlătură cheagurile. Al-Masihi a spus: „Costusul este fierbinte, uscat și are capacitatea de a constipa și de a întări organele interne; elimină flatulența, deschide cheagurile, ajută împotriva pleureziei și usucă excesul de umezeală. Costusul este benefic pentru creier și poate fi de ajutor în combaterea pleureziei reale, dacă aceasta a fost cauzată de o mucozitate, mai ales atunci când boala se manifestă cu mai puțină intensitate. Allah știe cel mai bine.”

Thotul janb este o boală periculoasă. Într-un hadis autentic relatat de Umm Salama se afirmă: „Ultima boală de care a suferit Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a început pe când el se afla în casa Maymunei. Oricând simțea că durerea s-a mai potolit, ieșea afară și conducea rugăciunea. Ori de câte ori durerea creștea, el spunea: **«Spune-i lui Abu Bakr să îi conducă pe oameni în rugăciune!»** Durerea a continuat să crească până când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și-a pierdut cunoștința. În timp ce durerea sporea, soțiile sale, Abbas, unchiul său, Umm Al-Fadhl bint Al-Harith și Asma' bint 'Umair au discutat între ei să îi dea un leac Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), pe când era inconștient, și au și procedat ca atare.

Când s-a trezit, el a întrebat: **«Cine mi-a făcut acest lucru? Aici este mâna unor femei care vin de acolo...»** și a indicat cu mâna în direcția Etiopiei.” Umm Salama și Asma erau cele care îi administraseră Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) medicamentul (amândouă făceau parte dintre cei care emigraseră spre Etiopia), iar ele au spus: „O, Trimis al lui Allah! Ne era teamă să nu suferi de *thatul janb*.” El a întrebat: **„Ce medicament mi-ați dat?”** Ele au răspuns: „Niște costus indian, *wars* și câteva picături de ulei.” El a spus: **„Allah nu ar fi trimis această boală asupra mea.”** Apoi a spus: **„Vă poruncesc ca voi toți cei care vă aflați în această casă să luați o doză din acest**

medicament, în afară de unchiul meu Abbas.”

În *Sahihan* (Al-Bukhari și Muslim) se relatează următoarele: ‘Aişah a spus: „I-am dat un medicament Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), deși el ne indicase că nu voia să i se administreze niciun medicament. Însă noi am atribuit refuzul său sentimentului pe care îl au de obicei cei bolnavi în legătură cu luarea vreunui medicament. Când s-a trezit, a spus: **«Nu v-am interzis să îmi dați acest medicament? Toți cei prezenți să ia din leacul acesta, în afară de unchiul meu Al-Abbas, pentru că el nu era cu voi.»**”

Din ultimul hadis devine evidentă permisiunea ca agresorul să fie tratat în același mod în care s-a comportat și el față de alții, dacă ceea ce a făcut nu este interzis de către Allah; cu privire la acest verdict există mai mult de zece dovezi pe care le-am elaborat într-o altă carte. Această regulă confirmă verdictele emise de cei patru califi drept-călăuziți și de Imamul Ahmad. În acest hadis ni se indică, de asemenea, că pedeapsa pentru lovirea feței este similară ofensei, deoarece există numeroase hadisuri clare referitoare la acest subiect.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea durerilor de cap și a migrenelor

Durerile de cap sunt acele dureri care cuprind o parte a capului sau care îl atacă în întregime; atunci când este afectată doar o parte a capului, ne vom referi la această suferință prin termenul de *migrenă*. Durerea care cuprinde tot capul este desemnată prin termenul de *casă*, deoarece îl acoperă ca o casă. Este posibil ca uneori durerile să atace doar partea frontală sau dorsală a capului.

Există numeroase tipuri de dureri de cap, iar acestea pot fi provocate de diverse cauze.

Durerile de cap sunt provocate de modificările sistemului ce afectează arterele cerebrale

Partea mai slabă a capului va accepta materiile toxice, iar migrena va fi însoțită de pulsații ale arterelor. În acest caz, durerea ar putea fi înlăturată prin legarea unui bandaj, astfel încât pulsațiile din artere să înceteze, iar durerea să fie diminuată.

Abu Na'im a afirmat în cartea sa despre medicina profetică faptul că durerea de cap tip migrenă îl afecta pe Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și câteodată îl împiedica să iasă din casă pentru o zi sau chiar două zile. Abu Na'im a relatat că

Ibn Abbas a spus: „Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a ținut odată o cuvântare având o bucată de pânză legată în jurul capului.”

În *Sahih* ni se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) spunea, pe vremea când suferea de boala care i-a adus și moartea: „**O, capul meu!**” Obișnuia să lege o bucată de material în jurul capului său.

Aceasta ajută la potolirea durerilor provocate de cefalee și de migrene.

Tratamentul pentru durerile de cap variază în funcție de felul lor și de cauze

Durerile de cap ar putea fi ușurate prin vomitare, îngurgitare de alimente, o stare de calm și relaxare, utilizarea de comprese reci, scăderea temperaturii sau ridicarea temperaturii corpului, evitarea zgomotului etc.

Cunoscând aceste aspecte, trebuie să menționăm faptul că tratamentul cu *henna* este doar parțial și vindecă doar anumite feluri de dureri. Însă atunci când durerea este provocată de febră ridicată și nu de o substanță alterată care trebuie extrasă, *henna* ajută într-o anumită măsură la diminuarea durerii. Compresa din *henna* zdrobită și amestecată cu oțet, aplicată pe frunte, va ușura durerea. *Henna* potolește și nervii atunci când este utilizată ca un bandaj. Pe de altă parte, aceasta nu este indicată doar pentru alinarea durerilor

de cap, ci și pentru afecțiunile diverselor organe ale corpului, pentru tumorile fierbinți, precum și pentru inflamații, atunci când este folosită ca un bandaj.

Henna este rece în prima etapă și devine fierbinte în cea de a doua.

Arborele de *henna* se bucură de două calități speciale: descompunerea – datorată naturii sale calde și hidratante, precum și constricția, grație esențelor reci de pământ pe care le conține.

Henna este folosită în tratamentul arsurilor și liniștește nervii atunci când este folosită ca pansament, așa cum am menționat deja. Dacă este mestecată, ajută la vindecarea ulcerărilor și aftelor care apar în cavitatea bucală. Poate vindeca și stomatita (inflamare a membranelor mucoase ale gurii) care apare la copii. Utilizarea *henna*-ei în bandajarea tumorilor fierbinți ajută, deoarece are efecte similare cu cele ale plantei *sânge de nouă frați* asupra bubelor deschise. Atunci când floarea de *henna* este amestecată cu ceară pură și cu ulei de trandafir, ea este utilă pentru vindecarea durerilor ce apar în partea laterală a corpului (*thatul janb*).

Dacă este aplicată pe tălpile copiilor atunci când apar primele simptome ale variolei, ochii lor vor fi imuni în fața afecțiunilor ce însoțesc această boală. Atunci când floarea de *henna* este așezată printre haine de lână, le va oferi acestora un miros plăcut și va îndepărta insectele și mucegaiul. Datorită minunatelor lor calități, frunzele de *henna* scufundate în apă

proaspătă, stoarse și băute după aceea timp de patruzeci de zile, câte douăzeci de măsuri pe zi, împreună cu zece măsuri de zahăr, procedeu însoțit de consumarea cărnii unei oi tinere, vor preveni infectarea cu lepră.

Ni s-a relatat că era odată un om care se plângea de crăpăturile care îi brăzdau degetele și care a oferit recompense materiale oricui l-ar fi putut ajuta, ... însă în zadar. După o perioadă, o femeie i-a recomandat să bea un amestec de *henna* vreme de zece zile, însă el nu a suportat nici măcar ideea de a consuma băutura respectivă. Peste câțva timp, a înmuiat niște frunze de *henna* în apă și a băut lichidul rezultat, iar degetele lui s-au vindecat și și-au recăpătat frumusețea. *Henna* este utilizată și ca unguent pentru degete, pentru că le întărește și le catifelează. Dacă este amestecată cu unt și folosită ca bandaj pentru tumorile fierbinți, extrage reziduurile de culoare galbenă. *Henna* poate fi utilizată în vindecarea plăgilor cronice, ajută la creșterea și întărirea părului și prezervă sănătatea capului. În cele din urmă menționăm faptul că *henna* este utilă în general împotriva bătăturilor și pustulelor care apar pe tălpi, picioare sau pe corp.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la hrănirea bolnavilor cu alimentele lor preferate și interdicția de a-i forța să mănânce sau să bea

At-Tirmidhi și Ibn Majah au relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Nu vă forțați bolnavii să mănânce sau să bea, pentru că Allah Atotputernicul le oferă hrană și băutură.”**

Unii doctori au comentat asupra acestui hadis: „Cât de benefică și de adevărată este această afirmație a Profetului, plină de înțelepciune, mai ales pentru doctorii care tratează pacienții! Bolnavul nu are poftă de mâncare sau dorință de a bea lichide din cauză că organismul său este ocupat să lupte cu boala, iar pofta de mâncare îl slăbește. În orice caz, nu este recomandat ca pacienților să le fie dată hrană în această situație.”

Sentimentul de foame rezultă din pofta de mâncare a organismului, acesta semnalând că trebuie să se reîncarce cu energia necesară, înlocuind ceea ce s-a consumat. Organele corpului vor consuma energia pe care o au la dispoziție până când aceasta se va termina, iar stomacul va avertiza persoana căreia, astfel, i se va face foame. Apoi hrana va fi distribuită de la stomac către restul organelor corpului, începând cu cele mai apropiate. Atunci când o persoană este bolnavă, organismul său va fi ocupat cu maturarea și eliminarea substanțelor toxice străine și nu va avea nevoie nici de hrană, nici de hidratare. Atunci când bolnavul este forțat să se hrănească, energia corpului se va împărți între digerarea hranei și concentrarea asupra invaziei de substanțe toxice. Într-o astfel de situație, pacientului i se face un rău, mai ales celui care suferă de

afecțiuni acute sau de diminuarea căldurii naturale din organism, pentru că aceste probleme vor amplifica boala și vor dăuna organismului. Pacientul trebuie să se hrănească doar cu ceea ce are nevoie pentru a-și păstra puterile și să evite ceea ce i-ar putea agrava condiția. Bolnavul ar trebui să consume alimente ușoare și să bea sucuri din *nenuphar*, de exemplu (legumă asemănătoare cu morcovul), mere, apă de trandafiri etc. Cât despre alimentele pe care ar trebui să le consume, printre acestea ar trebui să se numere și supa de pui la care se adaugă arome. Pacientul ar mai trebui să își îmbroscăteze corpul cu miresme plăcute și să asculte povestiri benefice.

Doctorul trebuie să servească natura, nu să îi împiedice sau să îi obstrucționeze calea.

Uneori este permis ca pacientul să fie forțat să se alimenteze și să bea, dacă boala sa implică vreo afecțiune mentală.

Hadisul ne indică faptul că pacientul ar putea trăi fără hrană pentru o perioadă de timp mai îndelungată decât ar fi posibil în cazul unei persoane sănătoase.

Afirmația Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) – „... **pentru că Allah le oferă hrană și băutură**” – implică mult mai multe înțelesuri profunde decât și-ar putea imagina doctorii. Doar aceia care au experiență în cunoașterea inimii și a sufletului sau a efectului pe care le au acestea asupra corpului uman (și invers) vor fi capabili să descopere semnificațiile acestor cuvinte ale

Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!).

Se știe că atunci când inima este copleșită de sentimente, cum ar fi bucuria, tristețea sau teama, ea este cufundată în contemplarea lor și astfel va ignora nevoia de a mânca sau de a bea. În această stare, ea nu simte foamea sau setea, nici frigul sau căldura. Într-o astfel de situație, corpul va fi implicat în starea care îl preocupă sau în ceea ce i-a provocat durere. Fiecare trece prin astfel de stări și cu toții cădem de acord asupra faptului că, atunci când inima este preocupată de ceva ce produce îngrijorare, ea nu simte nevoia de hrană.

Dacă este preocupată de un motiv de bucurie, sentimentul de fericire se va transforma într-un substitut al hranei. Jubilația preia controlul asupra corpului, îi oferă energie, iar sângele va fi pompat către organe pînă când se va putea zări prin piele. În acest caz, fața va radia de fericire și va fi plină de viață. Sentimentele de fericire relaxează inima și facilitează pomparea unei cantități mari de sânge în vene. Organele nu au nevoie de hrană în acest caz, deoarece sunt ocupate să prelucreză ceea ce le face mai mult bine decât alimentele. Atunci când firea umană primește ceea ce vrea, va ignora ceea ce îi aduce mai puțină bunăstare sau ceea ce este lipsit de importanță în acel moment.

Dacă preocuparea implică tristețe, angoase sau teamă, organismul va fi preocupat cu prelucrarea acelor griji și va ignora hrana,

fiind concentrat asupra propriului său război. Atunci când organismul câștigă lupta cu aceste sentimente, bucuria resimțită va reaprinde puterea corpului și se va transforma într-un substitut al energiei generate de hrană și hidratare. Însă atunci când bătălia împotriva acestor griji este pierdută, corpul se va simți deprimat și slăbit într-o măsură direct proporțională cu pierderea suferită. Dacă lupta împotriva unei astfel de îngrijorări este câteodată câștigată și alteori pierdută, organismul se va simți energic atunci când biruiește și slab în celelalte momente. Cu siguranță, această luptă este similară bătăliei care se dă între doi dușmani, atunci când avantajul aparține celui victorios, iar înfrângerea atrage după sine pierderi însemnate, oameni morți, răniți sau prizonieri.

Bolnavul primește provizii de la Allah, Cel care îi oferă hrană, pe lângă nutriențele prescrise de medici. Măsura în care este oferit ajutorul divin diferă în funcție de supunerea și ascultarea pe care o demonstrează cel bolnav în fața Domnului său, atitudini care îi vor aduce și apropierea de El. Cu cât robul va fi mai aproape de Allah, cu atât mai mult Îndurarea Sa se va revărsa asupra credinciosului. Dacă robul este unul dintre cei mai fideli servitori ai lui Allah, inima lui va primi îndeajuns sprijin și ajutor ce vor oferi hrană și putere organismului său într-o măsură mult mai semnificativă decât cea rezultată din alimentarea cu hrană materială. Cu cât este mai ridicat nivelul de iubire, fericire, siguranță și mulțumire față de ceea ce Allah

oferă, cu atât mai mare va fi și sprijinul divin primit. Acest aspect nu poate fi descris în cuvinte; niciun doctor nu îl poate explica și nici nu poate dobândi de unul singur cunoaștere cu privire la această chestiune.

Aceia care nu sunt capabili să înțeleagă cele mai sus menționate, din cauza unor deficiențe ale psihicului lor, e bine să privească la nefericirea celor care râvnesc la ceva ce ține de existența materială, indiferent dacă este vorba despre imagine, poziție socială, bani sau cunoaștere. Numeroase persoane au ajuns la descoperiri uimitoare, referitoare la ei înșiși sau la cei din jur, aplicând metoda observației profunde.

În *Sahih* se afirmă că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să țină post zile întregi la rând, însă le interzicea companionilor săi să îi urmeze exemplul, spunând: **„Eu nu sunt la fel ca vreunul dintre voi, Domnul meu îmi oferă hrană și băutură.”**

Hrana și băutura la care se face referire în hadis nu este de natura celei pe care oamenii o mănâncă în această lume. Altfel, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu ar fi continuat să postească. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) spunea: **„Domnul meu îmi oferă hrană și băutură.”**, demarcând astfel acea linie care făcea diferența între el și companionii, referindu-se la faptul că el poate suporta ceea ce ei nu ar reuși să suporte. Iar dacă Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) s-ar fi

referit la hrana și băutura normală, el nu ar fi spus: **„Eu nu sunt la fel ca vreunul dintre voi.”** Cei care deduc din acest hadis faptul că ar fi vorba despre hrana și băutura normală nu au dobândit încă suficientă hrană adevărată, necesară inimii și sufletului lor. Nici nu au cunoștință despre efectele produse de această hrană divină asupra întăririi și revitalizării corpului; ea îi oferă adevărata susținere, mult mai puternică și mai hrănitoare decât cea materială.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul amigdalitei și administrarea medicamentelor pe cale orală

În *Sahihan* ni se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Extragerea de sânge și costusul marin (aloe vera) se numără printre cele mai bune remedii pentru voi; nu vă chinuiți copiii apăsând pe omușorul lor pentru a vindeca amigdalita.”**

În *Sunan* și în *Musnad*-ul (lanțul narativ) Imamului Ahmad se relatează că Jabir a spus: „Trimisul lui Allah a venit la ‘Aişah și a văzut un băiat căruia îi curgea sânge din nas, așa că i-a întrebat: **«Ce înseamnă aceasta?»** Ei au răspuns: «Băiatul suferă de amigdalită sau de durere de cap.» Atunci Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **«Vai vouă! Nu vă ucideți copiii! Mama**

copilului bolnav de amigdalită sau de dureri de cap să radă niște costus indian (aloe) pe care să îl amestece cu apă și apoi să i-l administreze copilului pe cale nazală.» Atunci când ‘Aişah a poruncit ca această recomandare să fie pusă în aplicare, băiatul s-a vindecat.” (Ahmad, Al-Hakim, Abu Ya’la și Al-Kazzar).

Abu ‘Ubaidah a spus: „Amigdalita este o iritație a gâtului aflată în relație directă cu circulația sângelui.” S-a mai afirmat că amigdalita este un ulcer care apare între ureche și gât, afectându-i în special pe băieții tineri.

Atunci când se administrează pe cale nazală o cantitate de aloe, planta fiind rasă, acest lucru ajută la combaterea amigdalitei care antrenează în principal mucozități înrudite cu sângele, substanțe ce se acumulează în corpul tinerilor băieți. Prin administrarea de costus sau aloe, omușorul (uvula) este micșorat și împins înapoi la locul său. Iar prin consumarea de aloe se combat și alte suferințe a căror natură este fierbinte. Autorul lucrării *Al-Qanun* a afirmat că prin administrarea unei combinații de costus, sulfat de aluminiu din Yemen și șovârf se poate vindeca amigdalita.

Costusul marin menționat în acest hadis este varianta indiană a plantei de aloe (mai ales cea de culoare albicioasă); ea este dulce și aducătoare de numeroase beneficii. Înainte oamenii obișnuiau să își trateze copiii suferinzi de amigdalită prin apăsare asupra omușorului sau prin atașarea unui obiect la nivelul uvulei. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a interzis această practică și i-a

îndrumat pe oameni spre ceea ce este mai bine, mai benefic și mai ușor pentru copiii care suferă din cauza acestei afecțiuni.

Administrarea leacurilor pe cale nazală implică fie medicamente simple, fie complexe, care sunt măcinate și uscate. Apoi acest leac îi este administrat pe nas celui afectat, în timp ce el stă întins pe spate, cu umerii ridicați, astfel încât capul său să fie înclinat pe spate.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a recomandat utilizarea acestei metode atunci când există o necesitate reală. Iar Abu Daud a menționat în *Sunan* că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să folosească el însuși acest remediu.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul bolilor inimii

Abu Daud a relatat că Sa'ad a spus: „Odată m-am îmbolnăvit, iar Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a venit să mă viziteze și și-a așezat mâna pe pieptul meu pînă când am simțit răceala ei deasupra inimii mele. Apoi el a spus: **«Te plângi de durerea din inima ta. Mergi la Al-Harith bin Kaladah, din (tribul) Thaḡhif, pentru că el a dobândit cunoaștere în medicină. Să ia șapte curmale din Medina, să le macine cu sâmburi cu tot și să ți le dea.»**”

În general, curmalele au calități incredibile, în special cele uscate, culese din Medina, iar efectul lor în tratarea afecțiunilor inimii este foarte puternic. Sfatul referitor la un număr de șapte curmale reprezintă tot o calitate, care poate fi cunoscută doar prin intermediul revelației.

În *Sahihan* se relatează că Sa'd bin Abu Waqqas a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **«Oricine mănâncă șapte curmale după ce se trezește dimineața nu va fi atins de nicio otravă sau vrajă în acea zi.»**”

Într-o altă relatare, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„Oricine mănâncă dimineața șapte curmale cultivate între cele două regiuni acoperite cu pietre arse și negre din Medina nu va fi vătămat de otravă pînă la căderea nopții.”**

Curmalele sunt calde în cel de al doilea stadiu și uscate în primă fază. Aceste fructe reprezintă un aliment nutritiv, mai ales pentru cei a căror dietă regulată le include, așa cum sunt oamenii din Medina. Curmalele constituie cea mai bună hrană, în special pentru cei care locuiesc în țări cu climat foarte cald sau temperat, spre deosebire de cei care locuiesc în ținuturi reci, deoarece temperatura corpului celor din urmă este mai ridicată, în timp ce locuitorii din zone calde au o temperatură a corpului mai scăzută. Din acest motiv, cei care locuiesc în Hijaz, Yemen și Tai'f sau în alte zone cu caracteristici climatice asemănătoare consumă mâncăruri de factură fierbinte, cum

ar fi curmalele sau mierea. Cei din aceste regiuni obișnuiesc să folosească mai mult piper și ghimbir atunci când gătesc, în comparație cu cei din alte zone; câteodată adaugă de zece ori mai mult piper decât cei din regiunile reci. Unii dintre ei consumă ghimbirul (*zanjabil*) așa cum alții mănâncă dulciuri. Atunci când călătoresc, ei obișnuiesc să transporte cu ei aceste alimente. Așa cum am precizat deja, aceste alimente sunt potrivite pentru cei care locuiesc în zone calde; lor nu le fac rău, din cauza particularității pe care o prezintă temperatura interioară a corpului lor. Cu referire la același subiect, ar trebui să adăugăm faptul că apa din fântâni se răcește în timpul verii, iar iarna devine mai caldă. Stomacul depune un efort suplimentar pentru a digera mâncărurile grele (sau complexe) caracteristice perioadei de iarnă, în comparație cu cele specifice verii.

Pentru locuitorii din Medina curmalele uscate reprezintă dieta caracteristică, așa cum pentru alții produsele din grâu le definesc în principal alimentația. Curmalele uscate din regiunea Al-Aliyah din Medina se numără printre cele mai bune feluri de curmale, fiind tari, delicioase și dulci.

Curmalele reprezintă o specie de fructe ce sunt consumate pentru aportul lor nutritiv, dar și pentru valoarea lor medicinală; ele sunt recomandate majorității persoanelor datorită rolului lor de a stabiliza căldura naturală. Curmalele nu produc substanțe dăunătoare, așa cum se întâmplă cu alte genuri de alimente și fructe. Dimpotrivă, curmalele împiedică

alterarea sau putrezirea substanțelor din organism, mai ales în cazul oamenilor obișnuiți să consume curmale uscate.

Hadisul pe care l-am menționat în legătură cu curmalele uscate (la începutul capitolului) se referă în mod specific la locuitorii din Medina și din zonele apropiate. Este bine cunoscut faptul că valoarea medicinală a ierburilor și plantelor care cresc în anumite zone se află în legătură directă cu calitatea aerului și tipurile de sol din acele zone. O anumită plantă medicinală s-ar putea dovedi folositoare în habitatul său natural, însă nu și în cazul în care ar fi crescut altundeva. Ținuturile sunt diferite prin însăși natura lor și prin caracteristicile proprii, în același mod în care oamenii diferă unul de celălalt. Există plante care fac parte din obiceiurile alimentare ale oamenilor dintr-o anumită zonă, în timp ce aceleași plante sunt considerate otrăvitoare în alte ținuturi. Iar uneori anumite leacuri folosite de oamenii dintr-o regiune pot fi parte componentă a dietei oamenilor dintr-o altă zonă. Unele leacuri pot vindeca anumite boli pentru oamenii dintr-un ținut, în vreme ce în altă regiune se consideră că vindecă alte afecțiuni. Este posibil ca un leac considerat eficient într-un ținut să nu aibă niciun efect în altă arie geografică.

Utilizarea celor șapte curmale are o semnificație spirituală și materială. Allah a creat șapte ceruri, șapte țărâmurii, săptămâna are șapte zile; de asemenea, El a creat umanitatea în așa fel încât toți oamenii să

parcurgă șapte etape în viață. Allah a prescris ca la *tawaf* să se înconjoare Kaaba de șapte ori, iar distanța dintre colinele Safa și Marwah se parcurge tot de șapte ori. Lapidarea *jamrat*-ului se realizează utilizând șapte pietricele, iar *takbir*-ul de la rugăciunea de 'Eid este rostit tot de șapte ori.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ne-a lăsat următoarea indicație, referindu-se la copilași: **„Porunciți-i să se roage atunci când împlinește vârsta de șapte ani.”**

În cazul unui divorț, la vârsta de șapte ani copilul poate alege dacă vrea să rămână cu mama sau cu tatăl său, conform opiniilor exprimate de unii învățați. Atunci când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) era bolnav, a ordonat ca asupra lui să se toarne apă din șapte burdufuri diferite. Allah a trimis vânturile distructive asupra poporului lui 'Ad timp de șapte nopți consecutiv. Profetul i-a cerut lui Allah să îi fie încercată comunitatea cu șapte ani de foamete (vezi poporul profetului Yusuf / Iosif – Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Când Allah a discutat despre actele de caritate le-a comparat cu bobul de porumb care are nevoie de șapte ani pentru a crește, fiecare știulete având o sută de boabe. Știuleții de porumb pe care regele i-a văzut pe timpul profetului Yusuf (Iosif) erau șapte la număr, iar numărul de ani în decursul cărora oamenii regelui au cultivat pământul era tot șapte. Fiecare faptă de caritate este multiplicată de șapte sute de ori. Șaptezeci de mii de

musulmani vor intra în Paradis fără a fi întrebați nimic. Numărul șapte are o semnificație specială în comparație cu alte cifre și numai Allah deține cunoașterea deplină referitoare la înțelepciunea aflată în spatele alegerii acestui număr.

În hadis se menționează faptul că prin consumarea a șapte curmale ce provin dintr-o anumită zonă din Medina se evită efectul pe care ar putea să îl producă otrava sau vreo vrajă, indicându-ne astfel calitățile speciale ale acestei specii de curmale. Dacă această afirmație ar fi fost făcută de Hipocrate sau de Galinus, nu de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), doctorii ar fi acceptat-o fără nicio ezitare, chiar dacă Hipocrate sau Galinus s-ar fi bazat pe o presupunere, nu pe un fapt. Însă afirmațiile Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), care sunt cu siguranță adevărate și revelate de divinitate, merită cu siguranță să fie crezute și urmate, fără nicio urmă de ezitare sau negare.

Curmalele uscate la care se face referire în hadis previn efectul pe care l-ar putea avea anumite otrăvuri, iar acest lucru este valabil doar în anumite ținuturi. O altă condiție care trebuie îndeplinită este ca bolnavul să aibă credința că respectivul leac îi va face bine, astfel încât și organismul său să îl accepte și să obțină beneficiile care derivă din administrarea acestuia. S-a dovedit faptul că uneori chiar și credința că respectivul remediu va funcționa poate conduce la vindecarea unor boli, potrivit observațiilor mai multor oameni. Atunci când

inima acceptă faptul că vindecarea se regăsește într-un anumit medicament, organismul va simți cum prinde puteri. Pe de altă parte, există și situații în care un remediu eficient nu va produce efectul scontat din cauză că bolnavul nu crede că acesta îl poate ajuta să se vindece; organismul său nu îl va accepta și nici nu va beneficia de pe urma administrării acestuia.

Chiar și Coranul, cel mai bun remediu din toate timpurile, atât în decursul vieții lumești, cât și al celei veșnice, vindecător al oricărei suferințe, nu va aduce niciun beneficiu inimii care nu crede în calitățile sale vindecătoare. Dimpotrivă, va spori boala în aceste inimi rele.

Niciun tratament pentru afecțiunile inimii nu este mai eficient decât Coranul, singurul capabil să înlăture în mod complet răul din inimă, să îi mențină sănătatea și starea de bine și să o apere de tot ceea ce ar putea să îi dăuneze. Și totuși există astfel de inimi care ignoră cuvintele Coranului și nu cred în el, lipsindu-se de înțelepciunea sa. Unii oameni preferă să recurgă la altfel de leacuri, preparate de semenii lor, iar inimile lor nu beneficiază de Coran. În consecință, simptomele care le-au atacat inimile vor persista și acestea vor fi expuse la mai multe afecțiuni. Odată cu trecerea timpului, atât doctorii, cât și bolnavii se vor obișnui cu medicamentele produse și prescrise de către oamenii din jur, de către conducătorii lor sau de către cei pe care îi respectă. Într-o astfel de situație, nenorocirile vor spori, iar bolile vor deveni mai dificil de

vindecat. Pe măsură ce vor continua să folosească aceste medicamente și să ignore Coranul, boala lor va spori.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la neutralizarea elementelor dăunătoare din diverse alimente și fructe

În *Sahihan* se relatează că ‘Abdullah bin Ja’far’a a spus: „**L-am văzut pe Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) mâncând curmale coapte împreună cu castraveți.**”

În cea de a doua fază, curmalele coapte sunt un aliment fierbinte care sporește dorința sexuală și dau putere stomacului rece. Însă curmalele coapte se descompun rapid, produc sete, dăunează dinților, alterează sângele și generează dureri de cap, precum și blocaje și dureri la nivelul prostatei. Castraveții sunt reci și umezi atunci când parcurg a doua etapă; nu produc sete, au o aromă proaspătă și răcoresc stomacul. Atunci când semințele castraveților sunt uscate și zdrobite, apoi fierte în apă, rezultă o băutură răcoritoare ce ajută în procesul de formare a urinei și ușurează durerea de la nivelul prostatei. Frunzele de pe tulpina castravetelui, zdrobite și amestecate cu jeleu de stafide, iar apoi utilizate ca un bandaj, ajută la vindecarea mușcăturilor câinilor turbați.

De obicei smochinele sunt fierbinți, în timp ce castraveții sunt reci, iar aceste două alimente sunt compatibile între ele și își neutralizează reciproc efectele negative. Acesta reprezintă un exemplu de eliminare a substanțelor dăunătoare dintr-un aliment, prin combinarea cu opusul sau antidotul său; știința, în încercarea sa de a dezvolta măsuri preventive, urmărește chiar acest scop. De fapt acestea sunt țelurile pe care medicina, luată ca întreg, încearcă să le atingă.

Alăturarea dintre alimente sau medicamente și antidoturile acestora sau elementele cu proprietăți opuse face ca alimentul să fie mai bine tolerat și înlătură toate efectele secundare nefaste. În consecință, organismul își menține starea de sănătate și de bine, precum și forța.

‘Aișah (Allah să fie mulțumit de ea!) a spus odată: **„Au încercat să mă îngrașe oferindu-mi tot felul de alimente, însă acest lucru nu s-a întâmplat. Însă când mi-au dat să mănânc curmale coapte cu castraveți, m-am îngrășat.”**

Pe scurt, neutralizarea efectului substanței fierbinți prin alăturarea uneia de natură răcoroasă sau a substanței reci combinate cu cea caldă, ori a celei uscate cu cea umedă sau a celei umede cu cea uscată conduce la apariția unei substanțe combinate, mai blânde, considerate a fi unul dintre cele mai bune remedii sau măsuri preventive. Am menționat mai devreme îndrumarea profetică referitoare la amestecul dintre *senna* și *sanut*

(miere și unt) și am afirmat că astfel *senna* va deveni mai blândă. Fie ca Allah să reverse pacea și binecuvântările Sale asupra celui care a fost trimis cu tot ceea ce insuflă viață inimilor și trupurilor și ceea ce atrage binele asupra lor în această viață lumească și în cea veșnică!

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) referitoare la regimul alimentar ca parte a vindecării

Toate leacurile și remediile au ca parte componentă fie o anumită dietă, fie o serie de măsuri preventive. Atunci când cineva se îmbolnăvește, va trebui să încerce să își elibereze organismul de substanțele dăunătoare și de toxine. Medicina se învâрте în jurul acestor trei elemente.

Există două tipuri de regim alimentar: dieta care previne o boală și un tip de regim prin care se evită agravarea bolii. Prima categorie de diete este pentru cei sănătoși, iar cea de a doua pentru acei oameni care suferă de o boală. Atunci când pacientul urmează un anumit regim, boala nu va progresa, iar forțele care există în organismul uman vor coopera pentru a elimina respectiva afecțiune.

Elementul de bază al oricărui regim se regăsește în aceste cuvinte ale lui Allah:

„Iar dacă sunteți bolnavi sau în călătorie, ori dacă unul dintre voi se întoarce din locul unde și-a făcut nevoile,

sau ați atins muierile și nu găsiți apă, atunci căutați țărână mărunță curată și treceti-vă palmele peste față și peste mâini, căci Allah este Îngăduitor, Iertător.” (Sura An-Nisa’: 43).

Allah i-a scutit pe cei bolnavi de obligativitatea de a folosi apa, atunci când e posibil ca aceasta să le dăuneze.

Ibn Majah a relatat că Umm Al-Munthir bint Qais a spus: „Trimisul lui Allah a venit la noi împreună cu ‘Ali (Allah să fie mulțumit de el!), care se afla în convalescență. Noi aveam atunci un ciorchine de curmale atârnat. Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a început să mănânce din ele, iar apoi ‘Ali a făcut la fel. Trimisul lui Allah a continuat să îi spună lui ‘Ali: **«Ești încă în perioada de recuperare»**, până când ‘Ali s-a oprit din mâncat. Apoi am gătit niște orz cu *chard* (un fel de mâncare asemănătoare cu spanacul) și i le-am adus. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a zis atunci lui ‘Ali: **«Mănâncă din această mâncare! Este mai bine pentru tine.»**”

Într-o altă relatare ni se spune că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„Mănâncă din această mâncare! Este mai bine pentru starea ta actuală.”** (Abu Daud, Ahmad și Al-Hakim).

Ibn Majah a relatat că Suhayb a spus: „Am trecut pe la Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și am văzut că în fața lui se aflau niște curmale și pâine. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui

Allah fie asupra sa!) a spus: **«Apropie-te și mănâncă!»** Am luat niște curmale și am început să le mănânc. Apoi Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **«Tu mănânci curmale în timp ce suferi de conjunctivită [inflamare a membranei care acoperă ochiul]?»** Am zis atunci: «O, Trimis al lui Allah, dar eu mestec pe cealaltă parte!» Atunci Profetul a zâmbit.”

Într-un alt hadis, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Atunci când Allah iubește un rob [al Său], îl ajută să se abțină de la (tentațiile) vieții din această lume așa cum unul dintre voi pune bolnavul să țină regim. Allah îl pune pe robul Său credincios să țină un regim în ce privește viața acestei lumi.”**

Celebra afirmație – „Dieta este cel mai bun medicament, iar stomacul este locul care găzduiește boala; oferiți-i fiecăruia acele lucruri (din categoria alimentelor și a medicamentelor) cu care s-a obișnuit.” – nu este un hadis, potrivit afirmațiilor făcute de învățați, ci se pare că reprezintă cuvintele lui Al-Harith bin Kaladah, renumitul doctor de origine arabă.

Al-Harith a afirmat: „Dieta este fundamentul medicinei.” În viziunea doctorilor este foarte nesănătos ca oamenii care nu suferă de vreo afecțiune să țină regim; este ca și cum o persoană bolnavă nu și-ar impune nicio restricție alimentară. În consecință, cel mai bun regim este cel ținut de aceia care se recuperează după o boală, pentru că organele lor interne nu au avut timp să-și recupereze sănătatea sau

puterea. În aceste condiții, procesul de digestie nu va fi la fel de eficient ca de obicei, iar celelalte organe ale corpului vor fi încă vulnerabile în fața altor afecțiuni. Într-un astfel de moment, obiceiurile alimentare nesănătoase pot face ca boala să revină cu o forță mai mare decât cea anterioară.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu i-a permis lui 'Ali (Allah să fie mulțumit de el!) să mănânce curmale pe când era în convalescență și această interdicție reprezintă unul dintre cele mai bune exemple de metode preventive. Fructele nu sunt benefice pentru cei bolnavi sau aflați în perioada de recuperare, deoarece sunt digerate rapid într-un moment în care corpul încă se mai luptă cu boala și nu este suficient de puternic pentru a digera o cantitate mare de alimente. În special curmalele uscate cad greu atunci când organismul este ocupat să lupte cu boala sau să înlătore efectele acesteia. Orice suferință rămasă fie se va împrăștia, fie se va reintensifica, în funcție de starea organismului.

Prin urmare, atunci când orzul și *chard*-ul i-au fost aduse Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), el i-a poruncit lui 'Ali să mănânce din acestea. Preparatele din orz și *chard*-ul (acel fel de mâncare care seamănă cu spanacul) reprezintă unele dintre cele mai bune feluri de mâncare pentru pacienții aflați în perioada de convalescență, precum și pentru cei al căror stomac este slăbit. Ele nu produc substanțe dăunătoare și nici toxine ce trebuie eliminate.

Apa rezultată în urma preparării orzului este răcoroasă și hrănitoare, iar printre proprietățile sale benefice se numără liniștirea și relaxarea intestinelor și întărirea corpului, în general; aceste efecte sunt intensificate mai ales atunci când este gătit împreună cu *chard*-ul.

Zayd bin Aslam a spus odată: „Umar a forțat un pacient să țină un regim atât de strict, încât acesta a ajuns să lingă pietre.” Pe scurt, dieta este una dintre cele mai benefice metode preventive care pot fi folosite înainte ca boala să apară, dar și după manifestarea acesteia; în cea de a doua situație, boala nu se va putea extinde sau progresa.

Atunci când oamenii sănătoși, cei aflați în convalescență sau cei bolnavi au poftă să consume un anumit aliment sau o anumită băutură, ele nu îi vor dăuna, dacă sunt consumate în cantități mici. Mai degrabă se poate afirma că acestea vor aduce beneficii organismului și îl vor ajuta, deoarece hrana va fi acceptată de stomac și digerată cu ușurință, spre deosebire de situația în care se administrează un medicament detestat. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a permis lui Suhaib să mănânce câteva curmale, deși acesta suferea de conjunctivită, deoarece era vorba despre o cantitate mică ce nu i-ar fi făcut niciun rău.

Ni se relatează că, atunci când suferea de conjunctivită, ‘Ali a trecut pe lângă Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și l-a văzut mâncând curmale. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) l-a

întrebat: „**O, ‘Ali, îți este poftă de curmale?**”, iar apoi a aruncat una în direcția acestuia, apoi încă una, până când a ajuns să îi dea șapte curmale. Atunci Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „**Este de ajuns, o, ‘Ali!**” (Citat din lucrarea despre medicina profetică a lui Abu Na‘im).

Se spune că Ibn Majah a relatat următoarele de la Ibn Abbas: „Aflat în vizită la un bolnav, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) l-a întrebat: «**Ai poftă de ceva anume?**», iar omul a răspuns: «Am poftă de pâine din făină de grâu (sau de o prăjitură).» Atunci Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: «**Oricine are pâine făcută din făină de grâu să îi trimită din ea și fratelui său.**» Profetul a mai spus: «**Când bolnavii au poftă de ceva anume, dați-le o cantitate mică din acel aliment.**»”

Hadisul mai sus menționat implică o înțelepciune secretă, pentru că atunci când bolnavul consumă un produs după care tânjește și, în același timp, este flămând, ceea ce îngerează va fi mai puțin dăunător în comparație cu situația în care ar consuma un aliment care nu îi place. Dacă produsul pe care ar dori să îl consume nu este benefic pentru condiția lui, preferința manifestată de el va înlătura răul pe care acela l-ar putea genera. Consumarea unui aliment care nu îi place îi va face rău, chiar dacă este vorba despre o substanță benefică în sine. În general, acele alimente gustoase care îi plac bolnavului vor fi acceptate de către organism și apoi digerate

într-un mod optim, mai ales dacă acestea sunt mâncate cu poftă mare.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea conjunctivitei prin odihnă și dietă

Am menționat deja faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a cerut lui Suhaib să țină un regim ce consta în abținerea de la consumarea curmalelor, pe când acesta suferea de conjunctivită, iar lui 'Ali i-a dat același sfat atunci când a fost afectat de aceeași boală. În lucrarea despre medicina profetică a lui Abu Na'im găsim următorul sfat: „Atunci când vreuna dintre soțiile sale (ale Profetului) suferea de conjunctivită, el nu o atingea până când ochii ei nu erau vindecați.”

Conjunctivita este o infecție care atacă conjunctiva, acea suprafață de culoare albă a ochiului.

Pe scurt, atât starea corpului, cât și a capului va fi afectată de iritabilitatea provocată de conjunctivită, iar întreținerea de relații intime în această perioadă va agrava afecțiunea. Actul sexual implică o mișcare fizică ce antrenează întregul corp, precum și inima și sufletul. Sufletul va urma ceea ce îi dictează corpul și inima, deoarece inima este prima din șirul conexiunilor pe care organele le au cu trupul, iar ea afectează restul organismului.

Ar trebui să precizăm faptul că trupul are un beneficiu în urma acestei afecțiuni: ea îl ajută să extragă substanțele dăunătoare și curăță organismul și capul de elementele toxice. Conjunctivita îl obligă pe cel afectat să urmeze o dietă și să evite tristețea, durerea și activitatea solicitantă. În plus, unul dintre pioșii predecesori a spus: „Să nu urâți conjunctivita, deoarece previne orbirea.”

De asemenea, tratamentul conjunctivitei implică odihnă și interdicția de a atinge ochiul pentru a preveni acumularea de substanțe dăunătoare în acel loc. Unii dintre *salafi* au spus odată: „Exemplul companionilor profetului Muhammad (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) este asemănător cu exemplul ochiului: vindecarea sa stă în evitarea atingerii.”

Într-un hadis a cărui autenticitate nu este certă se afirmă că stropirea cu apă rece a ochiului afectat de conjunctivită conduce la vindecare. Remediul menționat în hadis este benefic în cazul conjunctivitei fierbinți, pentru că apa este rece și astfel răcorește căldura care însoțește conjunctivita. Acesta este motivul care l-a determinat pe Abdullah bin Mas'ud să îi spună următorul lucru soției sale care se plângea că suferă de conjunctivită: „Dacă ai fi procedat precum Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), ar fi fost mai bine pentru tine și vindecarea ochilor tăi ar fi fost grăbită. Stropește-ți cu apă ochii și spune: «Vindecă această suferință, o, Domn al oamenilor! Adu-mi vindecarea, pentru că doar Tu aduci alinare și nu există vindecare în afara

celel aduse de Tine! Dă-mi mie acel fel de vindecare care șterge orice suferință!»

Am menționat deja faptul că acest gen de remedii sunt potrivite pentru anumite zone și pentru anumite dureri oculare. Nu trebuie să deducem de aici că afirmațiile specifice ale Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ar fi generale și nici invers. Altfel, cu siguranță vor apărea erori.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul narcolepsiei

În lucrarea sa ce tratează afirmațiile mai puțin obișnuite întâlnite în unele hadisuri, Abu Ubaid a povestit despre un grup de oameni care au trecut pe lângă un pom și au mâncat din roadele acestuia, iar apoi au rămas înțepeniți ca și cum pe lângă ei ar fi trecut un vânt care i-a imobilizat în acea poziție. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Răciți niște apă în burdufuri și apoi turnați-o peste ei în timpul dintre cele două *azan-uri* (între chemarea la rugăciunea de *fajr* și *iqamah*).”**

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a făcut referire la burdufuri, deoarece acestea răcesc apa mai rapid decât vasele din argilă. Tot el s-a referit în acest hadis la *iqamah* (prin denumirea de *azan*).

Unii doctori au afirmat că remediul prescris de Profet (Pacea și binecuvântarea lui

Allah fie asupra sa!) în acest hadis constituie una dintre cele mai eficiente căi de a combate narcolepsia de care oamenii suferă în regiunea Hijaz, un ținut fierbinte și uscat. Locuitorii din acea zonă au o căldură interioară scăzută. Prin turnarea apei reci asupra oamenilor afectați de narcolepsie, în perioada de timp mai sus menționată (care reprezintă cel mai rece moment al nopții), căldura se va împrăștia în corpul ce va fi energizat astfel și se va acumula în acele regiuni interioare unde sălășluiește boala. Apoi forțele organismului se vor concentra asupra respingerii bolii și vor rezista suferinței, prin voința lui Allah.

Dacă acest remediu ar fi fost prescris de Galenus sau Hipocrate, doctorii ar fi fost uimiți de eficiența sa perfectă.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la alimentele și băuturile contaminate de muște

În *Sahihan* (de fapt numai Bukhari a relatat acest hadis în al său *Sahih*) se relatează că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Dacă o muscă va cădea în băutura vreunuia dintre voi, să o scufunde (în băutura), pentru că pe una dintre aripi se găsește o boală, iar pe cealaltă – antidotul acesteia.”**

Ibn Majah a relatat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „**Una dintre aripile muștei poartă o otravă, iar pe cealaltă se găsește antidotul acesteia. Atunci când cade în mâncare, scufundați-o, de dragul lui Allah, căci într-adevăr El face astfel încât otrava să aibă efect întâi și El face ca apoi să vină leacul.**”

Acest hadis implică două domenii de interes: *fiqh* (jurisprudență islamică) și cel medical. Din perspectiva *fiqh*, în hadis ni se spune că, atunci când o muscă ajunge să cadă în apă sau în alte lichide, ea nu le impurifică, potrivit opiniei exprimate de majoritatea învățaților. Niciun reprezentant al primelor generații nu a contrazis acest verdict.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a poruncit ca musca ce cade în mâncare să fie afundată complet în aceasta; astfel, ea va fi ucisă, mai ales dacă mâncarea este fierbinte. Dacă musca moartă ar fi făcut ca mâncarea să devină impură, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ne-ar fi poruncit să aruncăm acea mâncare. Dimpotrivă, el a încercat să salveze mâncarea.

Albinele, viespile, păianjenii și toate insectele asemănătoare sunt tratate în aceeași modalitate, pentru că verdictul care derivă din porunca Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) este general. Animalele moarte devin impure din cauză că sângele din corpul lor rămâne blocat; insectele sunt pure, deoarece nu au sânge. Primul care a utilizat sintagma „ceea ce este lipsit de suflet”

(referindu-se la lipsa de sânge) a fost Ibrahim An-Nukhai; ulterior învățații au preluat expresia.

Din perspectivă medicală, Abu 'Ubaidah a spus că scopul scufundării muștei (în băutură) este acela de a extrage antidotul de pe cealaltă aripă, în aceeași manieră în care otrava de pe aripa opusă a pătruns în hrană (acea aripă care a căzut în mâncare).

Muștele transportă substanțe otrăvitoare, așa cum se observă din efectul mușcăturii lor (roșeața sau infecțiile), iar această otrăvă reprezintă mecanismul lor de apărare. Atunci când este în pericol, musca încearcă să se apere cu armele pe care le are la dispoziție. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a poruncit să neutralizăm substanțele otrăvitoare produse de muște prin leacul pe care Allah l-a lăsat pe cealaltă aripă. Musca ar trebui scufundată în apă sau în mâncare, astfel încât leacul să neutralizeze efectul otrăvii. Acesta este un remediu pe care chiar și cei mai pricepuți medici nu l-ar fi putut descoperi singuri, deoarece constituie o parte integrantă a înțelepciunii profetice. Medicii care au dobândit cunoștințe și înțelepciune dau ascultare acestui remediu profetic și recunosc faptul că acela care a fost trimis cu acest leac este într-adevăr o ființă umană perfectă, sprijinită de revelația divină aflată dincolo de orice putere umană.

Mai mulți medici au declarat că, atunci când aplică un unguent produs din corpul unei muște asupra regiunii inflamate în urma mușcăturii unui scorpion sau a înțepăturii unei

viesspi, acesta va calma durerea datorită leacului conținut de aripa sa. Atunci când capul muștei este înlăturat, iar restul corpului este folosit pentru a freca tumoarea de pe suprafața pleoapei, aceasta se va vindeca, cu voia lui Allah.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea coșurilor

Ibn As-Suni a relatat în lucrarea sa că una dintre soțiile Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „Odată a venit la mine Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), iar eu aveam un coș pe deget. El a spus: «**Ai tharirah (arum)?**» Am spus: «Da», iar el a spus: «**Aplică-l pe deget!**». Apoi a zis: «**Spune: ‘O, Allah, Tu care transformi ceea ce e mare în ceva mic, iar ceea ce e mic îl faci să fie mare, fă astfel încât ceea ce îmi aduce suferință să fie mic!’**» (Hadis relatat de Al-Hakim).

Tharirah (arum) este un remediu indian făcut din tijă de *arum*; el este fierbinte și uscat, ajută la combaterea durerilor de stomac și de ficat, a hidropiziei și întărește inima.

În *Sahihan* se relatează că ‘Aişah a spus: „**L-am parfumat pe Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu mâinile mele, folosind arum, în timpul pelerinajului de adio, pe când acesta se afla în starea de ihram, precum și în alte dăți.**”

Coșurile reprezintă niște excrescențe produse de substanțele dăunătoare, toxice, care împing suprafața pielii dinspre interior pentru a găsi o cale de a părăsi organismul. Coșul are nevoie de o perioadă de timp pentru a ajunge la maturitate, iar apoi poate fi deschis și extras, de exemplu, cu ajutorul acestei plante care contribuie în același timp la eliminarea substanțelor toxice din interiorul excrescenței, parfumând în mod plăcut pielea. Această plantă prezintă calitatea de a potoli fierbințeala coșului. Din acest motiv, autorul lucrării *Al-Qanun* a spus: „Nu există un remediu mai bun decât *tharirah* pentru arsuri, mai ales dacă este amestecat cu esență de trandafir și oțet.”

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în ceea ce privește îndepărtarea tumorilor și a abceselor prin metode chirurgicale

Abu Hureira a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a poruncit unui doctor să facă o incizie a abcesului de pe abdomenul unui bărbat. El a fost întrebat: „Medicina ajută, o, Trimis al lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!)?”, iar el a răspuns: **„Acela care a coborât boala a trimis și ceea ce a dorit din leacul acesteia.”**

Puncția sau incizia la nivelul tumorii aduce două beneficii: extrage substanțele

dăunătoare și previne acumularea de substanțe nocive în jurul tumorii.

În hadis s-a relatat faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a poruncit unui doctor să facă o incizie la nivelul abdomenului unui bărbat pentru a elimina o tumoare.

Marii învățați au opinii diferite cu privire la inciziile efectuate asupra tumorilor; unii dintre ei nu le-au permis, considerându-le periculoase. Alți medici au fost de părere că, în afară de incizii, nu există niciun remediu pentru hidropizie. După cum am menționat, hidropizia este de trei feluri: hidropizia tip tobă, care face stomacul să se umfle din cauza gazelor acumulate, iar dacă se bate cu degetele asupra stomacului acesta va produce un sunet asemănător cu cel de tobă.

Există și hidropizia cărnii, care produce umflarea cărnii și răspândirea de mucozități în corp prin intermediul sângelui. Această boală este mai gravă decât prima.

Cel de al treilea fel de hidropizie este acela care provoacă acumularea de substanțe toxice în partea inferioară a stomacului. Atunci când cel afectat de această boală se mișcă, stomacul lui va produce un zgomot asemănător cu cel al zguduirii unui burduf plin cu apă. Mulți doctori sunt de părere că acest tip de hidropizie este cel mai grav; alții consideră că hidropizia cărnii este cea mai gravă dintre aceste afecțiuni.

Pentru vindecarea celui de al treilea tip de hidropizie este necesară extragerea lichidului

acumulat, prin incizie, într-o manieră similară extragerii sângelui alterat prin puncția venoasă. Această procedură este periculoasă, deși hadisul, dacă se dovedește a fi autentic, o permite. Allah deține cunoașterea perfectă.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea bolnavilor prin încurajare și întărirea încrederii

Ibn Majah a relatat de la Abu Sa'îd Al-Khudri că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Atunci când vizitați un bolnav, spuneți-i vorbe bune, de dragul lui Allah, pentru că, deși acest lucru nu îndepărtează răul, îi va ușura inima.”** (Acest hadis a fost relatat și de At-Tirmidhi).

Acest hadis cuprinde unul dintre cele mai nobile remedii – atenuarea neliniștii bolnavului prin cuvinte bune care îi vor întări încrederea și forța. În acest caz, energia internă va crește și va ajuta organismul să lupte împotriva bolii, ceea ce reprezintă cea mai mare dorință a unui doctor.

Atenuarea neliniștii pe care o simte bolnavul, precum și alinarea inimii sale au un efect surprinzător asupra vindecării trupului și a diminuării efectelor unei boli. Ele le vor da putere inimii și sufletului, încurajând organismul să lupte împotriva bolii. Oamenii au văzut cu ochii lor cum bolnavii capătă mai

multă energie și forțe proaspete atunci când sunt vizitați și stau în compania celor pe care îi plac și pe care îi respectă. Acesta este unul dintre beneficiile care derivă din vizitarea celui bolnav; din această acțiune rezultă patru tipuri de aspecte benefice: pentru cel bolnav, pentru vizitator, pentru familia celui suferind și pentru oameni (în general).

Am menționat mai devreme faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să îi întrebe pe bolnavi dacă se plâng de ceva anume și cum anume se simt. Îi mai întreba dacă au poftă să mănânce ceva anume și își așeza mâna pe fruntea sau chiar pe pieptul lor și Îi cerea lui Allah să le dea ceea ce le-ar face bine. Câteodată Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) realiza abluțiunea și apoi turna apa folosită pe pieptul celui suferind. Uneori Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îi spunea bolnavului: **„Totul este bine. Vei fi purificat (vindecat), cu Voia lui Allah.”**

Într-adevăr, acesta este cel mai bun comportament care poate fi adoptat atunci când vizităm persoanele suferinde.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea bolilor prin intermediul alimentelor și leacurilor cu care corpul este obișnuit

Acesta reprezintă unul dintre cele mai importante fundamente ale științei medicinei, precum și cea mai benefică latură a sa. Atunci când doctorul greșește în prescrierea remediului eficient, pacientului i se va produce o vătămare, deși doctorului i se va părea că a făcut un bine. Doar cei mai ignoranți dintre doctori ar putea să nu recunoască importanța utilizării celor mai potrivite tipuri de alimente și remedii pentru fiecare pacient, analizat individual. De exemplu, beduinii nu vor avea niciun beneficiu din consumarea *nenuphar*-ului (asemănător cu morcovul și folosit la prepararea unei băuturi) sau a siropului de trandafiri; aceste remedii nu vor produce vreun efect asupra lor (la fel și majoritatea leacurilor utilizate în sate și orașe. Acest fapt a fost confirmat în urma experienței acumulate și a observației atente.

Cititorii acestei cărți trebuie să știe faptul că medicina profetică și remediile recomandate se potrivesc tuturor oamenilor și au efecte favorabile asupra celui suferind și asupra obiceiurilor sale alimentare sau a tratamentelor administrate. Am afirmat faptul că aceasta reprezintă un stâlp al medicinei, aspect cu care și cele mai competente autorități medicale sunt de acord. De exemplu, renumitul doctor arab Al-Harith bin Kaladah a spus: „Urmarea unei diete reprezintă cea mai eficientă vindecare; stomacul este locul în care sălășluiește boala, iar fiecărui organism trebuie să îi dați acelea cu care s-a obișnuit (alimente și medicamente).” Iar într-o altă afirmație, Al-Harith a specificat: „*Azm* reprezintă o cale de vindecare”, referindu-

se la înfometare. De fapt, urmarea unei diete constituie un tratament mai bun pentru afecțiunile pletorice (excesul de sânge din corp care conduce la un aspect roșiatic), cu excepția acelor situații în care există teama că starea se va agrava din cauza acumulărilor de substanțe toxice.

