

Vad är en människa?

Av

Mostafa Malaekah

IslamGuiden

Box 87, 195 22 Märsta

Tel: 08-591 180 99

www.islamguiden.com

Copyright © 2011 Mostafa Malaekah. All rights reserved.
(Omtryckning eller reproducering av detta häfte är tillåtet för
islamiska organisationer ***på villkor att absolut ingen ändring,
tillägg eller utelämnande införs***)

Orsaken till människans existens

Det finns ett populärt uttryck som säger att en dåre lever för att äta medan en vis man äter för att leva. Men detta förklarar ingenting eftersom livet i sig självt inte är något att sträva efter för den troende. Varför lever då människan?

Det finns de som säger: ”För sig själv och sitt eget nöje”. De ser inget annat mål för mänskligheten eftersom det skulle peka på en genomtänkt plan och detta i sin tur skulle kräva en planerare. Eftersom de förnekar att människan skapades med en avsikt, ser de inget mål för henne annat än att arbeta och försörja sig, och bortom detta att förbättra sitt sätt att leva; och när ens liv på jorden är över slutar ens existens.

Men troende säger: ”Människan lever för sin Herre och för livet efter detta”, för Gud (Allah¹) påminner dem i Koranen²: **”Eller trodde ni att Vi³ skapade er för nöjes skull och att ni inte skulle föras tillbaka till oss?”** (Koranen 23:115) Islam har klart fastslagit orsaken till människans existens och hennes funktion i livet, eftersom hon skapades med ett syfte. Hon skapades för att känna Allah och dyrka Honom, för att fylla en ansvarsposition och för att bära ett stort förtroende genom att vara Guds ställföreträdare på jorden under sin korta livstid. Genom att göra

¹ Allah är Guds egennamn och används inte för att beteckna någon annan varelse. Därför kommer namnet ”Allah” att användas hellre än ordet ”Gud”.

² Den sista uppenbarelsen från Gud och Hans sista budskap till mänskligheten. Koranen betyder ordagrant ”recitation” eller ”läsning”.

³ Skaparen refererar i vissa verser i Koranen till sig själv i pluralform, vilket betecknar makt, upphöjdhet och majestät.

så renar hon sin själ och förbereder sig för ett annat liv, ett som är evigt och för alltid.

Människans natur

De som inte tror på en Skapare ser människan som en samling av kött, ben, blod, nerver, körtlar och organ som alla består av celler. För dem har människan ingen speciell betydelse eller förtjänst, utan är bara en av de olika sorters varelser som bor på jorden – förutom att hon just råkade anta mänsklig form. Islam, å andra sidan, erkänner hennes hedrade ställning bland Allahs skapelser: att hennes Herre medvetet skapade henne i bästa möjliga form, gav henne en unik ande (*rooh*), befallde änglarna att buga i respekt för henne, utrustade henne med intelligens, kunskap och en fri vilja, gjorde henne till en ansvarig förvaltare på jorden och gjorde allt i himlen och på jorden tillgängligt för henne att använda medan Han valde ut henne för Sig Själ (för att känna och dyrka Honom).

Islam upphöjde människans position och erkände alla aspekter av hennes skapelse – hennes ande, hennes kropp och själ, hennes förnuft och hjärta, hennes vilja och förmåga, hennes basala instinkter och höga ambitioner. Islam begränsade henne inte onödigtvis eller förbjöd henne från något gott. Vidare gav inte islam något tillfälle för dem som skulle dra nytta av människan i religionens namn utan vände sig direkt till henne och sa: **”O människa, vad kom dig att missta dig i fråga om din Herre, den Givmilde? [Han] som har skapat dig och format dig [med hänsyn till den uppgift du ska fylla] och gett din natur dess jämvikt; skapat dig i enlighet med Sin vilja.”** (K 82:6-8) **”O människa, [då skall] du, som under ditt mödosamma liv [på jorden] alltid hade din Herre för ögonen, [då skall du] möta Honom!”** (K 84:6)

På grund av komplexiteten i människans sammansättning har hennes natur ofta missförstått. För hon är en kombination av kropp och ande, instinkt och intellekt, och att negligera någon av dessa aspekter kommer att resultera i allvarlig obalans.

