

HET BELANG DAT DE ISLAM HECHT AAN GEZONDHEID

2 Djoemaadaa al-Awwal 1445 – 15 december 2023

قال الله تعالى: وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ
قال رسول الله صلعم: نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ:
الصَّحَّةُ وَالْفَرَاعُ

Dierbare gelovigen,

Onze khoetba gaat over **het belang dat de islam hecht aan gezondheid**.

Een van de ontelbare zegeningen van Allah Ta'aalaa over ons is **ONZE GEZONDHEID**. We dienen de waarde van deze zegening te beseffen en er dankbaar voor te zijn. Aangezien de islam het grootste belang hecht aan zowel de materiële als de spirituele gezondheid van mensen, heeft het de prioriteit gegeven aan het beschermen van de gezondheid alvorens we ziek worden. De islam hecht dus belang aan preventieve geneeskunde.

In onze religie is er in alle haraam dingen een gevaar voor de materiële en spirituele gezondheid, en in alle halal dingen een voordeel. Daarom staat er in soera al-A'raaf het volgende verkondigd: **"Hij, (de Profeet (s.a.w.)), legt hen het goede op en verbiedt het kwade."**¹

Het belang van het beschermen van de gezondheid wordt uitgelegd in een hadieth sjarief: **"Er zijn twee zegeningen waar de meeste mensen in zijn misleid. Dit zijn gezondheid en vrije tijd."**²

En Hdh. Aboe-l Faaroëq Silistrawie heeft gezegd: **"Het beschermen van het lichaam, het waarborgen van de gezondheid en het behoud ervan is een van de meest vooraanstaande fardhs."**³

De eerste voorwaarde voor gezondheid is reinheid. Als we kijken naar islamitische bronnen, is reinheid het eerste onderwerp van de fiqh-boeken. Een persoon zonder woedhoe wordt bevolen om de lichaamsdelen die worden blootgesteld aan de open lucht vijf keer per dag te wassen door woedhoe te doen wanneer hij salaaf wil verrichten. Het is een van de soenna's in de islam om de handen te wassen aan het begin en het einde van een maaltijd, evenals na een toiletbezoek.

Het schoonmaken van de tanden met een miswaak bij elke woedhoe, het knippen van de nagels, het wassen en kammen van het haar, het schoonhouden van de kleding, huizen, straten, steden, rivieren en waterbronnen zijn aangemoedigd door vele ayaat

kariema en ahaadieth sjarief en zijn opgenomen in de fiqh-boeken.

Aangezien de moslim zijn huis niet binnengaat met de schoenen die hij buiten draagt, draagt hij de bacteriën niet van de straat naar zijn huis. Hij besteedt aandacht aan zowel de hygiëne van zijn lichaam als die van zijn omgeving.

Ten tweede zijn er enkele principes in onze religie zoals het toepassen van quarantaine tegen besmettelijke ziekten en het letten op de hygiëne van de patiënt.

Onze Profeet (s.a.w.) heeft gezegd: **"Wanneer jullie horen dat er ergens (een besmettelijke ziekte zoals) de plaag heerst, ga daar dan niet naar binnen. En als het is uitgebroken terwijl jullie daar zijn, verlaat dan niet de plaats waar jullie zijn."**⁴

Ten derde is het nuttigen van kadavers van dieren, vloeiend bloed, varkensvlees, drugs en alcohol haraam gesteld om door voedsel overgebrachte ziektes te voorkomen. Voedsel dat goed is voor de gezondheid wordt daarentegen wel aangemoedigd. Desalniettemin is het soenna om niet te eten voordat je honger hebt en te stoppen met eten voordat je vol zit, en is het makroeh om te veel te eten.

Ten vierde zijn onwettige handelingen zoals overspel en sodomie haraam gesteld om ziektes te voorkomen die worden overgebracht door seksueel contact. Bovendien is seksuele intimiteit met de echtgenote verboden tijdens hun menstruatie of kraamvloed. Aan het einde van deze periodes is het voor de vrouwen fardh om ghoesl te doen. Voor beide echtgenoten is het tevens fardh om ghoesl te doen na een gemeenschap te hebben gehad.

Ten vijfde is geloven in Allah en het lot bevolen, de grote verdienste van geduld bij ziekten, problemen en ellende uitgelegd, en wanhopen aan Allah en zelfmoord haraam gesteld om zowel de individuen als de samenleving te beschermen tegen psychologische ziekten. Slechte gewoontes zoals beslissingen nemen op basis van woede, wrok, afgunst en haat zijn om deze reden ook verboden.

Ondanks dit alles kan een mens toch ziek worden. Ook dan beveelt onze religie om te zoeken naar genezing.

Onze Profeet (s.a.w.) heeft namelijk gezegd: **"O, dienaren van Allah! Zoek genezing! Voorwaar, Allah heeft geen enkele ziekte geschapen waarvoor geen genezing bestaat. Behalve ouderdom!"**⁵

¹ Soera al-A'raaf, ayah 157.

² Boekhaarie, Riqaaq, 1 (6412).

³ Mektuplar Risalesi, blz. 129.

⁴ Boekhaarie, Tibb, 30 (5728).

⁵ Tabaraanie, Moe'djamoe-l Kabier, hadieth 467.