Al-Harith a afirmat că boala sălășluiește în stomac. Stomacul este un organ curbat, având aspectul unei tărtăcuțe; este compus din trei straturi de material delicat ce poartă denumirea de fibre. Fibrele unuia dintre straturi sunt dispuse longitudinal, ale celui de al doilea – orizontal, iar ale celui de al treilea sunt înclinate. Extremitatea superioară a stomacului are mai mulți nervi, în timp ce cea din partea inferioară este învelită și are o textură pufoasă. Stomacul este localizat în partea de mijloc a abdomenului, fiind înclinat mai degrabă spre partea dreaptă, iar aceasta este forma pe care i-a dat-o Allah, Creatorul, în înțelepciunea Sa perfectă. Într-adevăr, stomacul este sălașul bolilor, punctul central al procesului de digestie și al asimilării tuturor alimentelor și băuturilor. Ulterior, hrana digerată coboară spre ficat și intestine. Între timp, cantitățile excesive de substanțe parțial digerate pe care stomacul nu a reușit să le asimileze rămân acolo, fie din cauză că s-a consumat o cantitate prea mare de alimente, fie din cauză că hrana era alterată sau nu a fost respectată ordinea firească a alimentelor în momentul consumării lor; e posibil să constatăm existența tuturor acestor cauze. O

parte dintre reziduuri rămân în interiorul stomacului, iar organismul nu reușește să le elimine; astfel, stomacul devine sălașul bolilor. Al-Harith subliniază importanța consumării unei cantități reduse de alimente și a abținerii de la satisfacerea tuturor dorințelor inimii.

Cât despre obișnuința omului de a consuma anumite alimente, aceasta face parte din natura umană. Obișnuințele exercită o mare influență asupra omului și a trupului său; dacă am iniția un experiment asupra mai multor oameni cu aceleași caracteristici, rezultatul ar varia într-o mare măsură. De exemplu, să luăm cazul a trei bărbați tineri, cu temperament coleric, dintre care unul este obișnuit să consume mâncarea fierbinte, al doilea o mănâncă rece, în timp ce cel de al treilea este obișnuit cu mâncărurile potrivite (se face referire și la cantitatea de sare și de condimente din mâncare). Atunci când primul va mânca miere, ea nu îi va face rău, spre deosebire de cea doua persoană care poate avea probleme; cel de al treilea va fi ușor deranjat. Prin urmare obișnuințele alimentare reprezintă o temelie pe care sunt clădite menținerea stării de sănătate și posibilitatea de vindecare a afecțiunilor. Acesta este motivul pentru care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a afirmat că fiecare persoană trebuie să fie tratată în funcție de obișnuințele sale alimentare sau medicamentoase.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea bolnavilor prin utilizarea celor mai simple feluri de mâncare

În *Sahihan* se menționează că ‘Aişah a relatat că, atunci când una dintre rudele sale deceda, femeile se adunau laolaltă și apoi plecau, cu excepția membrilor familiei și a celor apropiați. Ea cerea atunci să se pregătească o supă de lapte. Apoi se gătea *tharid*, iar ea turna supa de lapte peste acesta. ‘Aişah le cerea apoi să mănânce, spunând: „L-am auzit pe Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) zicând: **«Supa de lapte aduce ușurare inimii și îndepărtează angoasele.»**”

Supa de lapte este un fel de mâncare asemănător cu laptele (din punctul de vedere al consistenței). Ea reprezintă un aliment benefic pentru cei bolnavi, mai ales atunci când este gătită până când capătă o consistență moale. Supele de lapte sunt la fel de benefice precum cele din orz sau chiar mai bune decât acestea. Supa din orz este făcută din boabe întregi, în timp ce supa de lapte este preparată din făină de orz (cu tot cu tărațe).

Am menționat deja faptul că, dacă obiceiurile unui bolnav sunt respectate, acest lucru va fi benefic pentru el din punctul de vedere al eficienței tratamentului și a hranei. Locuitorii din Medina erau obișnuiți să se hrănească cu supă din orz măcinat (nu din orz cu bobul întreg), iar supa devenea astfel mai hrănitoare și le aducea mai multe beneficii.

Doctorii din orașe recomandă varianta pregătită din boabe întregi, deoarece supa astfel preparată este mai ușoară și mai bine digerată de către persoana suferindă. Oamenii din orașe sunt obișnuiți cu confortul și viața ușoară, de aceea supa preparată în celălalt mod nu le-ar face bine la stomac.

Supa din făină de orz se digeră rapid, hrănește organismul, curăță stomacul, mai ales atunci când este consumată fierbinte. În acest caz, ea are proprietăți purificatoare, iar calitățile sale digestive sunt multiplicat.

Afirmațiile Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la înlăturarea tristeții se referă la efectul produs asupra sănătății.

Supa de lapte sporește energia interioară a omului și astfel corpul va fi capabil să se elibereze de tristețea și durerea care l-au copleșit.

Am mai putea să adăugăm faptul că anumite alimente alină inima; supa mai sus menționată se bucură de anumite proprietăți care au efect asupra stării de spirit a oamenilor și le aduc ușurare și confort. Allah știe cel mai bine.

Supa de lapte hidratează organele și întărește stomacul, ceea ce aduce liniște inimii. În acele vremuri, pâinea din orz reprezenta un ingredient specific alimentației oamenilor din Medina, grâul fiind foarte greu de găsit.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul aplicat celui care a ingerat otravă

Abdul Razzaq a relatat următoarele: „Pe când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) se afla în Khaybar, o evreică i-a adus acestuia o oaie friptă pe care ea o otrăvise deja. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a întrebat: **«Ce este aceasta?»**, iar ea a răspuns: «Un dar», fiind atentă să nu spună că oaia respectivă ar fi fost *sadaka*, pentru că el nu ar fi primit-o. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și companiile săi au mâncat din carnea acelei oi, apoi Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **«Opriți-vă din mâncat!»** A întrebat-o pe femeie: **«Ai otrăvit această oaie?»** Ea a răspuns: «Cine ți-a spus acest lucru?» El a zis: **«Acest os»**, referindu-se la osul unei pulpe de oaie pe care îl ținea în mână. Ea a zis: «Da» și el a întrebat-o: **«De ce?»** Femeia a răspuns: «M-am gândit că dacă ai fi un mincinos, oamenii ar scăpa de tine. Însă dacă ești un Profet adevărat și mănânci din această carne, nu ți-ar face rău.» Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a aplicat apoi extragerea de sânge pe partea superioară a spatelui său, de trei ori, și le-a poruncit și companiilor săi să procedeze astfel. Totuși mai mulți dintre aceștia au murit.”

Într-o altă relatare, a lui Musa bin Uqabah, ni se spune: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a utilizat extragerea de sânge în zona spatelui, deoarece mâncase din oaia otrăvită. Abu Hind, unul dintre servitorii lui Bani Bayadhah, a folosit un cuțit pentru a face incizia și a extrage sângele. Trei ani mai târziu, pe când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) suferea de boala din cauza căreia a și murit, a spus: **«Încă mai simt efectele otrăvii din carnea de oaie pe care am mâncat-o în ziua de Khaybar; le resimt și acum, când a sosit vremea ca (artera) aortă să fie tăiată (referire la apropierea morții).»**”

Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a murit ca un martir.

Otrăvirea se tratează prin extragerea otrăvii și utilizarea acelor antidoturi care au capacitatea de a neutraliza efectul otrăvurilor. Oricine nu are acces la medicamente sau antidoturi ar trebui să încerce să o elimine complet, iar cea mai bună metodă pentru a ajunge la acest rezultat este extragerea de sânge, mai ales pentru cei care locuiesc în regiuni călduroase, atunci când căldura atinge valori maxime. Otrava circulă prin vene și vasele de sânge și ajunge astfel la inimă, apoi în restul corpului, conducând, cu siguranță, la moarte. Din moment ce sângele reprezintă instrumentul care transportă otrava către inimă și apoi către organe, dacă sângele otrăvit este extras, corpul va scăpa de otravă. În plus,

atunci când se recurge la eliminarea completă prin extragerea de sânge, otrava nu mai face rău corpului, iar organismul este suficient de puternic pentru a lupta împotriva ei.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a folosit extragerea de sânge și a făcut incizia în partea de sus a spatelui, pentru că aceasta reprezintă calea directă a sângelui către inimă; otrava a fost extrasă odată cu sângele – în acest caz: extrasă parțial. O parte a otrăvii a rămas în corpul Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) pentru a se împlini ceea ce Allah hotărâse pentru Profetul Lui (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), pentru ca el să dobândească toate răsplățile posibile.

Atunci când Allah a hotărât că a sosit vremea ca Profetul Său (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) să moară ca un martir, efectul otrăvii a reapărut, iar hotărârea lui Allah s-a împlinit. Înțelesul următorului verset devine evident:

„Însă de fiecare dată când a adus la voi un trimis, ceea ce nu plăcea sufletelor voastre, v-ați semețit și pe o parte dintre trimiși i-ați învinuit de minciună, iar pe o altă parte i-ați răpus.” (Sura Al-Baqara: 87).

În acest verset se folosește verbul *a plăcea* la timpul trecut, iar *a ucide* la timpul viitor [în textul original din arabă], indicând o acțiune care nu a fost finalizată (semnificând faptul că evreii îl vor ucide pe Profet). Allah știe cel mai bine.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul celor afectați de vrăjitorie

Există persoane care au negat, în mod eronat, faptul că vrăjile ar fi putut să îl afecteze pe Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), considerând că acest aspect nu este conform statutului său. De fapt, posibilitatea ca el să fie afectat de vrăjitorie, precum și de celelalte boli care l-au atins, ilustrează latura umană a Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!); vrăjirea generează o afecțiune (la fel ca și otrăvirea.

În *Sahih* se relatează că 'Aişah a spus: „Trimisul lui Allah a fost afectat de vrăjitorie într-o așa măsură, încât a crezut că se culcase cu soțiile sale, când, de fapt, acest lucru nu se întâmplase.”

Acesta este cel mai nociv tip de vrajă.

Qadi Iyadh a afirmat: „Vrăjile sunt la fel ca orice altă afecțiune de care a suferit Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și acest fapt nu îi afectează în niciun fel statutul său de profet. În plus, faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și-a imaginat ceva ce el de fapt nu făcuse nu îi contestă în niciun fel infailibilitatea în ceea ce privește transmiterea religiei – există consens că el nu poate realiza niciun fel de greșală în sfera religioasă. Vrăjile sunt la fel ca orice alte aspecte legate de viața aceasta lumească; ele nu au nicio legătură cu motivul

pentru care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a fost ales dintre toți oamenii. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a fost afectat de tot felul de suferințe ce puteau să se răsfrângă asupra oamenilor. Prin urmare nu este surprinzător faptul că i s-a întâmplat să își imagineze ceva ce el nu a făcut de fapt și că a fost curând vindecat de aceasta.”

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a folosit două metode pentru a-i trata pe cei afectați de vrăji: identificarea vrăjii și eliminarea acesteia. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) L-a implorat pe Domnul său, iar Allah i-a arătat că vraja era ascunsă într-o fântână. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a înlăturat vraja care era aruncată asupra unui pieptene, a câtorva fire de păr și a unei frunze mari, uscate. Imediat ce a aruncat aceste obiecte, s-a vindecat, simțindu-se ca și cum ar fi fost ținut captiv și apoi brusc eliberat. Acesta este cel mai bun leac pentru vrăji și este similar cu înlăturarea materialelor toxice prin extragerea de sânge.

Cel de al doilea tip este reprezentat de extragerea substanțelor dăunătoare din organul care a fost cel mai afectat de magie. Vrăjile modifică starea naturală, produc substanțe nocive și afectează starea într-un mod negativ. Eliminarea substanțelor străine și nocive care au afectat un anumit organ, ca rezultat al farmecelor, devine astfel o necesitate.

Efectul vrăjii aruncate asupra Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) s-a manifestat până la nivelul capului și i-a afectat unul dintre simțuri; el și-a imaginat că a făcut ceva anume, când, de fapt, nu făcuse aceasta. Prin urmare vrăjitorul afectează unele dintre capacitățile corpului, astfel încât acesta nu mai funcționează așa cum ar trebui.

Vrăjitoria reprezintă o combinație între puterile spiritelor rele și efectele negative pe care le au asupra funcțiilor normale ale corpului. Cel mai nociv tip de magie este cel care afectează organul asupra căruia este aruncată vraja. Extragerea de sânge din organul afectat în cea mai mare măsură de magie este cel mai benefic leac, cu condiția să fie utilizată în mod corect. Hipocrate a afirmat: „Extragerea de sânge ar trebui să fie aplicată organului cel mai afectat, folosind cele mai benefice mijloace disponibile.”

Unii oameni au afirmat că, atunci când Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a suferit din cauza magiei, a crezut la început că tulburarea i-a fost provocată de sângele alterat care ajunsese la creier și i-a afectat simțurile.

În astfel de cazuri, extragerea de sânge reprezintă cel mai bun remediu, adoptat de altfel și de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Apoi, când Allah i-a revelat faptul că afecțiunea a fost provocată de magie și că aceasta a fost cea care l-a adus în acea stare, el l-a cerut lui Allah să îi arate unde era ascunsă vraja și apoi a luat obiectele respective

și le-a aruncat. Când a făcut acest lucru, s-a vindecat, simțindu-se de parcă ar fi fost captiv și apoi eliberat. În plus, vraja a afectat doar simțurile Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), nu și sănătatea sa mintală sau inima. De aceea el nu a crezut ceea ce își imaginase (că ar fi întreținut relații cu soțiile sale), știind că această senzație nu este reală.

Leacurile divine reprezintă cel mai bun remediu împotriva vrăjitoriei. Din moment ce vrăjile sunt rezultatul acțiunilor unor spirite rele, cel mai bun leac este cel care le neutralizează, cum ar fi anumite rugăciuni și recitări din Coran. Cu cât sunt mai puternice mijloacele de apărare, eficiența remediilor capabile să înlăture și să neutralizeze negativitatea va spori. Acest caz poate fi comparat cu confruntarea dintre două armate, fiecare dintre ele având propriile sale arme și alte dotări similare. Armata care este mai bine înzestrată și are mai multe provizii este cea care va câștiga lupta. Atunci când inima omului este ocupată cu pomenirea lui Allah și Îl invocă pe Allah cu privire la cele care îi sunt necesare, aceste acțiuni vor reprezenta cel mai bun remediu care poate exista și care îl poate apăra de vrăjitorie și vrăji.

Vrăjitorii și magicienii recunosc faptul că vrăjile lor au cel mai puternic efect asupra celor care au inimile slabe și sunt ocupați cu satisfacerea nevoilor lumești și împlinirea poftelor lor. Din această cauză magia afectează de obicei femeii, copiii, nomazi, oameni ignoranți, pe cei care au credință slabă sau nu au

încredere în Allah (*tawakkul*) sau căroră le lipsește credința în unicitatea lui Allah (*tawhid*), precum și pe cei care nu Îl pomenesc adesea pe Allah și nici nu folosesc diversele rugă profetice și formule islamice de rugăciune (*ruqyah*). În general, efectul vrăjilor și al magiei este mai puternic asupra inimilor slabe care înclină către dorințele josnice ale acestei vieți lumești.

Atunci când inima este înclinată în favoarea acestei vieți lumești, vrăjile și magia au un efect mai puternic asupra lor, pentru că spiritele rele caută răul din suflet care devine vulnerabil în fața puterii lor. Cu siguranță, răul care există în interiorul inimii îl privează pe om de puterea divină necesară care poate să-i ofere suficiente arme cu care să se apere de aceste spirite răuvoitoare. Acesta este motivul care determină spiritele negative, care caută răul, să găsească aceste inimi slăbite de ceea ce este malefic, dezarmate și gata să se supună răului; acesta este momentul în care vrăjile și incantațiile magice au cel mai mare efect. Allah știe cel mai bine.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la vindecarea prin vomitare

At-Tirmidhi a relatat că o persoană a spus că Abu Ad-Dardaa a zis: „... «Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a făcut încă o dată abluțiunea după ce a vomitat.» M-am întâlnit cu Thawban în

moscheea din Damasc și i-am povestit ceea ce Abu Ad-Dardaa îi relatase și el a spus: «Adevărat.» Apoi am turnat apă pentru el (pentru Profet – Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!).” At-Tirmidhi a afirmat că acest hadis este cel mai autentic cu privire la acest subiect. (Ahmad, Al-Hakim, Ibn Al-Jarud, Ad-Daraqutni, Al-Bayhaqi și At-Tahawi).

Vomitarea este una dintre cele cinci metode utilizate pentru a elimina substanțele toxice din corp. Acestea sunt diareea, vomitarea, extragerea de sânge, eliminarea gazelor și transpirația. Toate aceste metode sunt menționate în *sunna*. Cât despre diaree, am menționat deja hadisul: **„Diareea este unul dintre cele mai bune leacuri pe care le aveți.”** În completare, noi am relatat hadisul despre *senna*.

Am menționat extragerea de sânge atunci când am prezentat hadisurile despre acest subiect, iar referitor la eliminarea gazelor și a aburilor nocivi vom elabora acest subiect pe parcursul altor pagini din această carte.

În ceea ce privește eliminarea substanțelor toxice prin intermediul transpirației, aceasta nu implică, de obicei, puncția venelor. Corpul elimină în mod natural aceste substanțe prin piele, atunci când sudoarea iese din corp prin porii deschiși.

Vomitarea implică eliminarea substanțelor dăunătoare din partea superioară a abdomenului. Clismele și medicamentele care induc eliminarea artificială a conținutului părții de jos a stomacului sunt de două feluri: cele

care sunt provocate în mod natural și cele care sunt induse artificial.

Vomitarea provocată în mod artificial nu ar trebui evitată, cu excepția situațiilor în care devine excesivă și periculoasă. În acest caz, cel care este afectat de această stare trebuie să își administreze medicamente capabile să stopeze vomitarea. Cel de al doilea tip este utilizat în scopuri medicale, la momentul potrivit și în anumite condiții.

Există zece motive pentru a elimina substanțele nocive din organism prin vomitare, iar primul dintre acestea se referă la cantitățile excesive de lichid produs de bilă, lichide care plutesc în stomac și caută o modalitate de a ieși din corp.

Cel de al doilea motiv este reprezentat de cantitățile prea mari de mucozități din stomac care, de asemenea, trebuie eliminate din corp.

Motivul al treilea este legat de slăbiciunea stomacului și incapacitatea sa de a elimina alimentele deja ingerate, iar hrana parțial digerată caută un mod de a ieși din organism.

În al patrulea rând, vomitarea are loc atunci când o substanță dăunătoare pătrunde în stomac și produce o discontinuitate în cadrul procesului de digestie.

Cel de al cincilea motiv este reprezentat de ingerarea unei cantități prea mari de alimente sau de băutură, depășind capacitatea normală a stomacului. În acest caz, stomacul nu va fi capabil să tolereze aceste cantități excesive de hrană și va încerca să le elimine.

În al șaselea rând, vomitarea hranei și a băuturii consumate are loc atunci când acestea din urmă deranjează stomacul.

Cel de al șaptelea motiv este reprezentat de situația în care stomacul suferă de o afecțiune ce alterează hrana și băutura, iar acestea din urmă caută o cale pentru a fi eliminate.

În al optulea rând, starea de greață poate provoca vomitarea.

Cel de al nouălea motiv se referă la depresii, tristețe și angoase ce pot conduce la neglijarea nevoilor corpului și a necesității de a-l alimenta, inclusiv a nevoii de a asimila și de a digera mâncarea. Stomacul elimină această hrană nedigerată. În plus, vomitarea poate fi indusă sub presiunea provocată de diverse condiții psihice, deoarece corpul și psihicul au un profund efect unul asupra celuilalt.

Al zecelea motiv vizează situația în care o persoană are o stare de greață și vomită atunci când îi vede pe alții vomitând.

Un doctor mi-a povestit odată că avea un nepot priceput la aplicarea de *kohl* (antimoniu, o pudră de culoare neagră folosită pentru ochi); atunci când aplica această pudră celor care sufereau de conjunctivită se trezea mai târziu în aceeași situație: prelua și el conjunctivita. Acest lucru s-a întâmplat de mai multe ori, iar nepotul său a renunțat la profesia respectivă. L-am întrebat pe doctor despre cauza acelor stări pe care le trăia nepotul lui, iar el mi-a răspuns că organismul băiatului reacționa la starea oamenilor pe care el îi trata, contactând boala

de care sufereau și ei. El a mai adăugat faptul că a cunoscut cazul unui bărbat care a văzut o excrescență benignă, un abces pe corpul altcuiva, și a început să scarpine acea regiune chiar pe corpul său. Mai târziu i-a apărut și lui o excrescență în acea zonă.

Eu sunt de părere că psihicul afectează corpul într-o așa manieră, încât anumite mecanisme din interiorul său se activează fără un motiv aparent.

Vomitarea este potrivită ca remediu în zonele cu climat fierbinte și pe vreme extrem de călduroasă

În zonele cu climat arid și în perioadele caniculare, anumite substanțe nocive devin mai ușoare și astfel ajung să plutească; de aceea vomitarea devine o modalitate potrivită pentru eliminarea acestor amestecuri. Pe de altă parte, anumite substanțe dăunătoare care se găsesc în zonele cu climat mai rece, pe vreme friguroasă, devin mai vâscoase și mai dificil de extras. În aceste situații este mai bine ca aceste mixturi nocive să fie eliminate prin diaree.

Eliminarea unor astfel de amestecuri nocive are loc prin extragerea lor, fie prin cea mai îndepărtată ieșire, fie prin cea mai apropiată. De exemplu, există diverse amestecuri care nu sunt stabile și încearcă fie să urce, fie să coboare. În cazul în care amestecul tinde să urce este mai bine să fie eliminat prin partea de jos. În situația în care

acest amestec are tendința să coboare este mai bine să fie extras prin partea de sus. Atunci când amestecul devine stabil, este bine să fie eliminat pe calea cea mai apropiată. Atunci când amestecul începe să facă rău organelor situate în partea superioară, ar trebui tras în jos, prin părțile situate dedesubt, și vice-versa. Atunci când amestecurile devin stabile este bine ca ele să fie eliminate prin intermediul celei mai apropiate căi.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și-a extras sânge de trei ori din venele brațelor, iar câteodată din venele de la nivelul capului sau din părțile superioare ale picioarelor, astfel încât sângele alterat să fie eliminat prin cea mai apropiată ieșire posibilă.

Vomitarea curăță stomacul de substanțele nocive

Prin vomitare stomacul este întărit, vederea se îmbunătățește, durerile de cap sunt eliminate, la fel ulcerele și infecțiile de la nivelul rinichilor și a prostatei. Tot prin vomitare sunt ușurate și alinate durerile caracteristice afecțiunilor cronice, cum ar fi lepra, hidropizia, paralizia parțială sau tremuratul.

O persoană sănătoasă ar trebui să își inducă vomitarea o dată sau de două ori pe lună, de câte două ori, astfel încât corpul să se elibereze, prin cea de a doua operațiune de vomitare, de substanțele care au rezistat primei operațiuni. Vomitarea în exces este nocivă

pentru stomac și îi slăbește straturile protectoare. De asemenea, face rău dinților, vederii și auzului. În plus, cei care suferă din cauza umflăturilor din interiorul gâtului sau de slăbiciunea pieptului, cei care au trahee îngustă sau aceia care constată că este dificil să vomite provocat, precum și cei care sunt predispuși să scuipe sânge atunci când varsă nu ar trebui să își provoace în mod intenționat vomitarea.

Cei care au prostul obicei de a-și umple stomacul cu mâncare și de a-și provoca apoi vomitarea vor afla că această metodă accelerează instalarea bătrâneții și conduce la numeroase boli periculoase.

Trebuie menționat că provocarea vomitării atunci când organismul suferă din cauza deshidratării, a intestinelor slăbite sau a funcționării deficitare, a senilității sau a slăbiciunii generale a corpului, este periculoasă pentru sănătate. Cel mai bun moment pentru provocarea vomitării este pe timp de vară și primăvara, nu iarna și nici toamna. Atunci când se provoacă intenționat vomitarea, ar trebui acoperiți ochii, fața ar trebui spălată cu apă rece la sfârșit, iar apoi persoana ar trebui să bea suc de mere cu mastic și apă de trandafiri.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la căutarea celor mai buni doctori

Imamul Malik a relatat în *Muwatta* de la Zayd bin Aslam următoarele: „Pe timpul

Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) un om a fost rănit și sângele din rană s-a coagulat. El a chemat doi doctori din Bani Amir pentru a-l examina. Apoi bărbatul a afirmat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a întrebat: **«Cine este cel mai bun doctor dintre voi?»**, iar ei au răspuns: «Există preferință în medicină, o, Trimis al lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!)?» El a spus atunci: **«Cel Care a trimis boala a trimis și leacul.»**»

Acest hadis ne sugerează că musulmanii ar trebui să caute cea mai bună autoritate în legătură cu fiecare chestiune și în orice domeniu, pentru că o astfel de asistență specializată va garanta faptul că sarcina va fi îndeplinită în mod excelent. De exemplu, cei care au o nelămurire referitoare la un aspect care ține de religie ar trebui să apeleze la cel mai mare învățat pentru a le răspunde la întrebări. Cei care nu sunt siguri de direcția spre care ar trebui să se îndrepte pentru a-și împlini rugăciunea ar trebui să îl imite pe cel care posedă cea mai bună cunoaștere. În acest fel i-a creat Allah pe robii Săi. De exemplu, cei care călătoresc pe uscat sau pe mare ar trebui să caute cea mai bună călăuzire, deoarece inimile lor se vor simți mai în siguranță urmărind calea trasată de experți sau fiind în prezența lor. Religia, mintea umană și felul în care Allah a creat umanitatea, toate acestea subliniază aspectele menționate în hadis.

Afirmația Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) – **„Cel care a trimis boala a trimis și leacul acesteia.”** – o regăsim și în alte hadisuri. De exemplu, Hilal bin Yasaf a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a vizitat odată un om bolnav și a spus: **«Trimiteti după un doctor!»** Un om a zis: «Tu spui acest lucru, o, Trimis al lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!)?» El a spus: **«Da. Allah nu a trimis o boală fără să trimită și leacul pentru aceasta.»**» (Ahmad).

În *Sahihan* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Allah nu a trimis o boală pe pământ fără să trimită și leacul pentru aceasta.”**

Există o divergență de opinii cu privire la sensul cuvintelor – *a trimite boala și leacul său*. Unii oameni spun că *a trimite pe pământ leacul* semnifică faptul că robii lui Allah au devenit conștienți de antidot. Această părere nu este validă; deși Allah ne-a informat că pentru fiecare boală există un leac, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Aceia care îl cunosc sunt conștienți de existența sa, iar cei care nu îl știu sunt ignoranți în această privință.”**

Unii sunt de părere că afirmația Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) indică faptul că Allah a creat aceste leacuri pe pământ, așa cum ni se spune și în alt hadis:

„Allah nu creează o boală fără să coboare și leacul ei.” În pofida faptului că această opinie este mai bună decât prima, tot nu este valabilă, deoarece *a trimite jos* are un sens mai precis și mai specific decât *a crea*.

Un alt grup de oameni susține opinia că această afirmație înseamnă că Allah trimite pe pământ leacul prin intermediul îngerilor care sunt responsabili de chestiunile omenești. Într-adevăr, îngerii sunt răspunzători de activitățile ce țin de viața lumească, mai ales de chestiunile care îi privesc pe oameni din momentul în care există ca fetuși până când mor. Această opinie (potrivit căreia îngerii sunt trimiși jos cu leacul) este mai plauzibilă.

Alți oameni susțin că majoritatea leacurilor coboară pe pământ odată cu ploaia, din moment ce ploaia este cea care face ca vegetația să crească, roadele pământului constituind diversele surse ale leacurilor. Mai trebuie adăugat faptul că ploaia aduce cu sine numeroase minerale pe care le poartă după ce cade de pe vârfurile munților, minerale ce sunt utilizate, la rândul lor, ca remedii. În plus, diverse specii de fructe, plante, chiar și apa de izvor sunt utilizate ca leacuri și remedii. Această opinie este mai bună decât cea menționată anterior, însă Allah știe cel mai bine.

Aceasta este înțelepciunea perfectă a lui Allah; El Își pune la încercare robii prin aceste afecțiuni și totuși îi ajută să găsească leacul. Tot El Își încearcă robii prin intermediul păcatelor, însă îi ajută să le șteargă prin

manifestarea căinței, prin fapte bune și prin răbdarea demonstrată în fața calamităților și a nenorocirilor. Allah Își mai încearcă robii și prin rău, dar le trimite îngeri care să îi ajute. Ei mai sunt încercați prin dorințe, însă li se permite să și le satisfacă luând din substanțele bune, pure, dezirabile. Allah nu Și-a încercat robii prin ceva care să nu își aibă antidotul; El le-a oferit tot timpul oamenilor metode de a rezista încercărilor.

Astfel, în această privință, diferențele dintre robii lui Allah rezidă în cunoașterea pe care ei o dobândesc și în obținerea acestor lucruri care i-ar putea ajuta. La Allah trebuie căutat ajutorul în orice situație.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în ceea ce privește căutarea de compensații de la cei care nu sunt calificați pentru a practica medicina

Abu Daud, An-Nasa'i și Ibn Majah au relatat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Cei care practică *tibb*, însă nu au cunoștințele necesare acestei profesii sunt răspunzători pentru acțiunile lor.”** (Acest hadis a fost relatat și de Al-Hobm).

Acest hadis prezintă trei tipuri de beneficii – din perspectivă lingvistică, religioasă și medicală. Din punct de vedere lingvistic, cuvântul *tibb* atrage după sine ideea pregătirii

pentru un anumit scop. De asemenea, implică noțiunea de excelență; în consecință, se referă și la alte profesii în afară de cea de doctor. Ne putem referi la o persoană cu apelativul *tabib* (de obicei înseamnă *doctor*), atunci când respectivul este expert într-un anumit domeniu. Prin urmare competența într-un domeniu poate fi numită *tibb*, câteodată chiar și în magie.

În *Sahih* se relatează că 'Aişah a spus: „Atunci când evreii i-au făcut vrăji Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), doi îngeri stăteau alături de el, unul aproape de cap și celălalt la picioarele lui, iar unul dintre ei a întrebat: «Ce s-a întâmplat cu el?» și celălalt înger a zis: «Este *matbub* (atins de magie).» Primul înger a întrebat: «Cine a făcut *tibb* (vrăjitorie) asupra lui?» Cel de al doilea înger a răspuns: «Cutare evreu.»”

Abu Ubaid a spus că aceia asupra cărora s-a aruncat o vrajă se numesc *matbub*, atinși de magie. Medicina poartă denumirea de *tibb*.

Cuvântul *tabib* se referă la o persoană care are cunoștințe în domeniul medicinei, deci doctorii sunt incluși în această denominație.

Din acest hadis înțelegem că doctorului incompetent i se cere să plătească pentru greșelile sale, deoarece a practicat o profesie fără a fi calificat pentru aceasta și apoi le-a provocat rău oamenilor pe care, de fapt, i-a înșelat și decepționat. Prin urmare acei medici care nu sunt calificați pentru această profesie sunt responsabili pentru orice atingeri aduse

sănătății, potrivit acordului la care au ajuns marii învățați.

Al-Khattabi a spus: „Nu există nicio diferență cu privire la verdictul potrivit căruia cel care tratează un bolnav și îi provoacă o vătămare este responsabil pentru faptele sale din punct de vedere financiar. Cei care se implică într-o profesie a cărei știință nu o stăpânesc sunt niște agresori. Deci atunci când acțiunile lor conduc la o vătămare, agresorii trebuie să plătească pentru aceasta, din punct de vedere financiar, nu fizic, din moment ce persoana bolnavă a permis unor astfel de ignoranți să o trateze.”

Există cinci feluri de doctori: medicul expert, care nu încalcă niciunul dintre drepturile profesiei sale și se comportă într-un mod responsabil. Când o astfel de persoană se ocupă de un suferind, în cadrul unui act permis atât de religie, cât și de bolnav, și comite o greșeală, el nu va fi făcut responsabil. De exemplu, atunci când un doctor priceput în meseria sa practică circumcizia asupra unui băiat, în circumstanțe favorabile, însă organul suferă vreo vătămare, doctorul nu va fi făcut responsabil pentru această eroare.

Cea de a doua categorie îi include pe acei doctori ignoranți care tratează o persoană suferindă și îi aduc o vătămare. În cazul în care cel care a suferit vătămarea avea cunoștință despre faptul că doctorul nu era cunoscător, dar totuși i-a permis să îi administreze tratamentul, atunci nu va putea cere nicio compensație. Acest verdict nu contrazice

hadisul pe care l-am menționat la începutul acestui capitol. Cuvintele hadisului indică faptul că aceia care trebuie să plătească pentru greșelile lor trebuie să fi înșelat bolnavul și să îl fi determinat să creadă că sunt doctori pricepuți.

Dacă cel suferind crede că o anumită persoană este un doctor bun și îi permite să îl trateze, se impune ca medicul să îi ofere compensații celui afectat, pentru orice vătămare i-ar fi provocat.

Atunci când un așa-zis doctor prescrie un medicament pentru cel bolnav, iar acesta din urmă își administrează leacul, crezând că doctorul i l-a prescris bazându-se pe cunoștințele sale, iar leacul îi aduce vreo vătămare, se cer compensații. Hadisul este clar în indicațiile referitoare la această categorie.

Cea de a treia categorie cuprinde doctorii experți cărora li s-a acordat permisiunea de a trata o persoană, însă au comis o greșeală și au vătămat un organ sănătos (nu ne referim la organul care făcea obiectul tratamentului); în această situație trebuie plătite compensații, pentru că este vorba despre o agresiune realizată în urma unei greșeli. Această persoană va plăti compensația din propriul său buzunar sau de la trezoreria islamică? Există două opinii cu privire la acest aspect. Dacă doctorul nu este musulman, va plăti compensația din banii săi, dar dacă doctorul este musulman, există divergențe de opinii, așa cum am menționat mai devreme.

Din cea de a patra categorie face parte doctorul priceput care îi prescrie bolnavului un medicament nepotrivit, iar acesta moare în urma administrării acestuia. Și asupra acestui subiect există două opinii; unii susțin că trezoreria islamică ar trebui să plătească acea compensație, în timp ce adepții celeilalte opinii cer ca plata să fie efectuată din fondurile proprii ale doctorului. Ambele opinii i-au fost atribuite Imamului Ahmad.

Din cea de a cincea categorie face parte doctorul învățat care a amputat un organ unei persoane bolnave psihic sau unui copil, fără a avea permisiunea de a face acest lucru, sau care a practicat o circumcizie asupra unui băiat fără permisiunea părinților lui, iar organul a suferit o vătămare. Unii învățați susțin că doctorului i se cere să plătească compensația, deoarece nu avusese permisiunea de a opera. Dacă tutorele sau părintele i-a permis doctorului să facă operația, acestuia nu i se va cere să plătească pentru greșeala sa.

Este posibil ca doctorul care operează fără a avea acordul să nu plătească vreo compensație, deoarece el intenționase să facă un bine și nu este răspunzător pentru vătămarea produsă.

Hadisul de la începutul acestui capitol menționează astfel de profesii medicale cum ar fi: prescrierea de leacuri, aplicarea de *kohl*, medicina clasică, practicarea circumciziei, extragerea de sânge și realizarea de incizii, sudarea oaselor rupte, cauterizarea și administrarea de injecții, medicina veterinară

etc. Restricționarea meseriei de doctor la un anumit domeniu al acestei profesii reprezintă o practică recentă.

Doctorul priceput realizează următorii pași atunci când tratează orice tip de boală.

1. Stabilește diagnosticul afecțiunii.
2. Identifică toate cauzele ce au provocat afecțiunea.

3. Examinează bolnavul pentru a decide dacă organismul său este capabil să lupte cu boala sau este mai slab decât aceasta. Dacă pacientul este suficient de puternic pentru a rezista, doctorul nu ar trebui să îi prescrie vreun medicament.

4. Examinează starea și condiția pacientului.

5. Examinează schimbările care intervin în starea pacientului.

6. Examinează vârsta bolnavului.

7. Analizează obiceiurile bolnavului și obișnuințele acestuia.

8. Investighează care au fost afecțiunile sezoniere.

9. Ia în considerare locul de naștere al bolnavului.

10. Ia în considerare condițiile atmosferice din perioada contactării bolii.

11. Identifică medicamentele eficiente și adecvate ce pot fi administrate.

12. Examinează eficiența medicamentului și modul corect de dozare.

13. Doctorul nu intenționează doar să vindece afecțiunea, ci, de asemenea, să o prevină – ceea ce este și mai important. Dacă

tratamentul pentru vindecarea unei afecțiuni ar putea conduce la o suferință și mai mare, doctorul ar trebui să permită ca afecțiunea curentă să rămână cantonată în corp și să încerce să o amelioreze. De exemplu, unele probleme care țin de orificiile venelor se tratează prin incizie sau prin secționare, dar un astfel de tratament ar putea conduce la alte suferințe acute.

14. Alegerea și prescrierea celui mai simplu leac în cadrul tratamentului, leac care să garanteze vindecarea. De exemplu, doctorul nu trebuie să prescrie medicamente fără a face o investigație referitoare la opțiunile de a trata pacientul prin intermediul unei diete. Nu ar trebui să prescrie mai multe leacuri sau medicamente complexe fără să ia în considerare opțiunile reprezentate de leacurile mai simple. Un semn care atestă faptul că doctorul este priceput constă în prescrierea consumării unor alimente care pot înlocui medicamentele; el trebuie să ia în considerare în primul rând leacurile simple, nu pe cele complexe.

15. Doctorul examinează posibilitatea de a trata afecțiunea. Dacă află că nu este posibil să o trateze, ar trebui să își economisească energia și să își salveze reputația, să evite a cădea pradă propriei sale lăcomii și să nu pretindă că poate trata ceea ce este incurabil.

Dacă boala este vindecabilă, doctorul trebuie să examineze posibilitatea de a vindeca complet pacientul sau, cel puțin, de a face boala mai suportabilă. Dacă în urma investigațiilor află că nu poate nici să vindece, nici să

micșoreze intensitatea bolii, trebuie să caute soluții prin care să oprească agravarea suferinței. În acest caz, leacul trebuie administrat cu scopul de a întări puterea organismului și de a opri evoluția bolii.

16. Doctorul nu ar trebui să extragă substanțele toxice înainte ca acestea să se fi stabilizat și maturat.

17. Medicul ar trebui să aibă cunoștințe referitoare la suferințele inimii și ale sufletului, precum și în ceea ce privește gama de opțiuni eficiente în tratarea acestora. Acesta este unul dintre cele mai importante aspecte ale științei medicale, deoarece stările și sentimentele inimii produc efecte asupra corpului fizic. Din acest motiv afirmăm că doctorul care este expert în astfel de afecțiuni ale inimii, pe lângă cunoștințele sale cu privire la bolile care afectează corpul, este un medic perfect. Pe de altă parte, acela care nu are cunoștințe cu privire la suferințele inimii, dar cunoaște ceea ce ține de corp, este doctor doar pe jumătate. Cel care nu examinează starea inimii pacientului și nu îl încurajează să își întărească sufletul și corpul prin fapte bune, cum ar fi caritatea, interesul de a se apropia de Allah și de a accede la o viață veșnică fericită, acela nu este doctor. Se poate afirma, mai degrabă, că este un fals medic. De fapt, cele mai bune leacuri constau în a face fapte bune, acte de caritate, pomenindu-L pe Allah și implorându-L, căutând ajutorul Lui, invocându-I numele cu căință sinceră. Astfel de fapte bune au într-adevăr un profund efect asupra vindecării

afecțiunilor, un efect mai puternic decât cel al leacurilor comune, oferindu-i celui suferind credința în aceste remedii divine.

18. Îngăduința și blândețea manifestată față de bolnav; doctorul trebuie să se poarte cu răbdare, ca și cum bolnavul ar fi un copil, abordându-l cu tact.

19. Doctorul trebuie să exploateze diversitatea de leacuri medicale și spirituale, folosindu-și în același timp imaginația.

20. Tratamentul pe care îl prescrie ar trebui să fie centrat pe cele șase principii care reprezintă fundamentul profesiei sale. În primul rând, doctorul trebuie să păstreze starea de sănătate. În al doilea rând, să încerce să recupereze sănătatea pierdută. Al treilea aspect se referă la vindecarea afecțiunii. În al patrulea rând trebuie cel puțin să diminueze intensitatea bolii. Al cincilea element privește ignorarea unui rău de dimensiuni mai mici și tratarea răului mai mare. Iar în al șaselea rând ar trebui să ignore binele mai mic, cu scopul de a obține o stare de bine mai însemnată. Știința medicală este centrată pe aceste șase principii de bază, iar acel medic care nu se bazează pe ele nu este un doctor în adevăratul sens al cuvântului. Allah știe cel mai bine.

Bolnavul trece prin patru stadii:

1. Începutul;
2. Stadiul intens;
3. Stadiul de estompare;
4. Sfârșitul perioadei de boală.

Din moment ce persoana bolnavă trece prin aceste patru etape, doctorul trebuie să o examineze pe fiecare în mod separat și să aplice tratamentul adecvat fiecăreia. De exemplu, dacă doctorul este de părere că organismul trebuie să elimine și să secrete substanțele dăunătoare ce au fost maturate, el ar trebui să procedeze în acest sens. Dacă acest lucru nu este posibil atunci când boala s-a declanșat, mai ales dacă a intrat deja în progresie sau dacă organismul este slăbit, ori condițiile atmosferice nu sunt prielnice, doctorul nu ar trebui să treacă la eliminarea acelor substanțe dăunătoare. Dacă el ignoră acest avertisment, organismul va fi ocupat să proceseze medicația dată și nu se va concentra asupra luptei cu boala. Este ca și cum i s-ar cere unui soldat care își păzește poziția să facă și altceva. În acest stadiu, doctorul ar trebui să fie preocupat de păstrarea forței organismului, cât de bine posibil.

Atunci când evoluția bolii a fost stopată, doctorul ar trebui să demareze extragerea lor și să trateze cauzele bolii. Este chiar mai bine ca acest lucru să se facă atunci când boala a început să se retragă și este aproape de sfârșit. Această situație este similară cu cea în care inamicul a început să își piardă puterea, iar muniția sa se apropie de sfârșit; în aceste condiții capturarea sa devine mult mai ușoară. Atunci când dușmanul dă bir cu fugiții este mai ușor de prins. Este cunoscut faptul că puterea dușmanului se află la nivelul maxim în momentul în care inițiază atacul. Exact aceasta

este și situația medicinei în raport cu organismul suferind.

Doctorul priceput folosește cel mai ușor leac la început, iar apoi trece la medicația mai puternică. Doctorul trece de la medicația normală la cea forte, în afară de situația în care se teme ca puterea organismului să nu sece dacă nu folosește de la început cea mai puternică medicație. Doctorul iscusit nu utilizează aceeași medicație într-un mod care i-ar permite corpului să se obișnuiască cu ea și să o facă să își piardă astfel eficiența. Noi am menționat deja faptul că doctorul ar trebui să ia mai întâi în considerare posibilitatea de a prescrie o dietă înainte de a trece la administrarea de medicamente. Dacă doctorul nu este sigur cu privire la natura bolii, nu ar trebui să dea un tratament medicamentos înainte de a fi convins de corectitudinea diagnosticului său. Nu există niciun rău în administrarea unei medicații care nu are efecte secundare sau repercusiuni negative.

Atunci când organismul este atacat de mai multe boli, doctorul începe cu administrarea unui medicament care poate să îndeplinească trei condiții: să trateze boala care ar putea conduce și la vindecarea altor suferințe; de exemplu, atunci când se confruntă cu un edem (o umflătură) și un ulcer, începe prin a trata ulcerul.

Cea de a doua condiție ce trebuie îndeplinită se referă la acordarea întâietății acelei boli care le-a cauzat pe celelalte. De exemplu, dacă doctorul se confruntă cu o

embolie (obstrucționarea unei artere de către un embol, de obicei provocat de un conglomerat produs din sânge îngroșat, desprins dintr-o parte a sistemului circulator și deplasat în altă arie) și febra cauzată de o infecție, trebuie să înceapă cu prima sursă a bolii.

A treia condiție se referă la cazul în care una dintre cele două boli este mai gravă decât cealaltă; atunci doctorul ar trebui să înceapă cu suferința acută, dar totodată să examineze modul în care progresează celelalte boli.

Atunci când organismul este atacat atât de o boală, cât și de o suferință care se manifestă prin simptome, doctorul începe prin a trata boala, în cazul în care afecțiunea simptomatică nu este mai puternică, cum ar fi, de exemplu, cazul constipației dureroase. Medicul va trata întâi durerea, apoi embolia. Dacă poate să înlocuiască eliminarea acestor substanțe dăunătoare cu înfometarea, postul sau somnul, el ar trebui să procedeze astfel.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la bolile contagioase și instalarea carantinei

Muslim a relatat că Jabir bin Abdullah a spus: „Din delegația de la Thaḡifs făcea parte și un om care suferea de lepră. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a trimis următoarea vorbă: **«Întoarce-te, căci am acceptat deja jurământul tău de credință!»**”

(Ibn Majah, Ahmad, Ibn Khuzaymah și Ibn Jarir).

Al-Bukhari a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Nu vă uitați lung la cel atins de lepră!”** (Ahmad, At-Tayalisi, At-Tabarani și Al-Kayhaqi).

În *Sahihan* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Un om sănătos nu ar trebui adus alături de un bolnav.”** (Abu Daud, Ahmad, Ibn Majah, Ahmad și Al-Bayhaqy).

Lepra este o boală extrem de gravă, provocată de acumulările de secreție biliară neagră în întregul corp, secreții ce ajung să modifice starea organismului și forma organelor. În stadiile finale, lepra poate produce corozioni atât de grave, încât membrele afectate ajung să cadă și să se dezintegreze. Lepra este supranumită *boala leilor* din trei motive. În primul rând, aceasta afectează leii (sau animalele sălbatiche). În al doilea rând, această afecțiune produce încrețirea feței care ajunge să arate ca fața unui leu. Iar în al treilea rând, lepra este contagioasă și își devorează victima exact așa cum leul își devorează prada.

Lepra este o afecțiune contagioasă, iar cei care se apropie de persoana care a contactat deja această boală vor fi deranjați de mirosul fetid; la fel se întâmplă în cazul celor care suferă de tuberculoză.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), plin de milă și de compasiune față de comunitatea sa, le-a poruncit oamenilor să nu se expună la ceea ce

ar putea să dăuneze corpului și inimii. Nu există nicio îndoială cu privire la faptul că unele organisme sunt predispuse la a contacta anumite boli și sunt afectate cu ușurință de mediul înconjurător, iar, după cum am menționat deja, lepra este o boală contagioasă. Câteodată, teama pe care o are cineva față de această boală ar putea atrage lepra, afectându-i astfel organismul, deoarece teama pregătește organele corpului pentru posibilitatea de a contacta boala. Câteodată, atunci când cineva simte mirosul fetid emis de persoane care au contactat o anumită boală, va ajunge și el să se îmbolnăvească de acea maladie, dacă organismul său este cuprins de teama de a contacta boala.

Unii sunt de părere că hadisurile pe care le-am menționat în acest capitol sunt respinse de alte hadisuri. Ei au adus drept dovadă ceea ce a spus Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Nu există contagiare și nici semne rele.”** (Al-Bukhari, Muslim și Abu Daud).

Ar trebui să precizăm faptul că nu există nicio contradicție între hadisurile autentice. Atunci când apare vreo divergență între ele, este posibil ca unul dintre hadisuri să nu fie autentic sau se poate ca naratorul lui să fi făcut o eroare, în pofida faptului că hadisurile, în sine, sunt adevărate. Se poate și ca unul dintre hadisurile care pare să contrazică un alt hadis să îl respingă într-adevăr pe celălalt. Nu există două hadisuri autentice care să aibă înțelesuri clare, directe și să se contrazică unul pe celălalt

în fiecare sens. Allah a interzis ca adevăratul Său Trimis să se contrazică vreodată, deci tot ceea ce Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus este adevărul pur, fără nicio urmă de îndoială. Câteodată se ivesc anumite probleme și greșeli, realizate de naratorii hadisurilor sau cauzate de dificultatea de a înțelege adevăratul sens al unor hadisuri sau incapacitatea de a distinge între hadisurile autentice și cele fabricate.

Ibn Qutaibah a spus în a sa lucrare *Al-Hadis*, referindu-se la adversarii hadisurilor: „Ei spun: «Acestea sunt hadisuri care se contrazic unul pe celălalt. Ai relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **‘Nu există contagiere și nici semne rele’**. De asemenea, Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i s-a spus: ‘Crustele umede atacă buzele cămilelor, iar apoi cămilele se îmbolnăvesc de lepră’, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a răspuns: **‘Ce anume a transferat boala la prima cămilă?’** Iar tu ai mai relatat: **‘Niciun om sănătos nu trebuie adus lângă unul bolnav și evitați-l pe cel care suferă de lepră la fel cum vă feriți de leu.’** Tot tu ai mai relatat că un om suferind de lepră a venit să depună mărturisirea de credință pentru a deveni musulman, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a spus că legământul său a fost acceptat și i-a poruncit să se întoarcă, fără a se întâlni cu el. El a mai spus: **‘Semnele rele se regăsesc în trei**

lucruri: în femeie, în animale și în case', iar toate aceste declarații se contrazic între ele.»

Abu Muhammad (Ibn Qutaibah) a comentat astfel: „Noi spunem că nu există nicio contradicție, pentru că fiecare declarație are propriul său înțeles și cadru temporar. Atunci când hadisul este utilizat în propriul său context, contradicția va fi dizolvată. Există două tipuri de contagiere, iar una dintre ele se transmite în aceeași modalitate în care are loc și contaminarea cu lepră. De exemplu, atunci când mirosul celui afectat de lepră este simțit de către cei care vorbesc cu el și stau aproape de el pentru o lungă perioadă de timp, aceștia ar putea să cadă victime ale bolii. De exemplu, cazul soției unui lepros care locuiește în aceeași casă cu el și este astfel contaminată. Copiii unei persoane ce suferă de această boală sunt vulnerabili și se pot îmbolnăvi mai târziu (ereditar). În această situație se găsesc cei care suferă de tuberculoză, febră hectică și cruste. Doctorii au poruncit ca aceia care suferă de tuberculoză și lepră să fie evitați, nu pentru că s-ar teme că acele boli sunt contagioase, ci din cauza mirosului neplăcut pe care îl emit acei oameni, miros care i-ar putea afecta pe cei sănătoși dacă ar fi expuși la el o lungă perioadă de timp. Doctorii sunt departe de a crede în semne bune sau în semne rele. Acest argument este adevărat în situația *nuqbah*, un fel de lepră umedă sau crustă ce atacă cămilele. Atunci când cămila infectată se amestecă cu alte cămile sănătoase, infecția se va transmite prin apă (din cauza rănilor deschise) sau prin

mucusul produs de cămile. La aceasta s-a referit Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) atunci când a spus: **„Niciun om bolnav nu ar trebui adus lângă o persoană sănătoasă.”**

Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îi displăcea socializarea dintre oamenii bolnavi și cei sănătoși, pentru ca cei sănătoși să nu fie expuși la nicio substanță sau alergice produsă de organismele celor bolnavi.

Cel de al doilea mod de contaminare îl vom explica referindu-ne la ciumă; de exemplu, ciuma apare într-o regiune geografică, iar oamenii încearcă să fugă de acolo, temându-se să nu se îmbolnăvească. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Dacă aceasta (ciuma) apare în ținutul în care locuiți, nu părăsiți acel loc. Iar dacă apare într-un ținut, nu intrați în el.”** Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a poruncit oamenilor să nu plece din ținutul afectat de ciumă, pentru a nu se gândi că prin fuga lor ar evita destinul hotărât de Allah. Pe de altă parte, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a poruncit oamenilor să nu pătrundă într-un ținut contaminat de ciumă, deoarece, dacă vor rămâne în ținutul neafectat, inimile lor vor fi calme, iar viața lor liniștită. Aceste cuvinte se referă și la soțul căruia i se întâmplă o nenorocire, iar el o atribuie piezei rele aduse de soție sau de casa în care locuiesc. La aceste aspecte se referea Profetul (Pacea și

binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) atunci când a spus: **„Nu este nici contagiere...”**

Alții au spus că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a recomandat ca aceia care au fost atinși de lepră să fie evitați, dar este permis să mănânci împreună cu ei, așa cum Profetul însuși (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a făcut.

Alții sunt de părere că aceste hadisuri conțin porunci specifice pentru anumite tipuri de oameni. De exemplu, unii oameni au o credință foarte puternică și I se încredințează lui Allah, iar forța credinței lor îi va salva de bolile contagioase, exact în același mod în care puterile naturale ale organismului îndepărtează câteodată nocivitatea bolilor. Unii oameni, pe de altă parte, nu au o credință atât mare, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a poruncit acestora să fie precauți. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a implementat poruncile în ambele situații, astfel încât cel puternic să îi imite exemplul în funcție de încrederea sa în Allah. Pe de altă parte, cel slab îl poate imita de asemenea pe Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) – acesta i-a evitat pe cei bolnavi de lepră – și manifesta astfel prudență. Ambele comportamente sunt corecte, însă unul este potrivit pentru cei care au credință puternică, în timp ce celălalt se potrivește celor a căror credință este slabă. În consecință, ambele grupuri de credincioși vor avea propria

lor metodă care să se muleze pe situația fiecăruia.

Pentru a oferi un alt exemplu, vom menționa faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a folosit focul în scopuri medicale, pentru cauterizare. În același timp i-a lăudat pe cei care se abțin de la utilizarea acesteia și a menționat evitarea acesteia prin fapte bune, respingând superstiția manifestată prin credința în semne rele și lăsând totul în seama lui Allah. Există numeroase alte exemple legate de acest subiect. Metoda adoptată de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) este întotdeauna extrem de blândă, iar cei care o interpretează în mod corect vor elimina orice suspiciune că *sunna* autentică se contrazice.

Alți oameni au susținut că porunca de a fugi de cei bolnavi de lepră împiedică transferul bolii, dat fiind că astfel ei nu se vor amesteca cu cei bolnavi și nu vor simți mirosul atunci când aceștia se adună într-un număr mai mare. Când despre vizitele de scurtă durată la cei bolnavi, atunci când există un scop bun, nu există niciun rău în acestea, iar contactarea bolii nu este posibilă în cazul unei expuneri atât de scurte. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a interzis contactul de mai lungă durată cu cei bolnavi, dorind să păstreze starea de sănătate a vizitatorilor, dar a permis contactele scurte cu bolnavii, acestea fiind nevătămătoare. Deci unde este contradicția?

Un alt grup de oameni susține faptul că acel om bolnav de lepră, împreună cu care

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a stat și a mâncat, suferea de o formă ușoară a bolii. Există mai multe tipuri ale acestei boli, a căror gravitate variază, lucru valabil și în cazul posibilității de contagiere. În astfel de cazuri este posibil contactul cu oameni care suferă de o formă mai ușoară a acestei boli ce nu se află într-un stadiu avansat de evoluție, deoarece contactarea bolii va fi evitată. Atunci când afecțiunea nu are posibilitatea de a evolua în organismul celui afectat, nu va fi capabilă să atace organismul unei alte persoane.

Un alt grup de oameni au afirmat că înainte de Islam exista credința că bolile sunt contagioase în sine, fără a relaționa această chestiune de puterea și voința lui Allah. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a refuzat să creadă în ceea ce credeau ei și a mâncat alături de o persoană care suferea de lepră pentru a dovedi că Allah este Acela care coboară boala și Acela care aduce și leacul. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a interzis musulmanilor să se amestece cu cei bolnavi pentru a-i învăța că suferințele și bolile sunt create de Allah pentru a produce un efect asupra oamenilor. Prohibiția instituită de el afirmă aceste efecte, în timp ce acțiunile sale ne învață că aceste efecte sunt controlate în totalitate de Allah, iar dacă El dorește, aceste efecte nu vor avea nicio putere. Iar dacă El vrea, aceste efecte vor provoca ceea ce El a decis și a vrut.

În cele din urmă, unii susțin că aceste hadisuri ar putea fi respinse prin intermediul

altor hadisuri, iar în situația în care nu putem relata hadisul ulterior care îl respinge pe cel anterior menționat, ar trebui să ne abținem de la a prelungi discuția asupra acestui aspect.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) referitoare la interdicția de a folosi în scop medicinal ceea ce Allah a interzis

Abu Daud a relatat că Abu Ad-Dardaa a relatat următoarele cuvinte ale Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Allah a coborât atât boala, cât și leacul și a creat un leac pentru fiecare boală. Căutați vindecarea, însă nu folosiți în scopuri medicinale ceea ce Allah a interzis.”** (At-Tabarani).