Historien har religioner vars filosofi baseras på förnekandet av människans fysiska sida, och som har försökt disciplinera den och försvaga den för att rena hennes själ och öka hennes andliga styrka. Exempel på detta är brahminer i Indien och kristna munkar. Å andra sidan finns ideologier som förnekar människans ande och betonar den materiella sidan och bara erkänner det som kan uppfattas genom sinnena och bekräftas genom erfarenhet.

Islam tar hänsyn till alla människans aspekter eftersom det är Allahs religion – Allah som skapade mänskligheten och allting och därför är helt förtrogen med sin skapelses karakteristika och detaljer. **”Skulle inte Han, Skaparen, känna det som Han har skapat, Han den Outgrundlige som genomskådar allt, som är underrättad om allt?”** (K 67:14) Allah skapade människan med en tung kropp som drar henne mot jorden och en lätt ande som ser mot himlen, en kropp med instinkter och fysiska behov och en ande med ideal och mål, en kropp som ett djurs kropp och en ande med höga ambitioner. Islam förbiser inte kroppens behov och inte heller andens, utan förordar en balans där båda får sin del utan överdrift eller försummelse.

Vidare är islam förenlig med människans inneboende natur. För den mänskliga anden (*rooh*) är skapad med en inneboende benägenhet att dyrka sin Skapare så länge den lämnas utan människans ingripande. Detta bekräftas i Koranen: **”Ge dig hän med hela din själ, [du som söker sanningen,] åt den rena, ursprungliga tron, den tro som Allah vid skapelsen lade ned**

som en naturens norm i människan – ingenting kan rubbas i Allahs skapelse! Detta är den evigt sanna tron, men de flesta människor vet ingenting [om detta].” (K 30:30) Profeten Mohammad förklarade vidare: ”*Varje nyfödd föds med den naturliga benägenheten [till islam] men hans föräldrar gör honom till jude, kristen eller eldsdyrkare.*”⁴ Vad han menade är att människans ursprungliga natur lätt kan påverkas eller förstöras av yttre inflytande, inte bara från föräldrar utan från samhället i stort, speciellt de kamrater som en ung människa kommer i regelbunden kontakt med. På det sättet blir människor slutligen medlemmar i någon religiös grupp, eller också blir de agnostiker, ateister, nationalister eller anhängare av vissa ideologier mycket på grund av den miljö de växte upp i. Det är därför Koranen främjar att man återgår till sin rena medfödda natur genom att uppmuntra oberoende tänkande, kräva bevis för ens tro och betona resonering och sunt förnuft.

Vad är en människa?

När man läser islams källor, Koranen och autentisk hadith, upptäcker man att det står mycket om människans själ, dess renhet och syndfullhet, och om hennes hjärta, dess tro, dess klarsynthet och känslighet, dess dövhet och blindhet, dess rättrådighet och ondska, dess sjukdomar och deras behandlingar.

Människor har vad som kallas anden (*rooh*), vad som kallas självet, eller själen (*nafs*), vad som kallas förnuftet (‘*aql*) och vad som kallas hjärtat (*qalb*). Var och en av dessa är en märklig och underbar värld som kan upptäckas endast under ens resa till Allah.

⁴ Berättad av al-Bukhari (1296) och Muslim (4803).

Många människor är förvirrade av de islamiska termerna *'aql* (förnuftet), *qalb* (hjärtat), *rooh* (anden) och *nafs* (självet eller själen). Ofta används de i fel sammanhang och blandas ihop med varandra. Det verkliga problemet är sannolikt att Gud (Allah) gav var och en av dessa termer en betydelse medan människor använder dem när de menar något annat.