Al-Bukhari a relatat că Ibn Mas'ud a spus: **„Într-adevăr, Allah nu v-a făcut leacuri din ceea ce este interzis pentru voi.”**

În *Sunan* (Abu Daud și At-Tirmidhi) s-a relatat că Abu Hureira a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu a permis folosirea substanțelor impure (interzise) în scopuri medicinale.”

Imamul Muslim a relatat că Tariq Ibn Suwayd Al-Ju'fi a spus că l-a întrebat pe Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) despre alcool, iar el nu i-a permis sau i-a spus că urăște faptul că îl produce. Atunci acesta a zis: „Îl fabric doar în scopuri medicinale.” Profetul (Pacea și binecuvântarea

lui Allah fie asupra sa!) a răspuns: „**Nu este un leac, ci mai degrabă este o boală.**”

În *Sunan* ni se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a fost întrebat despre *al-khamr* (alcoolul) folosit în scopuri medicinale. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „**Într-adevăr acela nu este un leac, ci mai degrabă o boală.**” (Abu Daud și At-Tirmidhi).

Muslim a relatat că Tariq Ibn Suwayd Al-Hadhrami a spus: „Am zis: «O, Trimis al lui Allah! În ținutul nostru sunt niște vii ale căror roade le stoarcem (pentru a obține alcool) și bem din acest produs.» El a spus: «**Nu faceți acest lucru!**» M-am întors la el și i-am spus: «Noi îl folosim în scopuri medicinale.» El a spus: «**Nu este un leac, ci mai degrabă este o boală.**»” (Abu Daud și At-Tirmidhi).

An-Nasa'i a relatat că un doctor a amintit de procedeul utilizării broaștelor pentru producerea de medicamente, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a interzis uciderea broaștelor pentru îndeplinirea acestui scop. (Abu Daud, Ahmad).

A folosi pentru a produce medicamente ingrediente interzise de către Allah reprezintă un lucru rău, potrivit religiei și gândirii islamice. Referitor la perspectiva religioasă, am menționat mai multe hadisuri ce ating acest subiect.

Referitor la rațiune, Allah a interzis anumite substanțe, deoarece ele sunt impure. Allah nu a interzis niciun element bun și

benefic musulmanilor, așa cum a hotărât în cazul copiilor lui Israel:

„Și din pricina ticăloșiiilor celor care s-au iudaizat noi le-am oprit o parte din bunătățile care le fuseseră îngăduite și din pricina închiderii de către ei a drumului lui Allah pentru mulți (dintre oameni).” (Sura An-Nisa’: 160).

Allah a interzis o serie de elemente și substanțe din cauza nocivității care se găsește în ele, pentru a-și salva robii de la ceva atât de dăunător. Nu este potrivit ca robii Săi să folosească aceste substanțe în scopuri medicale. Chiar dacă ele par să aibă vreun efect asupra bolii, atrag după sine o afecțiune mult mai serioasă a inimii, deoarece sunt impure. În acest caz, bolnavul care folosește ceea ce Allah i-a interzis, chiar dacă face acest lucru în scopuri medicinale, ar putea reuși să îndepărteze boala fizică, însă inima sa îi va fi afectată de o suferință mai gravă.

Musulmanilor li se cere să evite ceea ce Allah nu a permis, iar folosirea celor interzise în scopuri medicale demonstrează lipsa de respectare a prevederilor religioase. Acesta este exact opusul scopului urmărit de interdicția religioasă.

Ceea ce a fost interzis de Allah reprezintă o boală în sine, așa cum ni s-a transmis prin intermediul Trimisului Său (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Așadar musulmanilor nu li se permite să folosească drept medicament ceea ce este interzis.

Substanțele care au fost interzise afectează inima și sufletul și le fac impure, din moment ce tot ceea ce este ingerat are un efect asupra corpului. Atunci când o substanță produce un efect negativ în organism, corpul va suferi această influență negativă. Ce să mai spunem despre substanțele care sunt impure și nocive în sine? În acest caz, când substanța este impură, organismul va deveni, de asemenea, impur. Allah a instituit interdicția asupra alimentelor, băuturilor și veșmintelor impure, din cauza efectelor nocive pe care le au aceste substanțe asupra organismului uman și a sufletului.

Permisiunea de a utiliza în scopuri medicale aceste substanțe interzise va încuraja, ulterior, administrarea lor pentru a satisface dorința și pofta, mai ales atunci când inimii ajung să îi placă asemenea substanțe. Astfel se întâmplă atunci când există credința că aceste substanțe vindecă afecțiunile organismului, făcându-le să devină dorite și plăcute. Pe de altă parte, religia a închis calea către consumarea substanțelor interzise. Ar exista o contradicție dacă religia le-ar interzice, pe de o parte, și ar permite utilizarea lor, pe de altă parte.

Substanțele interzise pe care oamenii le-ar folosi pentru fabricarea de medicamente atrag după sine mai mult rău decât cel pe care ar putea să îl elimine din organism. De exemplu, alcoolul, căpetenia celor mai rele substanțe, pe care Allah nu l-a creat nici ca leac, nici ca remediu, este extrem de dăunător

pentru creier, organul care controlează corpul, potrivit opiniilor susținute de medici și de numeroși învățați care au studiat *fiqh* (jurisprudența islamică). De exemplu, Hipocrate a spus, referindu-se la bolile grave: „Alcoolul produce efecte negative foarte grave asupra creierului, pentru că ajunge foarte repede la acesta, împreună cu alte substanțe dăunătoare care se găsesc în corp.” Autorul operei *Al-Kamil* a spus: „Consumarea alcoolului dăunează creierului și sistemului nervos.”

Există două alte categorii de medicamente nepermise care nu plac inimii, cum ar fi carnea de șarpe și otrăvurile. Astfel de substanțe cad greu inimii și stomacului (fără a menționa pericolul reprezentat de ele însele) și constituie o boală în sine, nu un leac. Mai există medicamente care nu sunt neplăcute în ele însele, de exemplu unele băuturi pe care le consumă femeile însărcinate.

Aceste substanțe atrag după sine mai mult rău decât bine, iar mintea și religia colaborează pentru a le face să devină nesuferite.

Mai există o altă înțelepciune în spatele interdicției de a administra medicamente fabricate din substanțe interzise. Una dintre condițiile ce trebuie îndeplinite pentru ca medicamentul să aibă efect este ca acela care și-l administrează să creadă că acesta își va face efectul și va atrage după sine vindecarea, prin binecuvântarea lui Allah. Într-adevăr, tot ceea ce este benefic este și binecuvântat, și cu cât este mai benefic, cu atât conține mai multe

binecuvântări. Iar cea mai mare binecuvântare se găsește în substanța cu cele mai multe beneficii. Pe de altă parte, musulmanul consideră că tot ceea ce a fost interzis de către Allah nu aduce beneficii și nici nu conține binecuvântări. În consecință, nu va avea încredere în substanța interzisă, iar organismul său nu o va accepta. Cu cât este mai puternică credința robului, cu atât acesta va urî mai mult substanța interzisă și o va considera impură. În acest caz, dacă el își va administra o substanță interzisă, aceasta va fi o boală pentru el, nu un leac, în afară de situația în care el crede că este pură și astfel ura lui față de acea substanță va scădea.

Prin urmare credinciosul nu va accepta substanțele care au fost interzise, ci va considera că ele reprezintă o boală; altfel, și-ar contrazice propriile credințe.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul celui afectat de păduchi și eliminarea acestora

În *Sahihan* se relatează că Ka'ḇ bin 'Ujrah a spus: „Aveam păduchi și m-au dus la Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), cu păduchii căzându-mi pe față, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **«Nu mi-am dat seama că problema ta a ajuns în stadiul**

acesta!» Apoi Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a cerut să își radă părul de pe cap și fie să postească timp de trei zile, fie să hrănească șase sărmani sau să sacrifice o oaie”. (Relatat de Ahmad).

Există două cauze ce pot genera apariția păduchilor pe cap și pe corp: interne și externe. Cauzele externe sunt reprezentate de igiena precară și de substanțele impure care pot ajunge pe suprafața epidermei. Cele interne se referă la substanțele nocive pe care corpul le expulzează prin epidermă și care putrezesc apoi din cauza umidității din pori. Apoi apar păduchii care se hrănesc cu aceste substanțe descompuse. De multe ori păduchii apar după ce persoana a suferit din cauza mai multor boli și afecțiuni, pentru că în astfel de cazuri regulile de igienă sunt ignorate. Copiii sunt victimele predilecte ale păduchilor din cauză că se joacă cu obiecte umede și sunt, în general, neglijenți. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a poruncit ca fiii lui Ja'far să fie rași în cap, deoarece acesta este cel mai bun leac pentru păduchi – expune pielea la razele soarelui și permite evaporarea umidității dăunătoare. Ulterior, pe pielea capului ar trebui aplicate unguente care să împiedice înmulțirea păduchilor și să îiucidă.

Raderea părului are la bază trei cauze: realizarea unui ritual permis, a unei inovații sau a unui act specific politeismului și realizarea unei metode de vindecare. Prima dintre ele este legată de *hajj* și *umra*. Cea de a

doua cauză constă în consacrarea actului de a te rade pe cap altcuiva decât lui Allah.

Raderea părului de pe cap reprezintă un act de umilință și adorare; din acest motiv, el constituie un ritual ce desăvârșește *hajj*-ul. Imamul Șafi'i este de părere că raderea părului de pe cap reprezintă un fundament esențial al *hajj*-ului, din moment ce implică înclinarea capului cu umilință în fața Domnului; de asemenea, reprezintă un onorabil act de adorare. Ar mai trebui menționat faptul că atunci când arabii voiau să umilească un războinic captiv, înainte de a-l elibera, întâi îi rădeau părul de pe cap. Mai târziu au apărut cei care îi învățau pe oameni despre falsa călăuzire și despre rău, care încercau să dobândească ei înșiși dreptul de a conduce și ai căror preoți se concentrau asupra politeismului și inovațiilor. Astfel de îndrumători voiau ca ucenicii lor să îi adore pe ei, cei care îi călăuzeau pe calea greșită. În consecință, îi încurajau pe elevii lor să își radă părul de pe cap de dragul lor, la fel cum îi ademneau să se prosterneze în fața lor, dând o altă denumire acestui act și pretinzând că nu este o prosternare, ci doar o înclinare a capului în fața profesorului. Pe Allah! Și ce înseamnă prosternarea în fața lui Allah dacă nu a cădea cu fruntea la pământ în fața Lui? Tot acei profesori îi momeau pe elevi să jure în fața lor, să se căiască în fața lor și să jure pe numele lor! Aceasta înseamnă să îi transformi pe acei profesori în asociați ai lui Allah. Allah a spus:

„Nu se cuvine ca un om căruia Allah i-a dăruit Cartea, Cărmuirea și Profeția să spună apoi lumii: «Fiți adoratorii mei, și nu ai lui Allah», ci [se cuvine să spună]: «Fiți supuși Domnului, pentru că voi ați învățat [pe alții] Cartea și ați iscodit-o!». Și el nu vă va putea porunci să-i luați pe îngerii și pe profeți drept Domni. Oare ar putea să vă poruncească necredința după ce ați fost supuși [ai lui Allah, musulmani]?!» (Sura 'Al Imran: 79-80).

Rugăciunea este cel mai elevat act de adorare. Totuși îndrumătorii cei devianți, așa-zisii învățați și tiranii, au împărțit actele de rugăciune. De exemplu, ei și-au atribuit cel mai înalt element din rugăciune, prosternarea, lor înșile. Iar unii așa-zisi învățați au cerut ca alții să se prosterneze în fața lor, așa cum procedăm atunci când ne rugăm la Allah! Cât despre tirani, ei au cerut ca oamenii să se ridice în picioare în prezența lor. Oamenii liberi și sclavii trebuie să stea în picioare în fața dictatorilor, în timp ce aceștia din urmă stau jos.

Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a interzis împlinirea oricăruia dintre aceste trei acte pentru altcineva în afară de Allah.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a interzis prosternarea în fața altcuiva decât a lui Allah. El a spus: **„Nimeni nu ar trebui să se prosterneze în fața unei alte persoane.”**

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) l-a criticat pe Mu'ath

atunci când acesta s-a prosternat în fața lui. Din moment ce prosternarea în fața creaturilor este strict interzisă, așa cum ni se demonstrează prin *sunna* Profetului, cei care permit astfel de acte încearcă să acapareze drepturi ce I se cuvin lui Allah sau Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Prosternarea este unul dintre elementele esențiale ale rugăciunii. Atunci când politeistul permite ca prosternările să fie făcute în fața creaturilor, el acordă permisiunea de a adora pe altcineva în afară de Allah. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a fost întrebat odată: „Atunci când îl vedem pe unul dintre frații noștri, ar trebui să ne plecăm în fața lui?” El a răspuns: **„Nu.”** A fost întrebat apoi: „Ar trebui să îl îmbrățișăm și să îl sărutăm?” El a spus: **„Nu.”** Apoi i s-a pus întrebarea: „Ar trebui să dăm mâna cu el?” Iar el a spus: **„Da.”**

Cel care se înclină atunci când salută pe cineva realizează tot un act de adorare, pentru că Allah ne-a spus:

„Intrați pe poartă cu smerenie [plecați, cu umilință.]” (Sura Al-Baqara: 58).

În plus, prosternarea și intrarea pe poartă nu se pot face concomitent; prosternarea menționată în acest verset se referă la înclinare.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a interzis ca musulmanii să stea ridicați în picioare ca semn de respect față de cineva, așa cum făceau nemusulmanii în

vechime. Nu a permis ca acest lucru să fie făcut în timpul rugăciunii și le-a poruncit musulmanilor să îl urmeze pe cel care îi conduce în rugăciune; dacă el stă așezat în timpul împlinirii rugăciunii, din cauza unei boli, ceilalți ar trebui să se așeze și ei, deși sunt sănătoși. Altfel, ei ar sta în picioare, în timp ce imamul ar fi așezat, și, deși ar sta în picioare pentru Allah, nu ar fi permis. Ce să spunem atunci de cazul în care ar sta în picioare din respect față de altcineva?

Cei ignoranți și prost călăuziți I-au adus asociați lui Allah în cadrul actelor de adorare, prosternându-se astfel în fața altcuiva decât a lui Allah. Ei stau în picioare în fața creaturilor așa cum fac atunci când se roagă. De asemenea, ei jură, fac legăminte, își rad părul de pe cap, sacrifică animale, întreprind *tawaf* (înconjoară de mai multe ori un anumit obiect sau o persoană), iubesc, se tem și dau ascultare altcuiva decât lui Allah așa cum Îi dau ascultare lui Allah sau chiar într-o măsură mai mare. Ei pun semnul egal între Allah, Stăpânitorul lumilor, Cel pe care Îl adoră, și creație. Aceștia sunt dușmanii înțelepciunii cu care au fost trimiși Profetii (Pacea lui Allah fie asupra lor!); ei pun semnul egal între Allah și creația Sa. Ei sunt cei care vor rosti pe când vor fi în Foc, certându-se cu falsele zeități pe care obișnuiau să le venereze:

„Pe Allah! Noi am fost în rătăcire învederată, când v-am făcut pe voi egali cu Stăpânul lumilor!” (Sura Aș-Șuara: 97-98).

Ei sunt acei oameni despre care Allah a spus:

„Dar sunt printre oameni [și unii] care Îi fac în afară de Allah semeni pe care îi iubesc asemenea iubirii pentru Allah. Dar cei care cred sunt mai stăruitori în iubirea pentru Allah.” (Sura Al-Baqara: 165).

Toate acestea se numără printre actele de *șirk* (politeism, asocierea altcuiva cu Allah în cadrul actelor de adorare), păcat care nu poate fi iertat de către Allah.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul celor afectați de deochi

Imamul Muslim (precum și Ahmad, Ibn Hibban, Al-Hakim și At-Tabarani) a relatat că Ibn Abbas a transmis că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Deochiul există și dacă ar fi ceva care să precedă predestinarea, acela ar fi deochiul.”**

Muslim a relatat că Anas a spus: „Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a permis utilizarea formulelor islamice de rugăciune (*ruqyah* / remediile divine) pentru a elimina febra, deochiul și rănilor.”

În două dintre cărțile de hadisuri autentice, Abu Hureira a spus că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie

asupra sa!) a menționat: **„Deochiul există.”** (Abu Daud, Ibn Majah și Ahmad).

Abu Daud a relatat că ‘Aișah (Allah să fie mulțumit de ea!) a spus: **„Aceluia care a deochiat o altă persoană i s-a poruncit să facă abluțiunea, iar cel care a fost atins de deochiul său [ar trebui] să se spele cu acea apă.”** (Al-Bukhari, Muslim, An-Nasa’i, Ibn Majah, Abu Na’im).

Așa cum se menționează în *Sahihan*, ‘Aișah (Allah să fie mulțumit de ea!) a spus următoarele:

„Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) mi-a poruncit mie sau a poruncit să folosim formule islamice de rugăciune pentru a îndepărta deochiul.”

At-Tirmidhi a relatat următoarele de la Asma’ Bint Umayya: „Am zis: «O, Trimis al lui Allah, copiii lui Ja’far sunt de obicei atinși de deochi. Ar trebui să rostesc o formulă de rugăciune islamică pentru ei?» El a spus: **«Da. Dacă există ceva care să preceadă predestinarea, acela ar fi deochiul.»** (An-Nasa’i și Ahmad).

Imamul Malik a relatat că Amir Bin Rabi’ah l-a văzut odată pe Sahl bin Hunaif făcând baie și a spus: „Pe Allah! Nu am văzut niciodată o piele mai moale decât aceasta, ... nici măcar la o fecioară!” Sahl a căzut la pământ. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a venit apoi la Amir, furios încă, și i-a spus: **„De ce și-ar ucide vreunul dintre voi fratele? De ce nu ai spus *Tabrik* / fie ca Allah să binecuvânteze? Fă o baie**

pentru asta!” Amir și-a spălat fața, mâinile, coatele, genunchii, picioarele, precum și o parte din veșmântul său într-un vas cu apă și a turnat apa folosită peste Sahl. Imediat Sahl și-a revenit. (An-Nasa’i, Ibn Majah, Ahmad).

Malik a adăugat: **„Deochiul există, așa că împliniți abluțiunea pentru aceasta.”**

Într-un alt hadis relatat de Abdul Razzaq se spune: **„Deochiul există, iar dacă este ceva care să precedă predestinarea, ar fi deochiul. Atunci când cineva este atins de deochi, ar trebui să facă o baie.”**

At-Tirmidhi a spus: **„Celui care îi deoache pe alții ar trebui să i se poruncească să își cufunde mâna într-un vas cu apă, să își spele gura, iar apoi să verse apa înapoi în vas. După aceea să își spele fața în acel vas, iar apoi să își cufunde mâna stângă în apă și să toarne apă peste genunchiul drept, deasupra vasului, iar după aceasta să își cufunde mâna dreaptă în apă și să toarne apa peste genunchiul stâng. După aceea să își spele veșmântul în vas, iar apa rămasă să nu fie vărsată pe jos, ci să fie turnată deasupra capului celui pe care l-a deochiat, din spate, toată odată.”**

Există două feluri de deochi: cel care vine de la oameni și cel aruncat de *ginni*. Umm Salama a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a văzut odată o fată tânără a cărei față avea o anumită expresie și a spus: **„Căutați o formulă de rugăciune islamică pentru ea, pentru că a fost atinsă de deochi.”** (Al-Bukhari, Muslim,

Al-Hakim, Abu Na'im, Al-Isma'ili și At-Tabarani).

Abu Sa'id a relatat: **„Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să caute adăpost de ginni și de deochiul oamenilor.”** (At-Tirmidhi și An-Nasa'i).

Unii oameni nu au judecata limpede, nu văd sau nu aud bine și resping ideea că deochiul poate fi dăunător, pretinzând că este o superstiție, o credință falsă. Aceștia sunt ignoranți, judecata lor este strâmbă, iar mintea lor încețoșată. Ei sunt departe de a dobândi cunoașterea sufletului și a inimii, precum și a efectului acestora asupra firii.

Cele mai luminate minți ale oricărui popor nu neagă existența deochiului, deși există divergențe de opinii cu privire la cauzele și efectele produse de acesta. Unii afirmă că aceia care deoache simt răutate în inimile lor, iar privirea lor este nocivă, precum privirea șarpelui care își fixează prada înainte de a o ucide.

Unii susțin că este posibil ca puterile invizibile emise de cel care deoache să pătrundă în corpul celui care a fost deocheat și să-l vatăme. Alții susțin că Allah trimite răul asupra persoanei afectate de deochi, nu omul, însă aceasta este explicația oferită de către cei care neagă existența diverselor puteri spirituale care există în lume. Allah a oferit puteri speciale unora dintre creaturile Sale, puteri care au efect asupra restului creației. De exemplu, sufletul are o foarte mare putere asupra corpului –

nimeni nu poate nega acest aspect. Ați observat probabil cum fața unei persoane sfioase se înroșește în momentul în care privirea sa cade asupra unui lucru nepotrivit? Sau devine galbenă atunci când privește un lucru care stârnește teamă? Puteți vedea efectul deochiului asupra oamenilor și slăbiciunea pe care o provoacă trupurilor lor.

Deochiul este de fapt efectul exercitat de către suflet asupra victimei. Sufletele sunt diferite raportat la esența, puterea, caracteristicile și calitățile proprii. Prin urmare sufletul unei persoane invidioase poate să aducă vătămări grave victimei, de aceea Allah i-a cerut Trimisului Său (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) să caute adăpost la El de deochi.

Existența unui efect negativ generat de o persoană invidioasă asupra celei invidiate nu poate fi negat. Este real faptul că un suflet răutăcios și invidios face mult rău celui invidiat. În mod asemănător, vipera când este furioasă exercită un efect special asupra victimei. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a menționat că vipera cu coadă scurtă și vipera dungată au capacitatea de a afecta ochii și de a provoca în mod spontan avortul.

Efectele pe care le-am menționat nu se rezumă doar la contactul fizic, după cum cred cei care au puține cunoștințe despre firea lucrurilor sau despre religie. Toate aceste efecte pot fi provocate și prin privire, direcționarea

puterii sufletului asupra victimei, prin imaginație și semne rele etc.

Este posibil ca persoana invidioasă să fie oarbă, însă atunci când lui sau ei i se descrie ceva anume, sufletul său invidios afectează obiectul descris și îi face rău, în pofida faptului că nu îl poate zări. Allah i-a spus Profetului Său (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!):

„Aceia care nu cred aproape că te doboară cu privirile lor, când aud Îndemnarea [Coranul].” (Sura Al-Qalam: 51);

„Spune: «Eu caut adăpost la Stăpânul revărsatului zorilor, împotriva răului [venind] de la ceea ce El a creat și împotriva răului întunericului care se așterne și împotriva răului vrăjitoarelor care suflă în noduri și împotriva răului pizmuitorului, când pizmuiește.»” (Sura Al-Falaq: 113).

Oricine îi deoache pe alții este invidios, însă reciproca nu este valabilă. Din moment ce invidia înglobează deochiul, la nivelul înțelesului general, cel care se ferește de invidie va dobândi și refugiu față de deochi.

Deochiul constă în vătămarea sănătății cuiva printr-o privire plină de invidie și răutate. Dacă persoana asupra căreia se îndreaptă această privire nu este pregătită să se apere, deochiul îi va produce o vătămare. Dacă ea este pregătită, este posibil ca săgețile să se întoarcă spre cel care le-a aruncat. Este asemănător cu ceea ce se întâmplă atunci când aruncăm o minge de un perete și ea se întoarce spre cel ce a aruncat-o. Deochiul are ca punct de plecare

acel moment în care persoana invidioasă vede ceva ce îi place, iar privirea sa otrăvită îl atinge pe cel invidiat.

Este posibil ca o persoană să se deoache pe sine însăși, iar acesta este cel mai dăunător tip de invidie. Este posibil, câteodată, ca o persoană să arunce deochiul asupra altcuiva doar prin natura sa invidioasă.

Medicina profetică destinată tratării celor afectați de vrăji (de deochi) cuprinde mai multe categorii

Abu Daud a relatat de la Sahl ibn Hunaif: „Am ajuns în apropierea unei ape, am înaintat și am făcut baie, însă când am terminat, am simțit că am febră.” Atunci când i s-a relatat acest lucru Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), el a spus: **„Poruncește-i lui Abu Thabit să caute adăpost (pentru Sahl, la Allah) recitând una dintre formulele islamice de rugăciune!”** Am spus: „O, stăpâne! Este vreo formulă islamică de rugăciune din care să derive beneficii?” El a spus: **„Nu există nicio formulă islamică de rugăciune care să nu elimine deochiul, febra și mușcătura (de șarpe sau scorpion).”**

Există mai multe rugăciuni care pot fi rostite; de exemplu, recitarea primului capitol din Coran, *Mu'awwizatan* (surele 113 și 114 din Coran) și Ayat Al-Kursi (2: 255).

Mai pot fi recitate și numeroase formule profetice. De exemplu, se pot rosti următoarele

cuvinte: **„Caut adăpost prin Cuvântul Perfect al lui Allah de răul pe care El l-a creat!”**

Se mai poate recita: **„Caut adăpost prin Cuvintele Perfecte ale lui Allah de orice diavol și suflet rău și de orice deochi!”**

Pe lângă acestea, se mai poate recita: **„Caut adăpost prin Cuvintele Perfecte ale lui Allah, pe care niciun suflet bun sau rău nu ar putea să Îl cuprindă vreodată, de răul a ceea ce El a creat, făcut și inițiat; de răul a orice ar putea coborî din cer sau urca spre el; de răul a ceea ce El a creat pe pământ și ceea ce rodește din acesta; de răul încercărilor nopții și ale zilei și de ceea ce vine în timpul nopții sau al zilei, în afară de cel care vine cu o treabă cinstită, o, Milostivule!”**

Putem include și rugile: **„Caut adăpost prin Cuvintele Perfecte ale lui Allah de Mânia Sa și de chin, de răul robilor Săi și de șoaptele diavolilor sau de ceea ce ar putea urma!”**

Se mai poate recita și următoarea rugă: **„O, Allah! Caut adăpost la a Ta față și prin Cuvintele Tale Perfecte de răul oricărei creaturi care se află doar în Măinile Tale! O, Allah! Soldații Tăi nu vor fi nicicând înfrânți, iar promisiunea Ta nu va fi niciodată încălcată! Toată lauda și adorarea Ți se cuvin doar Ție!”**

Omul se poate ruga și astfel: **„Caut adăpost în fața lui Allah, mai măreață decât orice altceva, și prin Cuvintele Sale Perfecte pe care nicio creatură bună sau malefică nu le-ar putea întrece vreodată, și prin Numele**

lui Allah, fără egal în perfecțiune, cele pe care le știu și cele care îmi sunt necunoscute, de răul pe care El l-a creat, format și căruia i-a dat ființă, de răul oricărei creaturi pe care nu o pot învinge și de răul fiecărei creaturi pe care numai Tu o stăpânești! Cu siguranță, Domnul meu este pe Calea cea Bună!”

Formulele profetice pentru rugăciune mai cuprind următoarele rugi: „O, Allah! Tu ești Domnul meu, nimeni nu mai este vrednic de adorare în afară de Tine! Depind de Tine (întru totul). Tu ești Stăpânul Mărețului Tron. Ceea ce vrea Allah se întâmplă, iar ceea ce nu vrea El să se întâmple nu va fi nicicând. Nu există putere și forță decât la Allah. Știu că Allah poate face orice și cunoașterea Lui cuprinde totul, iar El ține socoteala a tot. O, Allah! Caut adăpost la Tine de răul din mine, de răul și de *şirk*-ul (politeismul) lui Şeitan, precum și de răul oricărei creaturi pe care numai Tu o stăpânești! Cu siguranță, Domnul meu se află pe Calea cea Dreaptă!”

Se mai poate recita și următoarea rugă: „Caut adăpost la Allah, Cel în afară de care nu există altă divinitate! El este Domnul meu și Domnul a tot ceea ce există. Caut adăpost la Domnul meu, Stăpânitorul a tot ceea ce există! Eu depind de Cel Veșnic, fără de sfârșit. Caut la El îndepărtarea răului pentru că nu există putere și nici forță fără ajutorul lui Allah! Allah îmi este de ajuns ca sprijin și ce Ajutător minunat este El! Allah

îmi este de ajuns mie, robul dintre robi. Creatorul îmi este suficient. Susținătorul îmi este de ajuns. Într-adevăr, Allah, Cel în a Căruia putere se regăsesc toate, Care oferă adăpost când nimeni nu poate să adăpostească ceva de El! Allah îmi este de ajuns.”

Cei care rostesc aceste diferite rugă și formule islamice de rugăciune vor înțelege cu siguranță imensa lor valoare și beneficiile care derivă din acestea și, în consecință, vor recunoaște cât de multă nevoie au de ele. Aceste rugăciuni apără oamenii de efectele deochiului și vor îndepărta răul acestuia, dacă i-a atins deja, doar în funcție de gradul de credință, puterea sufletului, măsura în care depinde de Allah, precum și de puterea inimii celui care le recită. Aceste rugă sunt veritabile arme, iar eficiența lor depinde de îndemânarea celui care le folosește.

Cel care se teme că i-ar putea atinge pe alții prin deochi trebuie să respecte îndrumarea din hadis: „Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a spus lui Amir bin Rabi'ah: **«De ce nu ai rostit *tabrik (Baraka Allah / fie ca Allah să binecuvânteze) pentru el?»***”

Apoi se poate spune *Ma șu Allah* (ceea ce Allah a vrut), *la quw'ata il'a bil'ah* (Nu există nicio putere în afară de Allah) pentru a îndepărta răul deochiului. Hişam bin Urwah a relatat că tatăl său obișnuia să spună: „Ceea ce vrea Allah să se întâmple cu siguranță se va întâmpla. Nu există nicio putere în afară de

Allah!”, de fiecare dată când vedea ceva ce îi plăcea sau atunci când intra în vreuna dintre grădinile sale.

Îngerul Jibriil i-a recitat Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) formula unei rugăciuni islamice pe care Muslim a relatat-o în *Sahih*: **„În numele lui, Allah rostesc formule islamice de rugăciune pentru binele tău, să te ferească de orice boală care te-ar putea vătăma și de răul adus de orice suflet hain sau de ochiul celui invidios! Allah te va vindeca; în numele lui Allah, rostesc formule islamice de rugăciune pentru binele tău!”** (At-Tirmidhi și An-Nasa’i).

Unii dintre pioșii predecesori au afirmat că nu există niciun rău în a scrie cu cerneală câteva versete din Coran, iar hârtia pe care au fost scrise să fie apoi trecută prin apă; cel suferind va bea apa respectivă. Mujahid a emis o declarație în acest sens, la fel și Abu Qilabah. Se relatează că Ibn Abbas a poruncit ca două versete din Coran să fie scrise pentru o femeie care se confrunta cu o sarcină dificilă; apoi acestea au fost spălate cu apă, iar ea a băut-o. Ayub a spus: „L-am văzut pe Abu Qilabah scriind câteva versete din Coran, apoi le-a trecut prin apă și a dat apa pentru a fi băută de către cineva care suferea de o boală.”

Celui care deoache ar trebui să i se poruncească să își spele membrele și capetele veșmintelor sale sau organele genitale, potrivit unei alte opinii, începând din partea dreaptă, apoi să verse apa deasupra capului aceluia pe care l-a atins cu deochiul, venind din spatele

său și fără să îl avertizeze. Acesta este un leac pe care doctorii nu ar putea să îl înțeleagă prin intermediul științei lor. Cei care resping astfel de formule de rugăciune islamică nu vor beneficia niciodată de ele, pentru că ei nu cred că din acestea derivă o serie de beneficii.

Din moment ce doctorii nu reușesc să explice numeroase fenomene naturale din această lume, de ce ar respinge astfel de forțe și efecte de natură religioasă? Din spălarea cu apă rezultă un beneficiu real, iar experiența este un martor al acestei realități. Mânia va dispărea din inimă, dacă se așează mâna pe pieptul celui nervos. Este ca și cum cel care se confruntă cu un om care are o torță aprinsă în mână și intenționează să o arunce spre el, ar turna apă deasupra flăcării până când aceasta s-ar stinge. Din acest motiv Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a poruncit celui care deoache să Îi ceară lui Allah să binecuvânteze ceea ce el a invidiat, astfel încât gândurile rele să dispară și să fie înlocuite de rugăciune, care este de fapt un act de caritate. Remediul trebuie să fie compatibil cu boala pentru a putea să aibă efect asupra acesteia. Este posibil ca, în momentul în care cineva deoache un alt om, capătul veșmântului său să fie învăluit de o putere anume (sau acest lucru se poate întâmpla cu organele sale genitale), iar această putere să fie apoi transferată persoanei sau obiectului invidiat. Atunci când acestea sunt spălate cu apă, puterea negativă va fi îndepărtată. După cum am menționat deja, această chestiune se află în

legătură cu spiritele rele care se vor opri din activitatea lor malefică dacă sunt atinse de apă. Apa ajută la răcorirea inimii și astfel se vindecă și cel care era pe cale să îi deoache pe ceilalți. Se întâmplă uneori ca o insectă otrăvitoare să înțepe pe cineva, apoi insecta să fie ucisă, iar cel afectat să se simtă mai ușurat. Acest lucru se poate întâmpla din cauză că persoana suferindă simte bucurie în momentul în care insecta este ucisă, iar sentimentul de fericire ajută la vindecarea mai rapidă a răni otrăvite. Pe scurt, atunci când acela care deoache este stropit cu apă, răul la care s-a gândit sau pe care l-a simțit va fi și el înlăturat odată cu apa.

Dacă cineva întreabă: „Spălarea cu apă ajută agresorul, dar ce putem spune în legătură cu victima?” Prin turnarea apei peste victima deochiată este stins efectul produs de deochi, precum și gândurile ascunse din inima agresorului. Apa poate fi utilizată pentru a stinge verigi de fier încinse în foc, dar este și un medicament în același timp; toți doctorii sunt de acord cu această afirmație. Este normal ca aceeași apă care a fost folosită pentru stingerea deochiului să fie utilizată și pentru a salva victima de deochi și de efectele produse de acesta.

Comparația dintre medicina profetică și cea practică de doctori este similară celei dintre actele medicale întreprinse de doctori și cele ale vracilor. Această comparație este, de fapt, nepotrivită, deoarece diferența dintre profeți și medici este mult mai mare decât cea dintre doctori și cei care nu sunt calificați să

practice medicina. Ar fi trebuit să descoperiți până acum relația frățescă dintre religie și înțelepciune, precum și faptul că ele nu se contrazic niciodată una pe cealaltă. Allah călăuzește pe calea cea dreaptă pe cine vrea El și deschide porțile succesului celor care bat la astfel de uși. Doar El este izvorul tuturor binecuvântărilor și al dovezilor fără putință de tăgadă. Lupta împotriva deochiului va avea mai mult succes dacă omul ar ascunde o parte dintre binecuvântările sale față de ceilalți.

De exemplu, Al-Baghawi a relatat odată că 'Usman a văzut un băiat frumos și a poruncit astfel: „Înnegriți-i gropița din bărbie, astfel încât deochiul să nu îl atingă!”

Al-Khattabi a relatat în *Gharib Al-Hadis*: „Se spune că 'Usman a văzut odată un băiat frumos și a ordonat: «Ascundeți-i gropița din bărbie cu culoare neagră!»” 'Usman a vrut să ascundă gropița din bărbia băiatului frumos pentru ca el să nu fie atins de deochi.

Abu Abdullah Al-Tayyahi a relatat o altă formulă care ajută la îndepărtarea deochiului. În timp ce călătorea ca să împlinească *haji*-ul sau la *jihad*, călărea pe un animal bun. În caravană era un bărbat care nu putea să se uite la vreun lucru fără să nu îl facă să piară. Lui Abu Abdullah i s-a spus: „Păzește-ți cămila de privirea acestui bărbat!” Atunci el a spus: „Răul nu are cum să-mi atingă cămila.” Persoana care deochea a fost informată în legătură cu răspunsul dat de Abu Abdullah și a așteptat un moment în care acesta nu era prezent și s-a uitat la cămilă, iar ea a căzut din picioare. Abu

Abdullah a venit și i s-a spus că omul respectiv îi deochease cămila și că aceasta suferea; acesta a văzut cămila și a spus: „Arătați-mi care este bărbatul acela!” Când a ajuns în dreptul lui, a spus: „În numele lui Allah, o piedică ce reține, o stâncă puternică și o stea orbitoare: îi cer deochiului să se întoarcă la cel care l-a aruncat și să cadă asupra celor care-i sunt lui mai dragi (se referea la cel invidios)! Allah a spus:

«Acela care a creat șapte ceruri unul peste altul, fără să vezi nici o nepotrivire în creația Celui Milostiv [Ar-Rahman]. Întoarce-ți privirea! Oare vezi tu vreo crăpătură? Întoarce-ți iarăși privirea, de două ori! Privirea se va întoarce la tine umilită și slabă!» (Sura Al-Mulk: 3-4).

Apoi omul care deochease cămila și-a pierdut lumina ochilor, iar cămila a fost vindecată.”

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul bolilor (în general) prin formule islamice de rugăciune

Muslim a relatat de la Abu Said Al-Khudri că Jibriil a venit la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și i-a spus: „O, Muhammed! Te plângi de vreo suferință?” El a răspuns: „Da.” Apoi îngerul Jibriil a spus: „**În numele lui Allah, rostesc formule islamice de rugăciune pentru binele tău, să te ferească de orice boală care te-ar**

putea vătăma și de răul adus de orice suflet hain sau de ochiul celui invidios! Allah te va vindeca! În numele lui Allah, rostesc formule islamice de rugăciune pentru binele tău!”

Dacă cineva întreabă: „Ce ai de spus în legătură cu hadisul relatat de Abu Daud: **„Nu există nicio formulă islamică de rugăciune în afară de aceea pentru deochi sau febră.”**

Pentru a răspunde la această întrebare, menționăm în primul rând că hadisul respectiv nu neagă faptul că aceste formule pot fi folosite și în alte circumstanțe. Se afirmă doar că ele funcționează cel mai bine în cazul deochiului și al febrei, indiferent de tipul celei din urmă. Acest aspect este confirmat de relatarea în care ni se spune că, atunci când a fost atins de deochi, Sahl ibn Hunaif l-a întrebat pe Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): „Aceste formule islamice de rugăciune atrag după sine binele?” Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a răspuns astfel: **„Nu există nicio formulă islamică de rugăciune (care să funcționeze mai bine decât) în cazurile de deochi și febră.”**

Numeroase hadisuri permit, în general, rostirea de formule islamice de rugăciune. De exemplu, Muslim a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a permis utilizarea de formule islamice de rugăciune în cazurile de deochi, febră și *namlah* (înțepătură de furnică sau plăgi deschise).

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la recitarea Surei Al-Fatiha ca tratament aplicat celui care a fost mușcat (de un animal)

În *Sahihan* (dar și în At-Tirmidhi, Ibn Majah și Ahmad) se relatează de la Abu Said Al-Khudri următoarele: „Unii dintre companionii Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) au pornit într-o călătorie și au mers până au ajuns la niște triburi arabe (pe timp de noapte). Le-au cerut acestora să fie tratați ca oaspeți, însă ei au refuzat. Apoi căpetenia tribului a fost mușcată de un șarpe (sau înțepată de un scorpion), iar ei au încercat tot ce le stătea în putere pentru a-l vindeca, însă în zadar. Atunci unii dintre ei le-au spus celorlalți: «Nimic nu i-a făcut bine. Mergeți la oamenii care au fost aici pe timp de noapte; poate vreunul dintre ei are vreun leac.» Au mers la grupul companionilor Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și le-au spus: «Căpetenia noastră a fost mușcată de un șarpe (sau înțepată de un scorpion) și noi am făcut tot ce am putut, însă nimic nu i-a îmbunătățit starea. Aveți voi ceva care ar putea ajuta?» Unul dintre ei a răspuns: «Da, pe Allah! Pot să recit o formulă islamică de rugăciune, dar, din moment ce voi ați refuzat să ne primiți ca oaspeți, nu o voi rosti decât dacă ne plătiți pentru aceasta.» Ei au căzut de acord să le ofere o turmă de oi. Apoi unul dintre ei a recitat Sura Al-Fatiha: **«Laudă lui Allah, al lumilor**

Stăpânitor» și a suflat asupra căpeteniei care s-a însănoșit (a fost eliberată de boală), s-a ridicat și a început să meargă, fără să mai arate vreun semn de suferință. Le-au plătit ceea ce hotărâseră, iar unii dintre companioni au sugerat să împartă între ei ceea ce primiseră, însă cel care recitase a spus: «Să nu împărțim nimic până nu ajungem la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și îi povestim totul, apoi vedem ce ne spune.» Așa că s-au dus la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și i-au povestit totul. Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a întrebat atunci:

«Cum ați știut că Sura Al-Fatiha poate fi recitată ca o formulă islamică de rugăciune?» Apoi a adăugat: **«Ați făcut ceea ce trebuia. Împărțiți între voi (ceea ce ați câștigat) și lăsați-mi o parte!»**

Este bine cunoscut faptul că anumite tipuri de discurs au un profund efect și atrag după sine numeroase beneficii, așa cum ne demonstrează și experiența. Putem să adăugăm ceva pe lângă Cuvintele Stăpânitorului lumii, care sunt deasupra cuvintelor creaturilor, așa cum și Allah se află deasupra creației Sale? Cuvintele lui Allah sunt depozitarul leacului suprem; ele reprezintă imunitatea perfectă, călăuzirea dreaptă și îndurarea care cuprinde tot ceea ce există. Dacă ar fi fost revelate unui munte, acesta s-ar fi transformat în praf în fața Măreției lui Allah. Allah a spus:

„Noi pogorâm prin Coran ceea ce este tămăduire și îndurare pentru drept-

credincioși și nu face decât să sporească pierderea celor nelegiuți.” (Sura Al-‘Isra’: 82);

„Cât despre cei care cred și săvârșesc fapte bune, El le va da răsplata cuvenită lor.” (Sura ‘Al ‘Imran: 57).

Ce ar putea gândi o ființă umană despre deschizătoarea Coranului, Al-Fatiha, prima sură, care nu poate fi comparată cu niciun verset sau capitol revelat în Coran, în Tora, în Zubur (psalmii revelați Profetului David – Pacea lui Allah fie asupra sa!)... Al-Fatiha conține înțelesurile generale ale Cărilor Divine revelate de Allah. Cuprinde Numele și Atributele lui Allah, cum ar fi *Allah*, *Rabb* (Domnul), *Ar-Rahman* (Cel Mai Milostiv) și *Ar-Rahim* (Cel Îndurător). Tot în această sură se afirmă Învierea, precum și Unicitatea lui Allah și Stăpânirea Sa absolută. Se face referire la dependența creației de ajutorul lui Allah și de călăuzirea Lui, precum și la faptul că El este Singurul care poate oferi astfel de binecuvântări. Sura conține cele mai valoroase aspecte de care au nevoie creaturile Sale: călăuzirea pe calea cea dreaptă, care implică dobândirea cunoașterii cu privire la Numele și Atributele Sale, ascultarea poruncilor Sale, reținerea de la ceea ce El a interzis și menținerea pe calea cea dreaptă până la sfârșitul vieții lumești. Întâlnim aici și referiri asupra categoriilor principale de ființe umane: cei care au dobândit privilegiul de a cunoaște adevărul și care acceptă tot ceea ce implică acesta și îl preferă mai presus de orice; cei care

au stârnit mânia lui Allah, care resping adevărul, deși îl cunosc, precum și cei care s-au îndepărtat de la calea cea dreaptă. Tot în Sura Al-Fatiha se afirmă ideea predestinării și sunt menționate poruncile ce trebuie ascultate în Islam, Numele și Atributele lui Allah, Învierea și Profetia. Acest capitol purifică inima și amintește de dreptatea și generozitatea divină; de asemenea, el interzice toate inovațiile și procedeele vătămătoare. Toate virtuțile acestui capitol au fost menționate în cartea *Madariju As-Salikin*.

Cu siguranță, Al-Fatiha este cel mai bun remediu, deoarece cuprinde aspecte esențiale, cum ar fi umilința în fața lui Allah, preamărirea Sa, binecuvântările ce Îi sunt atribuite Lui, căutarea ajutorului și sprijinului doar de la El, invocarea numelui Său pentru susținerea și călăuzirea pe calea cea dreaptă – unica îndrumare ce aduce beneficii și îndepărtează suferința.

Se relatează că următoarea formulă islamică de rugăciune se regăsește în Al-Fatiha:

„Numai pe Tine Te adorăm, numai la Tine cerem ajutor.” (Sura Al-Fatiha: 5).

Într-adevăr, aceste cuvinte sunt extrem de puternice și reprezintă cel mai bun remediu pentru suferință. Ele implică abandonul sincer și total față de Allah, Unicul care poate oferi adăpost și ajutor. Invocarea numelui lui Allah pentru a primi sprijinul necesar în ceea ce ne propunem reprezintă cea mai bună rugăciune pe care o putem folosi.

Odată, pe când mă aflam în Mekka, m-am îmbolnăvit și nu aveam acces la vreun doctor sau medicament. Așa că am căutat un remediu în Al-Fatiha. Am băut apa Zem-Zem peste care recitasem Al-Fatiha. Prin această metodă mi-am găsit vindecarea, iar de atunci m-am obișnuit să apelez la ea de fiecare dată când simțeam vreo durere. Recitarea Surei Al-Fatiha ca rugăciune benefică în tratarea afecțiunilor provocate de otrăvuri reprezintă un minunat secret, deoarece Allah a creat un remediu pentru fiecare boală, așa cum am menționat deja. Cel care spune rugăciunea are influență asupra celui aflat în suferință, susținându-l în procesul de vindecare, cu voia lui Allah. Dacă persoana care recită rugăciunea o face din toată inima și cu toată forța, adăugând și o parte din aerul și umezeala din corpul său prin intermediul salivei, toate acestea vor mări efectul remediei. Cu siguranță, acest amestec dintre inimă și suflet care se regăsește în toate remediile divine va funcționa ca un medicament administrat trupului.

Cel care rostește formula islamică de rugăciune are un avantaj asupra forțelor malefice (inclusiv a șerpilor veninoși), din moment ce adaugă cuvintelor formulei saliva sa, precum și puterea sa interioară. Cu cât este mai puternică inima sa, cu atât formula recitată va deveni și mai eficientă. Mai există un secret la baza utilizării salivei în cadrul aplicării remediei divine, care este folosit și de forțele rele, după cum ne-a spus Allah:

„Și împotriva răului vrăjitoarelor care suflă în noduri...” (Sura Al-Falaq: 4).

Trupul este afectat într-o foarte mare măsură de ceea ce simte inima, iar suflatul în aer și scuipatul intensifică această simțire. Cei care se ocupă cu vrăjitoria leagă niște noduri și suflă în ele cuvintele vrăjii care au efect asupra victimei chiar dacă el sau ea nu se află acolo. Astfel, forțele răului ajută la transferarea cuvintelor vrăjii și a efectelor acestora asupra victimei. Atunci când forțele binelui contraatacă prin intermediul formulei islamice de rugăciune, va câștiga acea forță combatantă care se va dovedi mai puternică. Lupta dintre forțele binelui și răului este similară cu războiul real purtat între oameni. Forțele spirituale utilizează și implică corpuri materiale în luptele dintre ele. Cel care este preocupat doar de viața lumească nu va simți nimic din acest război; el va fi atașat de mediul în care crede, adică lumea materială, și va fi departe de tărâmul forțelor spirituale, incapabil să simtă efectul lor asupra umanității.

Pe scurt, rugăciunea va avea efectul scontat în lupta împotriva forțelor malefice și va înlătura efectul lor dăunător, dacă forța spirituală pozitivă a celui ce se roagă este îndeajuns de puternică, iar acesta simte puterea și aprofundează înțelesurile Surei Al-Fatiha; respirația care însoțește recitarea are rolul ei. Allah știe cel mai bine.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul aplicat înțepăturilor de scorpion

Capitolul Al-Ikhlās conține aspectele esențiale ale credinței, diverse elemente din *tawhid* (Unicitatea lui Allah) și, evident, afirmarea Unicității lui Allah; implicit, sunt negate toate formele de *șirk* (asocierea altor entități lui Allah în cadrul actelor de adorare). Se afirmă că Allah este Întreținătorul, iar apoi sunt menționate o serie de atribute ale perfecțiunii Sale. În consecință, creaturile Îl caută pe Allah pentru tot ceea ce au nevoie. Tot în acest capitol sunt negate chestiunile legate de ideea că Allah ar putea avea un tată, un fiu sau un asociat; de aceea se spune că acest capitol valorează cât o treime din Coran. Unul dintre Numele lui Allah, *As-Samad* (Întreținătorul), menționat în acest capitol, cuprinde toate tipurile de perfecțiune, subliniindu-se, astfel, ideea superiorității Sale absolute. Un alt Nume al lui Allah este *A-Ahad* (Unul), negându-se astfel existența vreunui asociat. Acestea sunt cele trei principii fundamentale ale *tawhid*-ului (unicitatea lui Allah ca Stăpânitor, unicitatea adorării lui Allah și unicitatea Numelor și Atributelor Sale).

În *Mu'awwizatan* (capitolele 113 și 114 din Coran) ni se recomandă să cerem ajutor de la Allah în momentele noastre de suferință provocate de răul lăsat de El, dar și de răul generat de creaturile Sale, fie ele materiale sau

spirituale. A căuta adăpost de noapte, atunci când se ivește semnul de început al acesteia (luna), înseamnă a căuta adăpost în fața spiritelor rele care ies la iveală și care, în timpul întinericului, capătă puteri noi.

Cel de al doilea capitol din *Mu'awwizatan* (sura 114: *An-Nas*) se referă la căutarea de adăpost față de răul pe care îl fac oamenii, cât și *ginnii*. Deci prin cele două *Mu'awwizatan* se caută izbăvire de toate felurile de rău care pot exista. De aceea Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) l-a sfătuit pe 'Uqbah bin Amir să le recite după orice rugăciune, potrivit relatării lui At-Tirmidhi. Sfatul Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cuprinde un minunat secret și un beneficiu care ajută la îndepărtarea răului în intervalul dintre două rugăciuni. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a descris astfel *Mu'awwizatan*-ul: **„Nimeni dintre cei care caută adăpost nu pot găsi vreun refugiu măcar asemănător cu acesta!”**

S-a relatat că, atunci când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a căzut victimă magiei, vraja aruncată asupra lui avea unsprezece noduri, legate între ele, iar asupra fiecăruia fusese rostită o incantație specială. De fiecare dată când Jibriil recita un verset din *Mu'awwizatan*, unul dintre noduri se dezlega; astfel, toate cele unsprezece noduri au fost dezlegate. Apoi Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a fost

vindecat și s-a simțit ca și cum ar fi fost eliberat dintr-un lanț.

Cât despre vindecarea înțepăturii de scorpion, sarea este unul dintre cele mai eficiente remedii. Autorul lucrării *Al-Qanun* a spus: „Sarea ar trebui presărată pe un bandaj cu semințe de in pentru a vindeca înțepătura de scorpion.” Sarea ajută la dizolvarea otrăvii, pentru că durerea arzătoare pe care o produce aceasta trebuie răcorită. Umezeala din semințele de in potolește durerea, în timp ce sarea este folositoare pentru extragerea și înlăturarea otrăvii. Allah știe cel mai bine.

Muslim a relatat de la Abu Hureira următoarele: „Un om a venit la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și i-a spus: «O, Trimis al lui Allah, azi-noapte am fost înțepat de un scorpion, ceea ce mi-a adus multă suferință!» Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus atunci: **«Dacă înainte de a merge la culcare ai fi spus aceste cuvinte: Caut adăpost prin Cuvintele Perfecte ale lui Allah de răul a ceea ce El a creat, nu te-ar fi rănit.»** (Ahmad).

Se știe că remediile divine ajută omul după ce a contactat boala, dar sunt folositoare și pentru a o preveni. Remediile naturiste, pe de altă parte, ajută doar după ce boala s-a manifestat deja. Rugăciunea fie împiedică apariția unei afecțiuni, fie o fac să fie mult mai ușoară, odată ce aceasta a atacat deja, în funcție de forța sufletească sau de puterea inimii bolnavului.

Cât despre prevenire, în *Sahihan* se relatează că 'Aişah (Allah să fie mulțumit de ea!) a spus: „**De fiecare dată, înainte de a merge la culcare, Trimisul lui Allah obișnuia să sufle în palme și apoi să recite *Qul huwa Allahu Ahad (Al-Ikhlâs)* și *Mu'awwizatan*. Apoi își ștergea fața și, atât cât putea, trupul.**”

În *Sahihan* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „**Acela care recită noaptea ultimele două versete din Sura Al-Baqara va fi protejat, căci aceste două versete vor fi de ajuns pentru el.**”

Muslim a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „**Cel care se află într-un anumit loc și spune: «Caut adăpost prin Cuvintele Perfecte ale lui Allah de răul a ceea ce El a creat», atunci niciun rău nu-l va atinge până când va părăsi acel loc.**”

Abu Daud a relatat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să spună atunci când călătorea: „**O, ținutule! Allah este Domnul meu și Domnul tău! Caut adăpost la Allah de răul tău și de răul din tine și al tuturor celor care te străbat! Caut adăpost la Allah de lei, de tirani sau *ginni*, șerpi ori scorpioni, de toți cei care viețuiesc în acest ținut, precum și de cel născut (fiul lui Adam) și de descendenții săi!**”

Cel de al doilea beneficiu ce derivă din *ruqyah*, restabilirea stării de sănătate, a fost

discutat deja atunci când am analizat vindecarea unui bolnav prin recitarea Surei Al-Fatiha și a rolului unei *ruqyah* pentru vindecarea înțepăturilor de scorpion.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea bolii *namlah*

Am menționat hadisul relatat de Anas în *Sahih Muslim*, hadis în care ni se spune că Allah a permis folosirea de *ruqyah* pentru orice fel de febră, deochi, precum și împotriva *namlah*.

Abu Daud a relatat următoarele de la Aș-Șifaa bint Abdullah: „Trimisul lui Allah a venit la mine pe când mă aflam la Hafsa și a spus: **«De ce nu ai învățat-o pe Hafsa (soția lui Abdullah) *ruqyah* pentru *namlah*, așa cum ai învățat-o să scrie?»**”

Cuvântul *namlah*, din punct de vedere literal, înseamnă *furnică*, iar boala este numită astfel pentru că se manifestă ca o umflătură care apare pe părțile laterale ale corpului, asemănătoare mușcăturii de furnică. Există trei tipuri ale acestei boli.

Al-Khallal a relatat că Aș-Șifaa bint Abdullah obișnuia să recite *ruqyah* pentru *namlah* și în perioada de dinainte de Islam. Când a emigrat în Medina, locul unde se afla Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), după ce depusese jurământul de credință în Mekka, ea a spus: „O, Trimis al lui

Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), obișnuiam să recit *ruqyah* pentru a mă apăra de *namlah* încă din vremea *jaihiliya*-ei (perioada de dinainte de Islam) și vreau să o recit și pentru tine!” A recitat-o astfel: „În numele lui Allah! Fie ca răul să fie înlăturat până se întoarce de acolo de unde a venit, fără să facă rău cuiva! O, Allah! Înlătură răul, o, Stăpânitor al oamenilor!” A rostit acestea asupra unei crengi curate, de șapte ori, apoi a ales un loc curat și a frecat creanga aceea de o piatră curată cu oțet din vin acru și apoi a uns zona afectată cu acest amestec. Tot în acest hadis se menționează obligația pe care o au femeile de a învăța să scrie și să citească.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul aplicat mușcăturilor de șarpe

Am menționat deja hadisul în care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „**Nicio *ruqyah* nu este mai eficientă decât cea recitată pentru vindecarea de deochi și de febră.**”

Ibn Majah a spus că ‘Aîșah (Allah să fie mulțumit de ea!) a relatat următoarele: „**Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a permis recitarea de *ruqyah* pentru mușcăturile de șarpe și înțepăturile de scorpion.**” Ibn Șihab Az-Zuhri a relatat astfel: „Unul dintre companionii

Profetului a fost mușcat de un șarpe. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a întrebat: «Este cineva care poate recita *ruqyah*?» Ei au răspuns: «O, Trimis al lui Allah! Copiii lui Al-Hazm obișnuiau să recite o *ruqyah* pentru mușcăturile de șarpe, însă au abandonat această practică atunci când tu ai interzis acest lucru.» Atunci el a spus: «Chemați-l pe Umarah bin Hazm!» Iar când ei l-au chemat, a recitat *ruqyah* asupra victimei și Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu a avut nicio obiecție. Deci Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a permis să folosească această metodă, iar Umarah a recitat *ruqyah* asupra victimei.” (Bukhari, Muslim, An-Nasa’i).

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul ulcerului și a altor răni

În cele două culegeri de hadisuri autentice se relatează că ‘Aișah (Allah să fie mulțumit de ea!) a spus: „Ori de câte ori cineva se plângea de un ulcer (ori de vreo crăpătură a pielii) sau de o rană, Trimisul lui Allah își punea degetul în țărână (după ce îl introducea în gură), apoi îl ridica spunând: **«În numele lui Allah: țărâna noastră este umezită de saliva unora dintre noi; fie ca bolnavul nostru să se însănătoșească, cu voia Stăpânitorului nostru!»**”

Acesta este un remediu simplu și care are efect asupra mai multor tipuri de ulcer și de răni proaspete, mai ales atunci când nu există niciun medicament la îndemână. Nisipul, care este rece și umed, se găsește în majoritatea ținuturilor din întreaga lume și are proprietatea de a absorbi umezeala care se acumulează în jurul ulcerului sau a răni. Această umezeală împiedică vindecarea rapidă, pe cale naturală, mai ales în cazul celor care trăiesc în regiuni călduroase. Majoritatea ulcerelor și rănilor sunt însoțite de febră, iar în condiții de caniculă durerea pe care o simt cei care au sensibilitate la căldură se va intensifica. Din moment ce nisipul pur este rece și uscat, mai răcoros decât majoritatea remediilor folosite în acest scop, răcoarea nisipului va potoli fierbințeala cauzată de rană, mai ales dacă nisipul este spălat și uscat în prealabil. Nisipul curat absoarbe o importantă cantitate din umezeala dăunătoare, fiind un puternic agent absorbant. În plus, nisipul curat ajută la răcorirea fierbințelii din organul suferind, ceea ce îi va întări puterea de a rezista (imunitatea), punând astfel capăt durerii, cu voia lui Allah.

Hadisul ne indică faptul că ar trebui ca acela care caută vindecarea să își înmoaie degetul în salivă și să-l așeze pe nisipul curat ce i se va lipi de deget. Apoi ar trebui să pună degetul deasupra organului afectat sau a răni și să recite ruga menționată în hadis, rugă care va face remediu și mai eficient.

Există două opinii referitoare la afirmația Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie

asupra sa!) despre nisip, unii susținând că se referă la nisipul de pe întregul pământ, iar alții că este vorba doar despre nisipul din Medina. Nu există nicio urmă de îndoială că unele tipuri de nisip ar constitui remedii mai eficiente (în comparație cu altele din alte regiuni) pentru unele boli. Galinus a spus: „În Alexandria am văzut mulți oameni care sufereau de hidropizie severă sau de dureri de splină și foloseau nisipul din Egipt ca unguent pentru picioare, coapse, mâini, spate sau coaste, iar acest remediu le făcea bine.” Tot el a mai spus: „Prin urmare acest unguent (nisipul umezit) ar putea ajuta în tratarea tumorilor membrelor sau a ulcerățiilor.” În continuare, a spus: „Am auzit cum pe mulți oameni, ale căror trupuri s-au umflat din cauza sângerărilor excesive, acest remediu preparat din nămol i-a ajutat. Și mai știu și că alții au folosit acest leac pentru boli care atacaseră diverse organe, boli care au fost astfel eradicate.”

Un alt autor a avut următoarea opinie: „Nisipul adus din Kannus, cunoscută drept insula Masticului, este un foarte bun purificator și face astfel încât carnea din jurul zonelor ulcerose să crească.”

Există mai multe sortimente de nisip cu efect vindecător, dar ce putem spune despre nisipul din cea mai binecuvântată regiune de pe fața pământului, mai ales atunci când este amestecat cu saliva Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!)? Aceste binecuvântări sunt completate de ruga recitată de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie

asupra sa!), rugă în care a pomenit numele lui Allah și a abandonat totul în Măinile Lui. Am menționat deja faptul că efectul pe care îl are recitarea oricărei *ruqyah* depinde de puterea credinței celui care o rostește; de asemenea, se ține cont de ecoul pe care aceasta îl are în inima celui bolnav. Niciun doctor musulman onorabil și întreg la minte nu ar putea nega acest lucru. Dar dacă vreuna dintre aceste calități lipsește, nu are decât să spună ceea ce vrea!

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul aplicat durerilor, în general, prin formule de rugăciune islamică

Muslim (Ibn Majah, Ahmad și At-Tabarani) a relatat în *Sahih* faptul că ‘Usman bin Abu Al-As i-a spus Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) că simte o durere constantă în trupul său, încă din ziua în care a devenit musulman. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus atunci: **„Așează-ți mâna pe acel loc de unde izvorăște durerea și spune de trei ori: «În numele lui Allah!» Apoi spune: «Caut adăpost la Măreția și Puterea lui Allah de răul suferinței care m-a lovit și care m-a îngrijorat!» de șapte ori.”**

Remediul menționat aici implică pomenirea numelui lui Allah, încredințarea tuturor problemelor lui Allah și protejarea de suferință. Dacă ruga este recitată mai des, efectul ei va spori și eficiența va crește, așa cum se întâmplă și atunci când medicația este

administrată în mod constant, până când boala este eliminată complet.

În *Sahiha*n se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să îi viziteze pe bolnavii din familia sa și îi atingea cu mâna sa dreaptă, spunând: „**O, Allah, Stăpânitor al omenirii! Înlătură ceea ce mă afectează și coboară asupra mea vindecarea! Doar Tu poți să-mi aduci vindecarea, nu există nicio vindecare în afară de aceea pe care o dai Tu, o vindecare care șterge orice urmă de boală!**”

Ultima formulă islamică de rugăciune implică implorarea lui Allah prin intermediul Stăpânirii și Îndurării Sale perfecte în vederea vindecării. Formula islamică de rugăciune ne amintește că Allah este Unicul care aduce vindecarea și nu există nicio vindecare cu excepția celei aduse de către El.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul șocului resimțit în urma dezastrelor și calamităților

Allah a spus:

„Vă vom încerca cu puțină spaimă, foamete, lipsire de bunuri, de suflete și de roade, dar binevestește celor răbdători, care dacă s-a abătut asupra lor vreo nenorocire spun: «Noi suntem ai lui Allah și noi la El ne

întoarcem!» Aceia sunt cei peste care se pogoară binecuvântarea Domnului lor și îndurarea Lui și aceia care sunt călăuziți.»
(Sura Al-Baqara: 155-157).

În *Musnad* (de Imam Ahmad) se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: „**Oricine asupra căruia se abate o nenorocire și care spune: «Într-adevăr! Lui Allah îi aparținem și cu adevărat la El ne vom întoarce! O, Allah! Răsplătește-mă pentru nenorocirea care s-a abătut asupra mea și înlocuiește-o cu ceea ce este mai bun!», va fi răsplătit de către Allah pentru acest necaz și va înlocui cu ceea ce este mai bun orice a pierdut el.»**

Cuvintele acestui hadis sunt într-adevăr eficiente și oferă un bun remediu celor asupra cărora s-au abătut nenorociri sau calamități. În aceste cuvinte se regăsesc două aspecte de extremă importanță care, dacă vor fi cunoscute de robii lui Allah, vor diminua șocul produs de nenorocire. În primul rând, tot ceea ce ține de robul lui Allah, de familia și de averea sa, Îi aparține în mod exclusiv lui Allah și constituie doar ceva împrumutat robului Său. Atunci când Allah ia înapoi din ceea ce i-a împrumutat robului, El este Proprietarul care ia înapoi ceea ce Îi aparține. Ceea ce Allah îi dă robului Său este precedat și urmat de perioade de non-existență, iar robul se va afla în posesia aceluia lucru pentru o anumită perioadă de timp, din momentul în care acesta ia ființă. Robii lui Allah

nu sunt nici creatorii a ceea ce posedă, nici proprietarii și nici nu au capacitatea de a proteja astfel de posesiuni. Robii lui Allah pot fi asemănați cu niște angajați care fac ceea ce li se poruncește să facă; ei nu sunt adevărații proprietari.

Robii se întorc la Allah, adevăratul Stăpânitor; vor părăsi această viață lumească, mai devreme sau mai târziu, și o vor lăsa în urmă. Robii se vor întoarce la Allah așa cum au fost ei creați inițial: fără nicio posesiune, fără soție sau familie, avere ori vreun trib din care să facă parte. În acel moment nimeni nu va lua cu sine decât faptele bune și rele. Dat fiind că acest lucru se întâmplă în legătură cu orice este oferit de către Allah robilor Săi, începând cu primul moment de existență și până la dispariția aceluia dar, de ce ar trebui ca robii să se mândrească cu ceea ce au sau să se întristeze în momentul în care pierd ceva? Atunci când robii își amintesc de începutul și sfârșitul a tot ceea ce există, acest gând îi va ajuta să elimine tristețea și depresia cauzată de pierderea suferită.

Aceste suferințe vor fi ușurate dacă robii își vor da seama că nu le stă în putere să evite ceea ce se abate asupra lor, nici să atragă asupra lor ceea ce nu le-a fost destinat. Allah a spus în Coran:

„Nicio nenorocire nu se îndreaptă pe pământ și nici în sufletele voastre fără ca

ea să nu se afle într-o carte, înainte ca noi să o pricinuim. Acesta este un lucru ușor pentru Allah. Pentru ca voi să nu fiți triști pentru ceea ce ați pierdut și nici să vă prea bucurați pentru ceea ce el vă dăruiește. Și Allah nu-l iubește pe cel trufaș și lăudăros.”
(Sura Al-Hadid: 22-23).

Tristețea provocată de nenorocire va fi alinată dacă robul se va gândi profund la ceea ce Allah i-a oferit, comparativ cu ceea ce a pierdut. Va descoperi că acele lucruri care i-au rămas și i-au fost dăruite în imensa bunătate a lui Allah valorează mult mai mult decât ceea ce a pierdut. Allah le-a promis credincioșilor ceva mai bun decât ceea ce au pierdut, cu condiția ca ei să aibă răbdare în fața calamităților. Dacă Allah vrea, El poate spori sau agrava nenorocirea.

Șocul produs de nenorociri poate fi ușurat prin cercetarea situației celor din jur. Credinciosul își va da seama că, oriunde și-ar îndrepta atenția, în orice direcție, oamenii trec prin încercări și mai grele. Iar dacă cineva ar cerceta întreaga lume, ar observa că toți oamenii suferă din cauza unei nenorociri: pierderea unei ființe iubite, un dezastru neașteptat etc. El își va da seama că toate bucuriile acestei vieți lumești nu sunt decât vise întrezărite sau umbre trecătoare; chiar și atunci când această viață pământească aduce bucurii, ele sunt însoțite de lacrimi sau de nenorociri și mai mari. Dacă viața lumească ne oferă o

bucurie, se poate să treacă mai mult timp până la apariția unei alte astfel de fericiri. Niciun loc în care va sta omul nu va aduce doar lucruri bune, ci și pierderi sau lecții din care acesta va trebui să învețe ceva. Dacă una dintre zilele acestei vieți este una fericită, se poate ca ea să ascundă răul zilelor ce vor urma.

Ibn Mas'ud a spus: „Fiecare bucurie va fi urmată de tristețe, iar nicio casă nu se va umple de bucurie pentru ca mai târziu să nu fie încercată de tristețe.”

Ibn Sirin a spus: „Orice râset va fi urmat de plâns.”

În continuare, vom menționa următoarele cuvinte ale lui Hind bint An-Nu'man: „Ne număram pe vremuri printre cei mai puternici oameni, iar autoritatea noastră era respectată. Puțin după aceea, pe la apusul soarelui, am devenit dintre cei mai neînsemnați. Este una dintre promisiunile lui Allah aceea că nu va umple o casă de bucurie fără ca mai târziu să abată tristețea asupra acesteia.”

Odată, un om i-a cerut lui Hind să îi povestească prin ce trecuse, iar ea i-a spus: „Ne-am trezit într-o dimineață, iar toți arabii ne căutau cu înfrigurare. Atunci când a căzut noaptea, tuturor arabilor le era milă de noi.”

Sora ei, Hurqa, și-a amintit plângând de vremurile în care cei din familia ei erau la

apogeul puterii. Atunci când a fost întrebată de ce plângea, dacă o supărase cineva, ea a răspuns: „Nu. Însă familia mea a trăit în confort odinioară și mi-am amintit că nicio casă nu are parte de bucurii fără ca într-o zi să nu fie afectată de tristețe.”

Ishaq bin Talha a spus: „Am trecut pe la ea (Hurqa) într-o zi și i-am spus: «Ce știi tu despre lecțiile care au ca temă istoria regilor?» Ea a spus: «Binecuvântările de care ne bucurăm azi sunt mai bune decât cele de ieri. Citim în cărți că oamenii care locuiesc într-o casă nu se vor bucura de vreo binecuvântare fără să nu treacă printr-o încercare într-o altă zi. Iar o zi plină de bucurii nu va trece fără să ascundă o altă zi pe care o vor urî.»”

Vindecarea șocurilor produse de dezastre și nenorociri este mai rapidă pentru cei care știu că tristețea și durerea nu vor îndepărta nenorocirea, ci doar îi vor spori intensitatea. Trebuie să știm că pierderea răsplății cuvenite în urma manifestării răbdării și mulțumirii este mult mai mare decât nenorocirea în sine, iar răsplata este mila și călăuzirea cea dreaptă promisă de Allah.

Vindecarea mai poate avea loc prin realizarea faptului că durerea aduce consolare în inima dușmanului, tristețe în inimile prietenilor; ea Îl mânie pe Stăpânitorul Lumilor și îl bucură pe diavol, distruge răsplățile și slăbește inima. Pe de altă parte, cel care rabdă

și este mulțumit cu ceea ce i s-a dat îl va înlătura pe diavol și va reuși să îi dejoace comploturile, Îl va mulțumi pe Domnul, își va bucura prietenii și îi va întrista pe dușmani. Într-o astfel de situație, cel afectat de nenorocire va fi cel care va rosti cuvinte de încurajare către prietenii săi – nu ei i le vor spune lui. Aceasta este atitudinea corectă și perfectă după care tânjesc toți; lovirea feței și rostirea de cuvinte urâte sau exprimarea nemulțumirii față de ceea ce Allah a decis nu reprezintă un comportament islamic.

Prin adoptarea unei atitudini caracterizate de răbdare și mulțumire, în situațiile dificile, se poate manifesta o stare de fericire, liniște și confort ce poate fi mult mai puternică decât ceea ce s-a pierdut în urma dezastrului. Răsplata robului răbdător este suficientă (și dacă aceasta ar fi o casă construită în Paradis) pentru meritul său de a-L lăuda pe Domnul și a-și abandona problemele în Măinile Sale. Este mai bine să se gândească la dimensiunile dezastrului cu care se confruntă cel care a pierdut și mai mult decât el sau la situația în care și-ar pierde toate răsplățile pe care le-ar fi acumulat pentru Viața de Apoi prin răbdarea dovedită în confruntarea cu nenorocirea.

At-Tirmidhi a relatat de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) următoarele: **„În ziua Învierii vor fi unii care își vor dori ca pielea lor să fi fost sfâșiată cu**

foarfecele în timpul vieții lumești, atunci când vor vedea ce răsplată primesc cei care au suportat cu răbdare nenorocirile vieții pământești.”

Unii dintre cei care i-au urmat pe cei din Medina au spus odată: **„Dacă nu ar fi fost nenorocirile din această viață lumească, ne-am fi trezit fără nicio răsplată în ziua Învierii.”**

Pentru vindecarea durerii și a supărării este nevoie ca inima să simtă mulțumire și să caute răsplata lui Allah, deoarece nu există nimic care să fie de neînlocuit în afară de Mulțumirea lui Allah. Vindecarea mai implică conștientizarea efectului pe care nenorocirea îl are asupra omului. Aceia care sunt împăcați în fața nenorocirilor vor avea parte de mulțumire sufletească, în timp ce cei care se înfurie vor dobândi doar mânie. Nenorocirea îl afectează pe om în măsura în care acesta îi permite. Omul ar trebui să aleagă între cele mai bune dintre răsplăți și cele mai negative consecințe. Dacă omul ajunge să simtă furie și neîncredere, numele său va fi înscris în cartea celor pierduți. În cazul în care omul simte durere și abandonează vreuna dintre obligațiile sale sau comite o faptă interzisă, numele lui va fi scris în cartea celor care își neglijează îndatoririle. Iar dacă nenorocirile l-au determinat pe om să se plângă și să devină nerăbdător, se va număra printre aceia care comit nedreptăți față de ei înșiși. Acela care respinge ceea ce Allah a

hotărât sau Îi pune la îndoială înțelepciunea este ca și cum ar fi deschis ușa care duce către ipocrizie. Pe de altă parte, numele aceluia care este răbdător și ferm de dragul lui Allah va fi scris printre cele ale oamenilor răbdători. Cel care simte mulțumire își va regăsi numele scris printre cele ale oamenilor care sunt satisfăcuți. Iar acela care Îl laudă și Îl preamărește pe Allah va avea numele scris în categoria aceluia care sunt recunoscători și se va așeza sub steagul celor care Îl preamăresc pe Allah. Dacă nenorocirea l-a determinat pe vreun rob să fie nerăbdător în a-L întâlni pe Allah, numele lui va fi scris printre cele ale oamenilor sinceri în iubirea lor pentru Allah.

Ahmad și At-Tirmidhi au relatat astfel de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Atunci când Allah iubește un popor, îl supune unor încercări. Dacă ei sunt mulțumiți, atunci vor fi răsplătiți. Iar cei care se înfurie vor culege doar mânie.”**

Indiferent cât de intens este resimțită nefericirea, omul va fi forțat, mai devreme sau mai târziu, să renunțe la acea chestiune, dar atunci nu își va primi răsplata pentru răbdarea pe care ar fi trebuit să o demonstreze.

Un înțelept a spus odată: „Înțeleptul se poartă din prima zi în care nenorocirea l-a lovit exact așa cum se poartă ignorantul la câteva zile de la nenorocire. Cei care nu suportă cu

răbdare vor fi forțați să uite, la fel cum se întâmplă și cu animalele.”

În *Sahih* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Într-adevăr, răbdarea se demonstrează în momentul în care nenorocirea lovește.”**

Al-Aș'ath bin Qays a spus: „Să aveți răbdare atunci când este vorba despre credință și așteptați răsplata numai de la Allah! Altfel veți fi obligați să uitați la fel cum se întâmplă cu animalele.”

Printre mijloacele de vindecare a durerii se numără cunoașterea faptului că unul dintre cele mai bune remedii constă în a fi de acord cu ceea ce Domnul a hotărât pentru fiecare, pentru că printre secretele iubirii se numără și acordul întru toate dintre cei doi îndrăgostiți. Cei care pretind că iubesc nu sunt de acord cu ceea ce îi place ființei iubite și caută ceea ce îi displace, deși acest lucru i-ar provoca mânia și ar sta ca mărturie a falsității iubirii declarate.

Abu Ad-Darda a spus odată: „Atunci când Allah ia o hotărâre, Îi place ca hotărârea Lui să fie acceptată.” Imran bin Al-Husain obișnuia să spună, pe când era bolnav: „Ceea ce Îi place Lui cel mai mult este cel mai plăcut (lucru) și pentru mine.” Abu Al-Aliyah a relatat cuvinte asemănătoare. Acest remediu funcționează doar în cazul acelorora care simt o iubire sinceră față de Allah.

Pentru vindecarea durerii este necesar ca omul să-și dea seama ce anume îi aduce mai multă bucurie, ce îi este mai drag și dăinuie mai mult: a se declara mulțumit de nefericirea care l-a lovit sau bucuria de a primi răsplata de la Allah. Atunci când omul alege varianta superioară, ar trebui să Îi mulțumească lui Allah pentru călăuzirea cea dreaptă. Iar cel care alege opțiunea mai puțin benefică ar trebui să știe că vătămarea adusă minții, inimii și credinței sale sunt mai grave decât atingerea care i-a fost adusă prin acel dezastru.

Omul ar mai trebui să știe că Allah, Cel care și-a încercat robul prin nenorocirea care l-a lovit, este Cel mai Înțelept, Cel mai Milostiv, iar nefericirea nu a fost coborâtă asupra omului cu scopul de a-l distruge, de a-l pedepsi sau de a-l copleși. Nenorocirea este un test al răbdării, al mulțumirii pentru tot ceea ce Allah a oferit, precum și al credinței. Allah vrea să-l audă pe robul său implorându-L, rugându-L și umilindu-se în fața Lui, căutând adăpost la El, iar inima robului trebuie să fie plină de umilință în fața Lui, explicându-I toate durerile sale.

Șeikh-ul Abdul Qadir a rostit următorul sfat: „Fiule! Nenorocirea nu a coborât asupra ta pentru a te distruge, ci era menită să îți pună la încercare răbdarea și credința. Fiule! Soarta este ca un leu, iar leii nu se hrănesc cu leșuri.” Mâhnirea poate fi asemănată cu o baie de foc care îl curăță pe credincios de impurități. Iar drept-credinciosul va ajunge fie la fel de curat

ca aurul, fie va rămâne plin de răutate! Atunci când acest foc nu îi va aduce niciun beneficiu în această viață lumească, el va trebui să se confrunte cu Focul Iadului care este mult mai puternic. Robul ar trebui să știe că, dacă este încercat prin foc în decursul vieții pământești, este mult mai bine pentru el decât să treacă prin această încercare în viața veșnică. În plus, robul nu are nicio altă opțiune în afară de aceea de a fi încercat în vreunul din aceste două moduri, așa că ar trebui să aprecieze binecuvântările pe care Allah le revarsă asupra lui atunci când îl încearcă cu foc în această viață lumească.

Dacă nu ar fi existat mahnirile inerente vieții din această lume, robul ar fi devenit arogant, mândru, iar inima sa s-ar fi întărit, ceea ce l-ar fi condus, în cele din urmă, la distrugere. În Mila Sa incomensurabilă, Cel Milostiv își încearcă uneori robul cu supărări care au rolul de a preveni un eventual comportament nepotrivit, iar astfel este menținută starea de sănătate sufletească a robului lui Allah. Acestea mai au rolul de a elimina anumite substanțe alterate din corpul său. Toată lauda I se cuvine Celui care trimite atât Îndurarea, cât și mahnirile, Care încearcă robii prin binecuvântările pe care le acordă!

Dacă nu ar fi existat această mânie pe care Allah o trimite asupra robilor Săi, al cărei remediu consistă în mahniri și încercări, aceștia ar fi devenit aroganți și s-ar fi complăcut în

comiterea de nedreptăți și agresiuni. Când Allah ia hotărârea de a-Și revărsa bunătatea asupra unui rob, îl încearcă cu mahniri și nefericiri în funcție de gradul de credință al acestuia. Aceasta este modalitatea în care Allah înlătură bolile distructive care i-ar putea atinge pe robii Săi (păcatele și poftele), până când robul este purificat și călăuzit pe calea cea dreaptă, iar Allah îi oferă cea mai înaltă distincție care poate exista în această viață lumească: aceea de a-I fi rob. Acest rob va putea beneficia de cea mai bună dintre răsplăți în viața veșnică: aceea de a sta în apropierea lui Allah și de a-L privi.

Mahnirile sunt vindecate mai rapid atunci când omul este conștient de faptul că amărăciunea acestei vieți este însăși dulceața vieții veșnice – Allah o va transforma astfel. Cel care duce o viață dulce în timpul existenței efemere de pe pământ nu va gusta decât din amărăciunea vieții veșnice: acceptarea mahnirii de scurtă durată, în schimbul căreia se va dobândi o viață dulce pentru eternitate, este cu siguranță preferabilă situației inverse.

Cel care nu înțelege aceste aspecte trebuie să își amintească cuvintele Celui Care deține adevărul suprem: **„Paradisul este înconjurat de greutate, în vreme ce Iadul e înconjurat de plăceri.”**

Pregătiți-vă pentru ceea ce Allah le-a pus deoparte robilor Săi credincioși, celor care I se supun Lui: fericire veșnică și cele mai înalte

realizări! Luați aminte la chinul și tristețea eternă, precum și la umilița pe care Allah a pregătit-o pentru robii Săi neascultători și risipitori:

„Spune: «Fiecare purcede după orânduiala lui, însă Domnul vostru știe mai bine cine este mai bine călăuzit pe drum!»”
(Sura Al-‘Isra’: 84).

Fiecare caută ceea ce i se potrivește și ceea ce merită. Să nu credeți că remediile mai sus menționate au fost explicate într-un mod redundant; atât medicul, cât și pacientul aveau nevoie ca acestea să fie explicate în mod clar. Allah știe cel mai bine.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratamentul celui cuprins de mahnire, supărare și depresie

În *Sahihan* se relatează de la Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) următorul hadis: **„Nu există altă divinitate demnă de adorare în afară de Allah, Cel Măreț, Cel Îndurător! Nu există nicio altă divinitate vrednică de adorare în afară de Allah, Stăpânitorul Mărețului Tron! Nu există nicio altă divinitate demnă de adorare în afară de Allah, Stăpânitorul celor șapte ceruri, Domnul întregului pământ și al Nobilului Tron!”**

În *Sunan* lui Abu Daud, Abu Bakrah relatează următoarele cuvinte ale Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Aceasta este ruga pe care ar trebui să o rostească cei care au fost cuprinși de mâhnire: «O, Allah! Caut Îndurarea Ta! Nu mă lăsa să depind doar de mine însumi nici măcar pentru o clipă și ajută-mă să reușesc în treburile mele! Nu există nicio altă divinitate în afară de Tine!»”**

Abu Daud a relatat de la Asmaa Bint 'Umays următoarele cuvinte ale Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Dacă ar fi să te înveț câteva cuvinte pe care să le rostești atunci când ești cuprinsă de tristețe, ar fi acestea: «Allah este Stăpânul meu, iar Lui nu Îi asociez pe nimeni și nimic!»”**

Imamul Ahmad a relatat că Ibn Mas'ud a spus că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„Oricând vreunul dintre robii lui Allah este afectat de tristețe sau supărare și el spune: «O, Allah! Sunt robul Tău, fiul robului Tău și al roabei Tale! Mă aflu în Măinile Tale. Hotărârea pe care o iei în legătură cu mine se va împlini, cu siguranță. Judecata pe care o emiți cu privire la mine este în mod cert corectă. Te implor prin intermediul tuturor numelor cu care Singur Te-ai numit sau le-ai revelat în cartea Ta, sau le-ai dezvăluit unora dintre creaturile Tale, sau le-ai păstrat în știința celor**

nevăzute! Te rog să faci Coranul viața inimii mele, lumina pieptului meu, îndepărtarea tristeții și sfârșitul suferințelor mele!» Apoi Allah va înlătura tristețea și depresia și le va înlocui cu bucurii.”

At-Tirmidhi a relatat că Sa'd bin Abu Waqqas a relatat de la Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) următoarele: **„Rugăciunea rostită de Thu An-Nun (Iona) pe când se afla în pânțele balenei: «La illaha ilia Anta [nimeni nu are dreptul de a fi adorat în afară de Tine (O, Allah)], Preamărit (și Preaslăvit) ești Tu [deasupra a tot ceea ce ei aduc ca asociat]! Într-adevăr, mă număr printre aceia care au greșit!»**

Niciun musulman nu va rosti această rugă cu privire la o anumită problemă fără a nu primi un răspuns pozitiv din partea lui Allah.”

În *Musnad*-ul Imamului Ahmad se găsește următoarea relatare: „De fiecare dată când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) era îngrijorat cu privire la o anumită problemă, se refugia în rugăciune.”

În Coran găsim următoarele cuvinte ale lui Allah:

„Căutați liman în răbdare și în rugăciune (As-Salat)!” (Sura Al-Baqara: 45).

În *Sunan* ni se relatează următoarele: **„Reîntoarceți-vă la *jiĥad*, pentru că acesta este una dintre ușile Paradisului prin care Allah îndepărtează tristețea și depresia din inimi!”**

Ibn Abbas a relatat de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) acest hadis: **„De fiecare dată când intensitatea tristeții și a durerii sporesc în inima cuiva, să repete de mai multe ori: «Nu există putere și forță decât la Allah!»**” În *Sahiĥan* se menționează faptul că această rugă reprezintă comoara Paradisului, în timp ce At-Tirmidhi a relatat că aceasta ar fi una dintre ușile prin care se poate pătrunde în Paradis.

Remediile pe care le-am menționat sunt clasificate în cincisprezece categorii. Dacă acestea nu sunt de ajuns pentru a înlătura mâhnirea, supărarea și depresia, înseamnă că această afecțiune a ajuns într-un stadiu cronic și este nevoie ca ea să fie înlăturată în întregime.

Primul remediu se regăsește în afirmarea unicității lui Allah în cadrul Stăpânirii Sale. Al doilea constă în afirmarea Unicității lui Allah în cadrul actelor de adorare. Al treilea leac constă în credința în *tawĥid* (*Nu există nicio altă divinitate în afară de Allah, iar Muhammed este Trimisul Său*), al patrulea este reprezentat de preamărirea lui Allah cu referire la corectitudinea cu care Acesta judecă robul,

nepedepsindu-l fără motiv. Al cincilea remediu este reprezentat de actul prin care robul recunoaște că el însuși a săvârșit nedreptatea. Cea de a șasea etapă este reprezentată de implorarea lui Allah în modurile care Îi plac cel mai mult, invocându-L prin Numele și Atributele Sale, cum ar fi *Al-'Hayy* (Veșnicul), *Al-Qayyum* (Cel care îi susține pe toți și pe toate). În al șaptelea rând, omul ar trebui să depindă numai de Allah și să se bazeze numai pe El în orice situație. În cea de a opta etapă din cadrul remediei robul afirmă că își pune speranța doar în Allah. În al nouălea rând, robul trebuie să depindă într-adevăr numai de Allah și să lase toate chestiunile care îl privesc în seama Lui, recunoscând faptul că totul se află doar în Măinile Sale și că El face orice dorește. De asemenea, el trebuie să recunoască și faptul că hotărârea pe care o ia Allah în legătură cu robul Său va ajunge să se împlinească și că decizia Lui este într-adevăr corectă.

Cea de a zecea etapă a remediei constă în alinarea inimii prin cuvintele divine ale Coranului, transformarea acestei cărți sfinte în ceea ce dă viață inimii, așa cum izvorul de apă pură potolește setea viețuitoarelor. Robul trebuie să folosească lumina Coranului pentru a spulbera întunecimea provocată de dorințe și de poftă. Coranul trebuie să îl însoțească pe rob în toate momentele sale de solitudine, să constituie confortul care ușurează orice încercare și remediu care îndepărtează orice

boală care atacă inima robului. Pe scurt, Coranul ar trebui să fie cel care elimină tristețea, cel care pune sfârșit depresiei și mâhnirii. Cel de al unsprezecelea element constă în întoarcerea către *istighfar*, căutarea iertării lui Allah. În al doisprezecelea rând este nevoie ca omul să se căiască în fața lui Allah. Elementul cu numărul treisprezece se referă la realizarea *jihad*-ului (străduința) pe calea lui Allah. În al paisprezecelea rând – împlinirea rugăciunii. Elementul al cincisprezecelea se referă la cunoașterea faptului că toată puterea și cunoașterea Îi aparțin Aceluia care le cuprinde pe toate în Măinile Sale.

Modul în care remediile divine acționează asupra bolilor

Allah l-a creat pe fiul lui Adam, inclusiv organele corpului acestuia, iar fiecare organ poate atinge o anumită stare de perfecțiune. În consecință, atunci când starea vreunui dintre organe se îndepărtează de perfecțiune, organismul va simți durere. Allah a creat o anumită stare de perfecțiune și pentru inimă, cea care conduce toate organele. Atunci când inima își pierde starea de perfecțiune, va fi afectată de diverse suferințe și boli cum ar fi, de exemplu, tristețea, durerea și chinul. Atunci când ochii își pierd simțul vederii (pentru care au fost creați) sau când urechile își pierd simțul auzului, ori când limba își pierde capacitatea de

a grăi, pentru care a și fost creată, se poate afirma că aceste organe și-au pierdut perfecțiunea.

Inima a fost creată pentru a dobândi cunoaștere despre Creatorul său, pentru a-L iubi și a-L adora doar pe El, pentru a fi mulțumită de El și a se bucura de sentimentul de iubire pe care îl simte față de El, pentru a se simți împlinită prin El. Inima a mai fost creată și pentru a se baza pe Allah, pentru a iubi și urî de dragul Său; ea trebuie să fie credincioasă din iubire față de El, să urască ceea ce urăște El și să Îl pomenească tot timpul. Inima a fost creată pentru a-L iubi mai mult decât pe oricine altcineva sau mai presus de orice altceva; ea trebuie să Îl adore mai mult decât pe oricine altcineva.

Nu pot fi dobândite nici bucurii, nici fericire și nici încântare fără a prezerva mai întâi aceste calități care reprezintă hrana, starea de sănătate și viața inimii. Atunci când inima își pierde sursa de hrană, sănătatea și viața, ea va fi atacată din toate părțile de tristețe, mâhnire și alte astfel de afecțiuni care vor continua să se manifeste.

Cele mai grave boli care pot ataca inima sunt *șirk*-ul (politeismul, a-I asocia parteneri lui Allah), păcatele, uitarea, ignorarea acțiunilor care Îi sunt pe plac lui Allah, abandonarea practicii de a încredința totul în seama lui Allah sau de a depinde în totalitate de El, respingerea

hotărârilor luate de El și manifestarea îndoielii referitoare la avertizările și promisiunile Sale, precum și ignorarea acestora.

Atunci când ne gândim la bolile care afectează inima vom descoperi că motivele mai sus menționate sunt singurele care se ascund în spatele acestor afecțiuni. În consecință, singurele remedii eficiente ale acestor boli sunt acțiunile complet opuse acestora sau antidoturile conținute de remediile profetice. Am afirmat în paginile anterioare că această boală poate fi înlăturată de ceea ce I se opune și că starea de sănătate este menținută prin utilizarea unor practici cu care organismul este deja obișnuit și a căror descriere o regăsim în cadrul remediilor profetice.

Tawhid-ul este cel care deschide ușa către toate tipurile de bine, cum ar fi fericirea, bucuria, exaltarea și delectarea robului. Prin căința sinceră în fața lui Allah sunt extrase toate aspectele dăunătoare și pline de păcat ce conduc la îmbolnăvirea inimii. *Tawhid*-ul este ca o dietă pentru inimă, protejând-o de substanțele dăunătoare, închizând ușile care pot conduce către ceea ce este nociv. Ușile către fericire și toate categoriile de bine se vor deschide prin *tawhid*; căința și căutarea iertării vor închide ușile care conduc către rău.

Doctorii din vechime au spus „Oricine încearcă să dobândească o stare bună de sănătate a corpului ar trebui să micșoreze

cantitățile de hrană și de lichide consumate. Oricine caută bunăstarea inimii sale trebuie să abandoneze păcatul.” Thabit a spus: „Starea de bine a corpului cere consumarea unei cantități mai mici de hrană, iar confortul sufletului se regăsește în comiterea unui număr mai mic de păcate, în timp ce starea de bine a limbii constă în a vorbi mai puțin.”

Păcatele sunt ca o otravă administrată inimii: dacă nu o distrug, o vor slăbi. Atunci când inima este mai slabă, va manifesta și mai puțină eficiență în combaterea afecțiunii.

Cel mai grav lucru care i se poate întâmpla inimii este generat de satisfacerea poftelor și dorințelor acesteia; ignorarea acestora reprezintă însă cel mai eficient remediu. Ar trebui să menționăm că originea ignoranței și a nedreptății se regăsește în ego-ul fiecăruia. Ego-ul este ignorant și crede că vindecarea sa constă în satisfacerea propriei dorințe, deși aceasta conduce către distrugerea și moartea sa. Din cauză că ego-ul este nedrept, nu acceptă remediu recomandat de doctorul bine intenționat. În consecință, atunci când ego-ului i se prescrie ceea ce îi întreține afecțiunea în loc de ceea ce ar putea să îl vindece, acceptă aspectul nociv și refuză administrarea leacului prescris. Ego-ul preferă boala, nu vindecarea, pe care încearcă să o evite, iar astfel multe alte afecțiuni și boli vor porni din acest punct, medicul nu va reuși să pună un diagnostic corect și vindecarea nu va fi

ușoară. Cea mai mare calamitate rezultată constă în faptul că ego-ul se va absolve pe sine însuși de orice vină și va învinui apoi atât destinul, cât și pe Domnul său, la început doar în interior, iar apoi în mod explicit.

Când persoana suferindă atinge acest stadiu nu există nicio speranță de vindecare, în afară de cazul în care Mila Domnului său îi vine în ajutor, iar Allah îi permite să înceapă o nouă viață, oferindu-i și susținerea necesară în același timp. Din acest motiv, regăsim noțiunea de *tawhid* în hadisul relatat de Ibn Abbas referitor la rugăciunea împlinită în momente de restriște, anume *tawhid*-ul supremației lui Allah în Stăpânire și acte de adorare, preamărirea Sa și pomenirea faptului că El este Cel mai Îngăduitor. Aceste două atribute (măreția și blândețea) trebuie adăugate pentru a spori perfecțiunea unor atribute cum ar fi priceperea, mila, bunătatea și iertarea. Același hadis face referire la Stăpânirea lui Allah, exercitată asupra lumilor de sus și de jos, precum și asupra Tronului. Afirmarea Stăpânirii Perfecte a lui Allah implică direcționarea actelor de adorare doar către El, în cadrul *tawhid*-ului, precum și a-L iubi, a asculta doar de El, a avea speranță doar în El, a-L preamări și a te supune doar față de El. Referirea la Măreția Perfectă a lui Allah mai necesită afirmarea și atribuirea fiecărui tip de perfecțiune Lui, precum și negarea oricărui defect și a oricărei asemuiri cu creația. În atributul de Cel mai Îndurător este

necesară afirmarea perfecțiunii Îndurării Sale și a Bunătății manifestate față de creația Sa.

Când inima are acces la un astfel de aspect, va încerca să dobândească aceste calități care derivă din iubirea față de Allah și din Preamărirea Lui în cadrul *tawhid*-ului. Atunci inima va cădea în exaltare și încântarea pe care o va resimți îi va permite să treacă peste stările de mâhnire, tristețe și durere. S-a demonstrat că, de fiecare dată când bolnavul aude ceva care aduce fericire și bucurie inimii sale, organismul lui va reuși să reziste bolii într-un mod mai eficient.

Dacă omul mâhnit va compara sentimentele deprimante care îl încearcă în acel moment cu minunatele înțelesuri ale rugăciunii, își va da seama că aceste cuvinte au capacitatea de a elibera inima de depresia care pusese stăpânire asupra ei, înlocuind-o cu entuziasmul ce însoțește fericirea și bucuria. Doar cei care au trecut prin astfel de sentimente, cei ale căror inimi sunt pline de lumina adevărului care însoțește aceste sentimente, doar ei vor acorda atenția necesară unui astfel de subiect.

Afirmația Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!):
„Aplicați regulile islamice sau cel puțin controlați-vă [pornirile] conform lor! Satana (forțele răului) ne ispitește sinele (*nafs*) și încearcă să îl încurajeze să păcătuiască.

Aceasta dăunează sufletului și noi suntem responsabili.”

„O, Tu, Cel Viu, Veșnicul! Caut cu ardoare Mila Ta!”

Această rugă are un efect special în înlăturarea durerii. Allah Cel Viu – acesta este un atribut care include fiecare categorie a calităților perfecte, în timp ce atributul Veșnicul implică Acțiunile Perfecte ale lui Allah. De aceea Cel Viu (*Al-Hayy*), Veșnicul (*Al-Qayyum*) se numără printre cele mai puternice Nume ale lui Allah; dacă El este invocat prin vreunul dintre acestea, El va răspunde, iar dacă va fi implorat prin intermediul lor, va oferi.

Viața trăită într-un mod perfect este chiar opusul bolii și al lipsurilor, pentru că locuitorii Paradisului nu mor, nu sunt niciodată cuprinși de tristețe, depresie sau de vreo altă afecțiune. Când viața ajunge la sfârșit, vor fi subliniate aspectele negative ale acțiunilor săvârșite. Din moment ce El este Veșnic Viu, va fi întotdeauna Atotputernic. Cel Veșnic Viu nu are niciun defect. Atotputernicul (*Al-Qayyum*) poate să facă orice dorește. Prin implorarea lui Allah cu aceste Nume, Cel Viu (*Al-Hayy*), Veșnic (*Al-Qayyum*), se obțin efecte uimitoare.

Tot legat de acest aspect adăugăm faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să se roage la Allah invocând Stăpânirea Sa asupra lui Jibriil,

Michail și Israfiil, pentru a fi călăuzit și a da răspunsurile corecte în cazul divergențelor apărute între oameni, prin Voința Sa, deoarece inima trăiește atunci când primește călăuzirea cea dreaptă. Cei trei îngeri ale căror nume sunt pomenite în cadrul acestei rugi sunt responsabili de elementele și necesitățile vieții lumești. De exemplu, Jibriil este responsabil de coborârea revelației care hrănește inima. Michail este responsabil de împărțirea mijloacelor de subzistență, ceea ce reprezintă viața corpului. Israfiil este cel însărcinat cu misiunea de a sufla în goarnă; în acel moment va fi dat semnalul pentru reînvierea sufletelor care se vor întoarce în corpurile lor. Implorarea lui Allah prin intermediul Stăpânirii pe care o exercită asupra acestor trei îngeri, care sunt responsabili de diferite aspecte ale vieții, are un efect special care ajută la obținerea lucrurilor pe care omul le caută și după care tânjește.

Atunci când Allah este invocat prin acest Nume, *Al-Qayyum*, rugăciunii i se va răspunde într-un mod special și se va pune capăt tristeții. În *Sunan* și în lucrarea *Sahih* a lui Abu Hatim se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Cele mai mărețe Nume ale lui Allah se regăsesc în aceste două versete: «Domnul vostru este un Domn Unic. Nu există divinitate în afară de El. El este cel Milostiv, Îndurător.» (Sura Al-Baqara: 163) și în: «Alif, Lam, Mim. Allah! Nu există altă divinitate în afară de El, Cel Viu [Al-Hayy],**

Cel Veșnic [Al-Qayyum].» ('Al 'Imran: 1-2).»

At-Tirmidhi a afirmat că acest hadis este autentic.

În *Sunan* și în *Sahih*-ul lui Ibn Hibban se relatează că Anas a spus: „... «O, Allah! Îți cer în numele laudei ce Ți se cuvine doar Ție! Nu există nicio altă divinitate demnă de adorare în afară de Tine, *Mannan* (Cel extrem de Generos), Creatorul cerului și al pământului! O, Tu, Cel căruia I se cuvine toată Preamărirea și Cinstea! O, *Hayy Qayyum!*» Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **«L-a implorat pe Allah prin cele mai mărețe Nume ale Sale; dacă este chemat prin ele, El răspunde, iar când I se cere, El oferă.»**»

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să spună atunci când făcea *du'a*: **„O, Hayy, o, Qayyum!”** Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) rostea: **„O, Allah, caut mila Ta! Nu mă lăsa să depind de mine însumi nici măcar pentru o clipă și ajută-mă să reușesc în treburile mele! Nu există nicio divinitate demnă de adorare în afară de Tine!”**

Această rugă cuprinde invocarea lui Allah, în ale Cărui Mâini se află toate binecuvântările. Ruga face referire la dependența totală de Allah, la abandonarea tuturor problemelor în Mâinile Sale și la implorarea ajutorului ce poate conduce la reușită. De asemenea, este menționată ruga de

a nu-i permite robului să se bazeze doar pe sine însuși și invocarea lui Allah prin amintirea unicității Sale. Toate acestea au un efect special cu privire la înlăturarea mâhnirii. Aceasta este și situația care se aplică următoarei afirmații a Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Allah este Domnul meu și nu Îi aduc niciun asociat.”** Cât despre hadisul relatat de Ibn Ma’sud: **„O Allah, sunt robul Tău, fiul robului Tău...”** În această relatare sunt cuprinse aspecte care țin de înțelepciunea divină și ale căror explicații nu se regăsesc în nicio altă carte, precum și secretele supunerii față de Allah.

În hadis se afirmă statutul de rob al lui Allah a persoanei care face mărturisirea, precum și a tatălui și mamei acestuia; robul se află în Mâna lui Allah, iar El face ceea ce vrea cu robul Său. Robul nu poate să-și producă niciun beneficiu și niciun rău, nici să dea viață sau să provoace moartea ori învierea fără Allah. Slujitorul lui Allah nu are acces la nimic cu privire la sine însuși. El este asemenea unui prizonier aflat în posesia Stăpânului său, supus complet puterii și autorității Sale.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a afirmat: **„Hotărârea pe care o iei Tu cu privire la mine se va împlini, cu siguranță, iar judecata ta asupra mea este într-adevăr dreaptă.”**

Acest fragment din hadisul mai sus menționat conține două dintre cele mai importante aspecte ale Unității (*tawhid*-ului). În primul rând, se afirmă predestinarea și faptul că hotărârea luată de Allah cu privire la robii Săi va fi executată, cu siguranță, iar aceștia nu pot nici să fugă și nici să le evite.

Hotărârile luate de Allah sunt într-adevăr corecte, iar în ele nu se regăsește nicio nedreptate la adresa robului Său. Ele sunt întotdeauna în conformitate cu dreptatea și bunătatea. Nedreptatea reprezintă un defect care se constituie într-un tip de nevoie, ignoranță sau abuz. Un astfel de comportament nu poate fi niciodată atribuit Lui, deoarece Cunoașterea Sa este atotcuprinzătoare, iar El nu are nevoie de nimeni și de nimic, în vreme ce tot ceea ce există depinde de El, Cel mai Corect Dirigitor al tuturor lucrurilor ce țin de viața tuturor celor de pe pământ. Niciuna dintre hotărârile lui Allah nu are cum să fie deficitară din perspectiva Înțelepciunii sau a Perfecțiunii, exact în aceeași manieră în care niciuna dintre ele nu poate scăpa Puterii sau Voinței Sale. Înțelepciunea lui Allah este Atotcuprinzătoare, caracter ce se aplică Puterii și Voinței Sale; de aceea profetul Hud (Pacea lui Allah fie asupra sa!) le-a spus celor din neamul său care voiau să îl sperie cu idoli lor:

„... «Noi nu zicem decât că te-a ajuns un rău de la unul din zeii noștri!» A zis el: «Eu Îl iau pe Allah ca martor și voi, de

asemenea, fiți martori că eu sunt nevinovat pentru ceea ce voi luați ca asociați în locul Lui! Deci vicleniți cu toții împotriva mea, fără să-mi dați niciun răgaz! Eu mă încred în Allah – Domnul meu și Domnul vostru! Și nu este vietate pe care El să nu o țină de chica ei. Domnul meu este pe drumul cel drept!” (Sura Hud: 54-56).

Acest verset ne indică faptul că, deși toți robii depind în totalitate de Allah, iar El face ceea ce dorește cu privire la tot ceea ce ține de ei, El se află pe calea cea dreaptă și nu decide niciodată ceva imperfect din punctul de vedere al înțelepciunii, dreptății, bunătății și milei. Afirmatia Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Hotărârea pe care o iei Tu cu privire la mine se va împlini, cu siguranță”** este asemenea acestor cuvinte ale lui Allah:

„Și nu este vietate pe care El să nu o țină de chica ei” (Sura Hud: 56).

Cealaltă afirmație făcută de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„... iar judecata Ta asupra mea este într-adevăr dreaptă.”** este asemănătoare cu următoarele cuvinte din Coran:

„Domnul meu este pe drumul cel drept!” (Sura Hud: 56).

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) L-a implorat pe Allah prin toate Numele pe care El le-a dezvăluit robilor Săi, cele care le sunt cunoscute, precum și cele care au rămas ascunse față de ei și păstrate în taina necunoscutului, știute doar de Allah, a căror cunoaștere nu a ajuns nici la îngeri, nici la vreunul dintre Trimișii Săi. Această rugăciune este una dintre cele mai bune și mai iubite de către Allah. De asemenea, ea este cea mai benefică raportat la posibilitatea de a obține prin ea ceea ce omul dorește.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) L-a rugat pe Allah să facă astfel încât Coranul să devină lumina inimii sale, să fie asemenea unui izvor care potolește setea viețuitoarelor. El L-a rugat pe Allah să transforme Coranul într-un remediu pentru tristețea și durerea sa; Coranul funcționează ca un remediu care înlătură o boală, permițându-i corpului să își recapete starea de sănătate și tinerețea. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) L-a mai rugat pe Allah ca acest Coran să fie cel care înlătură rugina și impuritățile inimii. Atunci când acest remediu este folosit de o persoană cu inima sinceră, se va dovedi eficient în a înlătura durerea și a face loc sănătății și energiei.

Cât despre rugăciunea pe care a făcut-o Zhin An-Nun (Iona), aceasta conține o afirmare a *tawhid*-ului (unității) și preamărirea Perfecțiunii lui Allah. Slujitorul lui Allah își

recunoaște nedreptatea și păcatele pe care le-a comis, transformând astfel ruga într-un remediu extrem de eficient de a combate tristețea, durerea și mâhnirea. Această rugăciune reprezintă un mod extrem de eficient de a obține apropierea de Allah și îndeplinirea dorinței robului. *Tawhid*-ul (Unitatea) și preamărirea lui Allah implică afirmarea tuturor tipurilor de perfecțiune ale lui Allah, precum și negarea oricărei deficiențe în cadrul demersului de a te apropia de El. Robul care își recunoaște propria nedreptate își afirmă astfel credința cu privire la religie, răsplată și pedeapsă. Tot prin această rugă el se umilește și se căiește în fața lui Allah, cerându-I iertare și reafirmându-și statutul de slujitor al lui Allah, precum și datoria sa de a-L asculta pe Allah. Există patru aspecte prin care robul Îl imploră pe Allah în rugăciunile sale: *tawhid* (Unitatea), preamărirea lui Allah, afirmarea statutului de rob al lui Allah și recunoașterea greșelilor.

În hadisul relatat de Abu Umamah: „**O, Allah! Caut adăpost la Tine de tristețe și de mâhnire!**”, se face referire la căutarea de adăpost de opt elemente. Patru dintre acestea sunt relaționate între ele: durerea și mâhnirea, neputința și lenea, lașitatea și zgârcenia, datoriile și dominația exercitată de bărbați. Atunci când o chestiune pe care omul o urăște îi atinge inima, este vorba fie despre o grijă prezentă care îl întristează, fie despre una viitoare care ar putea să îi prejudicieze interesele importante.

Atunci când omul nu-și poate atinge interesele vitale, este fie din cauza propriei incapacități, fie din cauză că nu dorește să acționeze. Când omul nu obține o serie de beneficii care s-ar dovedi folositoare pentru alții și pentru el însuși, este fie din cauză că este laș sau zgârcit, ori din cauză că nu dorește să cheltuie din banii săi. Dacă robul este copleșit, acest lucru este cauzat de nedreptățile celor din jur. Acest hadis ne face cunoscută modalitatea prin care trebuie să căutăm adăpost de toate felurile de rău care există.

Căutarea iertării are un efect profund asupra înlăturării durerii, mâhnirii, tristeții și depresiei. Acesta este un fapt asupra căruia au căzut de acord înțelepții tuturor popoarelor. Păcatele și erorile atrag după sine durere, mâhnire, teamă, tristețe și suferințe ale inimii. După o vreme, cei care sunt obișnuiți să comită păcate și să împlinescă fapte rele se obișnuiesc să facă acest lucru și încep să se plictisească de ele. Apoi comit greșeli pentru a îndepărta depresia și sentimentul de singurătate care îi încearcă. Din moment ce acestea sunt efectele pe care le au asupra inimii păcatele și greșelile, singurul remediu care poate fi aplicat pentru înlăturarea acestei stări este căutarea iertării și exprimarea căinței în fața lui Allah.

Cât despre rugăciune, aceasta are un profund efect asupra omului, aducând ușurare și alinare inimii, întărind-o și oferindu-i bucurie și exaltare. Rugăciunea este liantul dintre inima

sau sufletul omului și Allah, facilitând apariția unor stări de fericire prin apropierea de El, prin pomenirea Lui; omul simte fericire atunci când vorbește cu El sau când stă în picioare în fața Lui, folosindu-și întregul corp și toate forțele trupului cu scopul de a-și manifesta supunerea în fața Lui. Prin rugăciune, fiecărui organ și membru al corpului i se oferă dreptul de a sluji unui nobil scop, iar inima este eliberată de pomenirea creației, de interacțiunea cu ea sau de conversația purtată cu aceasta. Atenția inimii și a membrilor va fi astfel concentrată doar asupra Domnului și Creatorului, fiind eliberată, în același timp, de iritarea cauzată de dușmanul său, diavolul, pe parcursul rugăciunii. Acesta este motivul care face ca rugăciunea să reprezinte unul dintre cele mai eficiente medicamente, remedii și surse de energie, fiind potrivită pentru inimile care se află într-o stare bună de sănătate. Inimile suferinde sunt asemănătoare cu trupurile afectate de vreo boală; ele nu pot fi hrănite cu mâncăruri gustoase, normale.

Rugăciunea reprezintă una dintre cele mai bune căi de a dobândi binecuvântări atât în această viață lumească, cât și în cea veșnică, îndepărtând răul din această existență, precum și din cea ulterioară. Rugăciunea descurajează căderea în păcat, vindecă bolile inimii și aduce lumină acesteia, iar în același timp ridică nivelul de energie al membrilor și al corpului. Ruga atrage după sine binecuvântări, îndepărtează nedreptatea, îi ajută pe cei

oprimați, împrăștie poftele inimii, îndepărtează chinurile, sporește mila, ușurează nenorocirile și ajută împotriva multor boli care atacă organele interne.

Ibn Majah a relatat în *Sunan* că Abu Hureira a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) m-a văzut pe când dormeam, suferind de o durere de stomac. El mi-a spus: **«O, Abu Hureira! Te deranjează stomacul?»** (a rostit aceste cuvinte în persană). I-am spus: «Da, Trimis al lui Allah!» El a spus atunci: **«Ridică-te și împlinește rugăciunea, pentru că rugăciunea este un leac!»** Unii relatează că aceste cuvinte nu îi aparțin Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), ci lui Abu Hureira care i le-ar fi spus lui Mujahid.

Atunci când inima doctorului ipocrit nu este mulțumită de toate aceste aspecte, îi vorbim în termeni medicali. Îi spunem că rugăciunea reprezintă o activitate fizică pentru trup și pentru suflet, deoarece implică diverse mișcări și poziții, cum ar fi statul în picioare, înclinarea, prosternarea, așezarea pe suprafața solului, precum și mișcările care preced și succed acestor poziții, iar pe parcursul acestora sunt folosite majoritatea încheieturilor. Majoritatea organelor interne sunt supuse și ele unui efort fizic în timpul rugăciunii, de exemplu, stomacul, intestinele sau restul organelor corpului care au rol în prelucrarea alimentelor. Cine poate nega faptul că aceste

acțiuni și mișcări întăresc corpul, mai ales atunci când sufletul este alinat în timpul rugăciunii? Corpul va fi întărit, iar durerea va trece pe plan secund.

Boala ipocriziei, respingerea mesajului cu care au fost trimiși toți Profetii lui Allah și alegerea ateismului nu își găsesc vindecarea decât în foc. Allah ne-a spus în Coran:

„V-am prevenit pe voi despre un foc ce arde cu flacără, unde nu va arde decât cel mișel, care tăgăduiește și întoarce spatele.”
(Sura Al-Layl: 14-16)

Cât despre efectul *jihad*-ului asupra înlăturării tristeții și mâhnirii, acesta este clar evidențiat: atunci când inima este forțată să tolereze ceea ce e rău și această caracteristică devine dominantă și vizibilă, vor spori tristețea, depresia, teama și îngrijorarea. Însă atunci când sufletul înfăptuiește un tip de *jihad* de dragul lui Allah, Allah va transforma toată acea tristețe și durere în fericire și putere. Allah a spus:

„Luptați-vă împotriva lor, căci Allah îi va pedepsi prin mâinile voastre și-i va acoperi de rușine și vă va ajuta să-i biruiți și va tămădui piepturile unor oameni dreptcredincioși și va alunga mânia din inimile lor! Și Allah va primi câința aceluia de la

care El voiește, căci Allah este Atoateștiutor [și Înțelept].” (Sura At-Tawba: 14-15).