Det finns liv i kroppen innan anden (*rooh*) blir en del av den. En persons själ (*nafs*) är effekten av en samling fysiska faktorer och omgivningsfaktorer i kroppen efter det att anden har kommit in i den. Det finns en hjärna, som organiserar alla kroppens funktioner åt människan, och till vilken anden är knuten. Det finns också ett känsligt hjärta till vilket anden också är knuten. Fostrets liv i mammans mage innan anden kommer in är en fortsättning av mammans liv, men när anden kommer in blir dess liv komplett och självständigt.⁵ När sedan anden lämnar kroppen dör man – och så förstår vi skillnaden mellan fostrets liv i mammans mage innan anden kommer in och döden när anden lämnar kroppen. När anden kommer in i kroppen påverkas den av olika fysiska faktorer och den provoceras av känslor av begär och ilska. En person kan välja att besegra eller ta kontroll över kroppens behov eller att låta sig besegras av dem. Detta är kärnan i kampen mellan den gudomliga vägledning som kommit genom profeter, med syftet att bevara anden i dess rena och friska

⁵ Ett foster får sin ande 120 dagar efter befruktningen av ägget. Vid den tidpunkten skickar Allah en ängel som blåser in anden, som tillhör den individen, i fostret. Det är då fostret blir en människa. Många av reglerna i islam reflekterar detta faktum - t ex om ett foster dör efter 120 dagars ålder får det en fullständig begravning precis som en vuxen.

tillstånd, och frestelser från människor och satan (shaitan) med syftet att moraliskt fördärva den.

Vi vet att vissa mediciner har en lugnande effekt på människor, och att alkohol och droger har en stark effekt på hur en person tänker och uppför sig.⁶ Det är också känt att olika hormoner i kroppen som bildas vid olika tidpunkter påverkar en person på olika sätt.⁷ Därför påverkar blodet och substanser i blodet generellt en människas tillstånd. Så ens fysiska natur har en effekt på själen. Denna effekt ökar och minskar och en person kan antingen ge efter för den effekten, kämpa emot den eller försöka kontrollera den. Det som är viktigt att veta är att det finns en relation mellan den fysiska kroppens element och anden och var och en av dem påverkar den andra. Det var Allahs budbärare som vägledde oss i hur vi ska hantera kampen mellan kroppen (eller det basala självet) och anden.

Definitioner

Vi ska fortsätta med att titta närmare på vad några islamlärda har sagt om dessa fyra element i kroppen.

1- Anden – ”Rooh”

Anden (*rooh*) är transcendental och medelpunkten i människans varande. Det är den som gör en människa levande. Den berömde islamlärde al-Ghazali skrev om anden: ”Dess källa är det mänskliga hjärtats hålrum och det sprider sig till resten av kroppen genom blodkärlen och ger liv till de olika sinnen på

⁶ Det är därför alkohol och droger, även i mycket små mängder, är strikt förbjudna i islam.

⁷ Ett exempel är hormonerna som bildas hos kvinnan vid tiden för ägglossning och hur de påverkar en kvinnas sexuella lust.

samma sätt som en oljelampa som sprider sitt ljus till alla delar av ett hus. Det är det element i personen som vet och förstår men inte förstås.”⁸ Det är inte möjligt att beskriva andens innersta väsen eftersom Allah har valt att begränsa vår kunskap om det, så som nämns i Koranen och autentisk Hadith. Allah har sagt: **”Och de frågar dig [O Muhammad] om [den mänskliga] anden. Säg: ’Anden hör till det som är min Herre förbehållet – av [all] kunskap har bara en obetydlig del fallit på er [lott].”** (K 17:85). Av den anledningen handlar diskussioner om anden bara om två aspekter: (1) att föra anden tillbaka till dess ursprungliga kunskap om Allah och (2) att föra anden tillbaka till dess perfekta tillstånd av frivillig lydnad och underkastelse. Detta förklaras i följande vers i Koranen: **”Och när din Herre låter nya släkten utgå från Adams barns länder, begär han av dem att de skall vittna om sig själva [och frågar]: ’Är jag inte er Herre?’ [Då] svarar de: ’Jo, vi vittnar [att Du är vår Herre]!’ [Detta sker] för att ni [människor] inte på Uppståndelsens dag skall säga: ’Om detta var vi inte medvetna.’”** (K 7:172) En av Profeten Muhammads följeslagare, Ubayy bin Ka‘b⁹, förklarade den här versen och sa: ”Allah samlade Adams barn och gjorde dem till andar och gav dem form och sedan gjorde Han så att de kunde tala och tog ed av dem och gjorde att de vittnade om sig själva:

⁸ Al-Ghazali: *Ihya’ ‘Uloom ad-Deen* (Återupplivande av de religiösa vetenskaperna).

⁹ Ubayy bin Ka‘b fick uppdraget av Profeten Muhammad att skriva ner Koranverserna så fort de uppenbarades för Profeten Muhammad. Han var också den som kunde recitera Koranen bäst av Profeten Muhammads följeslagare.

'Är jag inte er Herre?' [Då] svarade de: **'Jo, vi vittnar** [att Du är vår Herre]!"

Därför är anden en skapelse som känner Allah, erkänner Allahs rätt att dyrkas och erkänner Allah som sin Herre. Men när anden kommer in i kroppen påverkas den av kroppen, lär sig andra saker av sin omgivning och förlorar eller glömmer en del av sin kunskap och sin underkastelse och lydnad – som Profeten Muhammad sa: *"Människan föds i ett naturligt tillstånd [det vill säga känner instinktivt Allah och tror på och dyrkar Honom] men hennes föräldrar gör henne till jude eller kristen eller elddyrkare."*¹⁰ Anden börjar påverkas av olika fysiska faktorer och miljöfaktorer som i sin tur påverkar dess rena kunskap om Allah och lydnad och underkastelse inför Honom. Därför behöver anden föras tillbaka till sitt ursprungliga kompletta tillstånd.

Många människor faller in i någon form av extremism (som tar dem bort från deras naturliga tillstånd) eller i försummelse av tillbedjan. Allah adresserar judarna och de kristna i Koranen: **"Efterföljare av tidigare uppenbarelser! Gå inte till överdrift i [utövningen av] er religion¹¹ och säg inte om Gud annat än det som är sant!"** (K 4:171)

Att föra anden tillbaka till dess ursprungliga tillstånd är ingen enkel åtgärd och inte alla gör det bra, men det återstår en sak som förväntas av varje individ: att han söker kunskap om detta. Om anden ska kunna återgå till sin kunskap om Allah kräver det att

¹⁰ Berättad av Al-Bukhari (1270); I vår tid påverkas människor också av samhället till att bli ateister eller agnostiker.

¹¹ Så som att tillskriva gudomliga egenskaper till vissa av Guds skapelser eller vörda dem överdrivet.

man studerar betydelsen av Hans namn och attribut samtidigt som man underkastar sig Allah helt och hållet. Detta uppnås genom att söka sann kunskap och komma ihåg Allah för Han sa: **”Och sätt din lit till Honom [Allah] som lever och aldrig dör och lovprisa Honom – Han behöver ingen som underrättar Honom om Hans tjänares synder – Han som har skapat himlarna och jorden och allt som finns däremellan under sex dagar¹² och som tronar [över skapelsen] i Sin allmakts härlighet, Han, den Nåderike! Rikta därför dina frågor om Honom till en som är väl underrättad!”** (K 25:58-59) Bland betydelseerna av **”rikta därför dina frågor om Honom till en som är väl underrättad”** är att man ska fråga dem som vet om Honom.