Niciun alt act nu este la fel de puternic precum *jihad*-ul în a înlătura tristețea, mâhnirea și neliniștea inimii.

Cât despre efectul pe care îl are mărturisirea: „Nu există nicio divinitate demnă de adorare în afară de Allah” în eliminarea depresiei, acesta a fost dovedit. Prin această sintagmă se face referire la încredințarea tuturor chestiunilor ce îl privesc pe om, precum și a forței și puterii în seama lui Allah Unicul. Tot ceea ce ține de om Îi este încredințat lui Allah, fără a-I nega supremația cu privire la niciun aspect; de asemenea, se face referire și la capacitatea Sa de a modifica orice, la Unica Sa Puterile în toate lumile.

S-a afirmat faptul că nu există niciun înger care să coboare sau să urce către ceruri fără a rosti cuvintele: „Nu există nicio putere sau forță în afară de Allah.” Precizăm faptul că aceste cuvinte au un profund efect în izgonirea diavolului.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la vindecarea fricii și a insomniei

At-Tirmidhi a relatat în *Sunan* cum i s-a plâns Khalid odată Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), spunându-i că nu reușește să doarmă bine noaptea. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Atunci când mergi la culcare să spui: «O, Allah! Stăpân al celor șapte ceruri și a tot ceea ce se regăsește sub ele, Stăpân al pământurilor și al tuturor roadelor lor, Stăpân al diavolilor și al tuturor celor pe care ei îi călăuzesc pe calea pierzaniei! Caut adăpost la Tine împotriva răului venit din partea creației Tale și împiedică-i să comită vreun rău sau vreo nedreptate împotriva mea! Într-adevăr, cei care au găsit adăpost la Tine sunt puternici, cinstită este Preamărirea Ta și nu există nicio divinitate vrednică de adorare în afară de Tine!»”**

At-Tirmidhi a relatat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să le spună companionilor să recite aceste cuvinte atunci când simt vreo teamă în sufletele lor: **„Caut adăpost prin Cuvintele Perfecte ale lui Allah de Mânia și Pedepsa Sa, precum și de răul robilor Săi și de șoaptele diavolilor! Caut adăpost la Tine, Stăpânul tuturor, de prezența celor rele!”**

Ibn 'Umar își învăța copiii să rostească aceste cuvinte și le scria pentru cei care nu reușeau să le memoreze. Nu există nicio urmă de îndoială că aceste cuvinte sunt cele mai

potrivite și eficiente în înlăturarea tuturor felurilor de rău.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la tratarea arsurilor

De cele mai multe ori, arsurile sunt cauzate de foc, care este chiar elementul din care diavolul a fost creat; flacăra se potrivește naturii lui Șeytan și răului pe care încearcă să îl realizeze. Diavolul este cel care ajută focul să facă rău. De obicei, flacăra încearcă să domine și să distrugă. Aceste două chestiuni, dominarea și devastarea, reprezintă calea la care face diavolul chemare, iar prin ele conduce umanitatea către pierzanie. Atât focul, cât și diavolul caută să își impună dominația și să răspândească suferință, dar Allah Gloriosul intervine de fiecare dată pentru a elimina relele și faptele diavolului.

Preamărirea lui Allah are efect în potolirea și stingerea flăcării, pentru că Măreția lui Allah copleșește totul. Atunci când musulmanii Îl preamăresc pe Allah, rugăciunea lor va face ca focul și eforturile diavolului să pălească, iar astfel focul va fi stins, cu voia lui Allah. Am utilizat această metodă și am verificat acuratețea sa.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la menținerea stării de sănătate

Păstrarea unei stări bune de sănătate necesită o bună hidratare, astfel încât corpul să poată rezista căldurii. Umezeala ține piept căldurii, în timp ce temperaturile înalte conduc spre maturare diverse substanțe și ajută organismul să elimine reziduurile acumulate. În lipsa hidratării, căldura excesivă i-ar dăuna organismului și nu ar permite ca organele să funcționeze în mod corespunzător; uscăciunea exagerată îi permite căldurii să ardă trupul și să îl usuce. Dacă luăm separat una dintre aceste două stări, fie umezeala, fie fierbințeala, observăm că oricare dintre ele are nevoie de cealaltă pentru a susține organismul și a-i permite să funcționeze. Căldura consumă umiditatea și se evită astfel putrezirea sau descompunerea. Atunci când vreuna din aceste stări devine dominantă, constituția corpului va fi modificată, survenind astfel o serie de schimbări.

Așa cum am afirmat deja, căldura descompune umezeala, forțând organismul să încerce să înlocuiască apa pierdută prin consumarea de hrană și lichide. Atunci când în organism există un nivel prea ridicat de umezeală, căldura nu reușește să o descompună și astfel corpul va fi afectat în mod negativ. În acest caz, mai multe boli vor ataca

organismul. Toate aceste aspecte se regăsesc în următoarele cuvinte ale lui Allah:

„Mâncați și beți, însă nu întreceți măsura...” (Sura Al-‘A’raf: 31).

Allah îi îndrumă pe robii Săi să fie cumpătați, să nu consume mâncăruri și băuturi decât în măsura în care acestea aduc beneficii organismului, hrănindu-l și restabilind nivelul de energie. Cantitatea (de alimente și lichide) care ar trebui consumată nu trebuie să depășească echivalentul energiei epuizate deja de corp, la care se adaugă cea necesară pentru o bună funcționare a organismului. Altfel, hrana în exces va atrage după sine afecțiuni și starea de sănătate va fi alterată, iar aceasta se aplică atât atunci când omul mănâncă în exces, cât și atunci când se alimentează cu o cantitate prea mică de hrană.

Puținele cuvinte pe care Allah le-a rostit cu privire la această situație reprezintă cheia menținerii unei stări bune de sănătate.

Scopul aflat la baza căutării unui tratament pentru sine însuși și pentru cei din jur este reprezentat de menținerea organismului într-o stare bună de sănătate până la sfârșitul existenței pământești, nu de păstrarea tinereții și sănătății pentru totdeauna – un ideal ce nu poate fi atins în decursul vieții lumești. Țelul pe care încearcă doctorii să îl atingă implică protejarea nivelului de hidratare de orice ar

putea să îl destabilizeze, precum și îndepărtarea acelor factori care ar putea să modifice temperatura normală a corpului. Doctorul echilibrează balanța dintre puterile sau stările corpului, așa cum Allah a creat cerurile și pământul: în mod corect și bine proporționat. De fapt, întreaga creație prosperă atunci când există corectitudine și echilibru.

Cei care studiază îndrumările Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) își vor da seama de faptul că acestea reprezintă cea mai bună călăuzire pentru menținerea stării de sănătate a corpului. Păstrarea stării de sănătate depinde de alimentarea și de hidratarea într-o manieră moderată, precum și de folosirea veșmintelor, a casei, aerului, somnului, stării de veghe, mobilității, stării de leneveală, a sexului, a eliminării materiilor excedentare din corpul uman și de păstrarea a tot ceea ce este necesar și important în cea mai bună formă. Atunci când aceste nevoi sunt satisfăcute într-o manieră adecvată, ținându-se cont de particularitățile corpului, de ținutul în care locuiește omul, vârstă și obiceiuri personale, este mai probabil ca el să se bucure de o stare de bine și de sănătate până când se apropie momentul morții sale.

O stare bună de sănătate este una dintre cele mai mari binecuvântări trimise de Allah omenirii, precum și una dintre cele mai însemnate răsplăți acordate de El. De fapt, o

stare bună de sănătate este cea mai bună dintre toate binecuvântările lumefi, iar cei care au fost înzestrafi cu o bună înfelegere ar trebui să se străduiască să își menfiină starea de sănătate și să o apere de ceea ce ar putea să o modifice.

Al-Bukhari a relatat în *Sahih* de la Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) următoarele: **„Există două binecuvântări pe care oamenii le iroesc: sănătatea și timpul liber.”**

At-Tirmidhi a relatat că Abdullah bin Mihsan Al-Ansari a zis că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Pentru cel care se trezește sănătos dimineața, în siguranța casei sale și cu hrana necesară pentru acea zi, este ca și cum i-ar fi fost dăruită întreaga viață a acestei lumi.”**

At-Tirmidhi a relatat de la Abu Hureira aceste cuvinte ale Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Prima binecuvântare despre care va fi întrebat robul în ziua Învierii va fi: «Și nu fi-am dat un trup sănătos și nu fi-am potolit setea cu apă rece?»”**

Acesta este motivul pentru care unii dintre pioșii predecesori au spus că versetul:

„Apoi veți fi întrebați, în ziua aceea, despre plăceri” (Sura At-Takathur: 8)

face referire la starea de sănătate.

Imam Ahmad a relatat că Abu Bakr As-Siddiq a spus: „L-am auzit pe Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) spunând: **„Cereți-I lui Allah să vă aflați în siguranță și într-o stare bună de sănătate, pentru că într-adevăr nimeni nu poate să aibă ceva mai bun, în afară de certitudinea credinței, decât o stare bună de sănătate!”**

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a alăturat starea de bine din această viață lumească cu aceea din viața veșnică. Reușita robului în ambele vieți nu poate fi completă dacă nu cuprinde certitudinea credinței și o stare generală de bine. Credința sinceră îndepărtează chinurile Vieții de Apoi, iar starea de bine înlătură afecțiunile care ar putea ataca corpul și inima în această viață lumească.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Cereți de la Allah iertare, bunăstare și sănătate! Într-adevăr, nimeni nu poate să dobândească o binecuvântare mai bună, în afară de certitudinea credinței, decât o stare bună de sănătate.”**

Cele trei chestiuni menționate în hadisul prezentat mai sus implică înlăturarea răului

înfăptuit în trecut prin dobândirea iertării, cele din prezent – prin bunăstare, iar cele din viitor prin obținerea imunității în raport cu greșelile comise; astfel, robul se va elibera de chinuri. Într-adevăr, aceste cuvinte implică continuitatea unei stări de bine integrale.

Abdur-Rahim bin Abu Laila a spus că Abu Ad-Dardaa a spus: „O, Trimis al lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), mie îmi place mai mult să dobândesc o stare bună de sănătate pentru care să fiu recunoscător decât să fiu încercat și apoi să demonstrez răbdare.” Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus atunci: **„Și Trimisului lui Allah îi place sănătatea... întocmai ca și ție.”**

Se mai relatează că Ibn Abbas ar fi spus: „Un beduin a venit la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și l-a întrebat: «Ce ar trebui să cer după ce termin de împlinit cele cinci rugăciuni?» Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **«Cere-I lui Allah să te bucuri de sănătate!»** Bărbatul a repetat întrebarea, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a răspuns la fel. Când beduinul a rostit aceeași întrebare pentru a treia oară, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a răspuns astfel: **«Cere-I lui Allah să te bucuri de bunăstare atât în această viață, cât și în Cea de Apoi!»**”

Dacă sănătatea este atât de importantă, ar trebui ca noi să precizăm și să studiem îndrumările profetice cu privire la menținerea stării de sănătate; astfel, vom ajunge să ne dăm seama de perfecțiunea călăuzirii Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și în această privință. Prin îndrumările sale, robul dobândește sănătatea corpului și a inimii, atât în decursul acestei vieți lumești, cât și în cea veșnică. Robul caută ajutorul lui Allah în toate problemele sale; cu toții depindem doar de El și nu există putere sau forță în afară de Allah.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu s-a limitat la a mânca un singur fel de mâncare

Un astfel de obicei ar fi dăunător pentru natura umană. Corpul s-ar putea confrunta cu o stare de slăbiciune sau chiar cu moartea în situația în care ar fi alimentat cu un singur tip de hrană. Atunci când organismul cuiva este obișnuit cu un singur fel de mâncare, el nu va accepta altceva. Restrângerea obiceiurilor alimentare la un singur tip de aliment, chiar dacă ar fi vorba despre cel mai hrănitor, este dăunătoare și periculoasă.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să consume alimente specifice dietei poporului său, cum ar fi carne, fructe, pâine, curmale, precum și

altele, menționate în paginile anterioare ale acestei cărți.

Atunci când gustul unui anumit aliment trebuia atenuat, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) folosea chiar opusul acestuia, de exemplu calitatea caldă a curmalelor era neutralizată prin răcoarea pepenelui. Dacă nu găsea un alt aliment pentru neutralizarea unui fel de mâncare, consuma din acesta atât cât îi era necesar, fără a face excese.

Când Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu îi plăcea un anumit fel de mâncare, se abținea de la a-l consuma și nu se forța să îl mănânce. Acesta este unul dintre cele mai importante aspecte cu privire la menținerea stării de sănătate. Atunci când omul mănâncă un fel de mâncare care nu îi stârnește pofta, aspectele negative ale acelui aliment vor contrabalansa beneficiile pe care le-ar putea aduce.

Abu Hureira a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu a criticat niciodată vreun fel de mâncare. Dacă îi plăcea, mânca. Altfel, nu mânca.”

Atunci când Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i s-a oferit carne de șopârlă (*dhabb*), nu a mâncat din ea. A fost întrebat: „Este interzis să mâncăm

din ea?” El a spus: **„Nu. Dar nu se numără printre alimentele pe care obișnuiesc să le consume cei din comunitatea mea și nu îmi place.”**

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să consume alimente caracteristice unui regim alimentar obișnuit, iar atunci când i se oferea ceva ce nu făcea parte dintre acestea, iar el nu avea poftă să mănânce acea hrană, se abținea. Nu le-a interzis însă celor care erau obișnuiți cu acea hrană sau celor cărora le era poftă de ea să o consume.

Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îi plăcea să mănânce carne, în special pulpele din față sau partea superioară a oii. Chiar aceasta este partea care a fost otrăvită atunci când i s-a oferit acea oaie Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!).

În *Sahihan* se relatează că Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i s-a adus odată niște carne, iar lui i s-a oferit tocmai acea parte care îi plăcea. Abu 'Ubaid a povestit că Dhiba'ah bint Az-Zubair a spus că a sacrificat o oaie în casa sa. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a transmis: **„Hrănește-ne și pe noi din ea!”** Ea i-a spus Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): „A mai rămas doar gâtul și îmi este rușine să îl trimit

Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!).” Cel care transmitea mesajele Profetului s-a întors la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și i-a spus ce s-a întâmplat. Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a spus: **„Întoarce-te la ea și spune-i să îl trimită, pentru că gâtul este cea parte care călăuzește oaia și se află mai aproape de lucrurile bune și mai departe de cele vătămătoare.”**

Nu există nicio îndoială asupra faptului că, în cazul cărnii de oaie, nu există părți mai puțin grase decât gâtul, picioarele din față și coapsa. Sunt ușor de digerat și nu cad greu la stomac. Metoda adoptată de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în această privință satisface cele trei reguli de bază cu privire la alimentație: să fie benefică și folositoare, să nu cadă greu la stomac, să poată fi digerată rapid. Alimentele care întrunesc aceste caracteristici sunt cele mai benefice; a mânca o cantitate mică din astfel de alimente este mai bine decât a mânca mari cantități din alte feluri de mâncare.

Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îi plăcea să consume dulciuri și miere. Carnea, mierea și dulciurile sunt cele mai bune mâncăruri și aduc cele mai multe beneficii corpului, ficatului și altor organe interne. Consumarea acestor alimente are un profund efect asupra menținerii stării de

sănătate și puterii; celor care sunt deja suferinzi le dăunează consumarea acestor tipuri de alimente.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să mănânce pâine în combinație cu orice aliment avea la dispoziție. Câteodată mânca pâine cu carne, alteori o combina cu pepene sau cu curmale. Odată Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a pus o curmală uscată pe o bucată de pâine și a spus că acel fruct reprezintă condimentul bucății de pâine. Pâinea din făină de orz este rece și uscată, în vreme ce curmalele sunt fierbinți și umede, deci consumarea acestor alimente combinate este cea mai bună decizie, mai ales în cazul aceluia care sunt obișnuiți cu această hrană (de exemplu: locuitorii din Medina). Câteodată Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) mânca pâine cu oțet, spunând: **„Ce condiment bun este oțetul!”** Această laudă a fost adusă oțetului din cauză că era singurul condiment disponibil în casă în acel moment, nu pentru că ar fi mai bun decât alte feluri de mâncare, așa cum cred unii oameni neștiutori. În hadis ni se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a venit odată la una dintre soțiile sale și, atunci când i s-a oferit niște pâine, a întrebat dacă au condimente în casă. Ea i-a răspuns că aveau doar oțet, iar el a zis: **„Ce condiment bun este oțetul!”**

Adăugarea unui condiment pe pâine este benefică pentru starea de sănătate. Aici folosim această denumire generică de *condiment*, deoarece atunci când aceste elemente sunt adăugate pâinii ea capătă un gust mai bun și ajută la menținerea stării de sănătate.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să mănânce acele fructe sezoniere caracteristice regiunii în care se afla, deoarece consumul de fructe reprezintă una dintre cele mai bune metode de păstrare a sănătății; în Înțelepciunea Sa imensă, Allah a decis ca fiecare ținut să aibă propriile sale specii de fructe, potrivite și benefice în timpul sezonului. Atunci când oamenii consumă aceste fructe, ele vor fi de folos în păstrarea stării de bine și de sănătate, servind, în același timp, ca medicamente. Pe de altă parte, cei care se abțin de la consumarea fructelor specifice regiunii în care locuiesc se vor număra printre cele mai suferinde persoane, fiind private de o stare bună de sănătate.

Cantitatea de apă conținută de diversele fructe reprezintă căldura favorabilă a aceluși anotimp și a pământului din care au rodit. Stomacul va reuși să le matureze și va înlătura răul pe care acestea ar putea să îl aducă, cu condiția ca ele să nu fie consumate în cantități excesive; omul nu trebuie să își forțeze organismul să suporte ceea ce nu îi face bine. Pe de altă parte, omul nu ar trebui să amestece hrana nedigerată din stomac cu fructe, nici să

bea apă în timpul în care are loc digestia. Fructele ar trebui consumate doar după ce conținutul stomacului a fost digerat, în special pentru a preveni constipația. Pentru cei care consumă fructele într-o manieră potrivită, la momentul oportun și în cele mai bune condiții, ele vor acționa ca niște leacuri sau remedii pentru el.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la poziția corectă în timpul servirii mesei

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Nu mănânc atunci când sunt întins pe o parte.”** și a mai zis: **„Mă așez așa cum se așează sclavul și mănânc la fel cum mănâncă și el.”**

Poziția în care omul stă întins pe o parte dăunează stomacului, pentru că împiedică deplasarea hranei prin circuitul corect și ajungerea sa în stomac; în acea poziție se exercită presiune asupra stomacului și nu i se permite să se deschidă astfel încât hrana să treacă prin el.

Această poziție în care omul stă întins pe o parte în timp ce mănâncă reprezintă o practică a oamenilor aroganți, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„... și mănânc la fel cum mănâncă sclavul.”**

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să stea în picioare pe când mânca. Își punea genunchii pe sol și se așeza pe laba piciorului stâng sau pe partea superioară a piciorului drept, în semn de umilință față de Domnul său și din respect față de hrană și de cei prezenți. Aceasta este cea mai bună poziție care poate fi adoptată în timpul mesei, deoarece organele corpului se vor afla în poziția corectă, iar bunele maniere vor fi și ele respectate.

După cum am declarat deja, cea mai bună poziție în timpul mesei este cea în care omul stă drept, pentru că organele corpului se vor afla în poziția lor naturală. Cea mai rea poziție este cea în care omul stă înclinat pe o parte, pentru că esofagul și organele responsabile de digerarea hranei vor fi apăsate în această poziție și vor exercita o presiune foarte mare asupra stomacului.

Este posibil ca Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) să se fi referit la faptul că nu stă întins pe perne, cum fac oamenii aroganți sau cei care vor să mănânce mai mult. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să mănânce atât cât simțea nevoia să mănânce, ca și sclavii.

Profetul mânca folosind trei degete

Aceasta este una dintre cele mai bune metode de a mânca. Atunci când omul mănâncă utilizând un deget sau două degete, îi va afecta apetitul și nici nu va cuprinde o cantitate de mâncare suficientă, iar el ar termina de mâncat într-o perioadă de timp mai lungă. Organele responsabile de prelucrarea hranei nu vor fi satisfăcute cu o cantitate atât de mică de hrană în fiecare îmbucătură și vor trece printr-o perioadă de inactivitate chiar în timp ce omul se alimentează. Dacă omul mănâncă o cantitate foarte mică de alimente, nu se va bucura niciodată de hrana ingerată și nici nu se va simți confortabil. Cel care mănâncă utilizând toate cele cinci degete va trimite stomacului, la fiecare îmbucătură, o cantitate mai mare de hrană decât cea care poate fi digerată. Organele corpului vor fi forțate să prelucreze o cantitate de hrană prea mare, iar astfel persoana nu se va bucura de hrană și nici corpul nu se va simți confortabil pe parcursul procesului de digestie. Cea mai bună cale de a mânca este aceea în care sunt utilizate trei degete, așa cum făcea Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), precum și cei care i-au urmat exemplul.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la anumite combinații de alimente

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu combina niciodată alimente cum ar fi pește cu lapte, lapte și mâncăruri acre, două feluri de mâncare (fierbinți sau reci), două tipuri de alimente vâscoase, ori două feluri de alimente ce puteau provoca ușor constipația sau diareea, nici două feluri de mâncare care cad greu la stomac, dar nici două feluri de mâncare cu consistență lichidă sau două alimente care să producă același efect. El nu amesteca nici două feluri de mâncare ce puteau produce efecte opuse asupra organismului (de exemplu: constipație și diaree), dar nici alimente ușor digerabile cu mâncăruri gătitе sau prăjite, care cad greu la stomac; de asemenea, nu combina nici alimente uscate cu hrană proaspătă, nu mânca nici ouă în combinație cu lapte sau carne cu lapte. Când mâncarea era încălzită, nu o consuma atunci când era încă fierbinte; nu se atingea de mâncarea veche, reîncălzită a doua zi. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu mânca mâncăruri sărate sau conservate, cum ar fi murăturile, de exemplu. Toate aceste alimente sunt dăunătoare și înrăutățesc starea sănătății.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să neutralizeze substanțele vătămătoare conținute de unele alimente consumându-le în combinație cu opusul lor, dacă era posibil. Atunci când hrana era de natură fierbinte, îi neutraliza efectul prin combinarea cu alimente hidratante, de exemplu

curmalele coapte le mânca împreună cu castraveți, iar curmalele uscate erau combinate cu unt. Obișnuia să bea apa rezultată în urma înmuierii curmalelor pentru a neutraliza efectul mâncărurilor care cad greu la stomac. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia câteodată să mănânce la cină doar câteva curmale.

Abu Nu'aim a menționat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să descurajeze obiceiul de a dormi imediat după servirea mesei, deoarece împovăra inima. Doctorii recomandă o scurtă plimbare după ce s-a luat cina, chiar dacă ar fi vorba doar de câțiva pași; a dormi imediat după cină este foarte dăunător. Doctorii musulmani sunt de părere că omul ar putea să împlinească rugăciunea după ce a servit cina, astfel încât hrana să treacă în partea inferioară a stomacului, unde va fi digerată cu ușurință.

Profetul nu bea nici apă, nici lapte în timp ce mânca, pentru că lichidele alterează hrana, mai ales dacă acestea au temperatură prea scăzută sau prea ridicată.

Nu este recomandabil să se bea apă imediat după efectuarea unor activități fizice, când organismul este obosit, după întreținerea de relații intime, înainte și imediat după consumarea de alimente sau după ce au fost ingerate fructe. Nu este recomandat să se bea apă nici după ce s-a făcut baie sau imediat ce

omul s-a trezit din somn. În toate aceste situații consumul de apă ar dăuna sănătății, iar omul nu ar trebui să se gândească la beneficiile pe care le-ar putea dobândi consumând lichide în timpul mesei.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la ingerarea de lichide

Călăuzirea pe care ne-a transmis-o Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la modul în care ar trebui să ne hidratăm este cea mai benefică pentru menținerea stării de sănătate. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să amestece miere cu apă rece, iar aceasta reprezintă una dintre cele mai eficiente metode de păstrare a sănătății, la care doar cei mai buni doctori ar fi putut să se gândească. Consumarea mierii pe stomacul gol dizolvă mucozitățile, purifică straturile protectoare ale stomacului și diluează vâscozitatea și reziduurile produse de organism; de asemenea, temperatura stomacului va crește un pic. Mierea astfel consumată ajută la dizolvarea parțială a cheagurilor formate în stomac, rinichi, ficat sau prostată. Dintre toate dulciurile, mierea aduce cele mai multe beneficii stomacului.

Ar trebui să menționăm faptul că mierea le poate dăuna celor care suferă de bilă, deoarece agravează această afecțiune. În acest caz, efectul nociv poate fi neutralizat prin administrarea concomitentă a oțetului; această metodă face ca mierea să devină benefică. Mierea aduce mult mai multe beneficii decât oricare altă băutură pe bază de zahăr, mai ales pentru cei care nu sunt obișnuiți cu astfel de lichide.

Atunci când o persoană consumă o băutură dulce cu care organismul nu este obișnuit, nu va beneficia de ea în aceeași măsură în care ar fi beneficiat de miere, pentru că în acest caz intră în ecuație obiceiurile personale. Aceste obiceiuri pe care le are fiecare dintre noi sunt cele care înlătură fundamentele expuse și stabilesc alte baze.

Dacă o băutură se caracterizează atât prin dulceață, cât și prin răcoare, ea va fi benefică pentru organism și va reprezenta una dintre cele mai bune metode de a-i păstra sănătatea, precum și starea de bine a sufletului; de asemenea, forța trupului va spori, iar unele organe, cum ar fi ficatul sau inima, vor funcționa mai bine. Când băutura este rece și dulce, organismul va tânji după ea și consumarea acesteia îi va aduce beneficii și îl va hrăni; băutura va fi digerată cu rapiditate, făcând transferul de substanțe către celelalte organe ale corpului în mod eficient.

Apa rece potolește setea, menține nivelul de hidratare al organismului, regenerează trupul, înmoaie alimentele consumate și ajută la transferul rapid al lichidului în organism.

Există o serie de divergențe între opiniile exprimate de doctori, în sensul că unii dintre ei afirmă că apa reprezintă un nutrient, deoarece organismul este întărit, mai ales atunci când lichidul este consumat în momentul în care trupul are nevoie de el. Tot ei afirmă că există numeroase asemănări între organismele oamenilor și animalelor, ambele specii trecând printr-un proces de creștere și dezvoltare. La rândul lor, plantele cresc și au propriile lor simțuri și mișcări. Din moment ce ele se hrănesc cu apă, cum se poate nega faptul că apa reprezintă și un nutrient, ... se întrebau acei doctori.

Ei au completat această afirmație specificând că nu neagă faptul că majoritatea substanțelor hrănitoare pentru organismul uman provin din alimente. Ei doar infirmă afirmația potrivit căreia apa nu conține nicio substanță nutritivă. Apoi au adăugat că alimentele oferă nutrienți în funcție de cantitatea de apă pe care o conțin.

Acești doctori au mai afirmat că apa este o sursă de viață atât pentru animale, cât și pentru plante. Au spus că nu există nicio îndoială cu privire la faptul că această substanță este mai apropiată de resursele într-

adevăr vitale, deci va oferi o nutriție superioară. Dar dacă această substanță ar fi însăși resursa vieții?

Allah a spus:

„[...] și din apă am făcut tot ce este lucru viu.” (Sura Al-‘Anbiya: 30).

Acei doctori întreabă cum se poate ca însăși sursa vieții să nu ofere hrană trupului?

Tot ei amintesc de faptul că o persoană însetată își va recăpăta puterea și energia în momentul în care își satisface setea. Este posibil ca omul să reducă consumul de hrană și să se bazeze exclusiv pe apă. Însă cel însetat nu își va rezolva problema dacă se alimentează cu o mare cantitate de hrană. Ei au mai adăugat: „Nu negăm faptul că apa ajută la transferul nutrienților către diverse părți și organe ale corpului. Infirmăm doar afirmația potrivit căreia apa nu are nicio valoare nutritivă.”

Un alt grup de doctori a negat faptul că apa ar putea avea valențe nutritive; luată separat, aceasta nu este capabilă să susțină viața sau să ajute corpul să crească sau să restaureze nivelul de hidratare care a fost afectat prin expunerea la căldură. Cei care se opun părerii lor nu neagă aceste aspecte, ci afirmă doar că orice substanță oferă hrană într-un anumit mod, în funcție de natura sa. De exemplu, mirosul plăcut hrănește într-un fel,

iar acest aspect face ca valoarea nutritivă a apei să fie evidențiată și mai clar.

Pe scurt, atunci când apa rece este amestecată cu o substanță dulce, cum ar fi mierea, stafidele, curmalele sau zahărul, se va transforma în una dintre cele mai benefice substanțe care pot pătrunde în corpul omenesc și într-adevăr îi vor menține sănătatea. Acesta este motivul pentru care băutura preferată a Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) era rece și dulce. Apa caldă poate induce flatulența și nu face bine corpului și organismului.

Din moment ce apa ținută peste noapte este mai bună decât cea abia extrasă, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a întrebat astfel atunci când a intrat în grădina lui Abu At-Taihan: **„Aveți cumva niște apă care să fi fost păstrată în burduf peste noapte?”** I s-a adus niște apă și a băut din ea. (Abu Daud, Ibn Majah și Ahmad). Acest hadis a fost inclus în colecția lui Bukhari care a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Dacă aveți niște apă în burduf (să-mi aduceți)! Dacă nu, vom sorbi (din fântână).”**

Apa care nu este recent extrasă e asemănătoare cu aluatul care conține drojdie; cea păstrată în burduf este ca și aluatul fără drojdie. Atunci când apa este păstrată peste noapte, substanțele poluante care o încarcă, cum ar fi depunerile de sol și de nisip, se vor

sedimenta pe fundul recipientului. Se relatează că Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îi plăcea apa păstrată astfel, așa cum a spus 'Aișah (Allah să fie mulțumit de ea!): „Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i s-a adus apă proaspătă scoasă din fântâna cu apă pentru băut.”

Apa păstrată în burdufuri, mai ales în cele fabricate din piele, are un gust mai bun decât apa ținută în vase din argilă. De aceea Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cerea apă care a fost păstrată în burdufuri din piele, nu în altfel de vase. Atunci când apa este ținută în burdufuri din piele, ea va fi filtrată prin porii pielii, iar gustul său va deveni mai bun. Apa păstrată în vase din argilă care permit filtrarea acesteia este mai bună decât cea ținută în vase care nu permit filtrarea. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) avea cele mai înțelepte metode și cel mai nobil suflet; el a oferit cea mai bună călăuzire cu privire la orice chestiune. El i-a arătat comunității sale cele mai bune metode și căi de a ajunge la ceea ce este bine pentru inima și trupul lor atât în această viață lumească, cât și în cealaltă.

'Aișah (Allah să fie mulțumit de ea!) a spus că Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îi plăceau cel mai mult lichidele reci, cu gust dulce. Această declarație ar putea indica faptul că Profetul obișnuia să bea apă proaspătă, cu gust dulce, abia scoasă din fântână sau luată de la izvor. De asemenea,

este posibil ca ea să se fi referit la faptul că el obișnuia să bea apă amestecată cu miere sau lichidul rezultat după înmuierea curmalelor sau a stafidelor în apă. Opinia corectă susține faptul că declarația ei putea să implice ambele înțelesuri.

Cuvintele Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Dacă aveți niște apă în burduf. Dacă nu, vom sorbi (din fântână).”** ne indică faptul că este permis să se bea apă direct cu gura, din fântână sau din vas. Numeroși doctori avertizează cu privire la această metodă și susțin că dăunează stomacului. Se pare că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a făcut acest lucru doar cu scop demonstrativ, pentru a arăta că este permis. Pentru cel care soarbe direct dintr-o sursă de apă cum ar fi un izvor sau dintr-o apă curgătoare, acest lucru este nociv dacă stă în poziția întins pe burtă. Dacă apa este băută direct cu gura dintr-un recipient suspendat, din poziția în picioare, nu este nicio diferență între a bea astfel sau folosind căușul palmelor.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și-a îndrumat comunitatea să bea din poziția așezat

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a poruncit musulmanilor să nu bea apă în timp ce stau în picioare și le-a

ordonat celor care beau în timp ce se află în această poziție să vomite. Totuși el a băut în timp ce stătea în picioare, potrivit unor relatări autentice. Unii sunt de părere că acest fapt este mai relevant decât porunca de a nu bea din poziția ridicat. Alții au susținut opinia potrivit căreia a bea apă în timp ce omul se află în picioare este doar nerecomandat, nu interzis. Un alt grup a afirmat că nu există nicio contradicție între cele două hadisuri. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a băut în timp ce se afla în picioare, dacă simțea nevoia să se hidrateze, de exemplu atunci când a ajuns la izvorul Zem-Zem și i s-a oferit o găleată de apă din care a băut în timp ce se afla în picioare.

Acela care bea în această poziție poate să atragă numeroase afecțiuni, iar lichidul pe care îl consumă nu îi potolește setea; apa nu se va așeza în stomac astfel încât să fie trimisă spre restul corpului prin intermediul ficatului. În acest caz, apa va coborî cu repeziciune spre stomac și îi va agrava starea, ea nefiind digerată cum trebuie. Dacă acest obicei este doar ocazional, nu va fi dăunător.

Apa se bea din trei sorbituri

Muslim a relatat că Anas a spus că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să soarbă apa, oprindu-se pentru a respira de trei ori, și

spunea: **„Această metodă potolește setea și (apa) este mai savuroasă și mai igienică.”**

Acest hadis ne indică faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să înlătore vasul din care bea de la gura sa, să respire și apoi să soarbă din nou. Într-un alt hadis, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a poruncit să nu se respire în interiorul căinii, ci aceasta să fie îndepărtată de la gură, iar expirația să se realizeze la distanță de ea. Așa cum a afirmat Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), această metodă este foarte benefică, în ceea ce privește potolirea setei, și mai igienică. Atunci când apa pătrunde la anumite intervale de timp în stomacul înfierbântat și însetat, cea de a două sorbitură va potoli setea rămasă după prima înghițitură de apă, iar cea de a treia va potoli setea de după primele două sorbituri. Acest procedeu se mulează mai bine pe temperatura din stomac, astfel încât acesta să nu fie brusc invadat de substanțe reci. Atunci când apa este băută dintr-o singură înghițitură, va potoli doar parțial setea, spre deosebire de sorbirea acesteia din trei înghițituri.

Procedeu pe care ni l-a arătat Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) oferă rezultate mai bune decât cel în care apa este băută dintr-o singură înghițitură, din moment ce apa împrăștie căldura instinctivă sau o slăbește, stricând astfel echilibrul termic al stomacului și al ficatului. Apa poate cauza multe alte suferințe, mai ales celor care trăiesc

în regiuni călduroase, cum ar fi Yemen și Hijaz, în special în timpul verii. Sorbirea apei dintr-o singură înghițitură este periculoasă pentru astfel de oameni, deoarece căldura lor instinctivă este slabă, mai ales atunci când vremea este caldă, după cum am menționat deja.

Afirmația Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Această metodă potolește setea și (apa) este mai savuroasă și mai igienică.”** este asemănătoare cu ceea ce ne-a spus Allah:

„... atunci voi cheltuiți-o după cum doriți, cu plăcere!” (Sura An-Nisa^o: 4).

Când băutura este sorbită dintr-o singură înghițitură, există posibilitatea ca omul să se înece, din cauza cantității prea mari de lichid. Însă atunci când se respiră în timp ce se bea nu există nicio astfel de teamă.

At-Tirmidhi a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Nu beți dintr-o singură înghițitură, așa cum face cămila! Mai bine beți de două ori și de trei ori și pomeniți numele lui Allah înainte de a bea și mulțumiți-I atunci când terminați!”**

Pomenirea numelui lui Allah înainte de a începe să bem și mulțumirea adusă Lui la sfârșit are un efect foarte important în savurarea băuturii și îndeapărtează în același timp orice potențial aspect negativ. Imamul Ahmad a spus: „Mâncarea este perfectă atunci când are patru calități: asupra ei a fost pomenit numele lui Allah, înainte de a începe să fie

consumată, când I se aduc mulțumiri lui Allah, după ce a fost mâncată, când din ea mănâncă mulți și când provine din surse permise, pure.”

Acoperirea vaselor și închiderea burdufurilor de apă

Muslim a relatat în *Sahih* că Jabir bin Abdullah a spus: „L-am auzit pe Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) spunând: **«Acoperiți vasele și înnodeați burdufurile de apă, pentru că există o anumită zi din an când se coboară o boală ce cade în orice vas care nu e acoperit și în orice burduf care nu este legat, pe lângă care trece.»**”

Acest hadis conține un tip de înțelepciune divină la care doctorii nu au acces pornind de la propria lor știință. Laith bin Sa'd, unul dintre naratorii acestui hadis, a spus: **„Nemusulmanii știu despre ce zi este vorba – este una dintre zilele lunii ianuarie – și încearcă să se ferească de răul ei.”**

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a poruncit ca vasele să fie acoperite, fie chiar și cu o creangă, astfel încât acela care le acoperă să deprindă acest obicei. În plus, atunci când vasul este acoperit cu o creangă, insectele și târâtoarele nu vor cădea în mâncare, ci vor trece pe deasupra.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ne-a poruncit să pomenim numele lui Allah atunci când acoperim vasele,

pentru a ne proteja de Șeitan, de insecte și de animale.

Nu este permis să se bea apă direct din burduf. Al-Bukhari a relatat că Ibn Abbas a afirmat: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu a permis consumarea apei direct din burduf.”

Sfatul menționat în acest hadis implică numeroase beneficii. De exemplu, atunci când o persoană bea direct din burduf, va respira în interiorul acestuia și îi va da apei un miros respingător. În plus, apa poate curge cu presiune în organism și va face rău stomacului. Mai este posibil ca o insectă să cadă în burduf, iar cel care bea apă direct din acesta o va înghiți fără să își dea seama. Nu mai detaliem faptul că acela care bea direct din burduf își va umple stomacul cu aer și astfel apa nu va mai avea suficient spațiu.

Interdicția de a bea dintr-o cană ciobită

Abu Daud a relatat în *Sunan* că Abu Sa'id Al-Khudri a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a interzis să se bea din partea ciobită a câinii și să se sufle în băutură.”

Acest hadis îi învață pe musulmani bunele maniere. De exemplu, dacă cineva bea apă din partea ciobită a unei câni poate înghiți substanțele acumulate în jurul porțiunii sparte. Este posibil ca acela care bea dintr-un astfel de

vas să nu poată să își savureze băutura; murdăria și grăsimea adunate în zona părții ciobite nu se curăță complet atunci când cana este clătită. Mai trebuie să menționăm că porțiunea ciobită a unei căni nu este benefică. Unul dintre noi a văzut odată un om cumpărând bunuri de calitate inferioară și i-a spus: „Nu cumpăra! Tu nu știi că Allah nu a binecuvântat lucrurile de calitate îndoielnică?” În plus, este posibil ca porțiunea ciobită a cănii să provoace leziuni ale gurii.

Dacă se expiră aerul în interiorul cănii, se va transfera respirația fetidă a celui care face acest lucru în lichid. Acesta este motivul pentru care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a interzis expirarea aerului sau suflarea lui în ceea ce bem. În hadisul relatat de At-Tirmhidi, Ibn Abbas a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a interzis direcționarea respirației către interiorul vasului (sau a cănii), precum și suflatul în aceasta.”

Unii poate vor întreba: „Atunci cum rămâne cu hadisul din *Sahihan* în care Anas a relatat: «Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să respire de trei ori în timp ce bea.»” Vom răspunde că noi credem în acest hadis, iar această relatare nu contrazice hadisul menționat anterior, pentru că înseamnă doar că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu sorbea tot conținutul cănii dintr-o singură înghițitură.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să bea laptele fie nediluat, fie amestecat cu apă

Consumarea laptelui dulce de către cei care locuiesc în zone cu climat arid este extrem de benefică pentru menținerea sănătății și pentru hidratarea corpului și a ficatului. Acest lucru este valabil mai ales atunci când animalele care dau lapte au păscut în zone în care crește pelin, lavandă, limbariță etc., deoarece laptele pe care îl dau după ce se alimentează cu astfel de plante reprezintă atât un aliment, cât și un medicament.

At-Tirmidhi a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Atunci când vreunul dintre voi mănâncă, să spună: «O, Allah! Binecuvântează (hrana aceasta) pentru noi și dă-ne ceea ce este mai bun decât ea!» Cu siguranță, laptele este singura hrană sau băutură care este suficientă.»**

În continuare, Muslim a relatat: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să prepare *nabith* (câteva curmale înmuiate în apă) la căderea serii și să bea apa respectivă în dimineața zilei următoare, pe parcursul următoarei nopți și zile și într-o altă noapte, precum și în ziua care urma acesteia, până la ‘*asr*. Dacă mai rămânea ceva, îi dădea unui servitor sau poruncea ca apa să fie aruncată.”

Nabith-ul menționat în acest hadis se prepară din câteva curmale înmuiate în apă,

pentru a o îndulci, și se folosește atât la băuturi, cât și la mâncăruri. Unul dintre cele mai importante beneficii ale consumării *nabith*-ului rezidă în întărirea corpului și în păstrarea stării de sănătate. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu obișnuia să consume *nabith*-ul mai vechi de trei zile, temându-se că ar fi putut începe să se altereze și deveni intoxicant.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în privința vestimentației

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) referitoare la vestimentație este cea mai bună călăuzire, deoarece aceste veșminte recomandate de el sunt cele care aduc cele mai multe beneficii corpului, precum și cele mai ușor de îmbrăcat și de înlăturat.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să poarte un veșmânt exterior și *izar* (care acoperea corpul), deoarece astfel de articole vestimentare sunt cele mai delicate acoperăminte pentru corp. Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îi plăcea să poarte și cămăși, unele dintre articolele sale vestimentare preferate.

Ceea ce Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să poarte reprezintă cel mai benefic mod de a te îmbrăca; hainele sale nu aveau mâneci excesiv de lungi sau de largi. Mai degrabă se poate spune că

mâncile îi ajungeau până la încheieturi și nu erau mai lungi decât mâinile sale, pentru că acest lucru le-ar fi făcut să fie mai greu de purtat și ar fi îngreunat mișcările. În plus, mâncile nu erau mai scurte decât încheietura mâinilor pentru a nu expune mâinile la frig sau căldură.

Mai trebuie menționat faptul că veșmintele și cămășile Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu îi ajungeau până la glezne, ci, de obicei, până la jumătatea picioarelor. Altfel, dacă ar fi fost mai lungi, i-ar fi stânjenit mișcările și l-ar fi făcut să se simtă incomod. Nu erau nici mai scurte decât ceea ce am descris mai sus; astfel, coapsele nu îi erau expuse la frig sau la căldură.

Turbanul Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu era excesiv de mare și nu incomoda capul. Nu era nici foarte mic – altfel nu ar fi fost suficient material pentru a proteja capul de căldură și de frig. Dimensiunile sale erau medii, iar el obișnuia să petreacă unul dintre faldurile materialului pe sub bărbie pentru a-și proteja gâtul de căldură și de frig și pentru a ține turbanul fixat pe cap atunci când călărea pe cal sau cămilă, precum și atunci când se afla în luptă.

Mulți oameni folosesc un fel de dispozitiv de siguranță în loc să își petreacă o parte a turbanului pe sub bărbie, deși cele două metode nu pot fi comparate în ceea ce privește beneficiul adus sau chiar aspectul estetic.

Dacă analizăm tipurile de articole vestimentare pe care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le purta, vom trage concluzia că acestea sunt într-adevăr cele mai bune pentru corp și sănătate, precum și cele mai puțin extravagante și ușor de purtat.

De cele mai multe ori, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să poarte șosete (*khuff*) pe când călătorea; picioarele aveau nevoie de un astfel de acoperământ pentru a le proteja de efectele căldurii și ale frigului. Câteodată obișnuia să poarte șosete și atunci când nu călătorea.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să poarte haine de culoare albă sau cu dungi. Nu purta veșminte complet roșii, negre sau vopsite.

Cât despre veșmântul de culoare roșie despre care se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îl purta, era o haină din Yemen, colorată în roșu și negru, cu dungi albe. Am mai menționat acest aspect înainte și am afirmat faptul că unii oameni au greșit atunci când au afirmat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) purta haine de culoare roșie.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la spațiul în care se locuiește

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) știa că viața aceasta lumească nu este altceva decât o etapă prin care trec toți oamenii, pe durata vieții lor pământești, în drum spre viața veșnică. Preocupările legate de construirea de case, de înfrumusețarea și extinderea acestora nu a făcut parte dintre îndrumările sale și nici dintre cele ale companionilor sau a tuturor celor care l-au urmat și l-au luat drept model. Locurile în care au trăit ei pot fi asemănate cu cele mai bune adăposturi destinate călătorilor, în sensul că protejau locatarii de frig, căldură, privirile celorlalți, chiar și de teama că locuința s-ar putea prăbuși peste ei din cauza greutateii sale prea mari. Animalele sălbatice nu intrau în aceste case, din cauza dimensiunilor lor, iar vântul nu le afecta, înălțimea lor nefiind exagerată. Casele nu erau construite sub nivelul solului, pentru că ar fi fost dăunător pentru locatari, și nici nu erau înălțate prea mult deasupra solului. Acestea sunt cele mai bune prototipuri pentru case, cele care aduc cele mai multe beneficii și cel mai puțin reci sau calde. Nu erau nici atât de mici, încât locatarii să devină iritați din cauza dimensiunilor lor reduse, nici foarte spațioase, deoarece oamenii nu ar fi putut să beneficieze de tot spațiul aflat în exces. Casele lor nu aveau băi, astfel încât nu îi deranjau pe ceilalți cu mirosuri neplăcute.

În locuințele lor mirosea a proaspăt, pentru că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) prefera mirosurile plăcute, iar în casa lui mirosea frumos întotdeauna. De fapt, sudoarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) era unul dintre cele mai plăcute parfumuri care există; la fel se poate spune despre mirosul corpului său.

Nu există nicio urmă de îndoială că aceasta este descrierea celui mai bun model pentru case, cel mai potrivit pentru corp și pentru păstrarea sănătății.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) referitoare la somn

Cei care citesc despre îndrumările Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la starea de veghe și cea de somn vor afla că programul său era cel mai bun și mai benefic pentru organism, pentru sănătatea organelor și forța corpului. Obișnuia să meargă la somn în prima parte a nopții și se trezea la începutul ultimei părți, când folosea *sivak*-ul (periuța de dinți naturală), făcea abluțiunea și se ruga cât timp îi permitea Allah să facă acest lucru. În consecință, organismul, organele și corpul își luau partea de somn, odihnă și activitate fizică de care aveau nevoie și, în același timp, obțineau răsplata completă (de la Allah). Prin această metodă, inima și

corpul vor rămâne într-o stare binecuvântată în această viață și în Viața de Apoi.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu dormea în exces și nici nu își priva organismul de programul de somn de care avea nevoie, iar din acest punct de vedere metoda sa era una perfectă. Obișnuia să doarmă atunci când somnul era cel mai bine primit de către organism; se întindea pe partea dreaptă și îl pomenea pe Allah în rugile sale până când îl copleșea somnul. Organismul lui nu era împovărat de hrană în exces sau de prea multe lichide. Nu dormea nici direct pe podea, nici pe un pat înalt. Avea covoare confecționate din frunze, obișnuia să se rezeme de o pernă și câteodată își punea mâna sub obraz.

Acum vom analiza metodele benefice și nocive de a dormi.

Somnul este o stare pe parcursul căreia căldura instinctivă a corpului devine inactivă, iar corpul se odihnește. Există două feluri de somn: normal și anormal. Somnul normal implică odihna forțelor interioare și a simțurilor. Cel anormal (de exemplu, cel denumit *somn greu*) îl întâlnim în cazul unui accident sau al unei boli.

Există două beneficii ale somnului: simțurile se odihnesc și scapă de oboseala care le copleșise; ele vor lua o pauză de la activitățile obositoare care au loc în starea de veghe. Cel de al doilea beneficiu se referă la digerarea hranei și la conducerea diverselor amestecuri, stări și

temperaturi către maturare (procesarea toxinelor care trebuie eliminate din organism). În timpul somnului, energia instinctivă sau căldura corpului se concentrează asupra procesului de digestie; de aceea temperatura corpului scade și omul care doarme trebuie să se acopere cu o învelitoare.

Cea mai bună poziție pentru somn este aceea în care omul este întins pe partea dreaptă, astfel încât hrana stă în stomac în mod confortabil, stomacul fiind înclinat spre stânga, după cum am menționat deja. Se poate ca omul să stea întins și pe partea stângă, astfel încât procesul de digestie să fie grăbit, deoarece stomacul se sprijină de ficat. Apoi ar trebui să se întoarcă din nou pe partea dreaptă, pentru a ajuta stomacul să împingă hrana în partea de jos; omul stă pe partea dreaptă nu doar când începe să doarmă, ci și la sfârșitul perioadei de somn. Cel care doarme pe partea stângă în mod regulat îi face rău inimii, deoarece organele corpului vor apăsa asupra inimii cu greutatea lor.

Una dintre cele mai nocive modalități de a dormi este cea în care omul este întins pe spate; odihna în această poziție, fără a adormi, nu este însă dăunătoare.

Cel care doarme pe burtă doarme în cel mai rău mod posibil. Ahmad și Ibn Majah au relatat următoarele de la Abu Umamah: „Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a trecut pe lângă un om care dormea în moschee, întins cu fața în jos (pe burtă), și l-a atins cu piciorul, spunând:

«Ridică-te, căci acesta este un somn diavolesc!»

Hipocrate a spus în cartea sa: „Dacă o persoană suferindă doarme pe burtă, iar acest obicei nu se manifestă doar atunci când este bolnav, înseamnă fie că există o slăbiciune în mintea sa, fie că suferă din cauza unei dureri de stomac.” Cei care au dat explicații pe marginea cărții lui Hipocrate au spus că el a dorit să indice faptul că o astfel de persoană doarme cu fața în jos, ceea ce este un obicei nociv, în loc să aplice poziția corectă de somn, fără a oferi însă vreo explicație rezonabilă.

Bunele obiceiuri din timpul somnului ajută forțele naturale ale organismului să își ducă la îndeplinire sarcinile, iar acest aspect contribuie la întărirea sănătății psihice a omului. Somnul din timpul zilei este dăunător pentru sănătate și produce dereglări ale hidratării organismului, dăunează splinei, înmoaie nervii, conduce la lenevire și slăbește dorințele; unica excepție o constituie somnul de la amiază din perioadele călduroase. Cel mai nociv tip de somn este cel din primele ore ale zilei și de după-amiază. Ibn Abbas l-a văzut odată pe fiul său dormind în primele ore ale dimineții și i-a spus: „Trezește-te! Tu dormi în timpul orelor în care mijloacele de trai se împart!”

Se spune că somnul din timpul zilei este de trei feluri: un bun obicei – se referă la a dormi în jurul amiezii; un obicei neglijent – a dormi dimineața devreme; fură timpul omului și îl face să neglijeze atât chestiunile privind viața

lumească, cât și cele referitoare la viața veșnică; nebunia – somnul de după ‘*asr* (după-amiază). Acesta este motivul pentru care unii dintre noi au spus: „Cei care dorm după ‘*asr* și își pierd mințile nu se pot învinui decât pe ei înșiși”.

Somnul din primele ore ale dimineții împiedică dobândirea mijloacelor de existență; acesta este intervalul orar în care creaturile ies pentru a-și căuta hrana. A dormi în timpul acestor ore, când hrana este împărțită, conduce la pierderea șansei omului de a-și câștiga existența, cu excepția aceluia care doarme din cauza unei necesități, a unei nevoi. Ar mai trebui menționat că acest tip de somn este dăunător pentru organism, deoarece produce o amortire a simțurilor și se amestecă în procesul de eliminare a conținutului stomacului, a substanțelor care ar trebui descompuse prin intermediul activităților fizice. În plus, somnul din timpul primelor ore ale dimineții generează o toropeală a simțurilor și o slăbiciune generalizată a corpului, mai ales dacă omul merge la culcare înainte de a se ușura (de a merge la toaletă), fără să facă mișcare și să realizeze diverse activități fizice sau fără a-și ține stomacul ocupat (prin ingerarea de alimente). Aceasta este o suferință gravă în sine, capabilă să conducă la mai multe afecțiuni.

Cel care doarme direct sub razele soarelui poate trezi o serie de afecțiuni ce se găsesc în corpul lui în stare latentă; la fel și dacă doarme cu o parte a corpului expusă la soare și cealaltă adăpostită la umbră. Abu Daud a relatat că Abu Hureira a spus că Trimisul lui

Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Dacă unul dintre voi stătea la umbră și apoi umbra s-a retras și o parte a corpului a rămas expusă la soare, în timp ce cealaltă era umbrită, să se mute din acel loc.”** (Al-Hakim).

Ibn Majah și Abu Daud au relatat următorul hadis: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu a permis să se stea între umbră și razele soarelui.”

Acest hadis ne indică faptul că nu este permis ca o persoană să doarmă într-un loc în care corpul său ar fi expus parțial la soare și parțial la umbră.

În plus, în *Sahihan* se relatează că Al-Bara bin 'Azib a spus că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„De fiecare dată când te duci la culcare, fă abluțiunea așa cum o faci înainte de rugăciune, întinde-te pe partea dreaptă și spune: «O, Allah! Îți încredințez Ție sufletul meu, îmi întorc fața către Tine și Îți încredințez treburile mele și mă las în Voia Ta, cu speranță și teamă de Tine! Nu există un adăpost sau refugiu sigur departe de Tine, ci numai cu Tine! O, Allah! Cred în cartea ta (Coranul) pe care ne-ai revelat-o și în Profetul Tău (Muhammed) pe care Tu l-ai trimis!»** Aceste cuvinte să fie ultimele pe care le roștiți în fiecare seară, pentru că, dacă veți muri chiar în acea noapte, veți muri într-o stare de *fitrah* (sau în religia islamică).”

Al-Bukhari a relatat că 'Aişah (Allah să fie mulțumit de ea!) a spus: „**După ce Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) împlinea cele două *rakah* (unități de rugăciune – voluntare) în zorii zilei, se întindea pe partea dreaptă.**”

Se spune că înțelepciunea ascunsă în sfatul de a dormi pe partea dreaptă este aceea că persoana respectivă nu doarme în exces. Din moment ce inima este înclinată spre stânga, adoptarea acestei poziții în timpul somnului nu îi permite inimii să stea în locul ei normal și astfel cel care doarme se va trezi în momentul în care se simte neliniștit. Dacă se doarme pe partea stângă, inima va sta așezată foarte confortabil și astfel persoana va dormi în exces, pierzând un timp prețios ce ar fi putut fi folosit pentru a se ocupa de propria sa existență sau de religie.

Din moment ce somnul este asemănător cu moartea, Cel Etern nu are cum să doarmă și nici nu I se potrivește o astfel de caracteristică. Cei care vor ajunge în Paradis nu vor avea nevoie de somn pentru a se odihni. În timp ce dorm, oamenii trebuie să fie protejați de tot felul de rele și nenorociri; din moment ce numai Allah este Cel care poate să îndeplinească aceste nevoi umane, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ne-a învățat să rostim rugă, folosind cuvinte care arată încrederea, teama și nerăbdarea, înainte de a merge să dormim. Prin aceste cuvinte omul invocă protecția lui Allah pentru sine însuși și corpul său. Profetul (Pacea și binecuvântarea

lui Allah fie asupra sa!) ne-a sfătuit să ne reamintim de încrederea pe care o avem în Allah și să facem astfel încât aceste cuvinte să fie ultimele pe care le rostim înainte de a adormi. Oricine poate muri în timp ce doarme, însă va intra în Paradis dacă aceste mărturisiri de credință vor fi ultimele cuvinte rostite în decursul vieții lumești.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), prin îndrumările sale, a subliniat beneficiile aduse inimii, corpului și sufletului, în timp ce omul este treaz sau doarme, atât pentru această viață lumească, cât și pentru următoarea. Pacea și binecuvântările lui Allah să se reverse asupra celui prin care comunitatea sa a dobândit toate aceste binecuvântări!

Afirmația Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Îți încredințez Ție sufletul meu...”** semnifică faptul că I se supune Lui precum robul în fața stăpânului său. Întoarcerea feței către Allah se referă la direcționarea întregii atenții către Domnul Lumilor, cu sinceritate, cu intenție curată, fiind conștienți că suntem doar robi, umili și ascultători față de El. Allah a spus:

„Dacă ei se împotrivesc ție (Muhammed – Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), **spune-le: «M-am supus în fața lui Allah, eu și cei care m-au urmat!»**” (Sura ‘Al ‘Imran: 20).

Chipul (fața) este cea mai onorabilă parte a corpului, precum și locul în care se oglindește sufletul.

A încredința totul lui Allah aduce supunere și bucurie în inimă; omul este mulțumit de ceea ce Allah decide și alege, de ceea ce vrea El și Îl mulțumește pe El. A lăsa totul în seama lui Allah reprezintă una dintre cele mai onorabile dovezi ale supunerii față de Allah.

A te lăsa în voia lui Allah e un semn al intensității credinței și a măsurii în care depindem de El. Cel care se bazează pe o fundație foarte fermă nu se va teme că ar putea să cadă.

În interiorul inimii se regăsesc două tipuri de forțe: prima dintre ele este căutarea, cea care completează nerăbdarea, și fuga, cea care întregeste teama. Robul își caută propriul interes și fuge de orice ar putea să-i facă rău. Prin urmare Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a îmbinat ambele forțe în acest hadis, spunând: **„cu nerăbdare și teamă”**.

Apoi Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) L-a lăudat pe Domnul său, recunoscând faptul că robul nu are unde să se ascundă de Allah și nu găsește adăpost decât la Allah. Allah este Cel la care robul caută adăpost, doar El îl poate salva de El Însuși. Într-un alt hadis, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Caut adăpost prin Mulțumirea Ta de Mânia Ta și prin Iertarea Ta de Pedepsa Ta, și caut adăpost la Tine de Tine!”**

Deci numai Allah îi oferă robului Său adăpost și îl salvează de la chinul care s-a

abătut asupra omului tot prin voința Lui. Nenorocirea și binecuvântarea sunt amândouă de la Allah. În plus, robul Îi cere lui Allah să îl apere de ceea ce El ar putea să abată asupra lui (nenorociri și încercări) și caută adăpost la Allah. Doar El este Stăpân peste toate și nimic nu se întâmplă decât dacă vrea El.

„Și dacă Allah te atinge cu un rău, [să știi că] nu este cine să-l îndepărteze decât numai El! Iar dacă El îți voiește un bine, nu este nimeni care să poată respinge harul Său. El îi atinge cu aceasta pe cei care voiește El dintre robii Săi, iar El este Iertător, Îndurător.” (Sura Yunus: 107);

„Spune: «Cine este acela care vă va apăra pe voi de Allah, dacă El vă vrea un rău sau dacă El vă va dori vouă îndurare?» Nu vor găsi pentru ei [aceia care-și încalcă legământul față de Allah] ocrotitor și ajutor afară de Allah.” (Sura Al-‘Ahzab: 17).

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a terminat ruga afirmându-și credința în Cartea lui Allah și în Trimisul Său, ceea ce reprezintă calea de a accede la cea mai mare fericire atât în această viață, cât și în următoarea. Aceasta este îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la modul în care ar trebui să ne pregătim înainte de culcare.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la trezire

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să se trezească odată cu cântecul cocoșilor; apoi Îl lăuda pe Allah, Îi afirma Măreția și Unicitatea, rostea rugi și folosea *sivak*-ul (un bețișor natural folosit pentru curățarea dinților). După aceasta își făcea abluțiunea și stătea în fața Domnului său recitând din Cuvintele Sale (Coran), preamărindu-L și punându-și speranța în El, cu nerăbdare și teamă. Ce alte acțiuni ar putea fi mai benefice decât acestea pentru sănătatea inimii, a corpului și a sufletului, precum și pentru putere, pentru a aduna beneficii atât în viața lumească, cât și în cea care va urma?

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la activitățile fizice

Cât despre călăuzirea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) referitoare la cum ar trebui să ne comportăm atunci când suntem ocupați sau când dispunem de timp liber, vom menționa o serie de îndrumări care ne vor demonstra perfecțiunea sfaturilor sale.

Organismul depinde de hrană și de apă pentru a supraviețui; aceasta reprezintă o certitudine. La fel și faptul că nu toate

alimentele sunt digerate atunci când sunt consumate. O parte din hrană rămâne în organism și, pe măsură ce trece timpul, aceste substanțe se acumulează în diverse forme și cantități în interiorul corpului. Aceste acumulări dăunează organismului, deoarece formează cheaguri care astupă anumite vase și îngreunează corpul. Dacă aceste substanțe nocive sunt eliminate prin intermediul administrării unor medicamente, organismul este afectat, deoarece majoritatea acestor substanțe prezintă diverse grade de toxicitate; de fapt, astfel de medicamente extrag și substanțele benefice din organism, nu doar pe cele nocive.

Cheagurile produse de substanțele reziduale sunt dăunătoare, indiferent dacă rămân în organism sau sunt extrase. Activitatea fizică reprezintă una dintre cele mai bune metode de a evita acumularea acestor substanțe. Mișcarea încălzește organele, împrăștie substanțele rămase și le împiedică să se acumuleze odată cu trecerea timpului. Corpul se va obișnui astfel să fie energic și ușor, datorită activității fizice, iar preluarea substanțelor nutritive din alimente va fi optimizată, încheieturile se vor întări, iar mușchii și ligamentele vor deveni mai puternice. Activitatea fizică moderată face ca organismul să devină imun în fața majorității afecțiunilor și modificărilor stărilor psihice, cu condiția de a fi realizată la momentul potrivit și în circumstanțe propice.

Activitatea fizică ar trebui să aibă loc după ce hrana a fost digerată. Activitățile fizice moderate sunt cele care dau culoare obrazilor și hrănesc corpul. Activitățile care fac corpul să transpire sunt exagerate.

Orice organ folosit în mod regulat în cadrul unui tip de activitate fizică va deveni mai puternic, mai ales atunci când aceasta este practică sub forma unui sport plăcut, cu care organismul este obișnuit. Cei care practică activități sportive în mod regulat își vor întări corpul, iar cei care își exersează memoria vor avea parte de o memorie mai bună. Există un tip de sport potrivit fiecărui organ, o activitate fizică bună pentru fiecare dintre ele. De exemplu, pieptul are nevoie de practicarea recitării, iar acela care face acest lucru ar trebui să înceapă prin a vorbi într-o tonalitate joasă, iar ulterior să sporească intensitatea glasului său. Pentru auz este nevoie să se asculte variate sunete și voci, realizându-se o trecere graduală de la cele joase către cele puternice. Limba are nevoie să vorbească, ochiul trebuie să vadă, în timp ce picioarele au nevoie să meargă, iar ritmul de mers ar trebui mărit în mod treptat.

Călăria, tragerea cu arcul, luptele și alergatul sunt sporturi benefice pentru întregul corp. Acest tip de exerciții fizice au capacitatea de a disipa afecțiunile cronice, cum ar fi lepra, hidropizia sau constipația.

Inima are nevoie de o activitate care să implice acumularea de cunoștințe, comportamentul frumos, precum are nevoie să simtă fericire, bucurie, răbdare, curaj, abținere,

dorința de a împlini fapte bune etc. Răbdare, iubire, curaj și bunătate – toate acestea se numără printre cele mai bune tipuri de activitate fizică benefică pentru sinele interior. Atunci când inima se obișnuiește cu aceste tipuri de activități, pas cu pas, toate aceste atribute își vor găsi un loc bine stabilit în interiorul său și se vor transforma în caracteristici stabile ale respectivei persoane.

Pe scurt, atunci când analizăm îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în această privință, ne dăm seama de perfecțiunea instrucțiunilor sale, precum și de beneficiile pe care le implică, de faptul că mențin buna sănătate și puterea trupească. Aceste aspecte sunt benefice nu doar pentru viața lumească, ci și pentru cea care va veni.

Nu există nicio îndoială că rugăciunea păstrează sănătatea corpului și ajută la dizolvarea substanțelor reziduale care sunt în exces. De asemenea, menține nivelul credinței și aduce fericire atât în această viață, cât și în cea care va veni. Rugăciunea împlinită în timpul nopții păstrează sănătatea și ajută la ușurarea suferințelor acute, energizează corpul, inima și sufletul în mod profund. În *Sahihan* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Șeitan leagă trei noduri la capul oricărui dintre voi, dacă acesta doarme. La fiecare nod el citește și recită următoarele cuvinte: «Noaptea este lungă, așa că dormi!» Atunci când omul se trezește și îl pomenește pe Allah, unul dintre noduri**

este desfăcut. Când face abluțiunea, cel de al doilea nod e desfăcut. Când împlinește rugăciunea, se desface și al treilea nod și omul se trezește dimineața plin de energie, cu inima bună. Altfel se va trezi [simțindu-se] leneș, iar inima îi va fi plină de răutate.”

Postul, unul dintre stâlpii Islamului, menține starea de sănătate și reprezintă o activitate fizică pentru corp și pentru suflet; nimeni nu ar putea să nege aceste realități, în afară de cei al căror suflet este distrus.

Jihad-ul – și ceea ce implică el prin diversele mișcări și activități – reprezintă unul dintre cele mai bune mijloace de a păstra puterea și starea bună de sănătate, fermitatea inimii și a corpului, precum și de a extrage substanțele toxice care se acumulează în corp. Tot prin intermediul *jihad*-ului sunt înlăturate tristețea, durerea, angoasa și depresia. Doar aceia care au avut parte de această vindecare cunosc realitățile respective. *Hajj*-ul și împlinirea restului obligațiilor islamice, cursele de cai, oferirea de ajutor altor oameni pentru a le rezolva treburile și pentru a le respecta drepturile, vizitarea celor bolnavi, participarea la înmormântări, parcurgerea pe jos a drumului către moschee pentru împlinirea rugăciunii din ziua de vineri sau a rugăciunilor realizate în congregație, împlinirea abluțiunii sau îmbăierea – toate aceste acțiuni au efecte similare și aduc beneficii asemănătoare.

Toate acțiunile menționate ajută la păstrarea stării de sănătate și ajută corpul să elimine într-un mod natural toxinele solide și

lichide. Mai există încă un beneficiu care se adaugă acestora: ele ajută la dobândirea lucrurilor benefice în această viață lumească, dar și în cea veșnică, și feresc de rău.

Ar trebui să ne dăm seama de faptul că îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în legătură cu toate aceste aspecte reprezintă cea mai bună călăuzire. Îndrumarea sa cu privire la tratamentele pentru inimă și corp, la păstrarea stării de bine a acestora și la îndepărtarea răului este excepțională. Nu mai este necesară nicio dovadă pentru cei care au primit călăuzirea corectă; tot ceea ce trebuia spus a fost menționat deja. Într-adevăr, toate realizările provin doar de la Allah.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu referire la activitățile sexuale

Călăuzirea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în această privință este cea mai bună, deoarece păstrează starea de sănătate, oferă mulțumire și subliniază scopurile pe care această activitate ar trebui să le atingă.

Relațiile intime sunt menite să îndeplinească trei scopuri principale pe care le vom enunța în continuare: reproducerea și perpetuarea speciei umane, până în ziua în care se va ajunge la numărul de oameni pe care Allah l-a intenționat. Cel de al doilea scop este eliminarea lichidului (spermei). Al treilea scop se referă la satisfacerea dorințelor sexuale și la

plăcerea resimțită atunci când este împlinit acest act din care derivă numeroase binecuvântări. Acest din urmă scop este singurul care va fi împlinit în Paradis, pentru că acolo nu va exista reproducere și nici acumulări de spermă care să trebuiască să fie eliminate.

Cei mai buni doctori afirmă faptul că sexul este una dintre cele mai bune metode de a menține sănătatea. Galinus a spus: „Esența spermei constă în căldură și aer, iar aceasta este fierbinte și umedă din cauză că este produsă din sângele pur care hrănește organele esențiale.”

Unii dintre noi au spus: „Bărbatul ar trebui să fie atent la trei lucruri: să nu ignore mersul pe jos, astfel încât, atunci când va avea nevoie să realizeze această activitate, să fie în stare să depună efortul; să nu se abțină de la mâncare, pentru că intestinele sale se vor micșora; să nu se abțină de la activitatea sexuală, deoarece atunci când apa din fântână nu este extrasă, aceasta va seca.”

Muhammad bin Zakariyya a spus: „Oricine ignoră activitatea sexuală pentru o lungă perioadă de timp va avea nervii slăbiți, fluxul nervos va fi blocat, iar dimensiunile organului sexual masculin vor fi micșorate. Am văzut niște oameni care s-au abținut de la relații intime, pretinzând că țin un fel de post, iar corpurile lor au devenit mai reci, mișcările lor au fost restricționate și au fost atinși de depresii inexplicabile. Pofta de mâncare și capacitatea de a digera au scăzut și ele.”

Activitatea sexuală ajută la practicarea coborârii privirii, combate poftele, permite abținerea de la relații intime ilegale și aduce aceleași beneficii și soției. Atunci când sperma este folosită într-un mod permis, atât bărbatul, cât și soția sa vor avea beneficii atât în viața lumească, cât și în cea veșnică.

Acesta este motivul pentru care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să își împlinească dorințele în modul permis și spunea: **„Am fost creat să îmi placă femeile și parfumurile din această lume.”**

Ar mai trebui să menționăm faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) își încuraja comunitatea să se căsătorească: **„Căsătoriți-vă, pentru că numărul vostru va fi în întrecere cu cel al altor popoare!”**

Ibn Abbas a spus: „Cei mai buni oameni din acest popor sunt cei care au cel mai mare număr de soții (până la patru).” Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a mai spus: **„Mă căsătoresc cu femei, mănânc carne, dorm, stau să împlinesc *qiyam*, postesc și rup postul. Oricine îmi ignoră *sunna* nu face parte din comunitatea mea.”**

El a adăugat: **„O, voi, oameni tineri! Oricine își poate permite să se căsătorească să facă acest lucru, pentru că vă ajută să vă coborâți privirile (și a nu privi la ceea ce este interzis) și protejează organele sexuale (de la activități sexuale nepermise). Iar cei care nu**

își pot permite ar trebui să postească, pentru că postul îi va vindeca.”

Ibn Majah a relatat în *Sunan* că Ibn Abbas a zis că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Nu vedem un adăpost mai bun pentru cei care se iubesc decât căsătoria.”**

Muslim a relatat în *Sahih* că Abdullah bin ‘Umar a transmis de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) următoarele: **„Viața acestei lumi este plăcere, iar cea mai mare bucurie din această lume este o soție virtuoasă.”**

An-Nasa’i a relatat că Abu Hureira a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a fost întrebat: «Cine este cea mai bună dintre femei?» El a spus: **«Acea de care (soțul său) este mulțumit atunci când o privește, care îl ascultă atunci când îi poruncește ceva și care evită să nu îi dea ascultare în privința lucrurilor pe care el le urăște, în ce o privește pe ea și banii lui.»**”

În *Sahihan* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Femeia poate fi luată în căsătorie din patru motive: bogăția, statutul, frumusețea și religia sa. Așadar căsătorește-te cu femeia religioasă, fie ca mâna ta să fie umplută cu nisip! [o expresie cu sens benefic]”.**

Tot Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să încurajeze căsătoria cu femeile care puteau avea copii; îi dis plăceau căsătoriile cu acele femei care nu

puteau face copii. Abu Daud a relatat că Ma'qil bin Yasar a spus: „Un om a venit la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și a spus: «Am auzit de o femeie frumoasă, bogată și vreau să mă căsătoresc cu ea, însă ea nu poate face copii. Ar trebui să mă însor cu ea?» El a răspuns: **«Nu.»** Bărbatul a venit pentru a doua oară și Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu i-a permis. Iar a treia oară, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **«Căsătoriți-vă cu o femeie blândă care poate face copii, pentru că eu mă voi întrece – în ce privește numărul vostru – cu alte popoare!»**»

At-Tirmidhi a relatat de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Printre tradițiile Profetilor se numără acestea patru: căsătoria, folosirea siwak-ului (bețișorul natural de curățat dinții), folosirea parfumului și a henna-ei.”**

Soțul ar trebui să își alinte soția înainte de a întreține relații intime cu ea, sărutând-o și atingându-i limba câteodată. Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să facă acest lucru cu soțiile lui. Abu Daud relatează în *Sunan*: „Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să o sărute pe 'Aişah și să îi atingă limba.”

Jabir bin 'Abdullah a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu permitea relațiile intime înainte de mângâiere (a soției).”

Este permis ca aceia care întrețin relații intime să repete actul pentru a doua oară după ce fac abluțiunea. Muslim a relatat în *Sahih* că Abu Sa'îd Al-Khudri a spus că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a dat următorul sfat: **„Când unul dintre voi are relații cu soția sa și apoi vrea să repete actul, să facă abluțiunea.”**

A face o baie sau a realiza abluțiunea după ce au fost întreținute relații intime reîmprospătează nivelul de energie, dă noi puteri și curăță ceea ce ar fi putut rămâne pe suprafața corpului după actul sexual (spermă, de exemplu). În plus, acesta este un act de purificare și curățare. Căldura interioară va reveni la nivelul inițial, după ce crescuse în timpul actului sexual. A face o baie după întreținerea de relații intime îndeplinește criteriile a ceea ce Allah preferă (curățenia) și înlătură ceea ce El urăște (impuritățile). Deci a face o baie după actul sexual este una dintre cele mai bune căi de a-ți păstra propria sănătate și vigoarea corpului.

Cele mai bune relații intime sunt cele care au loc după ce hrana a fost digerată

În acel moment căldura, răceala, uscăciunea și umiditatea interioară a corpului au valori moderate. Relațiile intime întreținute când stomacul este plin sunt mai dăunătoare decât cele care au loc atunci când el este gol. Aceasta este situația în care corpul simte

umezeala în exces, comparativ cu uscăciunea, precum și căldura, opusul răcelii. Relațiile intime ar trebui întreținute în momentul în care dorința se aprinde și corpul este pregătit în mod natural să se angajeze în acest act, nu doar pentru că omului i-a trecut prin cap acest lucru.

Omul nu ar trebui să își stârnească apetitul sexual atunci când corpul lui nu este excitat în mod natural, nici să se forțeze să întrețină relații intime. Pe de altă parte, dacă apetitul său sexual este trezit, el ar trebui să își satisfacă aceste dorințe. Ar trebuie evitate relațiile intime cu o femeie bătrână, cu cei foarte tineri care nu sunt pregătiți încă pentru acest lucru sau nu îl doresc, cu o femeie suferindă, cu o femeie care nu este frumoasă sau cu o femeie pe care bărbatul o urăște. Întreținerea de relații sexuale în una dintre aceste condiții slăbește dorința și impulsul sexual.

Femeile din Paradis, huriile, nu au fost atinse de nicio altă persoană înaintea soților lor credincioși din Paradis, iar aceasta este o binecuvântare din partea lui Allah, o calitate care le face să fie și mai atrăgătoare. „Aișah i-a spus odată Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): «Dacă treci pe lângă un copac ale cărui frunze au fost mâncate și pe lângă un alt copac care nu a fost încă atins, din care dintre aceștia i-ai permite cămillei tale să pască?» El a răspuns: **«Din copacul care nu a fost atins.»**»

Ea se referea la faptul că el nu a fost căsătorit cu nicio virgină în afară de ea.

Relațiile intime cu o femeie aflată la menstruație nu sunt permise de religie și prin însăși natura lucrurilor, deoarece este extrem de nociv și toți doctorii au avertizat asupra acestui lucru.

Ar mai trebui menționat faptul că poziția sexuală cea mai bună este aceea în care soțul stă deasupra soției, după ce a alintat-o și a sărutat-o deja. Acesta este și motivul pentru care soția este numită câteodată *firaș* (saltea sau pat). Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus odată: **„Fiul aparține firaș-ului.”**

Aceasta (poziția mai sus menționată) face parte din responsabilitățile pe care le are bărbatul față de soție, după cum a spus Allah:

„Bărbații sunt protegitori ai muierilor...” (Sura An-Nisa': 34).

În plus, tot Allah a spus:

„Ele (femeile) vă sunt veșmânt vouă, iar voi le sunteți veșmânt lor.” (Sura Al-Baqara: 187).

Poziția sexuală cea mai indicată, pe care am descris-o în rândurile de mai sus, este preluată din minunata descriere făcută femeii și soțului ei prin acest verset, ei fiind veșmânt unul pentru celălalt.

Se relatează că Oamenii Cărții obișnuiau să întrețină relații cu soțiile lor în timp ce stăteau întinși pe o parte, afirmând că această poziție este cea mai confortabilă pentru femeie.

Cât despre cei din tribul Quraiș și Ansari, ei obișnuiau să întrețină relații intime cu soțiile pe la spate (relații pe cale vaginală), iar evreei îi

criticau pentru aceste practici. Apoi Allah a revelat:

„Soțiile voastre sunt ogor pentru voi. Veniți la ogorul vostru când și cum voiți...”
(Sura Al-Baqara: 223).

În *Sahihan* se relatează că Jabir ‘Ai’ a spus: **„Evreii obișnuiau să spună că, dacă un bărbat întreține relații intime cu soția lui pe la spate, copilul din pânțele femeii va avea ochii sașii.”** Apoi Allah a revelat următoarele:

„Soțiile voastre sunt ogor pentru voi. Veniți la ogorul vostru când și cum voiți...”
(Sura Al-Baqara: 223).

Într-o altă variantă a acestui hadis, relatată de Muslim, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a comentat astfel acest verset: **„Dacă doriți pe la spate, dacă doriți din față, însă într-o singură deschizătură (vaginul).”**

Relațiile sexuale anale cu soția nu au fost permise de niciun profet și este o gravă eroare că unii oameni relatează că unii dintre *salafi* le-au permis bărbaților să întrețină relații sexuale pe cale anală cu soțiile lor.

Abu Daud a relatat în *Sunan* că Abu Hureira a transmis de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) următoarele: **„Blestemat fie cel care are relații intime cu o femeie prin anusul ei!”**

Ahmad și Ibn Majah au relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Allah nici nu se va uita la**

acela care a întreținut relații intime anale cu soția lui.”

At-Tirmidhi și Ahmad au mai menționat o altă variantă a acestui hadis, variantă conform căreia Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Oricine întreține relații intime cu soția sa în timp ce ea se află la menstruație sau pe cale anală și oricine merge la un ghicitor și crede ceea ce acesta îi spune, el nu a crezut în ceea ce Allah a trimis pe pământ prin Muhammed.”**

Într-o altă relatare a lui Al-Bayhaqi, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Oricine are relații intime cu un bărbat sau cu o femeie pe cale anală a comis un act de *kufur* (necredință).”**

Se mai relatează că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Allah spune adevărul fără sfială; să nu aveți relații intime pe cale anală cu femeile!”**

At-Tirmidhi a relatat că Talq bin ‘Ali a spus că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Nu faceți sex cu femeile prin deschizăturile lor din spate! Allah nu se sfiește să grăiască adevărul.”**

Ibn ‘Adi a relatat în cartea sa *Al-Kamil* că Abdullah bin Mas‘ud a povestit că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Nu întrețineți relații intime prin anus cu femeile!”**

Abu Than a relatat următoarele spuse ale Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Oricine întreține relații intime cu bărbați sau cu femei pe cale anală a comis un act de necredință.”**

Isma'il bin Aiyas a relatat că Jabir a narat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Fiți timizi în fața lui Allah, însă Allah nu se sfiște să grăiască adevărul: să nu aveți relații intime cu femeile pe cale anală!”**

Ad-Darqutni a relatat acest hadis cu un alt lanț de naratori: **„Allah nu se sfiște să grăiască adevărul: sexul anal cu femeile nu este permis!”**

Al-Baghawi a relatat că Qatadah a fost întrebat odată despre acela care întreține relații intime cu soția sa pe cale anală, iar Qatadah a relatat ceea ce i-a spus lui Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Aceasta este sodomie (sau homosexualitate) minoră.”**

Imamul Ahmad a relatat că Ibn Abbas a spus:

„... **«Soțiile voastre sunt ogor pentru voi...»** (Sura Al-Baqara: 223).

Acest verset a fost revelat cu referire la unii oameni din tribul Ansar. Ei au venit la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și l-au întrebat, iar el le-a răspuns: **«Întrețineți relații intime cu soțiile voastre oricum doriți, însă evitați pe cele pe cale anală!»**

În *Musnad*-ul Imamului Ahmad se relatează că Ibn Abbas a spus că ‘Umar bin Al-Khattab a venit la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și a spus: „O, Trimis al lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), sunt distrus!” Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) l-a întrebat: **«Ce te-a distrus?»** ‘Umar a spus: «Mi-am întors aseară *firaș*-ul (soția) invers (adică a întreținut cu ea relații intime pe la spate, pe cale vaginală).» Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu i-a răspuns, iar la puțin timp după aceea Allah a revelat versetul:

«Soțiile voastre sunt ogor pentru voi. Veniți la ogorul vostru când și cum voiți...»
(Sura Al-Baqara: 223).”

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Dacă doriți, puteți să întrețineți relații intime prin față sau prin spate, însă evitați menstruația și calea anală.”**

At-Tirmidhi a relatat că Ibn Abbas a relatat de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) următoarele: **„Allah nu se va uita la un bărbat care a întreținut relații intime pe cale anală cu un bărbat sau cu o femeie.”**

‘Uqbah bin ‘Amir a relatat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Blestemat fie oricine întreține relații cu femeile pe cale anală!”**

Musnad Al-Harith bin Abi Usamah a relatat că Abu Hureira și Ibn Abbas au spus:

„Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ne-a ținut un discurs chiar înainte de a muri și era ultima cuvântare pe care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a ținut-o în Medina înainte de a merge către Allah. El a spus: **«Oricine întreține relații pe cale anală cu o femeie sau cu un bărbat, sau cu un băiat, când va veni în Ziua Judecării va emite un miros mai fetid decât leșul putrezit. Oamenii din jur vor fi deranjați de mirosul lui până când va intra în Iad. Iar Allah îi va distruge toate răsplățile și nu va accepta de la el nicio rugăciune și niciun post. Și va fi băgat într-un sicriu din foc în care va fi ferecat cu cuie făurite din foc.»**” Abu Hureira a comentat pe marginea acestui hadis: „Acest lucru i se va întâmpla oricui nu s-a căit (după ce a comis un act de sodomie).”

„Un bărbat a venit la Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și l-a întrebat despre relațiile intime cu femeile, pe la spate. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: «Este permis.» După ce bărbatul a plecat, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) l-a chemat din nou și l-a întrebat: **«Ce anume ai întrebat? Dacă te referi la faptul că ai întreținut relații intime pe la spate, dar în vagin, atunci este permis. Cât despre relațiile pe la spate, în anus, acestea nu sunt permise. Allah nu se sfiește să rostească adevărul. Să nu aveți relații intime pe cale anală cu femeile!»**”

Allah a mai spus:

„Și intrați la ele după cum Allah v-a poruncit.”

Mujahid a spus: „L-am întrebat pe Ibn Abbas despre semnificația cuvintelor lui Allah:

„Și intrați la ele după cum Allah v-a poruncit.”

El a spus: «Să întrețineți relații cu ele prin singura deschizătură permisă și nu vă este permis să aveți relații cu ea când este la menstruație.»

‘Ali bin Abi Talhah a comentat astfel: „Se făcea referire la vagin.”

Acest verset ne demonstrează clar că nu este permis să se întrețină relații intime pe cale anală.

În primul rând, Allah a permis sexul doar în acel loc pe unde pot fi creați urmașii, nu în anus, care este un loc nociv. Locul în care sunt creați descendenții este subînțeleș din cuvintele:

„... așa cum v-a poruncit Allah [intrați la ele oricum doriți, cu condiția să fie doar în vagin]” (Sura Al-Baqara: 222).

Relațiile intime cu soția, în cadrul cărora penetrarea are loc pe la spate, în vagin, sunt permise, pentru că Allah a spus:

„Veniți la ogorul vostru când și cum voiți...” (Sura Al-Baqara: 223).

Deci din orice parte doriți, prin față sau prin spate. Ibn Abbas a completat spunând: „... adică prin vagin.”

Allah nu a permis relațiile intime pe cale vaginală atunci când femeia este afectată de o

stare dăunătoare pentru o perioadă de timp determinată (menstruația). Ce să mai zicem despre sexul anal, practicat în acea deschizătură interzisă, care va afecta și locul reproducerii. Întreținerea de relații sexuale pe cale anală cu o femeie îl va încuraja pe bărbat să facă acest lucru și cu băieți.

Printre drepturile pe care soția le are asupra soțului ei se numără și acela de a se bucura de o activitate sexuală naturală, iar relațiile intime anale nici nu îi satisfac acest drept, nici nu îi împlinesc dorința.

Calea anală nu a fost creată pentru acest act și nici nu este potrivită pentru acesta, spre deosebire de vagin. Cei care se abțin de la sexul normal, pe cale vaginală, și întrețin relații pe cale anală au deviat de la poruncile lui Allah, de la înțelepciunea Lui divină.

Sexul anal este foarte dăunător pentru bărbat, iar cei mai înțelepți doctori avertizează cu privire la acest aspect. Anusul este locul mizeriei și al murdăriei. Totuși bărbatul stă cu fața îndreptată către el și îl cuprinde (în timpul actului sexual pe cale anală)...

Sexul anal este extrem de nociv și pentru femeie, deoarece este împotriva firii, complet nenatural și nepotrivit. În plus, sexul anal conduce la depresie și mâhnire și atrage după sine ura și înstrăinarea soților.

Sexul anal înnegrește fața, aduce suferință pieptului, stinge flacăra inimii și dă o culoare pământie feței, culoare care va deveni un semn particular al celor care se implică în această activitate reprobabilă. Pe de altă parte,

sexul anal aduce ură (între cei care participă la acest act) și curând îi va face pe cei doi să se separe.

Natura bună a ambilor participanți va fi distrusă treptat, cu excepția cazului în care se căiesc cu inima plină de sinceritate în fața lui Allah. Sexul anal șterge toate calitățile pozitive și le înlocuiește cu opusul lor. Această activitate reprobabilă reușește să distrugă sentimentele de afecțiune și bunele relații dintre cei doi practicanți care vor ajunge să se blesteme și să se urască reciproc.

Sexul anal este unul dintre principalele motive care stau în spatele distrugerii binecuvântărilor; el atrage după sine chin și dezastre. Cel care se implică în așa ceva va ajunge să fie blestemat și urât de către Allah; El îi va ignora pe cei care se dedau la acest act și nu se va uita la ei. Ce fapte bune mai pot aduna acești oameni mai târziu, ce rău și-ar putea dori ei să evite? Ce fel de viață vor duce ei, dacă blestemul lui Allah a căzut asupra lor, odată cu ura, ignorarea și respingerea lor?

De asemenea, sexul anal stârpește timiditatea, iar aceasta este însăși viața inimii. Atunci când inima își pierde sfiala, va ajunge să îi placă ceea ce trebuie displăcut și va urî ceea ce ar trebui să fie plăcut. Astfel, inima va cădea în ruină și va fi distrusă.

Sexul anal alterează natura umană și o îndepărtează de la calea trasată de Allah, generând un comportament animalic sau chiar mai josnic. Atunci când natura umană este alterată și schimbată, inima, faptele omului și

călăuzirea vor fi și ele modificate. Celui care se dedă la un asemenea act îi vor deveni plăcute lucrurile rele și faptele rele; el va deveni complet confuz în ceea ce privește condiția, faptele și vorbirea sa. Niciun alt act, în afară de sexul anal, nu îl poate face pe om atât de nepolitic și de nesăbuit în a face fapte rele.

Sexul anal îl umilește, îl degradează pe om și îi aduce nefericirea. În cele din urmă, sexul anal va face ca acela care îl practică să fie urât de către toți; el va displăcea tuturor, iar oamenii vor simți dispreț și dezgust față de el.

Fie ca pacea și binecuvântările lui Allah să se reverse asupra celui a cărui îndrumare le oferă celor care îl urmează fericirea în această viață lumească, precum și în cea veșnică! Pe de altă parte, distrugerea și nefericirea din această viață și din următoarea reprezintă rezultatele devierii de la călăuzirea sa și de la cele cu care a fost trimis pe pământ.

Există două tipuri de activitate sexuală nocivă

Unul dintre ele este cel declarat ca atare de către religie, iar celălalt este cel care sfidează natura.

Există o gradație cu privire la tipurile de relații intime pe care religia le interzice; unele sunt mai rele decât altele. Activitatea sexuală interzisă pentru o anumită perioadă de timp este mai puțin periculoasă decât cea interzisă cu desăvârșire. De exemplu, este interzisă

întreținerea de relații intime în timpul postului, în starea de *ihram*, în timpul izolării (*i'tikaf*), pe durata menstruației etc. Nu este stipulată vreo pedeapsă atunci când vreuna dintre aceste interdicții limitate este încălcată.

Cel de al doilea tip, interzis complet, se împarte în două categorii. Prima categorie se referă la ceea ce este interzis pentru eternitate, cum ar fi căsătoria cu o persoană cu care nu este permis mariajul (unul dintre cele mai rele tipuri de activități sexuale interzise). Încălcarea poruncilor din această categorie se pedepsește cu moartea, potrivit unor învățați printre care se numără Ahmad bin Hanbal. Există și un hadis autentic care susține acest verdict. Cea de a doua categorie este interzisă în totalitate, însă nu pentru eternitate: de exemplu, comiterea de adulter sau desfrânarea, act întreprins de două persoane care, teoretic, s-ar putea căsători. În cazul adulterului se încalcă două drepturi: dreptul lui Allah și cel al soțului. Dacă o femeie a fost forțată să realizeze un astfel de act, atunci se vor încălca trei drepturi (cel al lui Allah, al soțului ei și propriul ei drept). Dacă ea are familie și rude, ei vor fi dezonorați de acel viol și astfel se va încălca un al patrulea drept. Iar dacă femeia nu se afla pe lista femeilor interzise pentru căsătorie aceluia bărbat, măcar teoretic, atunci un al cincilea drept va fi încălcat. Gravitatea unui astfel de act diferă în funcție de numărul de prohibiții pe care le violează.

Există un gen de activitate sexuală care este dăunătoare pentru natura umană, fie din

cauza formei pe care o îmbracă, fie din cauza felului în care este împlinită. De exemplu, a întreține relații intime excesiv de des va slăbi forța corpului și va dăuna nervilor. În plus, va provoca tremurat convulsiv, paralizie facială și spasme. Va slăbi vederea și restul funcțiilor corpului, atrăgând după sine și pierderea căldurii și energiei corpului, lărgind vasele de sânge și expunându-le la acumularea de substanțe dăunătoare.

Cel mai bun moment pentru întreținerea de relații intime este după ce hrana din stomac a fost digerată, însă nu atunci când stomacul este gol, deoarece în această situație este posibil ca actul sexual să conducă la formarea de cheaguri de sânge; nu este bine nici atunci când omul este obosit, după ce a făcut baie, după ce a vomat sau când este nervos, trist, deprimat, preocupat sau extrem de fericit.

Cel mai potrivit moment de a întreține relații intime este după căderea nopții, mai ales după ce hrana a fost digerată. După aceea se face baie sau se împlinește abluțiunea, apoi se trece la somn și astfel organismul își recapătă puterea. Nu trebuie ca omul să se implice în alte activități după aceea, pentru că acest lucru ar fi foarte dăunător.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la stăvilirea pasiunii

Aceasta este o afecțiune care atacă inima. Această suferință este diferită de alte boli, dacă ne raportăm la simptome și vindecare. În momentul în care această afecțiune devine acută, doctorii nu vor fi capabili să o vindece, iar cel afectat de ea nu va fi capabil să suporte efectele sale.

Allah a menționat acest subiect (pasiunea), făcând referire la două tipuri de oameni: femeile și cei care iubesc băieții tineri. De exemplu, Allah ne-a spus povestea soției lui Al-'Aziz (conducătorul Egiptului) și a profetului Yusuf (Pacea fie asupra sa!). El a vorbit și despre cel de al doilea tip, referindu-se la profetul Lot (Pacea fie asupra sa!). Îngerii au venit să îl viziteze pe profetul Lot (Pacea fie asupra sa!):

„Și au venit locuitorii cetății [la el] bucuroși. Le-a zis: «Aceștia sunt oaspeții mei, deci nu-mi faceți rușine! Și fiți cu frică de Allah și nu mă faceți de ocară!» Au zis ei: «Dar, oare, nu ți-am oprit noi [să aperi] lumea?» A zis: «Iată-le pe fiicele mele acestea, dacă voiți voi să faceți [ceva]!» Pe viața ta, [o, Muhammed,]! Ei rătăceau în aiureala lor!» (Sura Al-Hijr: 67-72).

Există o afirmație falsă propagată de cei care nu îi acordă Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) respectul și aprecierea care i se cuvin și afirmă că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a văzut-o odată pe Zainab bint Jahș și a spus: **„Toată lauda I se cuvine Celui care aduce schimbare în inimi după cum vrea El!”**

În continuare, ei susțin că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a fost afectat de această suferință – pasiunea – și că inimii lui i-a plăcut de ea. Totuși, susțin ei, el i-a poruncit lui Zayd să o păstreze și să nu divorțeze de ea, până când Allah a revelat în Sura Al-‘Ahzab:

„Și i-ai spus aceleia asupra căruia Allah și-a trimis harul Său, cum și tu ai trimis harul tău asupra lui: «Păstrează-o pentru tine pe soața ta și fii cu frică de Allah!» Tu ai ținut ascuns în sufletul tău ceea ce Allah a voit să descopere. Tu te-ai temut de oameni, măcar că Allah este mai vrednic să te temi de El. Apoi, când Zayd a întrerupt orice legătură cu ea, Noi Ți-am dat-o ție să-ți fie soață, pentru ca dreptcredincioșii să nu mai aibă reținere în privința soțiilor fiilor lor adoptivi, dacă aceștia întrerup orice legături cu ele. Și porunca lui Allah trebuie să fie împlinită.”

Cei care au emis această afirmație falsă au mai spus și că acest verset face referire la pasiune. În consecință, unii dintre ei au adunat material pentru o carte despre pasiune în care au menționat numele mai multor profeți care au fost afectați de această suferință, inclusiv al Profetului nostru (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Acest fapt nu denotă decât ignoranța pe care acești oameni o au în ceea ce privește Coranul și Trimișii, precum și o incapacitate cognitivă care generează deformarea adevăratelor înțelesuri ale cuvintelor lui Allah. De asemenea, prin această

afirmație falsă Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) este acuzat de o faptă de care el nu s-a făcut vinovat.

Zayd bin Harithan pe care Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îl adoptase înainte de Islam, fiind numit pe atunci Zayd bin Muhammad, s-a căsătorit cu Zainab bint Jahş. Zainab nu era umilă în fața soțului ei, așa că el i-a cerut sfatul Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), întrebând dacă ar trebui să divorțeze de ea. Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a spus: **„Păstrează-ți soția și fii cu teamă față de Allah!”**

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) s-a gândit că, dacă Zayd ar fi divorțat de ea, el s-ar fi căsătorit cu ea după aceea. Însă Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a ascuns acest gând în inima sa, deoarece s-a temut de ceea ce vor spune oamenii dacă el s-ar fi căsătorit cu fosta soție a fiului său adoptiv. Din acest motiv Allah a menționat în versetul citat mai sus binecuvântările Sale asupra Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și i-a poruncit să nu se teamă de ceea ce ar putea spune oamenii, el făcând ceva ce Allah i-a permis. Allah i-a reamintit Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) că ar trebui să manifeste teamă numai față de El și că nu ar trebui să ezite în a face ceea ce Allah i-a permis, din teamă față de oameni.

Apoi Allah i-a spus Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) că El i-a

dat-o pe Zainab în căsătorie, după ce Zayd divorțase de ea, astfel încât comunitatea sa să îi imite exemplul și să știe că este permisă căsătoria cu fosta soție a fiului adoptiv. Acesta este motivul pentru care Allah a grăit:

„... dar dacă nu ați intrat încă la ele, atunci nu este păcat pentru voi – nevestele fiilor voștri din mădularele voastre (vă sunt interzise spre căsătorie)...” (Sura An-Nisa': 23).

Iar în acest capitol, Allah a spus:

„Muhammed nu este tată nici unuia dintre bărbații voștri” (Sura Al-'Ahzab: 40),

în timp ce la începutul capitolului, Allah a zis:

„Și nu i-a făcut pe copiii voștri înfiți să fie asemenea fiilor voștri. Acestea sunt cuvinte ce ies din gurile voastre.” (Sura Al-'Ahzab: 4).

Deci să ne gândim în profunzime la modul în care Allah l-a apărat pe Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), combătând aceste acuzații false ce fuseseră îndreptate împotriva lui. Izbânda se găsește doar la Allah. Într-adevăr, Profetul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) își iubea soțiile, mai ales pe 'Aișah, care-i era cea mai dragă dintre toate. Totuși iubirea lui față de ele nu a atins nivelul iubirii perfecte păstrate doar pentru Domnul său. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a afirmat odată: **„Dacă ar fi fost să aleg un foarte bun prieten dintre toți oamenii de pe pământ, l-aș fi ales pe Abu Bakr.”** Într-o altă

relatare a spus: **„Prietenul tău [el însuși, Muhammed] este prietenul apropiat al Celui mai Milostiv.”**

Pasiunea trezită de aspecte exterioare afectează doar inimile goale. Aceasta afectează inimile care sunt private de iubirea față de Allah, care Îl ignoră pe El și preferă pe altcineva. Atunci când inima este plină de iubire față de Allah și de nerăbdarea de a-L întâlni, această iubire va contracara suferința dragostei și pasiunea trezită de anumite aspecte exterioare. De aceea Allah a spus despre profetul Yusuf (Pacea fie asupra sa!):

„Astfel [am făcut Noi], ca să îndepărtăm răul și fapta rușinoasă de el, căci el era unul dintre robii Noștri aleși.”
(Sura Yusuf: 24).

Înțelegem că sinceritatea reprezintă o cauză și un leac care îndepărtează pasiunea ce ar putea conduce la păcat și desfrânare, ceea ce reprezintă culmea pasiunii. Atunci când cauza care se află în spatele afecțiunii este îndepărtată, efectele bolii vor fi și ele șterse.

Unii dintre noi au descris odinioară pasiunea ca fiind actul unei inimi golite de orice altceva în afară de ceea ce reprezintă obiectul pasiunii. Allah a spus:

„Și inima maicii lui Moise a devenit goală. Și puțin a lipsit ca ea să nu dea totul în vileag, dacă Noi nu i-am fi întărit inima pentru ca ea să fie dintre cei credincioși.”
(Sura Al-Qasas: 10).

Acest verset indică faptul că inima mamei lui Moise era golită de orice grijă, în

afară de cea manifestată față de Moise, din cauza mării iubiri și a afecțiunii pe care i-o purta. Pasiunea este formată din două părți: iubirea față de un obiect și nerăbdarea de a intra în posesia acelui obiect. Atunci când unul dintre aceste două elemente nu există, nu există nici pasiunea.

Suferința cauzată de pasiune a stârnit mirarea multor înțelepți, iar unii dintre ei au emis o serie de judecăți în această privință, însă ele nu ar trebui luate în serios.

Noi spunem că înțelepciunea lui Allah a decis cu privire la creația Sa și că există o serie de asemănări între obiecte și oameni, ambele categorii fiind conduse de ceea ce le place și evitând ceea ce nu este asemănător cu obiectul pasiunii lor. Secretul armoniei care există în această lume rezidă în asemănările dintre variatele creaturi. Diverse lucruri (și oameni) au, în consecință, o înclinație către obiecte asemănătoare, în timp ce acelea care nu seamănă între ele se ignoră reciproc. Allah a spus:

„El este Cel care v-a creat dintr-un singur suflet [Adam] și din el a făcut-o și pe perechea lui [Hawwa' - Eva], lângă care el să poată găsi liniște.” (Sura Al-‘Araf: 189).

Allah a creat acest motiv care îl determină pe bărbat să se simtă atras de femeie și să simtă, în consecință, pasiune față de ea. În esență, cei doi sunt asemănători. Motivul atracției (dintre bărbat și femeie) nu rezidă doar în frumusețe, luată ca imagine exterioară, ci și în asemănarea dintre obiceiurile lor,

îndrumările și particularitățile lor, toate acestea servind la aprinderea pasiunii.

În *Sahih* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Sufletele sunt asemănătoare cu soldații aleși. Aceia care se recunosc între ei se vor împrieteni, iar aceia care nu se regăsesc unii în alții vor rămâne despărțiți.”**

În completare, Imamul Ahmad a relatat în *Musnad* motivul care stă la baza relatării acestui hadis: „O femeie din Mekka obișnuia să îi facă pe oameni să râdă, iar atunci când a venit în Medina a împărțit locuința cu o femeie de acolo care, la rândul ei, putea să îi facă pe oameni să râdă. Atunci Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **«Aceste suflete sunt la fel ca soldații aleși.»**”

Religia lui Allah oferă aceleași verdicte în chestiuni asemănătoare; nu face diferență între aspectele similare și nici nu alătură chestiuni lipsite de asemănare între ele. Cei care gândesc contrariul se află în eroare, din cauza lacunelor pe care le au în cunoașterea lor referitoare la religie sau a inexistenței efortului personal de a dobândi cunoaștere. Câteodată greșeala lor se regăsește în relaționarea dintre religie și ceva ce nu face parte din aceasta, fără a se putea prevala de vreo autoritate care să poată justifica acel aspect. Prin Înțelepciunea și Dreptatea lui Allah, creația Sa și legile sale au fost fundamentate pe asimilarea ce are loc între cele asemănătoare și diferențierea dintre cele care nu se aseamănă. Acest aspect este valabil în viața lumească și în Ziua Învierii. Allah a spus:

„Adunați-i pe aceia care au fost nedrepti și pe semenii lor, împreună cu aceia pe care i-au adorat, în locul lui Allah, și duceți-i pe ei pe drumul Iadului!” (Sura As-Saffat: 22-23).

Iar în Sura At-Takwir, Allah a grăit:

„Când sufletele se vor împerechea [cu trupurile lor] [cele bune se vor alătura celor bune, iar relele celor rele]...” (Sura At-Takwir: 7).

Fiecare persoană va fi legată de cei care îi seamănă. Cei care se iubesc unul pe celălalt de dragul lui Allah vor fi reuniți în Paradis, iar cei care țin unul la celălalt de dragul lui Satana vor ajunge împreună în Iad. Fiecare va ajunge în grupul celor cu care se aseamănă, fie că îi place sau nu. Al-Hakim a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Dacă un om iubește un popor, li se va alătura acelor oameni (în Ziua Învierii).”**

Există mai multe feluri de iubire. Cel mai bun și cel mai onorabil dintre acestea este iubirea de dragul lui Allah – trebuie să iubim ceea ce El iubește, precum și pe El și pe Trimisul Său.

Un alt fel de iubire este cel care izvorăște în condițiile în care mai mulți oameni au aceeași religie și sunt călăuziți pe aceeași cale sau sunt reuniți prin intermediul unei relații comune, al unui meșteșug pe care îl practică sau al unui țel pe care tind să îl atingă. Un alt tip de iubire este acela în care se tânjește după ceva aflat în proprietatea obiectului iubit, de exemplu o anumită poziție socială, bani,

cunoaștere sau orice altă caracteristică similară. Aceasta este o iubire materială care se dizolvă în momentul în care țelul a fost atins.

Iubirea care se naște datorită existenței unei serii de similitudini nu dispăre, cu excepția situației în care apare un motiv capabil să o înlăture. Acest gen de dragoste exclude pasiunea, deoarece este o iubire împărtășită de suflet și de inimă. Nicio altă suferință nu poate produce efecte mai profunde decât pasiunea, efecte cum ar fi obsesia, slăbiciunea, îngrijorarea sau chiar distrugerea.

Unii ar pune întrebarea următoare: „Din moment ce motivul aflat în spatele afecțiunii este legătura și compatibilitatea sufletelor, de ce există situații în care sentimentele dintre cele două părți nu sunt împărtășite? Câteodată iubirea se regăsește doar la una dintre părți, deși ați afirmat că motivul acesteia rezidă în similitudinea și compatibilitatea dintre suflete.”

Acesta este răspunsul: există cauze a căror manifestare împiedică împărtășirea iubirii. Iubirea nutrită doar de una dintre părți este rezultatul colaborării a trei cauze: o deficiență a sentimentului de iubire, pentru că acesta a fost accidental, nu real. În acest caz este posibil ca persoana iubită să simtă chiar antipatie față de cealaltă persoană. A doua cauză se referă la situația în care însăși persoana iubită face astfel încât dragostea să fie neîmpărtășită; de exemplu, există puncte slabe în cadrul particularităților sale, a formelor, a căii pe care o urmează, a acțiunilor sale, a aspectului etc. În al treilea rând, din cauza unui

motiv specific care împiedică persoana iubită să împărtășească aceleași sentimente. Atunci când nu există niciuna dintre aceste cauze, iar iubirea este adevărată, ea va fi împărtășită de ambele părți.

Printre principalele motive care au făcut ca necredincioșii să nu îi iubească pe Trimișii lui Allah mai mult decât pe ei înșiși, familiile și urmașii lor se numără aroganța, invidia și dorința de a accede la un anumit statut social. Odată cu înlăturarea acestor bariere din inimile celor care i-au urmat pe Trimiși, iubirea lor față de ei a devenit într-adevăr mai mare decât cea pe care o simțeau față de ei înșiși sau față de soțiile, copiii și averea lor.

Obținerea obiectului iubirii reprezintă vindecarea sa.

Din moment ce dragostea reprezintă una dintre suferințe, în general, există o vindecare pentru aceasta sau, de fapt, există chiar mai multe modalități de vindecare. Dacă acela care tânjește are la dispoziție o cale legală de a obține obiectul iubirii sale, aceasta îi va aduce vindecarea. În *Sahihan* se relatează că Ibn Mas'ud a transmis următoarele spuse ale Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„O, voi, oameni tineri! Oricare dintre voi își permite să se căsătorească, să facă acest lucru! Cei care nu își pot permite, să recurgă la post, pentru că acesta va fi un leac pentru ei.”**

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a îndrumat oamenii oferindu-le cele mai bune metode de a obține

cea ce ei iubesc; aici distingem o metodă majoră și una minoră. Le-a poruncit bărbaților să recurgă la prima alegere, căsătoria, care reprezintă cel mai bun leac pentru această afecțiune. Prin urmare oamenii nu ar trebui să dea întâietate altor soluții, având deja una recomandată de către Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!).

Ibn Majah a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Niciodată nu am văzut ceva precum căsătoria pentru cei care se iubesc.”**

Acesta este înțelesul indicat de către Allah atunci când a permis căsătoria atât femeilor libere, cât și sclavelor, când este necesar. Allah a spus:

„Allah voiește să vă ușureze [datorințele,] căci omul a fost creat slab.”
(Sura An-Nisa': 28).

Când nu există metode legale de a obține obiectul iubirii

Dacă nu există nicio metodă legitimă prin care cel care iubește să poate obține obiectul iubit sau dacă cel cuprins de iubire este incapabil să îl obțină, pasiunea se va transforma într-o afecțiune dificilă, iar cel suferind va simți că nu își poate satisface dorința. Atunci când inima este deznădăjduită în legătură cu un anumit aspect, se știe foarte bine că nu va mai încerca să atingă acel obiectiv.

Dacă afecțiunea, pasiunea, încă mai supraviețuiește pe fondul acestei stări de deznădejde, atunci persoana va fi nevoită să caute o altă soluție, adecvată stării sale psihice. Persoana afectată de pasiune ar trebui să se convingă pe sine însăși de faptul că iubirea inimii sale, reprezentată de ceea ce nu poate obține, este o nebunie; această situație este similară celei în care o persoană care iubește soarele nu are altă soluție decât să se ridice până la acesta. Toată lumea înțelege faptul că aceasta reprezintă o nebunie.

Dacă obiectul iubirii nu poate fi atins din cauza unei bariere legale, ridicate de religie, ar trebui să se convingă pe sine însăși că nu este posibil să ajungă la obiectul pasiunii sale din cauză că Allah nu a permis ca acest lucru să se întâmple. Ar trebui să știe că, pentru propria sa siguranță, ar trebui să abandoneze chestiunea respectivă și să fie sigur că este imposibil să o obțină vreodată.

Dacă inima unei persoane o îndeamnă la rău și niciuna dintre aceste metode de vindecare nu funcționează, robul ar trebui să abandoneze chestiunea respectivă din teama de a nu pierde ceea ce îi este mai drag, mai benefic și care îi oferă mai multă fericire și bucurie. În acest caz, persoana suferindă își va da seama de diferența dintre cele două idealuri. Omul nu ar trebui să prefere bucuria ce durează o singură oră și în curând se transformă în durere fericirii eterne, deoarece nu există termen de comparație între cele două. Realitatea bucuriei trăite pentru o scurtă

perioadă de timp este ca un miraj, ca un vis în timpul zilei care se va sfârși curând și va dispărea; responsabilitatea însă va persista.

De asemenea, ar trebui să fie conștient de faptul că aceasta ar putea conduce la o pierdere dureroasă, mai gravă decât pierderea obiectului râvnit. Iar astfel ceea ce pierde se va multiplica, pentru că nu se va pierde doar obiectul dorit, ci se va ajunge și la un final detestabil. Când își va da seama de aceste aspecte, pierderea obiectului râvnit va deveni mai puțin gravă în inima sa, iar răbdarea – mult mai valoroasă. Minte, religia, onoarea și natura umană îi cer persoanei suferinde să aibă răbdare în cazul pierderii unui obiect mai puțin iubit, pentru că în această situație răbdarea îi va aduce bucurie, încântare și fericire. Pe de altă parte, ignoranța, iubirea efemerului, nedreptatea și imaturitatea îi cer să prefere obiectul mai puțin dezirabil, indiferent de consecințe. Cei cărora Allah le oferă înțelepciune vor fi salvați de acest final trist.

Atunci când inima cuiva nu acceptă soluția menționată mai sus, ar trebui să se gândească la repercusiunile negative pe care le-ar atrage satisfacerea poftelor sale și la ce anume ar pierde satisfăcându-și poftele. Ar trebui să își dea seama că satisfacerea poftelor sale reprezintă principala cauză a finalului nefericit al acestei vieți lumești, deoarece îl împiedică pe rob să își folosească mintea și să își controleze acțiunile; mintea ar trebui să fie utilizată pentru a-l conduce pe om la situații benefice.

Dacă inima nu acceptă remediile mai sus menționate, ar trebui să încerce să își amintească defectele obiectului după care tânjește, precum și acele caracteristici care nu îi plac, astfel încât să ajungă să îi displacă și obiectul. Când va medita asupra acestui subiect, își va da seama că acele caracteristici sunt mai numeroase decât calitățile care l-au determinat să îi placă acel obiect. Ar putea să îi întrebe pe vecinii aceluia sau aceleia care face obiectul pasiunii despre atributele și comportamentul său. La fel cum calitățile atrag și conduc spre iubire, defectele îndepărtează acest sentiment. Apoi ar trebui să pună în balanță cele două aspecte și să adopte cea mai bună și mai plăcută cale. Nu ar trebui să fie ca aceia care se duc cu sacul la pomul lăudat. Ar trebui să pătrundă dincolo de exteriorul înfrumusețat și să perceapă adevărata realitate a lucrurilor, să treacă dincolo de forma frumoasă la răul interior al inimii.

Dacă niciunul dintre aceste remedii nu funcționează, nu mai rămâne nicio cale de urmat în afară de a-L căuta pe Allah, Cel care răspunde la chemările celor aflați în restriște atunci când numele Său este invocat. Să se arunce cel care nu mai are scăpare în fața Ușii Sale, căutându-I ajutorul, plin de umilință, ascultător și docil...