Och Allah säger genom Luqmans instruktioner till sin son: **”Och följ samma väg som de som vänder tillbaka till Mig i ånger [över sina synder]”** (K 31:15) Att återkommande komma tillbaka i ånger till Allah, att känna Honom och Hans namn och attribut, att uppriktigt tjäna Honom, liksom att lära sig av dem som har den här kunskapen, genom att följa deras exempel, och att ofta komma ihåg Allah och Livet efter detta är därför vägen till att föra anden tillbaka till dess ursprungliga tillstånd. Detta kallas *dhikr*¹³ och betonas eftersom genom det kommer förståelsen för och kunskapen om Allahs namn och attribut.

¹² Dessa är uppenbarligen inte våra dagar som består av 24 timmar, utan dagar vars längd är känd bara av Allah. Texten nämner Allah i Koranen att Domedagen är lika lång som 50 000 år.

¹³ Det som avses med dhikr är den typ som utövades av Profeten Muhammad i lydnad inför Allah. Islams rituella bön (salah) är den högsta formen av dhikr.

Allahs Sändebud Muhammad rapporterade att hans Herre sa: ”Jag är med [tjänaren] när han kommer ihåg mig.”¹⁴ Bland effekterna av att Allah är med Sin tjänare är att Allah ser efter honom, håller honom borta från synder och fel. Likaså förvärvar hans ande en del av de kvaliteter som är en del av Allahs attribut¹⁵ i enlighet med i vilken utsträckning han kommer ihåg Allah och drar sig nära Honom.

2- Hjärtat – ”Qalb”

Al-Ghazali skrev om hjärtan: ”Hjärtat är källan och grundmaterialet till anden (*rooh*). Det är ett subtilt och andligt element kopplat till det fysiska hjärtat, och det är en människas innersta natur. Det uppfattar världen och tilltalar personen, klandrar honom, straffar honom och kräver av honom. Det är inte möjligt att definiera hjärtats hela natur utan att avslöja andens hemligheter, vilket inte är möjligt då Allah har begränsat vår kunskap om anden. Vi nämner bara några beskrivningar av hjärtat och dess tillstånd, utan spekulationer om vad det verkligen är, för att förstå hur man ska handskas med det kräver ingenting annat än kunskap om dess kvaliteter och tillstånd, och inte om dess natur.”¹⁶

Det finns ganska mycket information i Koranen och Profetens Sunnah om hjärtat¹⁷. Allah har sagt: ”**Det är inte deras ögon**

¹⁴ Al-Bukhari (6856) och Muslim (4832).

¹⁵ Även om det förklaras i mänskliga termer finns det ingen likhet mellan gudomliga och mänskliga karakteristika.

¹⁶ Al-Ghazali: *Ihya' 'Uloom ad-Deen*.

¹⁷ Det mänskliga hjärtat nämns i Koranen 182 gånger, inklusive 16 gånger med termen ”*Fou'ad*” (det inre hjärtat) och 44 gånger med den metaforiska termen ”bröset”.

som är blinda, nej, det är hjärtana i deras bröst!” (K 22:46) Så hjärtan blir blinda. Och Han sa: **”Han låter [sådana] Djävulens försök bli en prövning för hjärtan, sjuka av tvivel, och hjärtan som hårdnat till stenar.”** (K 22:53) Så hjärtan blir sjuka och hårdnar. Och Han sa: **”Fläcken har täckt deras hjärtan av det som de förtjänade [på grund av sina synder].”** (K 83:14) Så hjärtan blir fläckade av synd. Och: **”Allah har förseglat deras hjärtan och deras öron och täckt över deras ögon.”** (K 2:7) Så hjärtan blir förseglade mot sanningen. Och Han sa: **”Och låt dem som innerst inne inte tror på ett evigt liv bedåras av detta [fagra tal från djävlar bland människor och jinner] så att de, nöjda och belåtna, [fortsätter att] göra det onda de gör!”** (K 6:113) Så hjärtana hos dem som inte tror lyssnar till viskningar från djävlar bland människor och jinner. Och: **”Den dag då varken rikedom eller barns [mångfald] skall vara till gagn och då bara den [kan känna sig trygg] som stiger fram inför Allah med sunt hjärta.”** (K 26:88-89) Så hjärtat kan vara friskt och sunt eller inte. Och Han sa: **”Det är de vars hjärtan Allah har prövat för gudsfruktan.”**(49:3). Så hjärtan ges prövningar där de kan misslyckas eller lyckas. Och Han sa: **”...de har hjärtan som ingenting förstår...”** (7:179) Så det finns hjärtan utan intellekt. Och Han sa: **”Ni bör veta att Allah träder emellan människan och hennes eget hjärta.”** (K 8:24) Så människan avser något men hjärtat lyder inte alltid. Och Han sa: **”Allah ger hjärtat hos den som tror på Honom dess vägledning”** (K 64:11) Så det finns ingen vägledning för hjärtat förutom genom tro på Allah. Och Han sa: **”Bland [hycklarna] finns de som lyssnar till dig [Muhammad, och låtsas förstå], men när de går ifrån dig säger de till dem som har kunskap: ’Vad betyder det som han sade nyss?’ De är [människor] vars**