Cei care vor izbândi ar trebui să se comporte onorabil și să își păstreze relațiile în secret, pentru a nu-l expune pe cel iubit în fața oamenilor și să îi facă astfel rău, să îi încalce drepturile.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la menținerea stării de sănătate prin utilizarea parfumurilor

Mirosurile plăcute și parfumele sunt o hrană pentru suflet, iar sufletul este dinomul ce pune în mișcare forțele corpului uman. Parfumul ajută creierul, inima și organele interne și aduce alinare inimii și sufletului. Parfumele sunt cele mai potrivite și favorabile leacuri pentru suflet, constituind și o hrană în același timp. Există o strânsă legătură între sufletele bune și parfumele aromate. Din acest motiv, parfumele i-au fost unele dintre cele mai dragi elemente din această viață lumească celui mai pur dintre toți oamenii, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!).

Al-Bukhari a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să accepte întotdeauna un parfum atunci când îi era dăruit. Muslim a relatat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Cel căruia i se oferă *raihan* (busuioc) nu ar trebui să îl refuze, pentru că este ușor de folosit și are un parfum plăcut.”**

Abu Daud și An-Nasa'i au relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Cel căruia i se oferă un**

parfum nu trebuie să îl refuze, pentru că este ușor de folosit și are o aromă plăcută.”

Ibn Abi Șaiban a relatat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) avea un recipient care conținea parfum; el obișnuia să se parfumeze. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Dreptul lui Allah asupra fiecărui musulman este ca acesta să facă o baie (cel puțin o dată) la șapte zile, iar dacă are parfum, să folosească câte puțin din acesta.”**

Îngerilor le place parfumul, în timp ce diavolilor le displace, pentru că acestora din urmă le sunt dragi mirosurile fetide; sufletele bune apreciază parfumurile de calitate. Fiecare suflet înclină către ceva și merită să capete ceea ce îi place. Bărbații răi sunt pentru femeile rele și invers, iar bărbații buni sunt pentru femeile bune, reciproca fiind valabilă. Deși această afirmație se aplică femeilor și bărbaților în general, ea poate fi extinsă la orice fel de faptă, vorbire, băutură, veșmânt și parfum.

Îndrumarea Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu privire la păstrarea sănătății ochilor

Ibn Abbas a relatat: **„De fiecare dată când Profetul oamenilor își puna *kohl*, obișnuia să îl aplice de trei ori la ochiul drept, începând și terminând cu el, și de două ori la ochiul stâng.”**

Abu Daud a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Cei care folosesc kohl ar trebui să îl aplice de un număr impar de ori.”**

Numărul de aplicări al *kohl*-ului ar trebui să fie impar atunci când este folosit la ambii ochi: de trei ori la ochiul drept și de două ori la cel stâng. Sau de câte trei ori la fiecare ochi, după cum a spus Imamul Ahmad.

Kohl-ul menține sănătatea ochilor, ascute vederea și curăță ochii, înlăturând substanțele nocive și aducând, în același timp, un plus de frumusețe. Când *kohl*-ul este utilizat înainte de a merge la culcare, acesta este benefic pentru ochi; ochii vor rămâne imobili, iar *kohl*-ul va avea efect maxim. Cel mai eficient tip de *kohl*, în această privință, poartă numele de *ithmid*.

Ibn Majah a relatat în *Sunan* că Abdullah bin Umar a spus că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a oferit următorul sfat: **„Folosiți *ithmid* (antimoniu), deoarece curăță ochiul și face genele să crească.”** (Al-Hakim).

Ibn Majah a relatat în *Sunan* că Ibn Abbas a spus că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a afirmat: **„Cel mai bun dintre toate felurile de *kohl* este *ithmid*-ul (antimoniul), pentru că acesta curăță vederea și face genele să crească.”** (At-Tirmidhi, Ibn Majah, Ibn Hibban, Al-Hakim, At-Tabamni și Abu Nairn).

LISTĂ ÎN ORDINE ALFABETICĂ

LITERA HAMZAH

1. *Ithmid*-ul (antimoniul)

Ithmid-ul este piatra de *kohl* de culoare neagră. Cel mai bun tip de *ithmid* se găsește în Asfahan (Iran), însă și în zonele dinspre vest. Cel mai bun *ithmid* este acela care se fragmentează rapid și conține particule strălucitoare. Partea sa interioară este lucioasă și nu conține impurități. *Kohl*-ul are tendința de a rămâne rece și uscat; este benefic pentru ochi prin acțiunea sa revigorantă și prin fortificarea nervului optic. *Ithmid*-ul dizolvă excrescențele de carne din jurul ulcerelor și curăță zona limitrofă a acestora. Atunci când *ithmid*-ul este amestecat cu miere pură, de consistență apoasă (nu groasă), ușurează durerile de cap. Atunci când este măcinat și amestecat cu grăsime moale poate fi folosit ca bandaj pentru zone cu arsuri, precum și pentru prevenirea bătăturilor; vindecă arsurile pielii. *Ithmid*-ul este cel mai bun tip de *kohl* pentru ochi, mai ales în cazul bătrânilor a căror vedere a slăbit. Într-o astfel de situație, este cel mai bine ca antimoniul să fie amestecat cu niște mosc.

2. Utruy (lămâia)

În *Sahih* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Credinciosul care citește din Coran poate fi asemănat cu *utrujj*-ul: gustul său este minunat, iar parfumul său este plăcut.”**

Consumul de *utrujj* aduce multe beneficii. Există patru elemente componente ale acestui fruct: coaja, inima (pulpă fructului), stratul dintre coajă și pulpă, semințele. Fiecare dintre aceste patru elemente are propria sa tendință: cojile, de exemplu, sunt fierbinți și uscate, în timp ce pulpă este fierbinte și umedă. Stratul care separă coaja de pulpă este rece și uscat, în vreme ce semințele sale sunt fierbinți și uscate.

Coaja de lămâie are multe beneficii. De exemplu, atunci când este așezată printre haine, previne apariția mucegaiului. Aroma sa îmbunătățește aerul fetid și poluat. Tot cojile de lămâie îmbunătățesc aroma mâncărilor și împrăștie mirosurile fetide. Atunci când coaja este amestecată cu mâncarea, ajută sistemul digestiv. Autorul *Qanun*-ului a afirmat următoarele: „Stratul alb din interiorul cojii de lămâie este benefic în cazul mușcăturilor de șarpe, iar coaja este folosită ca bandaj pentru rănilor produse astfel. Cenușa rezultată în urma arderii cojilor devine un unguent eficient pentru cei care suferă de lepră.”

Pulpă lămâii alină fierbințeala din stomac, este folositoare celor care suferă de bilă și subjugă vaporii fierbinți. Al-Ghafiqi a spus:

„Consumarea pulpei (de lămâie) ușurează suferințele provocate de hemoroizi.”

Esența extrasă din învelișul dintre coajă și pulpă constipă, ușurează bila, liniștește pulsațiile fierbinți, controlează vărsăturile cauzate de proasta funcționare a bilei, iar atunci când este administrată sub formă de băutură sau amestecată cu *kohl* ușurează neplăcerile provocate de icter. Acest extract este și un stimulent al poftei de mâncare; constipă și ajută în situațiile în care diareea este cauzată de bilă. Esența extrasă din învelișul dintre coaja și pulpa lămâii liniștește dorința femeii și combate petele apărute pe piele, atunci când este folosită ca unguent. Acest extract ajută și la vindecarea herpesului. Eficiența pe care o are acest extract în îndepărtarea cernelii ne este demonstrată de următorul experiment: atunci când atinge un material pătat cu cerneală, înlătură pata în mod eficient. Stratul dintre coaja și pulpa *utrujj*-ului are efect de alinare și răcorire, potolește fierbințeala ficatului, întărește stomacul, elimină excesul de bilă (precum și depresia care însoțește această afecțiune), potolește setea.

Semințele lămâii au efect de descompunere și de uscare. Ibn Masawaih a afirmat despre lămâie: „Atunci când învelișul semințelor este înlăturat și preparat (gătit), iar apoi administrat sub formă de băutură, în amestec cu apă caldă, ajută împotriva otrăvurilor mortale, dacă se beau în jur de două măsuri, ambele într-o cantitate de aproximativ douăzeci și cinci de grame. Atunci când

semințele sunt măcinate și așezate pe o înțepătură, au un efect benefic. În plus, ele au capacitatea de a constipa și de a da o aromă plăcută. Multe dintre aceste beneficii se regăsesc și în pulpa lămâii.”

Se mai afirmă că „semințele ajută și în cazul înțepăturilor de scorpioni, când se administrează două măsuri din acestea, cu apă caldă; ele pot fi măcinate și așezate pe zona afectată.” În plus, „semințele ajută în cazul ingerării oricărui tip de otravă sau al înțepăturilor veninoase.”

Se relatează că unul dintre conducătorii persani s-a înfuriat pe doctorii săi și a ordonat ca aceștia să fie azvârliți în temniță. Le-a permis să aleagă un singur aliment pe care să îl consume pe perioada captivității, iar ei au ales lămâia. Au fost întrebați: „Pe ce considerente ați făcut această alegere?” și au răspuns astfel: „Se transformă rapid într-un tip de parfum, aspectul său este plăcut, coaja sa miroase frumos, pulpa lămâii este un fruct, stratul dintre coajă și pulpă este un aliment, semințele sunt un antidot și conține, de asemenea, grăsimi.”

Într-adevăr, un aliment atât de benefic merită să fie comparat cu cea mai bună dintre creații, adică cu credinciosul care recită din Coran. Ar mai trebui menționat faptul că unor oameni le place să privească pur și simplu lămâile, din cauză că aspectul lor este plăcut și reconfortant.

3. *Aruzz* (orezul)

Există două hadisuri false cu privire la orez. În primul se afirmă următoarele: **„Dacă ar fi fost un om, ar fi fost răbdător”**. În cel de al doilea hadis: **„Tot ceea ce rodește din pământ are atât o boală, cât și un leac, cu excepția orezului care este o vindecare și nu are nicio boală (sau efecte secundare).”** Am menționat aceste hadisuri fabricate pentru ca oamenii să nu i le atribuie, în mod eronat, Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!).

Orezul este considerat a fi cea mai nutritivă cereală (după grâu). Orezul este o substanță benefică, deoarece îngustează cavitatea intestinală, îmbracă stomacul cu un strat protector și îl întărește. Doctorii din India susțin că orezul este cel mai benefic fel de mâncare dacă este gătit cu lapte de vacă. Orezul este hrănitor, îmbogățește corpul cu elemente nutritive, mărește producția de spermă și purifică.

4. *Arz* (pinul)

Arz-ul este pinul. Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a menționat pinul atunci când a spus: **„Drept-credinciosul se aseamănă cu acea plantă de culoare verde pe care vântul o îndoiaie, lăsând-o dreaptă câteodată și îndoind-o altădată. Ipocritul se aseamănă cu *arz*-ul: va rămâne cu rădăcinile adânc înfipte în pământ, până când, deodată, se va usca**

complet.” Semințele de pin sunt fierbinți și umede. Este o substanță relaxantă, care tinde spre maturare; înțepăturile pot fi evitate dacă semințele de pin sunt scufundate în apă. Semințele pinului sunt dificil de digerat, însă sunt hrănitoare, potolesc tusea și absorb umiditatea sau vaporii care se acumulează în plămâni. Aceste semințe energizează producția de spermă, însă constipă, dezavantaj ce poate fi evitat prin administrarea concomitentă de semințe amare de rodie.

5. *Izkh'er*-ul

În *Sahih* se menționează faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus, pe când era în Mekka, despre plantele acestui oraș: **„Să nu îi tăiați plantele!”** Al-Abbas a spus: „În afară de *izkh'er*, o, Trimis al lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), pentru că servitorii locuitorilor din Mekka au nevoie de el și îl folosesc în casele lor.” Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„În afară de *izkh'er*.”**

Această plantă este fierbinte în cea de a doua etapă și uscată în prima fază. Este o substanță ușoară care deschide cheagurile și orificiile venelor. Are capacitatea de a mări fluxul urinar și cel menstrual, dizolvă pietrele și tumorile din stomac, ficat și rinichi; poate fi administrată sub forma unei băuturi sau aplicată sub formă de cataplasma. Tulpinile acestei plante vor întări atât coroana dinților,

cât și pereții stomacului; de asemenea, vor potoli greața și vor redresa stomacul.

LITERA B'AA

1. *Battikh* (pepene verde)

Abu Daud și At-Tirmidhi au relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să consume pepene verde cu curmale coapte și spunea: **„Fierbințele acestei substanțe (curmalele) neutralizează răcoarea celui alt (a pepenelui).”**

Există mai multe hadisuri referitoare la pepenele verde, însă niciunul dintre ele nu este autentic, cu excepția celui mai sus menționat.

Pepenele verde este răcoros, umed și dulce. Funcționează ca un purificator al stomacului și intestinelor, este eliminat din stomac mult mai rapid în comparație cu castravetele și se amestecă rapid cu orice substanțe aflate în interiorul stomacului. Este bine ca pepenele verde să fie consumat cald; dacă este rece, trebuie combinat cu ghimbir pentru a contracara eventualele efecte dăunătoare.

Pepenele verde ar trebui consumat înainte de masă, pentru că altfel va produce o stare de greață. Unii doctori susțin că, dacă este consumat înainte de masă, pepenele va curăța stomacul și va înlătura suferințele.”

2. *B'alalh* (curmale)

An-Nisa'i și Ibn Majah au relatat în *Sunan*-ul lor că 'Aișah a afirmat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a dat următorul sfat: **„Să mâncați curmale proaspete amestecate cu curmale uscate, pentru că atunci când Satana îl va vedea pe fiul lui Adam mâncând curmale proaspete și curmale uscate va spune: «Fiul lui Adam a reușit să trăiască până când a ajuns să mănânce noul și vechiul împreună.»”**

Iar într-o altă relatare, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Curmale proaspete și curmale uscate, pentru că Satana se întristează atunci când îl vede pe fiul lui Adam consumându-le, așa că spune: «Fiul lui Adam a trăit până când a ajuns să mănânce noul și vechiul împreună.»”**

Unii dintre doctorii musulmani au comentat astfel: „Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a poruncit musulmanilor să combine curmalele proaspete cu cele uscate, nu pe cele verzi cu cele uscate. Curmalele proaspete sunt reci și uscate, iar cele uscate sunt fierbinți; ele își armonizează reciproc efectul. Pe de altă parte, atât curmalele verzi, cât și cele uscate sunt fierbinți, deși cele uscate sunt și mai fierbinți.” Din punct de vedere medical este mai bine să se evite consumarea a două tipuri de hrană care înclină fie către fierbințeală, fie către răcoare.

Hadisul ne indică faptul că medicul are dreptate atunci când încearcă să neutralizeze efectele medicamentelor și a alimentelor cu alte ingrediente sau mâncăruri care sunt capabile să mențină o bună stare de sănătate. Curmalele proaspete sunt reci și uscate și aduc beneficii gurii, gingiilor și stomacului. Totuși consumarea lor nu face bine pieptului și plămânilor din cauza asprimii pe care o prezintă. În plus, curmalele sunt dificil de digerat și nu sunt foarte nutritive. Pentru a exemplifica vom face o comparație între curmalele proaspete și strugurii necopți: ambele generează flatulență și balonare, mai ales dacă se consumă și apă după ingerarea lor. Pentru a neutraliza efectele secundare ar trebui ca acestea să fie mâncate în combinație cu curmale uscate sau miere și unt.

3. *Busr* (curmale verzi)

În *Sahih* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), Abu Bakr și 'Umar au fost invitați la Abu Al-Haitham bin At-Taihan, iar el le-a adus un ciorchine de curmale, similar cu cel de struguri ca structură. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a întrebat: **„De ce nu ai ales niște curmale coapte pentru noi?”**, iar Abu Al-Haitham a răspuns „Am vrut ca tu să alegi ceea ce preferi: curmale verzi sau coapte.”

Curmalele verzi sunt fierbinți și uscate, iar uscăciunea lor este mai puternică decât fierbințeala. În plus, ele extrag umezeala

excesivă, îmbracă pereții stomacului, relaxează intestinele și ajută gingiile și gura. Cele mai bune curmale verzi sunt cele moi și dulci. Însă consumul unei cantități prea mari de *busr* (curmale verzi) conduce la obstrucții sau formarea de dopuri pe pereții intestinelor.

4. *Baydh* (ouăle)

Ouăle proaspete sunt mai bune decât cele vechi, iar cele mai bune dintre ele sunt ouăle de găină. Ouăle nu sunt reci, însă tind să capete această calitate.

Autorul *Qanun*-ului a spus: „Gălbenușul este fierbinte și umed și curăță sângele, însă nu are proprietăți nutritive. Este digerat rapid dacă este încă moale.” Altcineva a afirmat: „Gălbenușul de ou ușurează durerea, alină gâtul și traheea, ajută gâtul și potolește setea; este util în ulcerul localizat în plămâni, ficat și prostată. Elimină asprimea, mai ales atunci când este amestecat cu uleiul obținut din migdale dulci. Maturează și înmoaie orice substanță străină ce se află în piept și potolește iritarea gâtului.”

Atunci când albușul este utilizat sub formă de picături pentru ochi, răcorește tumorile fierbinți din acea zonă și ușurează durerea. Dacă este folosit ca unguent și este întins pe față, previne arsurile solare. Când este întins pe frunte, sub formă de unguent, ajută la alinarea suferințelor produse de dizenterie.

Autorul *Qanun*-ului a menționat ouăle la categoria medicamente și leacuri pentru inimă.

A completat: „Gălbenușul are un efect puternic, ajutând la întărirea inimii. Prezintă trei beneficii principale: este asimilat rapid, nu produce multe substanțe reziduale, fluidizează sângele.”

5. *Basal* (ceapa)

Abu Daud a relatat în *Sunan* că, atunci când a fost întrebată despre ceapă, ‘Aișah a răspuns astfel: „Ultima masă servită de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a conținut și ceapă.” În *Sahihan* se menționează faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu le-a permis celor care consumă ceapă să intre în moschee.

Ceapa amplifică impulsul sexual, fortifică și curăță stomacul, ajută la producerea de spermă, deschide culoarea, dizolvă flegma. Semințele de ceapă ajută în combaterea bolii numite *vitiligo* (depigmentarea în anumite zone ale pielii) și sunt utilizate ca unguent în zona afectată de alopecie (o boală de piele caracterizată prin pierderea totală sau parțială a părului). Negii dispar dacă li se aplică direct un amestec de ceapă cu sare. Starea de greață ce se poate manifesta după administrarea unui laxativ dispare dacă se miroase o ceapă. Apa din ceapă, administrată pe cale nazală, va limpezi mintea. Folosit sub formă de picături pentru urechi, extractul de ceapă rezolvă problemele de auz, *tinnitus*, puroiul sau apa care s-ar putea acumula în ureche. Semințele de ceapă pot fi folosite ca tratament pentru

ochi; ele elimină apa care atacă ochiul (de exemplu – cataracta), dacă sunt amestecate cu miere și aplicate deasupra părții albe a ochiului.

Ceapa gătită conține numeroase elemente nutritive și ajută la prevenirea icterului, a tusei și a iritării pieptului. Are efect diuretic și relaxează intestinele. Extrasul de ceapă, amestecat cu sare, vindecă rănilor produse de mușcături de ciine dacă este aplicat pe zona afectată. Ceapa este benefică în tratarea hemoroizilor.

Ceapa poate provoca migrene, dureri de cap, balonare și întunecarea vederii.

Consumarea unei cantități prea mari de ceapă sau consumarea regulată a acesteia poate conduce la slăbirea memoriei, afectarea minții și schimbarea mirosului gurii, precum și al gustului mâncării. În plus, mirosul de ceapă îi deranjează atât pe oamenii din jur, cât și pe îngeri. Prin gătire se înlătură aceste efecte secundare. În *Sunan* se relatează: „Profetul le-a ordonat celor care consumă ceapă sau usturoi să le împlânzească prin gătire.”

Pentru a elimina mirosul de ceapă este recomandat să se mestece frunze de pătrunjel.

6. Bazinj'an (vânăta)

Există un hadis fals în care se susține că dorințele puse înainte de a începe să mănânci vinete se împlinesc la final. Această afirmație nu poate fi făcută de către o persoană sănătoasă din punct de vedere mintal; nu îi putem atribui un astfel de hadis Profetului

(Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!).

Există două feluri de vinete: albe și negre. Întâlnim divergențe de opinie cu privire la acest aliment, în sensul că unii sunt de părere că este un aliment fierbinte, iar alții susțin că este rece; noi suntem de părere că este fierbinte. Vinetele negre colorează în negru secreția bilei, provoacă formarea de conglomerate, cheaguri, cancer și lepră.

Vinetele schimbă culoarea pielii, o modifică spre negru și dau o respirație neplăcută. Vinetele de culoare albă nu au aceste efecte secundare.

LITERA T'AA

1. *Tamr* (curmale uscate)

În *Sahih* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Oricine mănâncă dimineața șapte curmale culese din regiunea 'Aaliyah nu va fi afectat de otravă sau de magie pentru tot restul zilei.”** Tot Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Cei care locuiesc într-o casă în care nu se găsesc curmale sunt flămânzi.”**

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să mănânce curmale uscate cu unt, cu pâine sau simple. *Tamr* (curmalele) sunt fierbinți în prima etapă și

umede sau uscate pe parcursul celei de a doua etape.

Curmalele uscate întăresc ficatul, relaxează intestinele, măresc cantitatea de spermă (mai ales atunci când sunt consumate în combinație cu muguri de pin) și potolesc durerile de gât. Celor care nu sunt obișnuiți să mănânce curmale uscate, cum ar fi cei care locuiesc în regiuni cu temperaturi scăzute, acestea le pot provoca formarea de cheaguri, dureri de cap; ele dăunează dinților dacă nu sunt consumate în combinație cu migdale sau semințe de mac.

Curmalele uscate se numără printre cele mai hrănitoare fructe, iar esența lor este fierbinte și umedă. Când sunt consumate dimineața, curmalele uscate pot ucide viermii. Deși sunt fierbinți, ele au această capacitate de a se comporta ca un antidot împotriva viermilor, distrugându-i sau cel puțin micșorându-le numărul, mai ales atunci când sunt consumate pe stomacul gol. Curmalele uscate sunt, în același timp, un fruct, un aliment, un leac, o băutură și un aliment dulce.

2. Tin (smochinele)

În *sunna* nu se fac mențiuni despre smochine, deoarece acestea nu creșteau în Hijaz sau Medina. Smochinele au nevoie de un mediu diferit de cel în care cresc curmalele. Allah a jurat pe smochin în Cartea Sa, datorită imenselor beneficii pe care le aduc aceste

fructe, precum și a multiplelor modalități în care pot fi folosite.

Smochinele sunt fierbinți, uscate sau umede. Cele mai bune smochine sunt cele din specia albă, atunci când sunt coapte, deoarece curăță nisipul care se acumulează în ficat și în prostată și servesc drept agent preventiv împotriva otrăvirii. Smochinele conțin foarte mulți nutrienți și ajută la alinarea iritării pieptului și a gâtului. În plus, curăță ficatul și splina, purifică flegma care se acumulează în stomac și oferă o hrană benefică corpului. Totuși ar trebui să fie consumate cu moderație.

3. *Tharid* (carne cu pâine)

În *Sahihan* se relatează că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Virtutea ‘Aisei în comparație cu virtutea celorlalte femei este precum virtutea *tharid*-ului în comparație cu restul mâncărilor.”**

Acest fel de mâncare se prepară din pâine (cel mai bun aliment) și carne (care îi oferă cea mai plăcută aromă). Această combinație este incomparabil de bună.

Există divergențe de opinie cu privire la care dintre cele două alimente este mai bun: pâinea sau carnea. Părerea corectă este următoarea: pâinea este utilizată mai des, dar carnea este mai bună și superioară pâinii. Iar carnea se aseamănă mai mult decât oricare alt aliment cu corpul uman. Aceasta este și hrana celor care vor locui în Paradis. Allah le-a spus

celor care încercau să mănânce ierburi, castraveți, *fum* (grâu sau usturoi), linte și ceapă:

„*Voiți a schimba cu ceea ce este mai rău ceea ce este mai bun?*” (Sura Al-Baqara: 61).

Numeroși învățați sunt de părere că *fum* este de fapt grâul. Prin urmare, în acest verset se afirmă că *quails* (carnea) este mai bună decât grâul. Doar la Allah se află adevărata cunoaștere.

LITERA GIM

1. *Giubn* (brânza)

În *Sahihan* ni se relatează de la Abdullah bin 'Umar că, în timp ce se aflau în regiunea Tabuk și stăteau cu Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), acestuia i s-a adus niște brânză, iar el a cerut un cuțit, a pomenit numele lui Allah și a tăiat-o. Companionii Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuiau să mănânce brânză pe când se aflau în Irak sau în Șam (Siria superioară). Brânza nesărată este benefică pentru stomac, nu împovărează alte organe și relaxează stomacul. Pe de altă parte, brânza sărată este mai puțin hrănitoare și afectează stomacul și intestinele. Brânza veche sau cea preparată pe grătar încălzește stomacul și este bine să fie

consumată de către cei care suferă de ulcer și diaree.

Brânza este rece și umedă, iar prin preparare la grătar devine mai bună, pentru că focul o înmoaie, îi conferă un gust mai plăcut și o aromează. Brânza sărată veche este fierbinte și uscată, iar prin fierbere va deveni mai moale și mai puțin acră, deoarece focul extrage reziduurile fierbinți din interiorul acesteia. Brânza sărată slăbește forța organismului și poate provoca apariția pietrelor la ficat sau la prostată. Nu este bună nici pentru stomac; dacă este amestecată cu ingrediente despre care se presupune că ar putea să o îmbunătățească, devine și mai nocivă, deoarece acestea îi facilitează accesul către stomac.

LITERA H'AA

1. *Henna*

Am menționat deja beneficiile *henna*-ei, precum și hadisurile relatate pe marginea acestui subiect.

2. *Habbah sawdaa* (negrilică)

În *Sahihan* se menționează că Abu Hureira a relatat următoarele cuvinte ale Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Să consumați negrilică, deoarece în ea se găsește vindecarea oricărei**

boli, în afară de moarte.” (At-Tirmidhi, Ahmad și Ibn Hibban).

Negrilică (*habbat al-barakah*) poartă denumirea de *șuneiz* în limba persană, chimion negru sau chimion indian. Al-Harbi a relatat că Al-Hasan a spus: „Este vorba despre sămânța de muștar”, în timp ce Al-Harawi a spus că se face referire la sămânța verde de terebinth. Aceste opinii nu sunt corecte, pentru că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus că este sămânța neagră, adică *șuneiz*-ul, așa cum am afirmat deja.

Consumarea seminței negre (negrilica) aduce multiple beneficii, după cum a susținut Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„În ea se găsește vindecarea oricărei boli.”** Această afirmație este în conformitate cu cuvintele lui Allah:

„Care nimicește totul, la porunca Domnului său!” (Sura Al-‘Ahqaf: 25).

Se referă la nimicirea a tot ceea ce este susceptibil de distrugere.

Negrilica ajută la transportarea ingredientelor eficiente din medicamentele reci către acele părți ale corpului care au fost afectate de suferințe fierbinți și uscate; sprijină procesul de absorbție a medicamentului atunci când acesta este administrat în doze mici.

Atât autorul lucrării *Qanun*, cât și alții au susținut faptul că șofranul amestecat cu camfor produce efecte asemănătoare, șofranul ajutând camforul să ajungă rapid la zona afectată. Există mai multe specii de plante care produc efecte asemănătoare cu cele ale șofranului. Este

posibil ca această substanță uscată să aducă beneficii atunci când organismul este afectat de boli caracterizate de fierbințeală. De exemplu, *anzarut*-ul, o substanță utilizată pentru evidențierea ochilor, atunci când este amestecată cu alte leacuri ajută la vindecarea oftalmiei (inflamare a ochiului) și a conjunctivitei etc.

Șuneiz-ul este fierbinte și uscat; elimină balonarea și paraziții intestinali, ușurează suferința leproșilor, a celor care suferă de febră cu eliminare de mucozități, deschide blocajele din artere, descompune gazele acumulate și excesul de umezeală din stomac. *Șuneiz*-ul măcinat și amestecat cu miere, iar apoi combinat cu apă caldă va constitui un remediu diuretic eficient pentru dizolvarea pietrelor de la nivelul rinichilor sau al prostatei. Negrilica mărește fluxul menstrual și sporește cantitatea de lapte dacă este consumată mai multe zile la rând. Atunci când este încălzită cu oțet și așezată deasupra stomacului va ajuta la eliminarea viermilor. Ajută la eliminarea simptomelor răcelii atunci când este măcinată și inhalată până la vindecarea afecțiunii.

Uleiul extras din negrilică ajută la vindecarea mușcăturilor de șarpe, a hemoroizilor și petelor de pe piele. Atunci când se consumă aproximativ douăzeci și cinci de grame din această substanță amestecată cu apă, sufocarea și dificultatea de a respira sunt prevenite și eliminate.

Atunci când semințele negre sunt gătite în oțet, iar lichidul rezultat se folosește la

clătirea gurii, durerile de dinți provocate de sensibilitatea excesivă la rece sunt eliminate. Cel care inhalează praful rezultat în urma măcinării acestor semințe va reuși să diminueze disconfortul provocat de acumulările de lichid ale ochiului. Folosită sub formă de cataplasma, în amestec cu oțet, va vindeca petele și ulcerările pielii.

Uleiul de negrilică ajută la vindecarea paraliziei faciale atunci când este administrat pe cale nazală. Prin consumarea a douăzeci și cinci de grame de ulei extras din sămânța neagră se vindecă mușcătura de păianjen. Semințele fin măcinate, în amestec cu ulei din sămânța verde, folosite drept picături pentru urechi (dar nu mai mult de trei picături), ajută la ușurarea simptomelor răcelii, a balonării și dizolvă diverse tipuri de cheaguri.

Semințele de negrilică prăjite, fin măcinate și înmuiate apoi în ulei ajută la combaterea simptomelor de răceală însoțite de strănut intens.

Sămânța neagră arsă și amestecată cu ceară topită și *henna* sau ulei extras din floarea de iris ajută la înlăturarea ulcerățiilor prezente pe pielea picioarelor; suprafața epidermei trebuie însă în prealabil curățată cu oțet.

Semințele negre zdrobite și amestecate cu oțet, apoi așezate pe rănilor provocate de lepră sau pe zonele care suferă de o pigmentare mult prea intensă, ori pe scalpul afectat de mătreață vor ajuta la combaterea acestor suferințe.

Semințele negre fin măcinate și consumate în cantități de douăzeci și cinci de

grame pe zi, împreună cu apă rece, vor ajuta la vindecarea mușcăturilor provocate de câini turbați și vor împiedica deshidratarea extremă ce poate cauza moartea. Când uleiul de negrilică este administrat pe cale nazală, paralizia facială și tetanosul sunt vindecate. Negrilica arsă ajută la îndepărtarea insectelor veninoase.

Kohl-ul persan dizolvat în apă și așezat pe partea interioară a gâtului, deasupra căruia se presară negrilică, va funcționa ca un remediu în tratarea hemoroizilor. Există multe alte beneficii rezultate din utilizarea *șuneiz*-ului. Subliniem încă o dată faptul că doza administrată trebuie să fie de aproximativ douăzeci și cinci de grame, deoarece unii doctori au considerat că, dacă este folosit în exces, ar putea provoca moartea.

3. *Harir* (mătasea)

Am menționat deja faptul că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) le-a permis lui Az-Zubayr și lui Abdur-Rahman bin 'Awf să poarte mătase, cei doi suferind de o alergie. În capitolul respectiv am vorbit despre beneficiile pe care le aduce acest material.

Amuletă pentru tratarea sciaticii

Ar trebui să se scrie: „În numele lui Allah! O, Allah, Stăpânitor a tot ceea ce există, Stăpân al tuturor și Creator a tot ceea ce există!

Tu m-ai creat pe mine și tot Tu ai creat nervul sciatic. Nu îl lăsa să pună stăpânire asupra mea și nici pe mine nu mă lăsa să îl retez. Vindecă-mă în întregime și înlătură boala! Nimeni nu poate să vindece în afară de Tine.”

Amuletă pentru venele sângerânde

At-Tirmidhi a relatat că Ibn Abbas a spus că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a învățat să recite următoarea *ruqyah* împotriva febrei și a diverselor dureri: „În numele lui Allah, Cel mai Măreț! Caut adăpost la Allah Atotputernicul de răul venelor sângerânde, precum și de răul căldurii focului!”

Amuletă pentru vindecarea durerilor de dinți

Aceasta ar trebui scrisă pe obrazul afectat de durere: „În numele lui Allah, Cel Milostiv și Îndurător! El este Cel care a creat pentru tine simțul auzului (urechile), al văzului (ochii) și al inimii (înțelegerea). Nerecunoscători vă arătați voi.”

Sau:

„Ale Lui sunt [toate] cele care sălășluiesc noaptea și ziua și El este Cel care Aude Totul [și e] Bine Știutor.” (Sura Al-‘An’am: 13).

Amuletă pentru abcese

Această amuletă ar trebui scrisă și apoi așezată deasupra abcesului:

„Te întreabă despre munți. Spune: «Domnul meu îi va face praf, risipindu-i, și îi va lăsa ca pe un șes neted.» (Sura Ta-ha: 105-106).

4. Hurf (loboda)

Abu Hanifa Ad-Daynury a spus: „Semițele de lobodă sunt utilizate ca remedii; ele mai poartă denumirea de *ath-thuffa*, menționate și de Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Planta se numește *al-hurf*, iar semițele poartă denumirea populară de *rașad*.” Abu Ubayd a spus că *ath-thuffa* este același lucru cu *hurf*.

Hadisul la care s-a referit Abu Hanifa este cel relatat de Abu Ubay și alți învățați de la Ibn Abbas, prin care ni se spune că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„Ce vindecare se găsește în aceste leacuri cu gust amar: *thuffaa* și aloe!”**

Loboda încălzește și relaxează stomacul, elimină diverse specii de viermi, descompune tumorile splinei, mărește apetitul sexual și vindecă ulcerările produse de râie și herpes.

Loboda folosită sub formă de cataplasma, în combinație cu mierea, descompune tumorile splinei. Amestecată cu *henna* va extrage acumulările nocive din piept, iar consumarea acestei plante sub formă de lichid ajută la

vindecarea mușcăturilor și înțepăturilor veninoase.

Atunci când este arsă, fumul rezultat alungă făpturile veninoase; un alt efect benefic constă în stoparea căderii părului. Atunci când este amestecată cu făină din orz și oțet, apoi folosită ca un bandaj, ajută la descompunerea tumorilor fierbinți.

Când loboda este folosită sub formă de cataplasă, în combinație cu apa, aduce pustulele la maturitate și ajută la activarea diverselor organe, fortifică apetitul sexual precum și pofta de mâncare. Ajută la combaterea astmului, a dificultății în respirație, dizolvă vâscozitatea splinei, purifică pieptul și mărește fluxul menstrual. Tot loboda ajută la vindecarea problemelor cauzate de nervul sciatic și de cavitatea șoldului, atunci când este consumată sub formă de băutură sau prin injectare, datorită deosebitei sale puteri de extracție. Pieptul și plămânii ce prezintă exces de flegmă sunt purificați prin administrarea remediilor bazate pe această plantă.

Loboda zdrobită și consumată sub formă de băutură, în amestec cu apă caldă, va acționa ca un laxativ, va elimina balonarea și va combate durerile provocate de constipație. Loboda acționează împotriva leprei atunci când este administrată cu apă, după ce a fost în prealabil zdrobită.

Loboda amestecată cu oțet poate fi folosită ca unguent de către cei care suferă de lepră, precum și în cazul celor afectați de pigmentare albicioasă, deoarece ajută la

eliminarea acestor probleme. Durerile de cap își găsesc remediul prin administrarea leacurilor produse din această plantă, iar aici facem referire la acele dureri cauzate de răceli sau acumulări de mucozități. Loboda prăjită și amestecată apoi cu apă constipă, mai ales dacă nu a fost zdrobită înainte; consistența sa se va înmuia prin prăjire.

Galenus a spus că „puterea acestei plante este relativ similară, în ceea ce privește eficiența, cu cea a semințelor de muștar. (...) Câteodată loboda este amestecată cu alte leacuri și folosită astfel pentru a trata astmul; ea dizolvă amestecurile vâscoase, întocmai ca și semințele de muștar. Se aseamănă cu bobul de muștar din orice punct de vedere.”

5. Hulbah (schinduf)

Se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) l-a vizitat odată pe Sa'd bin Abi Waqqas pe când acesta se îmbolnăvise și se afla în Mekka, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a cerut să fie adus un doctor pentru a-l examina. L-au adus pe Al-Harith bin Kaladah care l-a examinat și a spus: „Nu este nimic în neregulă cu el, gătiți-i niște schinduf cu curmale și dați-i să mănânce!” Se relatează că s-a procedat astfel, iar Sa'd s-a vindecat.

Schinduful gătit în apă alină iritarea din gât, piept și stomac. Ușurează simptome cum ar fi tusea, uscăciunea, astmul, dificultatea de a respira și mărește apetitul sexual. Elimină

balonarea, mucozitățile excesive, dopurile și alte depozite intestinale. Dizolvă mucozitățile din zona pieptului și ajută în cazul suferințelor provocate de ulcerul gastric și de bolile de plămâni. *Hulbah*-ul este folosit pentru vindecarea intestinelor, amestecat cu *ghee* terapeutică (unt clarificat în care se fierb diverse plante medicinale) și *fanith*.

Prin administrarea a cinci măsuri de schinduf dizolvate în apă se mărește fluxul menstrual; produsul ce are la bază schinduf gătit cârlionțează părul și combate mătreața.

Dacă făina din schinduf măcinat este amestecată cu niște oțet și natron (carbonat de sodiu cristalizat) și aplicată sub formă de cataplasma asupra tumorilor splinei, ea le va dizolva. Durerile de la nivelul organelor sexuale feminine vor fi alinate dacă se fac băi de șezut cu ceai de schinduf.

Atunci când este folosit ca bandaj pentru tumorile dure și reci va ajuta la dizolvarea acestora. Ceaiul din schinduf alină durerile provocate de acumulările de gaze din stomac și curăță intestinele.

Consumarea schindufului în amestec cu miere, curmale sau smochine, pe stomacul gol, va dizolva mucozitățile acumulate în piept și în stomac și va potoli tusea care însoțește astfel de suferințe.

Schinduful ușurează suferința provocată de retenția de urină și funcționează ca un laxativ. Ajută la regenerarea unghiilor căzute; dacă este amestecat cu ceară, vindecă pielea

crăpată din cauza frigului extrem. Există multe alte întrebuniări benefice ale schindufului.

Unii doctori au afirmat: „Dacă oamenii ar ști câte beneficii derivă din schinduf, l-ar cumpăra cu prețul greutateii sale în aur.”

LITERA K’AFF

1. *Khuzb* (pâinea)

În *Sahih* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„În Ziua Învierii pământul va arăta ca o bucată de pâine pe care Atotputernicul Allah o va pregăti cu Măinile Sale ca locuință pentru oamenii Paradisului.”**

Există un hadis fals prin care ni se interzice să tăiem pâinea cu cuțitul. Într-un alt hadis fals nu ni se permite tăierea cărnii cu cuțitul. Muhanna a spus că l-a întrebat pe Imam Ahmad despre hadisul relatat de la ‘Aişah (Allah să fie mulțumit de ea!), prin care ni se spune că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a interzis folosirea cuțitului pentru tăierea cărnii, deoarece ar constitui un act caracteristic nearabilor. Imamul Ahmad este de părere că această relatare nu este corectă și contrazice hadisul relatat de Amr Bin Umayyah și Al-Mughirah. Hadisul la care a făcut el referire este cel relatat de Amr Bin Umayyah, potrivit căruia Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să taie câteva bucăți de carne de oaie cu un cuțit. Iar Al-

Mughirah a relatat că, atunci când a cerut să fie oaspetele Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), Trimisul lui Allah a ordonat să se pregătească o bucată de carne de oaie friptă pentru el și apoi a tăiat-o cu un cuțit.

Cea mai bună pâine e cea crescută cu drojdie și frământată. Urmează cea coaptă pe vatră, apoi pâinea coaptă în cuptor și în cele din urmă pâinea coaptă sub cenușa fierbinte, făcută din făină proaspătă. Cea mai hrănitoare pâine este cea făcută din făină de griș, pentru că este digerată treptat și nu conține cantități excesive de țărâțe; următoarele două tipuri de pâine ce sunt recomandate sunt pâinea albă și cea neagră.

Cel mai potrivit moment pentru consumarea pâinii este în ultima parte a zilei, după ce a fost coaptă. Spre deosebire de pâinea uscată, pâinea proaspătă este mai ușoară, mai hrănitoare și mai hidratată, iar procesul de digestie este de scurtă durată.

Pâinea albă îngrașă repede. Cataiful (prăjitură asemănătoare cu clătitele) creează depuneri de substanțe nocive, iar firmiturile de pâine conduc la flatulență și digestie dificilă. Pâinea frământată cu lapte produce cheaguri și este dificil de digerat, deși este hrănitoare. Pâinea făcută din orz nu este la fel de hrănitoare ca pâinea din grâu.

2. *Kh'al* (oțetul)

Muslim a relatat în *Sahih* că Jabir bin Abdullah a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și

binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a cerut soției sale ceva de mâncare și ea i-a spus că are oțet. A cerut să i se dea și a început să mănânce spunînd: «**Ce aliment minunat este oțetul!**» (L-a mâncat cu pâine).»

Oțetul din vin ajută împotriva inflamațiilor gastrice și a secrețiilor dăunătoare ale bilei și elimină răul produs de medicamentele toxice. Poate descompune laptele, precum și sângele coagulat, ajută la buna funcționare a splinei, îmbracă stomacul cu un strat protector, constipă, potolește setea și împiedică apariția tumorilor. Este un adjuvant în cadrul procesului de digestie, elimină mucozitățile excesive, înmoaie hrana vâscoasă și ameliorează consistența sângelui.

Oțetul amestecat cu sare și administrat apoi în combinație cu apă combate efectul otrăvitor al ciupercilor nocive. Câteva sorbituri de oțet dizolvă cheagurile de sânge de la nivelul maxilarului inferior. Clătirea gurii cu oțet cald ușurează durerea de dinți și întărește gingiile.

Dacă degetul infectat este tamponat cu oțet, acesta va grăbi vindecarea, fiind folositor în înlăturarea pustulelor, a tumorilor fierbinți și a arsurilor provocate de foc. Oțetul stimulează pofta de mâncare și alină stomacul; oamenilor care trăiesc în ținuturi cu climat cald li se recomandă să îl consume.

3. *Khilal* (scobitoarea)

Utilizarea scobitorilor este benefică pentru gingii și pentru dinți, deoarece le

menține starea de sănătate și ajută astfel la păstrarea unei respirații proaspete. Cele mai bune tipuri de scobitori sunt cele fabricate din lemn de măslin. Nu este recomandată utilizarea tulpinilor de stuf, de mirt sau busuioc în realizarea scobitorilor.

LITERA D'AL

1. *Duhn* (grăsimea)

Grăsimea închide porii și previne descuamarea pielii. Utilizată după o baie cu apă fierbinte va hidrata epiderma și îi va oferi luciu. Grăsimea aplicată pe păr înfrumusețează podoaba capilară și stimulează creșterea părului. Poate fi folosită cu succes în combaterea pojarului, precum și a unor boli care afectează scalpul (și părul, în consecință).

At-Tirmidhi a relatat de la Abu Hureira următoarele cuvinte ale Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Folosiți grăsimea atunci când gătiți, dar și ca unguent!”**

În ținuturile cu climat torid, cum ar fi Hijaz, grăsimea acționează ca unul dintre cei mai buni agenți în menținerea stării de sănătate, precum și ca remediu, devenind un ingredient necesar pentru locuitorii unor astfel de regiuni. Pentru cei care trăiesc în zone cu temperatură scăzută grăsimea nu reprezintă un ingredient imperios necesar. Ar trebui să

menționăm faptul că grăsimea aplicată cu regularitate pe scalp dăunează vederii.

Printre cele mai benefice tipuri de substanțe uleioase se numără uleiul obișnuit, seul și uleiul de susan.

Cât despre grăsimile compuse, unele dintre acestea se caracterizează prin umiditate și răceală, de exemplu: esența de violete care ajută la combaterea durerilor de cap și provoacă somnul. Ele elimină uscăciunea excesivă a pielii și reprezintă unul dintre cele mai eficiente unguente care combat râia și iritațiile uscate, menținând flexibilitatea încheieturilor. Aceste grăsimi reprezintă un remediu potrivit pentru cei care suportă cu dificultate căldura din timpul verii.

Unele dintre tipurile de grăsimi compuse, de exemplu cele derivate din planta vieții (*moringa oleifera*), relaxează nervii și ajută la combaterea petelor provocate de hiperpigmentare sau la ameliorarea zonelor apigmentate, vizibile în anumite zone de pe suprafața epidermei. Poate să extragă mucozitățile vâscoase, să înmoaie ligamentele uscate și să încălzească nervii. Curăță dinții, le dă strălucire și îi protejează de coroziune. Cel care își unge scalpul și fața cu grăsime extrasă din planta vieții nu va fi afectat de pojar sau de crăpături ale pielii. Dacă este aplicată pe organele genitale, testicule, combate răceala localizată la nivelul rinichilor și urinarea involuntară.

LITERA ZAL

1. Zarirah (arum)

În *Sahihan* se relatează că ‘Aişah (Allah să fie mulțumit de ea!) a relatat că l-a parfumat pe Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) cu *tharirah* pe când se afla în starea de *ihram* în timpul pelerinajului de adio.

Am menționat în paginile anterioare beneficiile care derivă din această plantă.

2. Zubab (muștele)

Am făcut deja referire la hadisul relatat de Abu Hureira în *Sahihan*, în legătură cu porunca Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) de a scufunda musca în mâncare sau în băutură, în cazul în care aceasta ar fi căzut deja acolo, pentru a beneficia astfel de antidotul pe care îl poartă pe una dintre aripi. Acest antidot anulează efectele otrăvii prezente pe cealaltă aripă. Am menționat într-un capitol anterior beneficiile pe care le aduc aceste insecte.

3. Zahab (aur)

Abu Daud și At-Tirmidhi au relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a permis lui Arfajah bin As’ad, care își pierduse nasul în timpul bătăliei de la

Kulab și a fost nevoit să poarte un nas din argint (distrus din cauza coroziunii, mai târziu), să poarte un nas făurit din aur. Numele lui Arfajah este menționat doar în acest hadis.

Aurul se numără printre bucuriile acestei vieți lumești, fiind una dintre posesiunile pământești care aduc fericire inimii și îl fac pe om să se simtă în siguranță. Acesta este secretul lui Allah pe pământul Său. Atunci când aurul este îngropat în pământ, nisipul nu are niciun efect advers asupra acestuia. Dacă este utilizat în anumite remedii, ajută la vindecarea inimii slăbite și a fibrilațiilor care însoțesc secreția de bilă neagră. Ajută la combaterea obsesiilor, a tristeții, fricii și iubirii. Elimină paloarea și deschide tenul. Combate lepra și numeroase alte afecțiuni, inclusiv secreția de bilă neagră. Aurul amestecat cu apă și administrat ca atare sau folosit sub formă de unguent reprezintă un ingredient deosebit de eficient în tratarea alopeciei (afecțiune a pielii caracterizată prin pierderea, totală sau parțială, a părului) sau a mușcăturilor de viperă. Curăță suprafața globului ocular și o întărește; contribuie la combaterea mai multor afecțiuni și întărește, în același timp, organele corpului.

Cei ce suferă de o afecțiune ce poate fi atenuată prin cauterizare și folosesc aurul în acest scop se vor vindeca mai rapid, iar rana nu va fi acoperită de bășicuțe. Aurul folosit precum *kohl*-ul purifică și întărește ochii. Dacă un inel din aur este încălzit, iar apoi plasat pe aripile unui porumbel, ca o marcă, acesta se va obișnui cu casa sa și nu o va abandona.

Aurul are un efect foarte puternic asupra inimii, întărind-o; de aceea este permis atât în timp de război, cât și în vreme de pace, cu excepția cazurilor în care nu există vreo interdicție specifică. At-Tirmidhi a relatat că Buraydah Al-‘Asri a spus:

„Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a sosit în Mekka în ziua de *Al-Fath* (cucerirea Mekkăi), iar sabia lui era împodobită cu aur și argint.”

Inima îndrăgește aurul, iar atunci când intră în posesia acestui metal prețios uită de celelalte obiecte care îi sunt dragi în această viață lumească. Allah a spus:

„Frumoasă a fost făcută să pară în ochii oamenilor dragostea pentru cele jinduite - femeile, progeniturile, multe grămezi de aur și argint, caii de rasă aleasă, animalele și ogoarele. Acestea sunt plăcerea vieții celei pământești, în vreme ce la Allah este buna întoarcere.” (Sura ‘Ali ‘Imran: 14).

În colecțiile de hadisuri autentice se menționează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Dacă fiul lui Adam ar avea o vale întreagă plină de aur, ar mai căuta încă una. Iar dacă ar avea două, ar căuta-o pe a treia. Nimic nu satură stomacul fiului lui Adam, în afară de țărână, iar Allah îi iartă pe cei care se căiesc.”**

Aurul este cel mai mare obstacol care se interpune între umanitate și răsplata din Viața

de Apoi. Este principalul agent care îl face pe om să nu Îi dea ascultare lui Allah. Din cauza aurului s-a ajuns ca părinții și copiii să se certe între ei, a curs sânge, interdicțiile au fost încălcate, drepturile au fost abuzate, iar robii lui Allah s-au nedreptățit unul pe celălalt. Din cauza aurului oamenii au ajuns să prefere această viață lumească, a cărei durată este limitată, în defavoarea celei de Apoi pe care Allah a pregătit-o pentru ei și pentru cei care Îi sunt credincioși. Din cauza aurului au fost îngropate atât de multe adevăruri, iar acest lucru continuă să se întâmple; viața a fost și încă este înșesată de minciuni. Atât de mulți oameni nedrepti au primit sprijin prin intermediul aurului și continuă să îl primească și atât de mulți nevinovați au fost și sunt tratați cu nedreptate.

LITERA R'AA

1. *Rutab* (curmalele coapte)

Allah i-a spus Mariei:

„Și scutură spre tine trunchiul de curmal, căci el va lăsa să cadă lângă tine curmale proaspete coapte! Așadar, mănâncă, bea și fii fericită [de copilul tău]! Iar de vei vedea tu vreun om, spune-i lui: «Eu I-am jurit Celui Milostiv un post și de aceea nu voi sta astăzi de vorbă cu niciun om!»”
(Sura Maryam: 25-26)

În *Sahihan* se relatează de la Abdullah bin Ja'far astfel: „L-am văzut pe Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) mâncând castraveți cu curmale coapte.”

Abu Daud a relatat în *Sunan* că Anas a spus: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să rupă postul cu câteva curmale coapte, iar dacă nu avea din acestea mânca niște curmale uscate. Iar dacă nu avea nici curmale uscate, sorbea apă de câteva ori.”

Curmalele coapte sunt un aliment foarte potrivit pentru sporirea cantității de spermă și stimularea fertilității; este foarte bine ca aceia care locuiesc în regiuni cu temperaturi scăzute să le consume, mai ales că sunt foarte hrănitoare.

Curmalele coapte reprezintă cea mai bună specie de fructe, mai ales pentru cei care locuiesc în Medina, precum și pentru locuitorii altor ținuturi în care cresc curmale. Consumarea acestui fruct generează numeroase beneficii pentru corp, deși fructele se strică rapid în stomacul aceluia care nu este obișnuit să le consume și generează astfel alterarea sângelui. Consumarea unei cantități excesive de curmale coapte conduce la apariția durerilor de cap, stimulează secreția bilei negre și dăunează dinților. Oximelul (*sakanjabin*-ul) ajută la neutralizarea agenților iritanți conținuți în curmalele coapte.

Atunci când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) rupea

postul, obișnuia să mănânce întâi câteva curmale coapte sau să bea niște apă. Acesta este un lucru înțelept, pentru că în timpul postului stomacul se golește de mâncare, iar ficatul nu are suficientă energie pentru a o transfera diverselor organe. Alimentele dulci sunt descompuse, iar substanțele nutritive ajung la ficat extrem de repede și sunt bine tolerate, mai ales atunci când este vorba despre curmalele coapte. Dacă omul nu găsește curmalele coapte, ar trebui să consume curmale uscate, pentru că acestea sunt dulci și hrănitoare. Altfel, sunt suficiente și câteva sorbituri de apă pentru a potoli fierbințeala stomacului și a postului. Atunci apetitul va fi sporit, iar stomacul va fi pregătit pentru a accepta și digera hrana.

2. Raihan (mirtul / busuiocul)

Allah ne-a grăit astfel în Coran:

„Dacă [acesta] este dintre cei apropiați [de Allah] atunci el va avea odihnă, îndurare și grădini cu plăceri...” (Sura Al-Waqi'a: 88-89).

Tot în Coran putem citi:

„Și grânele cu paie și ierburile mirositoare...” (Sura Ar-Rahman: 55).

Muslim a relatat de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Cel căruia i se oferă raihan (busuioc) nu ar trebui să îl refuze, pentru că este ușor de folosit și are o aromă plăcută.”**

Ibn Majah a povestit în *Sunan* că Usamah a relatat de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) următoarele: **„Este vreunul dintre voi pregătit să intre în Paradis, pentru că acesta este cel mai bun (și mai pur) loc. Seamănă cu o lumină strălucitoare, un *raihan* scânteietor, un palat luxos, un râu curgător, o curmală coaptă sau o soție frumoasă. Are nenumărate încăperi, este locul perfect în care se locuiește pentru totdeauna, iar acolo se găsesc fructe, legume, tihnă și binecuvântări în cel mai slăvit și plăcut loc.”** Ei au spus: „Da, o, Trimis al lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), suntem pregătiți să pătrundem în acel loc!” El a spus atunci: **„Spuneți: «Cu voia lui Allah!».**” Iar ei au rostit: „Cu voia lui Allah!”

Orice plantă cu aromă plăcută poartă denumirea de *raihan*. Prin urmare, în fiecare regiune vom găsi o anumită denumire pentru aceste plante. De exemplu, cei din partea de vest și arabii le numesc *raihan*. Iar cei din Irak și din regiunea Șam îi spun *hibk*-ului (o specie de mentă) *raihan*.

Raihan-ul cunoscut sub denumirea de mirt este eficient în absorbirea umezelii de pe mâini și produce constipație.

Mirtul combate secreția excesivă a bilei, iar dacă este inspirat împrăștie vapori de natură fierbinte și umedă. Aroma sa alină inima și previne instalarea mai multor afecțiuni, mai ales atunci când este plasat în diverse locuri din casă.

Tumorile care afectează uretra sunt vindecate prin aplicarea de mirt deasupra zonei afectate. Frunzele proaspete de mirt, folosite ca o compresă plasată pe cap, în amestec cu oțet, opresc sângerările nazale. Frunzele uscate de mirt, transformate în pudră, vindecă ulcerele și ajută organele slăbite; de asemenea, vindecă petele și ulcerele care apar pe mâini și pe picioare.

Când este folosit pentru frecționarea trupului, mirtul elimină transpirația, absoarbe umezeala în exces și împrăștie mirosul neplăcut de sub braț. Băile de șezut, cu ceai de mirt, ajută la combaterea infecțiilor care pot apărea în zona dorsală sau care pot afecta vaginul; ceaiul de mirt folosit extern întărește încheieturile slabe și ajută la vindecarea fracturilor.

Mirtul poate fi folosit pentru eliminarea mătreții, vindecarea ulcerelor care supurează sau a petelor care apar pe scalp. Previne căderea părului și îl închide la culoare. Frunzele de mirt măcinate și amestecate cu puțină apă, apoi cu ulei de trandafir sau ulei extras din trandafiri, folosite sub forma unui bandaj, sunt eficiente în combaterea ulcerățiilor proaspăt apărute, a bubelor infectate, a infecțiilor pielii, a tumorilor acute, urticariilor sau a hemoroizilor.

Semințele de mirt combat într-un mod eficient hemoptizia (manifestată prin eliminarea de sânge prin spută). Îmbracă stomacul într-un strat protector, curăță pieptul și stomacul fără să le agreseze. Combate diareea și tusea, iar aceste calități sunt rar întâlnite la alte

medicamente. Semințele de mirt sporesc cantitatea de urină și vindecă infecțiile vezicii urinare, precum și înțepăturile de păianjen sau de scorpion. Trebuie menționat faptul că utilizarea rădăcinilor de mirt pentru curățarea spațiilor interdentare este dăunătoare.

Rahihan-ul persan, numit și *hibk*, este de esență fierbinte, iar prin inhalarea aromei sale ușurează durerea de cap, mai ales atunci când este stropit cu apă și lăsat să se răcească. Este eficient și ca somnifer. Semințele de mirt persan ameliorează afecțiunile bilei, ale stomacului, întăresc inima și combat durerile provocate de secreția de bilă neagră.

3. Rumman (rodia)

Allah a spus:

„În ele se află fructe, palmieri și rodii...” (Sura Ar-Rahman: 68).

De la 'Ali se relatează următoarele: „Mâncați rodia cu tot cu pulpă, pentru că îmbracă stomacul (într-un strat protector).”

Rodia dulce este benefică pentru stomac și îl întărește datorită proprietăților sale de agent constipant blând. Este benefică și pentru gât, piept și plămâni, ușurând tusea. Sucul rodiei alină stomacul și hrănește corpul. Este ușor de digerat, sporește cantitatea de spermă și nu este favorabil celor care suferă de febră. Rodia mai are o calitate specială: consumată în combinație cu pâinea previne alterarea acesteia în stomac.

Rodia amară este benefică în cazul în care stomacul este supraîncălzit și ajută la sporirea cantității de urină (într-o măsură mai mare decât celelalte specii de rodii). Ușurează simptomele care însoțesc afecțiunile bilei, potolește diareea, previne vomitarea și acumularea de substanțe vâscoase. Potolește fierbințeala ficatului, întărește organele, ajută la combaterea tremurăturilor, a durerilor de inimă sau a celor manifestate în partea superioară a stomacului. Elimină în mod eficient deșeurile din organism, stopează secrețiile biliare nocive și este benefică pentru sânge.

Sucul rodiei, amestecat cu miere până capătă consistența unui unguent, este folosit ca atare sub formă de picături pentru ochi și înlătură culoarea galbenă a globului ocular. Atunci când acest amestec este aplicat pe gingie, este benefic în combaterea alergiilor. Sucul extras din coajă de rodie funcționează ca un laxativ, elimină secrețiile biliare septice și combate febra.

Cât despre rodia acră, calitățile sale se plasează pe poziția mediană între cele două specii pe care tocmai le-am menționat. Semințele de rodie amestecate cu miere vor îndepărta infecțiile și ulcerele maligne. Florile de rodie ajută la vindecarea rănilor. Se spune că acela care ingerează trei flori de rodie în fiecare an va fi imun la conjunctivită timp de un an întreg.

LITERA ZAL

1. Zait (uleiul de măsline)

Allah Subhanu Wa Ta'ala a spus:

„Ea se aprinde de la un pom binecuvântat, un măslin, nici de răsărit, nici de apus, al cărui ulei aproape că luminează fără să-l fi atins focul. Lumină peste lumină! Allah călăuzește către lumina Sa pe cine voiește El și Allah dă oamenilor pilde. Iar Allah le știe pe toate.” (Sura An-Nur: 35).

At-Tirmidhi și Ibn Majah au relatat că Abu Hureira a spus că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„Mâncați ulei de măsline și folosiți-l ca unguent, pentru că acesta este produs de un copac binecuvântat.”**

Al-Bayhaqi și Ibn Majah au relatat de la 'Abdullah bin 'Umar care a spus că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a zis: **„Mâncați ulei și folosiți-l ca unguent, pentru că provine dintr-un copac binecuvântat (măslinul).”**

Calitatea uleiului depinde de copacul din care este produs. De exemplu, cel mai bun ulei este cel extras din măsline coapte. Uleiul de măsline este recomandat pentru neutralizarea efectului otrăvurilor; de asemenea, funcționează ca laxativ și elimină viermii din organism. Toate soiurile de ulei de măsline catifelează pielea și încetinesc procesul de îmbătrânire. Apa sărată amestecată cu ulei previne formarea bășicilor pe

pielea arsă. Uleiul de măsline are proprietatea de a întări gingiile.

2. Zubd (untul)

Abu Daud a relatat în *Sunan* de la cei doi copii ai lui Busr: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a venit la noi și i-am oferit niște unt și curmale uscate, pentru că de obicei îi plăcea să mănânce unt cu curmale uscate.”

Untul descompune toxinele din organism, vindecă tumorile care apar în apropierea zonei urechilor și a uretrelor (tuburile care fac legătura între rinichi și vezica urinară). Untul potolește nervii și vindecă tumorile provocate de secreția excesivă a bilei negre, elimină mucozitățile și hidratează organismul. Untul aplicat pe gingiile copiilor, înainte de apariția dinților, ajută la creșterea acestora. Untul potolește tusea care însoțește de obicei răcelile. Vindecă herpesul și poate fi administrat ca laxativ. Untul micșorează pofta de mâncare și atenuază dulceața mierii și a curmalelor.

3. Zabib (stafidele)

Cea mai bună specie de stafide este cea cu bobul mare, pielița subțire și semințe mici; este mai bine ca semințele să fie extrase înainte de a fi consumate.

Stafidele se aseamănă cu soiul de struguri din care au fost produse; cel mai

puternic agent constipant îl constituie stafidele albe. Stafidele sunt benefice pentru trahee, potolesc setea, precum și durerile de ficat sau de prostată. Întăresc stomacul și liniștesc durerile resimțite la nivelul cavității abdominale.

În general, stafidele întăresc stomacul, splina, ficatul și sunt benefice în afecțiunile gâtului, pieptului, ficatului și a prostatei.

Cea mai bună modalitate de a consuma stafidele implică înlăturarea semințelor. Stafidele sunt hrănitoare și nu provoacă cheaguri (spre deosebire de curmale). Consumarea stafidelor cu tot cu semințe sporește aportul nutritiv și este benefică pentru stomac, ficat și splină. Stafidele dulci, fără semințe, sunt bune pentru cei care suferă de exces de lichid sau mucozități în organism, ajutând ficatul.

Stafidele sunt bune și pentru sporirea capacității de memorare, după cum a spus și Az-Zuhri: „Cei care vor să memoreze hadisurile ar trebui să mănânce stafide.” Se relatează că Abdullah Ibn Abbas a descris stafidele astfel: „În semințele lor se găsește o boală, iar antidotul acesteia se află în pulpă.”

4. Zanjabil (ghimbirul)

Allah a grăit astfel:

„Și li se va da să bea [acolo] dintr-un pocal al cărui amestec va fi cu ghimbir...”
(Sura Al-ʿInsan: 17).

Abu Nu'aim a relatat în lucrarea sa despre medicina profetică următoarele cuvinte

de la Abu Sa'id Al-Khudri: „Ghimbirul (...) încălzește corpul și ajută procesul de digestie, alină stomacul, ajută la deschiderea cheagurilor de sânge cauzate de răceală și umezeală la nivelul ficatului și ajută la eliminarea umezelii ce dăunează ochilor, atunci când este administrat fie pe cale orală, fie prin aceeași metodă ca și *kohl*-ul. Ghimbirul mărește potența și descompune gazele dense acumulate în intestin și în stomac.”

Atunci când ghimbirul se administrează amestecat cu două măsuri de zahăr și niște apă fierbinte, funcționează ca un laxativ și elimină toxinele din corp. Ghimbirul poate fi folosit ca ingredient în unguentele care dizolvă flegma, fiind foarte eficient.

Ghimbirul acru sporește pasiunea sexuală și mărește cantitatea de spermă, încălzește stomacul și ficatul, ajută procesul de digestie, usucă mucozitățile excesive din corp și îmbunătățește capacitatea de memorare. Este eficient și în menținerea temperaturii reci a ficatului și elimină efectul dăunător al consumului de fructe. Când este adăugat în mâncare, îmbunătățește aroma acesteia și înlătură efectele negative ale mâncărilor vâscoase și reci.

LITERA SIN

1. *Senna*

Am făcut referire la *senna* mai sus și am precizat că mai poartă denumirea de *sanut*. Există șapte opinii cu privire la semnificația cuvântului *senna*.

Se spune ca *senna* se referă la miere, la acea substanță densă care apare pe suprafața untului sau la semințele de chimion ori de chimion persan, la mărar, curmale uscate sau fenicul.

2. *Safarjal (gutuia)*

Gutuia are proprietatea de a constipa, iar consumarea acestui fruct este benefică pentru stomac. Gutuia acră constipă într-o măsură mai mare decât cea dulce. Toate varietățile de gutui potolesc setea, opresc vomitarea, măresc cantitatea de urină și constipă. Este recomandat consumul de gutui ca adjuvant în vindecarea ulcerelor și hemoptiziilor (eliminarea de sânge prin spută), a diareei și a stărilor de greață. Cenușa obținută în urma arderii frunzelor sau a tulpinii de gutui, spălate în prealabil, are un conținut ridicat de substanțe asemănătoare cu zincul.

Dacă gutuile sunt consumate înainte de masă, vor avea efect constipant, iar în cazul în care sunt mâncate după ce s-a servit masa vor înmuia scaunul și vor ajuta procesul de

digestie. Consumarea unor cantități excesive de *safarjal* dăunează sistemului nervos și cauzează constipație dureroasă.

Cea mai bună modalitate de consumare a gutuilor este prepararea lor prin coacere sau cu miere. Semințele de gutui ajută la eliminarea uscăciunii gâtului, a traheei, precum și a multor alte suferințe. Uleiul extras din gutui previne transpirația și întărește stomacul. Gemul preparat din gutui întărește stomacul, ficatul, alină inima și sufletul.

3. *Siwak*

În *Sahihan* se relatează că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Dacă nu m-aș fi temut să nu-mi împovărez națiunea, le-aș fi poruncit să folosească *siwak*-ul înainte de fiecare rugăciune.”**

În *Sahihan* se relatează: **„De fiecare dată când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) se trezea în timpul nopții, obișnuia să își curețe dinții cu un *siwak*.”**

Al-Kukhari a relatat că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„*Siwak*-ul curăță gura și Îl mulțumește pe Domnul.”**

Muslim a relatat următoarele: **„Ori de câte ori intra Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) în casă, folosea în primul rând *siwak*-ul.”**

Există multe alte hadisuri pe marginea acestui subiect. Într-un hadis autentic ni se relatează că, înainte de a muri, Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a folosit *siwak*-ul. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„V-am atras atenția de atâtea ori să folosiți *siwak*-ul.”** Cel mai bun tip de *siwak* este cel făcut din arborii *arak*. Nu este recomandat ca oamenii să folosească un copac necunoscut pentru a face *siwak* din el, deoarece ar putea fi otrăvitor. *Siwak*-ul trebuie folosit cu moderație, pentru că poate îndepărta smalțul dinților. Când *siwak*-ul este folosit cu moderație, lustruiește suprafața dinților, le întărește rădăcina, este benefic pentru limbă, previne formarea plăcii bacteriene, limpezește mintea și crește pofta de mâncare.

Cel mai bine este să folosim *siwak*-ul după ce a fost înmuiat în apă de trandafiri. Cel mai bun *siwak* este cel făcut din mlădițe de nuc. Autorul lucrării *At-Taysir* a afirmat: „Se spune despre cel care folosește *siwak*-ul o dată la cinci zile că va avea mintea limpede, simțurile i se vor ascuți, iar mintea sa va fi într-o stare alertă.”

Din utilizarea *siwak*-ului derivă numeroase beneficii, cum ar fi îmbunătățirea respirației, întărirea gingiilor, curățarea mucozităților, prevenirea cariilor. Folosirea *siwak*-ului menține starea de sănătate a stomacului, limpezește vocea, ajută în procesul de digestive și încurajează activități cum ar fi recitarea Coranului, pomenirea lui Allah și

rugăciunea. *Siwak*-ul combate starea de oboseală, Îl mulțumește pe Domnul, îi încântă pe îngeri și mărește numărul de fapte bune.

Siwak-ul poate fi utilizat în orice moment, mai ales înainte de împlinirea rugăciunii, a abluțiunii, la trezire sau atunci când gura emite un miros neplăcut. Este preferat de cei care postesc, de toți oamenii, de fapt, în orice moment. Există hadisuri care permit folosirea *siwak*-ului de către cei care postesc, pentru că este bine pentru ei și Îl mulțumesc pe Domnul. A-L mulțumi pe Allah în timpul postului este foarte important. *Siwak*-ul curăță gura, iar păstrarea curățeniei este una dintre cele mai bune fapte pe care le pot face cei care postesc.

În *Sunan* se relatează că ‘Amir bin Rabt’ah a spus: „L-am văzut de multe ori pe Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) folosind *siwak*-ul în timp ce postea.”

Al-Bukhari a spus că Ibn ‘Umar a zis că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) folosea *siwak*-ul la începutul zilei și la sfârșitul acesteia.

Există un consens cu privire la faptul că persoana care postește trebuie să își clătească gura în timp ce împlinește abluțiunea, iar clătirea gurii reprezintă o obligație sau un act preferabil. Atunci când Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus că mirosul care este emis de gura celui care postește este mai plăcut în fața lui Allah decât parfumul de mosc, el a dorit să încurajeze

oamenii să postească, nu să le permită să se complacă în a avea un miros neplăcut. Cel care postește are nevoie de *siwak* mai mult decât oricare altă persoană.

Siwak-ul nu înlătură în mod complet mirosul gurii celui care postește, pentru că motivul persistenței aceluși miros încă mai există – stomacul lipsit de hrană. Însă efectele acestei stări vor fi reduse.

Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și-a informat comunitatea în legătură cu acțiunile care sunt preferate sau nerecomandate în timpul postului. Nu a menționat *siwak*-ul printre aceste acte care nu sunt plăcute, deși știa că oamenii îl utilizează. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a fost văzut folosind *siwak*-ul de nenumărate ori; el știa că oamenii îl vor imita. Nu i-a descurajat nici pe cei care îl foloseau după-amiaza (pe când posteau). S-a stabilit în mod clar faptul că, atunci când este nevoie de îndrumare cu privire la o anumită chestiune, trebuie să urmăm exemplul Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!).

4. Samn (materia grasă extrasă din lapte)

Există un hadis slab prin care ni se transmite că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îi sfătuia pe musulmani să consume lapte de vacă, deoarece în acesta se găsește un remediu, iar în untul produs din acest lapte – un leac, afirmând în același timp

că în carnea de vită se află o boală; lanțul de naratori al acestui hadis nu este însă autentic.

Somn-ul constituie un agent de maturare mai puternic decât untul, iar Galinus a afirmat că folosea astfel de materii grase pentru a vindeca tumorile care se dezvoltau în ureche sau pe vârful nasului. Dacă gingia este unsă cu extractul gras, dintele va apărea mai repede.

Somn-ul amestecat cu miere și migdale amare eliberează pieptul și plămânii și elimină diverse afecțiuni; astfel de extrase de materii grase dăunează stomacului, mai ales în cazul celor care suferă de exces de mucozități.

Materia grasă extrasă din laptele de vacă sau de capră, amestecată cu miere, ajută la disiparea materiilor toxice și la vindecarea mușcăturilor de șarpe sau a înțepăturilor de scorpion. Ibn As-Sunni a relatat de la Ali că oamenii nu au folosit niciodată un leac mai bun decât *somn*-ul.

5. **Samak (peștele)**

Imam Ahmad și Ibn Majah au relatat de la 'Abdullah Ibn 'Umar că Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus:

„Ni s-a permis consumarea a două specii de animale moarte și a două feluri de organe care conțin sânge: peștele și lăcusta, ficatul și splina.”

Există numeroase specii de pești, dar cele mai bune exemplare au un gust delicios, o aromă plăcută, o mărime potrivită, carne moale, dimensiuni armonios proporționate; ei sunt

crescuți în ape curgătoare și se hrănesc cu plante, nu cu deșeuri organice. Cei mai buni pești se găsesc în apele curgătoare proaspete, care trec peste pietre, precum și în zonele cu sol nisipos curat, fără mizerie sau deșeuri, cu condiția ca aceste regiuni să fie liniștite și expuse la soare și la vânt.

Peștii de mare au carnea moale și un gust delicios. Pielea care îi învelește este rece și umedă, greu de digerat și produce cantități excesive de mucozități; avantajele sale rezidă însă în menținerea unei temperaturi bune a organismului, sporirea cantității de spermă și a fertilității, precum și în pregătirea organismului pentru vremea caniculară.

Silurus glanis (somnul) are carnea vâscoasă, iar evreii nu consumă această specie de pește. Carnea de somn alină stomacul, iar atunci când este sărată și apoi consumată, curăță traheea și limpezește vocea. Carnea astfel preparată, măcinată și folosită ca unguent extern extrage deșeurile acumulate în interiorul corpului.

Apa sărată în care a fost ținut somnul atenuază efectele produse de ulceralele abia formate și extrage substanțele dăunătoare. Injectarea sa potolește durerea provocată de sciatică.

Cea mai bună parte a peștelui este cea situată în apropierea cozii; carnea moale și grasă îngrașă.

În *Sahihan* se relatează că Jabir bin Abdullah a spus: „Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) ne-a

trimis împreună cu trei sute de călăreți, cu toții fiind sub conducerea lui Abu Ubaidah bin Al-Jarrah. Am mers la malul mării, iar curând ne-am simțit atât de flămânzi, încât am început să mâncăm frunze din copaci. Apoi valurile mării au aruncat o balenă din specia numită 'Anbar. Am mâncat din ea vreme de două săptămâni și i-am folosit grăsimea la prepararea cărnii. Abu Ubaidah a luat apoi o coastă a aceluia pește și i-a cerut unuia dintre oamenii săi să treacă pe sub ea, lucru pe care acesta l-a făcut cu ușurință.”

6. *Silqh* (sfecla)

At-Tirmidhi și Abu Daud au relatat de la Umm Al-Munthir: „Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a venit împreună cu 'Ali, pe când acesta încă se recupera după o suferință. Aveam câțiva ciorchini de curmale. Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a început să mănânce din acestea, iar 'Ali i s-a alăturat. Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a spus apoi: **«Încă te afli în convalescență»**, până când 'Ali s-a oprit din mâncat. Apoi am pregătit niște orz cu sfeclă și le-am adus și lor. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a spus atunci lui 'Ali: **«Mănâncă din acestea, este mai bine pentru tine.»**”

Sfecla descompune cheagurile și le deschide. Sfecla neagră are efect constipant; combate alopecia (boală a pielii caracterizată prin pierderea totală sau parțială a părului),

petele apărute pe piele, mătreța și negii, atunci când se aplică local zeama lăsată de sfeclă. Ucide păduchii și poate fi folosită ca unguent, în amestec cu mierea, pentru vindecarea herpesului. Sfecla deschide cheagurile formate la nivelul ficatului sau al splinei.

După cum am afirmat deja, sfecla neagră constipă, mai ales atunci când este consumată în combinație cu linte, însă niciuna dintre acestea două nu este recomandată pentru stomac. Totuși sfecla neagră combinată cu linte alină stomacul și poate fi folosită ca laxativ sau pentru tratarea hemiplegiei (formă a paraliziei care atacă doar o jumătate a corpului), atunci când este consumată în combinație cu alte alimente și condimente. În același timp trebuie precizat faptul că nu este hrănitoare și conduce la formarea de amestecuri care dăunează organismului. Dacă este consumată în combinație cu oțet sau muștar, acestea ajută la neutralizarea efectelor secundare. Consumată în exces conduce la constipație și balonare.

LITERA ȘIN

1. Șuneiz (negrilica)

Am discutat despre negrilică atunci când am studiat alimentele care încep cu litera 'Ha din cadrul listei noastre alfabetice.

2. *Şubrum (euphorbia piteous)*

At-Tirmidhi și Ibn Majah au relatat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a întrebat-o pe Asma bint 'Umais: **„Cum te tratezi tu când suferi de constipație?”** Ea a răspuns: „Cu *şubrum (euphorbia piteous)*.” Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Este o plantă fierbinte și un laxativ prea puternic.”**

Şubrum-ul este un pom care poate atinge, câteodată, înălțimea unui om. Crengile sale sunt roșii, cu pete albe, iar pe extremitatea exterioară a crengilor cresc buchețele mici de frunze. Florile sale sunt mici, de culoare galbenă și cu pete albe. Atunci când florile cad, descoperă niște tulpinițe mici, cu grăuncioare asemănătoare bucățelelor de terbenină. Aceste tulpini sunt de culoare roșie, iar nervurile sunt învelite într-o pieleță de nuanță roșiatică. De la arborlele de *şubrum* se folosesc învelișul, nervurile și substanța extrasă din tulpină.

Şubrum-ul are capacitatea de a elimina secrețiile excesive de bilă neagră, apă gălbuie, precum și mucozitățile. Poate conduce la apariția unor stări de greață și de neliniște. Consumarea în exces a acestei plante poate provoca moartea. Cel care intenționează să folosească *şubrum*-ul ca remediu ar trebui să îl lase în lapte, la înmuiat, timp de o zi și o noapte, iar în decursul zilei laptele ar trebui să fie schimbat de două-trei ori. Apoi *şubrum*-ul ar trebui uscat la umbră, amestecat cu (petale de

trandafir, *tragacanth* (cunoscut sub denumirea de cornul caprei) și consumat în combinație cu apă și miere sau suc de struguri.

O doză de *şubrum* este reprezentată de două sau trei măsuri din această plantă. Ar trebui să precizăm faptul că Hunain a spus: „Cât despre laptele de *şubrun*, nu întrevăd nimic bun prin administrarea sa, deci nu îl recomand. Doctorii nepricepuți au ucis mulți oameni administrându-le acest produs.”

2. *Şu'fr* (orzul)

Ibn Majah a relatat că 'Aişah (Allah să fie mulțumit de ea!) a spus: „Atunci când vreun membru al familiei Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) se îmbolnăvea, el porunca să se gătească o supă din orz din care i se recomanda apoi bolnavului să mănânce. El obișnuia să spună despre această supă că întărește inima celor mâhniți și o alină pe cea a bolnavilor în același mod în care vreunul dintre voi își spală fața cu apă.”

Am menționat deja faptul că remediul la care face referire acest hadis este de fapt zeama rezultată în urma fierberii orzului. Apa în care a fiert orzul reprezintă un tratament eficient pentru tuse și iritarea gâtului; de asemenea, ea elimină deșeurile susceptibile să irite organismul, mărește cantitatea de urină, curăță stomacul, potolește setea și pregătește organismul astfel încât acesta să tolereze mai bine căldura. Consumarea acestui aliment reconfortează organismul care va beneficia de

efectul său de descompunere a substanțelor dăunătoare.

Pentru prepararea acestui remediu este necesară o măsură de orz peste care se va turna o cantitate de apă de cinci ori mai mare decât cantitatea de cereale; toate acestea se vor amesteca într-un vas curat și se vor găti la foc mediu până când rămân doar două cincimi din amestec în oală. Supa astfel rezultată este apoi purificată și folosită după cum se consideră necesar.

3. *Şuwn* (carnea friptă)

În Coran putem citi despre modul în care profetul Ibrahim (Pacea fie asupra sa!) și-a întâmpinat onorabilii oaspeți:

„... și nu a pregetat să aducă un vițel fript” (Sura Hud: 69).

Profetul Ibrahim (Pacea fie asupra sa!) a fript vițelul pe pietre înfierbântate.

At-Tirmidhi a relatat de la Umm Salama că ea i-a adus odată Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) o bucată de carne friptă, iar el a mâncat și apoi s-a ridicat pentru a împlini rugăciunea, fără să mai facă încă o dată abluțiunea. At-Tirmidhi a comentat apoi pe marginea acestui hadis, considerându-l autentic. At-Tirmidhi a mai relatat de la Abdullah bin Al-Harith: „Am mâncat carne friptă împreună cu Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), pe când ne aflam la moschee”. Tot

At-Tirmidhi a relatat de la Al-Mughirah bin Şu'bah: „Într-o seară, pe când eram oaspetele Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), el a poruncit să se frigă o bucată de carne, iar apoi a scos un cuțit și a început să o taie în bucăți pentru a mi-o oferi. Apoi Bilal a venit pentru a face chemarea la rugăciune, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a lăsat jos cuțitul și a întrebat: **«Ce s-a întâmplat cu el?»**»

Cel mai bun tip de carne care poate fi friptă este cea a unei oi în vârstă de un an, iar apoi cea a oii grase. Acest aliment este unul dintre cele mai hrănitoare alimente atât pentru oamenii sănătoși, cât și pentru bolnavi sau pentru cei aflați în perioada de convalescență. Carnea gătită este mai bună și nu cade greu la stomac. Consumarea cărnii prăjite nu este la fel de benefică, iar carnea uscată la soare este cea mai nocivă. Carnea friptă pe pietre înfierbântate este mai bună decât cea friptă la flacără.

4. Şa'hm (grăsimea sau untura)

În *Al-Musnad* ni se relatează că Anas a spus că un evreu i-a cerut Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) să îl primească în calitate de oaspete, iar el i-a oferit niște pâine din făină de orz și grăsime topită.

În *Sahih* se relatează că Abdullah bin Mughaffal a spus: „În ziua de Khaibar am dat peste o desagă plină de untură și am luat-o. Apoi am spus: «Pe Allah! Nu voi da nimănui nimic din ea!» Când m-am întors, l-am văzut pe

Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) răsând, dar fără a pomeni nimic în legătură cu aceasta.”

Cel mai bun tip de grăsime este cea extrasă de la un animal matur. Dacă se amestecă grăsime și unt clarificat, grăsimea se întărește mai repede.

Grăsimea potolește gâtul iritat. Pentru a neutraliza efectul negativ al grăsimii ar trebui consumate lămâie, sare și ghimbir. Grăsimea de capră este cea mai constipantă dintre toate grăsimile, în timp ce cea de țap are o capacitate de descompunere mai mare și combate ulceratiile stomacului. Grăsimea de capră combate ulcerele care afectează stomacul și poate fi administrată pe cale injectabilă pentru a potoli escoriațiile (exfolierea pielii rezultată în urma unei lovituri sau a unei boli) și liniștește spasmele vezicii sau ale anusului.

LITERA SAD

1. *Salat* (rugăciunea)

Allah ne-a spus:

„Căutați liman în răbdare și în Rugăciune! [Într-adevăr] ea este anevoioasă, însă nu pentru cei care cred” (Sura Al-Baqarah: 45);

„O, voi, cei care credeți! Căutați ajutor întru răbdare și Rugăciune [As-Salat], căci Allah este cu cei răbdători!” (Sura Al-Baqara: 153).

Allah ne-a mai spus:

„Și poruncește neamului tău Rugăciunea și fii statornic în ea! Noi nu-ți cerem câștig, fiindcă Noi îți dăm câștig fie, iar urmarea bună este a evlaviei.” (Sura Ta-Ha: 132).

În *Sunan* se relatează: **„Ori de câte ori Trimisul lui Allah era îngrijorat într-o anumită privință, împlinea rugăciunea.”**

În rugăciune se găsește vindecarea mai multor afecțiuni, înainte ca acestea să ajungă să progreseze. Rugăciunea conduce la dobândirea mijloacelor de trai, menține starea de sănătate, înlătură răul, elimină bolile, întărește inima, luminează fața, aduce bucurie sufletului și alungă lenea. Rugăciunea energizează membrele trupului, dă putere, deschide pieptul, hrănește sufletul, aduce lumină în inimă, protejează averea, îl adăpostește pe om de Mânia lui Allah, atrage binecuvântări, îi îndepărtează pe oameni de diavol și îi apropie de Cel mai Mare Binefacător.

În general, rugăciunea are un profund efect asupra menținerii stării de sănătate a trupului și a minții. Prin rugăciune se elimină substanțele nocive.

Rugăciunea prezintă un minunat efect: cel de a înlătura relele din această viață lumească, mai ales atunci când toate condițiile sunt respectate, atât în interiorul nostru, cât și în exterior. Cu siguranță relele din această viață, precum și din următoarea vor fi eliminate cu mai multă eficiență, iar binecuvântările se vor manifesta. Acest lucru se întâmplă din

cauză că rugăciunea este legătura noastră cu Allah. Cu cât este mai apropiată legătura dintre rob și Domnul său, cu atât mai multe uși care duc către bine se vor deschide, iar cele ce conduc spre rău vor rămâne ferecate.

2. *Sabr* (răbdarea)

Sabr reprezintă jumătate din credință; credința este formată din răbdare și slăvire și preamărire. Unii *salafî* au făcut această afirmație: **„Credința este formată din două jumătăți: una dintre ele este răbdarea, iar cea de a doua este slăvirea și (mulțumirea).”**

Prin Coran, Allah ne-a grăit astfel:

„Întru aceasta se află semne pentru cel răbdător și mulțumitor.” (Sura Saba': 19).

În raport cu credința, răbdarea reprezintă ceea ce este capul pentru corp. Există trei feluri de răbdare. În primul rând, răbdarea manifestată în împlinirea poruncilor lui Allah, astfel încât omul să nu le ignore (sau să nu se plictisească în timp ce le îndeplinește). Răbdarea se manifestă și în evitarea tentațiilor interzise, astfel încât omul să nu încalce regulile. Răbdarea este necesară în acceptarea predestinării și a deciziilor luate de Allah; omul nu trebuie să le respingă. Când omul dobândește toate cele trei tipuri de răbdare, *sabr* va fi complet și la fel și binecuvântarea din această viață pământească sau din cea următoare. Nicio ființă umană nu poate dobândi aceste binecuvântări fără a traversa puntea răbdării, la fel cum niciun om nu va ajunge în

Paradis fără a trece peste *sf'rot* (podul care traversează iadul). 'Umar a spus: „Dobândim tot ceea ce este mai bun în viață dacă suntem răbdători”.

Dacă omul va medita asupra binecuvântărilor pe care le-ar putea atinge în această viață lumească, își va da seama că toate sunt legate de răbdare. Pe de altă parte, dacă omul se va gândi la eșecurile blamabile pe care ar putea și ar trebui să le evite, își va da seama că acestea sunt legate de nerăbdare. De exemplu, curajul, onoarea, generozitatea și preferințele manifestate în favoarea lucrurilor bune reprezintă răbdarea manifestată doar pentru o scurtă perioadă de timp (ceea ce simbolizează durata scurtă a vieții).

Numeroase boli și suferințe capabile să afecteze ființa umană (trupul sau inima) nu sunt decât rezultatul nerăbdării. Răbdarea păstrează sănătatea inimii, a corpului și a sufletului, constituind panaceul perfect. Allah iubește răbdarea și îi sprijină pe cei care se dovedesc răbdători: „Într-adevăr, răbdarea aduce biruința.”

Manifestând răbdare, oamenii pot dobândi foarte multe beneficii:

„Iar dacă răbdați, e chiar mai bine pentru cei răbdători” (Sura An-Nahl: 126).

Răbdarea este instrumentul care conduce la izbândă:

„O, voi cei care credeți! Fiți răbdători și îndemnați la răbdare, luptați statornic și fiți cu frică de Allah, pentru ca să aveți parte de izbândă!” (Sura 'Ali 'Imran: 200).

3. *Sabir* (aloe)

Această plantă prezintă numeroase beneficii, mai ales specia indiană, deoarece eliberează corpul de numeroase substanțe toxice. Amestecată cu ulei de trandafir și aplicată pe frunte sau obraji va înlătura durerile de cap. Tratează eficient inflamațiile și ulcerările care apar la nivelul gurii sau al nasului, combate secreția de bilă neagră și depresia.

Planta de aloe provenită din Persia limpezește mintea, întărește inima, ajută corpul să elimine amestecurile periculoase și mucozitățile acumulate în stomac, mai ales atunci când se administrează o lingură de *sabir* cu apă.

Trebuie să avertizăm cu privire la consumarea acestei plante sub formă de lichid, atunci când se înregistrează temperaturi scăzute, deoarece poate provoca scaun diareic cu sânge.

LITERA TA'

1. *Taib* (parfumul)

Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: **„Din viața voastră, femeile și *taib* (parfumul) mi-au fost dragi, iar liniștea sufletului meu este rugăciunea.”**

Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să folosească parfum și îi displăceau mirosurile neplăcute.

Parfumul poate fi asemănat cu o sursă de energie pentru suflet, suflet care constituie motorul forțelor corpului. Puterea corpului este nutrită de aroma parfumului. Asocierea cu persoanele care nu îi sunt dragi inimii slăbește inima și poate conduce la instalarea tristeții și a depresiei; la fel, efectele pe care le au febra și mirosul neplăcut asupra corpului nu sunt minore. Din acest motiv companionilor Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu li se permitea să își însușească acele caracteristici care l-ar fi deranjat pe Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și i-ar fi făcut să nu mai fie plăcuți în fața sa. Allah a spus:

„Dar dacă sunteți chemați atunci intrați, însă după ce ați mâncat, împărtășiți-vă fără a zăbovi la povești. Aceasta i-ar pricinui neplăcere Profetului și el s-ar rușina de voi [să vă poștească să ieșiți]; însă Allah nu se rușinează [să vă spună] adevărul.” (Sura Al-‘Ahزاب: 53).

Pe scurt, parfumul (*taib*) are un efect pozitiv asupra menținerii stării de sănătate și a înlăturării multor boli, deoarece are capacitatea de a revigora organismul.

2. *Tiin* (argila)

De-a lungul timpului au fost menționate o serie de hadisuri inventate care aminteau de beneficiile pe care le poate aduce argila. Ar trebui să precizăm de la început faptul că orice hadis în care se vorbește despre binefacerile argilei nu este adevărat. Argila este dăunătoare și produce cheaguri în interiorul venelor, constituind un puternic agent de uscare. Argila previne diareea, însă poate conduce la apariția hemoragiilor la nivel bucal.

3. *Talh* (banana sau acacia)

Allah ne-a spus în Coran:

„... și bananierii cu ciorchini rânduși” (Sura Al-Waqi'a: 29).

Majoritatea marilor învățați au spus că prin cuvântul *talh* se face referire la bananele care cresc în grămezi, una deasupra celeilalte, precum dinții unui pieptene. S-a mai spus că prin *talh* se poate face referire la acel arbore ai cărui spini sunt înlocuiți de fructe, deoarece în locul fiecărui spin crește un fruct, la fel cum se întâmplă și în cazul bananierilor. Aceasta este cea mai bună opinie cu privire la înțelesul cuvântului *talh*. Prin urmare *salafii* (pioșii predecesori) au spus că prin *talh* nu se face referire doar la arborele care produce banane. Allah știe cel mai bine!

Cele mai bune feluri de banane sunt cele coapte și dulci. Bananele ajută la înlăturarea afecțiunilor pieptului și plămânilor, ușurează

tusea și combat ulcerele care afectează rinichii și prostata. Bananele măresc cantitatea de urină (funcționează ca un diuretic), stimulează cantitatea de spermă, alină stomacul și sporesc pasiunea sexuală; ar fi preferabil să fie consumate înainte de masă. Bananele fac rău stomacului și agravează afecțiunile cauzate de excesul de secreție biliară și de mucozități, însă dacă sunt amestecate cu zahăr și cu miere înainte de a fi consumate, aceste efecte negative vor fi reduse.

4. *Tal'* (ciorchinii de curmale)

În Coran Allah ne-a vorbit despre:

„... palmieri semeți, cu ciorchini rânduți unii peste alții” (Sura Qaf: 10).

Allah a mai spus:

„La semănături și la curmali cu fructe plăcute?” (Sura Aș-Șu'ara: 148).

Ciorchinii curmalilor (*tal'*) reprezintă de fapt fructele, înainte de a fi atins maturitatea. Procesul de înmulțire a curmalilor implică transferul de polen care este apoi așezat deasupra părții reproductive feminine a palmierului. Acest proces poartă denumirea de *ta'bir*.

Muslim a relatat în *Sahih* că Talhah bin 'Ubaidullah a spus: „Treceam împreună cu Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) pe lângă niște curmali și am văzut un grup de oameni făcând *ta'bir*. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) i-a întrebat ce fac și ei au spus că

desprind partea masculină a plantei pentru a o așeza deasupra celei feminine. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus atunci: «**Nu cred că acest procedeu vă va fi de prea mult ajutor.**» Când au auzit ceea ce a spus Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), au renunțat la activitatea lor, iar înmulțirea acelor pomi nu a mai avut loc. Apoi Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a spus: «**Făceam doar o presupunere. Dacă ta'bir-ul ajută într-adevăr, continuați să procedați astfel. Sunt om ca și voi, iar presupunerile mele pot fi fie corecte, fie greșite. Însă tot ceea ce vă transmit de la Allah (este adevărat); nu voi rosti niciodată vreo minciună în legătură cu Allah.**»

Acești ciorchini ai curmalilor au proprietatea de a stimula producția de spermă și pasiunea sexuală. Femeia care folosește pudră de *tal'* (înainte de a întreține relații intime) va rămâne însărcinată mai ușor.

Doar persoanele cu un temperament impulsiv pot tolera *tal'*-ul, iar cei care îl consumă în mod obișnuit ar trebui să îl mănânce în combinație cu dulciuri. *Tal'*-ul constipă și întărește intestinele întocmai ca *jummor* (curmalele proaspete) și *busr* menționate anterior. Consumarea de *tal'* în cantități excesive face rău stomacului și poate produce constipație severă; dacă este combinat cu unt sau cu dulciuri, efectele negative sunt înlăturate.

LITERA 'AYN

1. 'Anub (strugurii)

Se relatează că Trimisului lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) îi plăcea să consume struguri cu pepene. Allah a menționat strugurii de șase ori în Coran, pe când descria binecuvântările pe care le-a revărsat asupra robilor Săi atât în viața aceasta, cât și în următoarea. Strugurii se numără printre cele mai bune și mai folositoare fructe; pot fi consumați atât proaspeți, cât și uscați, verzi sau copti. Strugurii reprezintă atât un fruct, cât și un aliment nutritiv, însă datorită substanțelor benefăcătoare pe care le prezintă pot fi folosiți ca leac sau băutură.

Cei mai buni struguri sunt cei de dimensiuni mari. Strugurii albi sunt mai buni decât cei negri, deși ambele specii sunt la fel de dulci. Este recomandată consumarea strugurilor în stare proaspătă, la două sau trei zile după ce au fost culeși; dacă sunt consumați imediat după recoltare pot provoca diaree și balonare. Strugurii trebuie culeși doar atunci când pielea care învelește boaba devine subțire. Strugurii sunt foarte hrănitori, precum stafidele sau smochinele, și au proprietatea de a întări organismul.

Înlăturând semințele strugurilor, efectul laxativ al acestora este potențat. Consumați în exces pot provoca dureri de cap dacă nu sunt combinați cu rodie acră. În general, strugurii reprezintă un laxativ eficient și o excelentă

sursă de hrană. Cele mai bune fructe sunt: strugurii, curmalele și smochinele.

2. ‘Asal (mierea)

Am menționat beneficiile pe care le aduce mierea în alte capitole ale acestei cărți.

Ibn Jurayj a spus că Az-Zuhri a zis: „Să mâncați miere, pentru că este foarte bună pentru memorie.” Cel mai bun tip de miere este cea pură, de culoare albă, ușoară și dulce la gust. Mierea produsă de albinele care au polenizat florile copacilor sau de albinele care trăiesc în regiuni muntoase este mai bună decât cea produsă în stup. Calitatea mierii depinde de zona din care albinele și-au colectat hrana.

3. ‘Ajwah (curmalele uscate și presate)

Sa’d bin Abu Waqqas a relatat de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Oricine mănâncă șapte curmale uscate dimineața nu va fi atins de otravă sau de vrăji pentru tot restul zilei.”**

An-Nasa’i și Ibn Majah au relatat de la Profet (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!): **„Ajwah provine din Paradis și este un antidot împotriva otrăvii. Kamab (trufele) sunt un fel de manna, iar apa extrasă din acestea vindecă ochii.”**

Într-una dintre opinii se susține faptul că acest hadis face referire la curmalele cultivate în special în Medina, locul în care cresc cele mai bune curmale din regiunea Hijaz. *Ajwah*, curmalele uscate și presate, sunt foarte bune,

au pielița tare și se numără printre cele mai moi și mai delicioase tipuri de curmale.

Am menționat deja numeroasele beneficii aduse de consumul de curmale și a *tomr*-ului, atunci când am studiat remediile care încep cu litera *'too*. Iar despre *ajwah* am discutat atunci când am studiat capacitatea lor de a trata otrăvirea și de a preveni aspectele negative ale vrăjilor.

4. 'Anbar (balena)

Am menționat hadisul relatat în cele două lucrări *Sahih*; Abu Ubaydah și armata musulmanilor au găsit un pește uriaș sau o balenă din care au mâncat vreme de două săptămâni. Au luat o parte din carnea acestui pește cu ei în Medina și i-au oferit-o Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!). Acest hadis confirmă faptul că musulmanilor le este permis să mănânce orice tip de pește care provine din mare, chiar dacă este mort deja.

Există persoane care nu sunt de acord cu aspectele pe care tocmai le-am menționat; ei au susținut că balena a fost aruncată pe țărm pe când era încă în viață, iar moartea a apărut în momentul în care apa s-a retras. Ei afirmă că balena ar fi murit din cauza lipsei de apă, nu din cauze naturale.

Opinia lor nu este corectă, deoarece companionii au găsit balena moartă la malul mării. Nu au văzut-o în timp ce era în viață și nu au văzut cum apa s-a retras și ea a murit,

după cum s-a susținut. Dacă balena ar fi fost în viață, marea nu ar fi aruncat-o pe țărm; acest lucru se întâmplă cu animalele moarte și peștii morți.

Chiar dacă ceea ce au susținut ei ar fi fost adevărat, nu ar fi afectat regula cu privire la permisiunea de a consuma vietăți marine moarte. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) nu a permis consumarea animalelor vâdate și găsite apoi moarte în apă, deoarece există îndoială cu privire la modul în care s-a produs moartea: înecare sau ucise în decursul vânătorii. Deci dacă opiniile celor care se opun ar fi corecte, atunci ar fi existat îndoială referitoare la modul în care s-a produs moartea.

Cât despre ambră (*al-anbar*), un fel de *taib* (parfum), aceasta este considerat unul dintre cele mai bune parfumuri, după mosc. Unii oameni au preferat ambra moscului, în mod eronat. Însă Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a descris moscul astfel: **„Este cel mai bun taib (parfum).”**

În curând vom menționa beneficiile și caracteristicile moscului, care este *taib*-ul (parfumul) Paradisului. Locurile în care se vor afla adevărații drept-credincioși în Paradis vor fi făurite din mosc, nu din *anbar*.

Cei care au preferat ambra în locul moscului au fost dezamăgiți din cauză că *anbar*-ul nu se alterează (întocmai precum aurul). Însă acest fapt luat în mod separat nu

indică faptul că *anbar*-ul ar fi mai bun decât moscul.

Există mai multe feluri de *anbar*: alb, gri, roșu, galben, verde, albastru, negru și multicolor. Cea mai bună specie de ambră este cea de culoare gri, apoi urmează cea galbenă, în vreme ce ambra neagră este cea mai puțin semnificativă calitativ dintre toate.

Oamenii au păreri diferite cu privire la originea ambrei: unii suțin că este de fapt o plantă care crește pe fundul mării, cu care se hrănesc animalele marine, fiind aruncată ulterior pe țărm. Alții sunt de părere că *anbar*-ul reprezintă un deșeu eliminat de creaturile marine, având un aspect asemănător cu bălegarul. Alții au susținut că este un fel de spumă pe care marea o poartă spre țărm. Autorul lucrării *Qanun* a respins ultimele două opinii și a afirmat că este posibil ca ambra să apară dintr-un izvor situat sub nivelul mării.

Ambra întărește inima, mintea și simțurile. Dă putere corpului și ajută la vindecarea paraliziei faciale, a hemiplegiei, a afecțiunilor cauzate de excesul de mucozități; vindecă bolile de stomac și balonarea. Dacă este aplicată sub formă de unguent sau ingerată ca o băutură, ambra ajută la dizolvarea cheagurilor. Inhalarea ambrei ușurează suferința provocată de simptomele răcelii, durerile de cap și migrenele.

5. 'Ud (specia indiană a plantei de aloe)

'Ud-ul indian este de două feluri. Unul dintre ele este folosit în scopuri medicinale și poartă denumirea de *al-kust* sau *al-qust*. Despre acesta vom discuta atunci când vom studia litera *Qaf*. Cel de-al doilea tip de 'ud poartă denumirea de *aluuwah* care este folosit ca parfum.

Imam Muslim a relatat în *Sahih* că Ibn 'Umar obișnuia să ardă lemn de aloe uscat împreună cu camfor; el a afirmat că Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să facă același lucru. Trimisul lui Allah (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) a descris binecuvântările de care se vor bucura oamenii Paradisului; printre ele se numără și lemnul de aloe.

'Ud-ul dizolvă cheagurile și elimină gazele. 'Ud-ul absoarbe umezeala excesivă, întărește intestinele și aduce ușurare și alinare inimii. Este bun pentru memorie, rafinează simțurile, constipă și ajută la combaterea urinării involuntare provocată de răceala localizată la nivelul prostatei.

Ibn Samjun a spus: „Există mai multe feluri de 'ud, însă toate sunt grupate sub denumirea generică de *aluuwah*. 'Ud-ul este folosit atât intern, cât și extern și poate fi ars fie ca atare, fie în combinație cu alte substanțe. Atunci când este amestecat cu *kafur* (camfor) capătă valențe curative. Prin arderea 'ud-ului se purifică și aerul, care este unul dintre cele șase

elemente indispensabile pentru starea de bine a organismului.”

6. ‘*Adas* (lintea)

Se relatează că ‘*adas*-ul (lintea) este alimentul la care au poftit evreii, deși aveau mană și prepelițe.

‘*Adas*-ul este foarte gustos atunci când este consumat în combinație cu usturoiul și ceapa. Efectele pe care le produce sunt antagonice, pentru că funcționează atât ca laxativ, cât și ca agent constipator. Substanțele hrănitoare din linte sunt concentrate în principal învelișul său, deci linteia întreagă este mai nutritivă decât cea decortăată, nu cade greu la stomac și produce mai puține efecte negative.

‘*Adas*-ul îngroașă sângele, iar cei care suferă din cauza secrețiilor excesive de bilă neagră ar trebui să evite acest aliment, deoarece atunci când linteia este consumată în exces poate conduce la instalarea obsesiilor, leprei, a febrei care se instalează o dată la fiecare patru zile, precum și a altor afecțiuni. Linteia consumată în combinație cu sfeclă sau cantități mai mari de untură va avea mai puține efecte secundare nedorite. Ar trebui evitată consumarea linteii în combinație cu dulciurile, deoarece este posibil să provoace cheaguri la ficat. Dieta care cuprinde în mod frecvent ‘*adas* este dăunătoare vederii. Linteia mai provoacă retenția urinei, umflături și balonare excesivă.

Cel mai bun tip de ‘*adas* este cel gras, de culoare albă, care se digeră mai repede.

Unii oameni ignoranți au afirmat că profetul Ibrahim (Pacea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să gătească linte pentru invitații săi. Însă în Coran ni se spune că el și-a întâmpinat oaspeții cu un vițel gras, fript pe pietre fierbinți.

LITERA GHAYN

1. *Ghaith* (ploaia)

În Coran întâlnim numeroase referiri la *ghaith*. Cuvântul însuși sună dulce și încântă auzul, trupul și sufletul. Pentru urechi este plăcut să audă acest cuvânt, iar inimile se bucură la venirea ploii.

Apa de ploaie este cea mai bună apă, pentru că nu este deloc dură și are numeroase proprietăți; în ea se regăsesc cele mai multe binecuvântări. Aceasta se întâmplă mai ales atunci când plouă cu tunete și fulgere; apa cea mai bună se adună în zonele montane.

Apa de ploaie este proaspătă și nu rămâne în sol pentru o perioadă de timp îndelungată; apa de ploaie se alterează rapid din cauza purității și densității sale reduse.

Există divergențe cu privire la care ploaie este mai puțin dură și mai ușoară: cea de primăvară sau cea din timpul iernii; avem două opinii raportat la acest subiect.

Aș-Şafi a relatat că Anas bin Malik a spus: „Odată, pe când eram cu Profetul (Pacea

și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!), a început să plouă. Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) și-a scos haina pe care o purta deasupra celorlalte veșminte (așteptând ca ploaia să cadă asupra lui) și a spus: «**Tocmai a venit de la Domnul său.**»

Am vorbit deja despre îndrumarea profetică cu privire la invocarea lui Allah pentru ca El să trimită ploaia.

LITERA F

1. *Fatihah Al-Kitab* (deschizătoarea Coranului)

Al-Fatiha este prima sură din Coran, compusă din șapte versete recitate deseori, versete care i-au fost revelate Profetului (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!); în această sură se regăsește cea mai bună vindecare și cel mai puternic leac, depozitar al *ruqyah*-ei perfecte (formulă islamică de rugăciune). Al-Fatiha este cheia către dobândirea de bogății, succese și putere. Înlătură tristețea, depresia, mâhnirile și teama. Doar aceia care apreciază Al-Fatiha la adevărata sa valoare și îi oferă considerația care i se cuvine, recitând-o așa cum trebuie și cunoscând secretele care derivă din aceasta, atât ca remediu, cât și ca leac, vor dobândi astfel de binecuvântări.

Unul dintre companioni a dezvăluit câteva dintre secretele surei Al-Fatiha atunci când a folosit-o ca *ruqyah* pentru înțepăturile de scorpion. Cel afectat s-a vindecat imediat, iar Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) l-a întrebat pe respectivul companion: **„De unde ai știut că în ea se găsește vindecarea?”**

Câteva dintre secretele surei Al-Fatiha au fost dezvăluite prin intermediul elementelor de *tawhid* pe care le conține, a cunoașterii lui Allah și a Numelor, Atributelor, Acțiunilor și Hotărârilor Sale. Cei care dobândesc cunoașterea surei Al-Fatiha își afirmă credința în predestinare, înviere, unicitatea lui Allah în cadrul actelor de adorare și în Stăpânirea Lui supremă; el se centreează pe abandonarea voinței sale Voinței divine, pe preamărirea Sa și pe consacrarea tuturor faptelor pure Lui, deoarece tot ceea ce există la El se întoarce. Oamenii trebuie să demonstreze supunere față de Allah și să caute în permanență călăuzirea cea dreaptă care este temelia fericirii în această viață lumească și în cea veșnică. Cei care dobândesc cunoașterea cu privire la legăturile dintre înțelesurile surei Al-Fatiha și dobândirea binecuvântărilor atât în această viață lumească, cât și în cea eternă sunt cei care pot înlocui diverse remedii lumești cu Al-Fatiha, utilizând-o sub forma unei formule islamice de rugăciune (*ruqyah*) pentru a atrage binele și a alunga răul.

Pentru a înțelege pe deplin acest subiect este nevoie de o fire nouă, de o nouă inimă și un nou tip de credință. Pe Allah! Nu veți găsi nicio

vorbă rea, nicio inovație rău călăuzitoare care să nu poată fi combătută și respinsă de sura Al-Fatiha, în cea mai bună și mai corectă manieră. Sura Al-Fatiha deține cheia pentru cunoașterea elementelor religiei, îndrumarea corectă a inimii și pentru remediul care vindecă sufletul de tot ceea ce este rău. Fiecare dintre căile străbătute de cei care Îl caută pe Stăpânitorul Lumilor începe cu Al-Fatiha și se termină cu Al-Fatiha.

Pe Allah! Importanța surei Al-Fatiha este incomparabil mai mare decât tot ceea ce am menționat noi până acum. Robii lui Allah care se agață cu toată puterea de Al-Fatiha și o înțeleg așa cum este corect recunosc în ea remediul perfect, scutul, lumina și îndrumarea. Robul trebuie să înțeleagă implicațiile acestei sure în mod corect, să nu cadă pradă inovațiilor și să nu comită *şirk* sau inima să îi fie afectată de vreo suferință!

Sura Al-Fatiha reprezintă cea mai însemnată modalitate de a dobândi binecuvântări în această viață lumească, precum și în cea veșnică. Însă nu toți robii lui Allah știu cum să străbată această cale pentru a descoperi aceste comori. Dacă acela care se află în căutarea binecuvântărilor ar reuși să descopere secretele acestui capitol din Coran și ar dobândi cunoașterea cu privire la implicațiile sale, izbânda i-ar fi aproape.

Allah deține înțelepciunea perfectă, iar tăinuirea unor aspecte implicate în această sură de inimile unora dintre oameni are un rost necunoscut nouă; la fel, El, în Înțelepciunea Sa

Perfectă, a ascuns o parte dintre secretele pământului de oameni.

Comorile ascunse ale pământului sunt înconjurate de diavoli ce împiedică umanitatea să le descopere. Doar sufletele cu adevărat bune vor reuși să îi învingă, prin credința lor dreaptă, pe acești diavoli. Totuși majoritatea sufletelor nu sunt într-adevăr credincioase. Prin urmare nu pot rezista răului – „oricine ucide un combatant va avea parte de averea lui.”

2. *Faghiyah* (floarea de *henna*)

Faghiyah (floarea de *henna*) oferă unul dintre cele mai plăcute parfumuri. Atunci când aceste flori sunt așezate între hainele de lână, le protejează de molii și de mușegai. *Faghiyah* este utilizată ca unguent împotriva paraliziei faciale și a anevrismelor (dilatarea peretelui venos al unei artere); uleiul extras din această plantă ajută la menținerea stării de sănătate a organelor și relaxează nervii.

LITERA QAF

1. Coran (*Qura'an*)

Allah a spus:

„Noi pogorâm prin Coran ceea ce este tămăduire și îndurare pentru dreptcredincioși și nu face decât să sporească pierderea celor nelegiuți.” (Sura Al-‘Isra’: 82).

Allah a mai spus:

„O, oameni! V-a venit vouă îndemn de la Domnul vostru și tămăduire pentru ceea ce este în piepturi, călăuzire și îndurare pentru drept-credincioși!” (Sura Yunus: 57).

În Coran se găsește vindecarea completă a tuturor bolilor și afecțiunilor care atacă trupul și inima; Coranul oferă refugiul suprem în fața nenorocirilor acestei vieți și a morții. Nu toți oamenii sunt căluziți pentru a găsi vindecarea în Coran.

Dacă bolnavul aplică în mod corect remediul cuprins în Coran și este plin de credință, sincer, are încredere și respectă toate îndrumările necesare, orice boală va ceda. Cum ar putea vreo boală să reziste Coranului, Cuvintelor Domnului pământului și cerului, care, dacă ar fi fost rostite în fața unui munte, acesta s-ar fi prăbușit cu umilință... Dacă Coranul ar fi fost revelat pământului, acesta s-ar fi despicat... Nu există nicio boală ce poate ataca trupul sau inima care să nu poată fi prevenită prin recitarea Coranului, dacă recitatorul a fost înzestrat de Allah cu binecuvântarea de a-I înțelege Cartea.

Am afirmat deja faptul că în Coran regăsim toate aspectele majore și fundamentul tuturor cunoștințelor medicale referitoare la menținerea stării de sănătate, regimul alimentar, modalitatea de eliminare a substanțelor nocive. Coranul ne vorbește în detaliu despre bolile care atacă inima și îi

îndrumă pe oameni către leacurile și remediile adecvate. Allah a spus:

„Aceia care nădăjduiesc în răsplata bună la întâlnirea cu Allah [să știe că] termenul lui Allah va veni. El este Cel care Aude Totul [și este] Atoateștiutor.” (Sura Al-‘Ankabut: 5).

2. Qith-tha’ (castravetele sălbatic)

În *Sunan* se relatează că Abdullah bin Ja’far a spus: **„Profetul (Pacea și binecuvântarea lui Allah fie asupra sa!) obișnuia să mănânce qith-tha’ cu curmale coapte.”** (At-Tirmidhi).

Qith-tha’ se alterează greu și ajută la înlăturarea durerilor de prostată. *Qith-tha’* elimină starea de greață, iar semințele sale au un efect diuretic. Frunzele castravetelui sălbatic pot fi folosite sub formă de bandaj pentru vindecarea mușcăturilor de câine.

Qith-tha’ nu este ușor digerabil și poate dăuna stomacului. Deci ar fi preferabil ca acesta să fie consumat împreună cu curmale coapte. În amestec cu stafidele sau mierea, efectul său asupra stomacului este mai blând.