hjärtan Allah har förseglat, eftersom de [bara] följer vad de själva tycker och önskar.” (K 47:16-17) Och detta är tillståndet hos dem vars hjärtan Allah har förseglat.

Profeten Muhammad talade också om hjärtan. Han sa: *”Sannerligen finns det i kroppen en klump av kött som, om den är sund, är hela kroppen sund och om den är fördärvad är hela kroppen fördärvad. Sannerligen är det hjärtat”*¹⁸. Profeten Muhammad sa också: *”Hjärtan är av fyra slag: ett hjärta som är genomskinligt och innehåller ett klart ljus, ett hjärta som är täckt, vars täcke är fastbundet, ett hjärta som är bakvänt och ett hjärta som har olika lager. Det genomskinliga hjärtat är den troendes hjärta vars lampa är upplysning. Det täckta hjärtat är hjärtat hos den som inte tror. Det bakvända hjärtat är hjärtat hos en ren hycklare som vet och sedan förnekar. Hjärtat som har olika lager är ett hjärta som innehåller både tro och hyckleri. Tron är som en grön planta som får sin näring av rent vatten och hyckleriet är som ett sår som får sin näring av var och blod, så den substans som besestrar den andra kommer att ta överhanden.”*¹⁹ Profeten Muhammad förklarade också processen genom vilken ett hjärta blir sjukt: *”När en troende begår en synd, kommer en mörk fläck på hans hjärta. Om han ångrar sig och söker [Allahs] förlåtelse, blir hans hjärta fläckfritt igen. Men om han framhärdar i synd, ökar den mörka fläcken. Detta är den fläck som har nämnts i Koranen: ”**Fläcken har täckt deras hjärtan av det som de förtjänade [på grund av sina synder].**”* (K 83:14)²⁰ Andra hadither nämner att om syndaren inte ångrar sig

¹⁸ Al-Bukhari (50).

¹⁹ Ahmad (10705).

²⁰ At-Tirmidhi (3334).

utan fortsätter begå synder, ökar fläcken på hans hjärta och blir mörkare. Till slut blir hjärtat hos en syndare som inte ångrar sig helt täckt och blir andligt dött.

Vilka är tecknen på hjärtats hälsa eller sjukdom? Och hur är det med dess rättrådighet och avvikelse, dess perfektion och brister? Hur för vi det tillbaka till dess sanna uppfattningsförmåga? Hur blir det upplyst eller förmörkat, och vad är vägen till dess upplysning?

Notera följande texter om hjärtat:

- ”Men de vars hjärtan är sjuka av tvivel drivs av den [Koranen] allt djupare ned i sin smutsiga synd [d v s otro och hyckleri], och de dör som icke troende.” (K 9:125)

- ”Säg: ’Den [Koranen] är, för dem som tror, vägledning och bot [mot tvivel och okunnighet].’ Men för dem som inte tror har öronen täppts till och den känns som [en dimma] av blindhet [och elände].” (K 41:44)

- ”Troende är enbart de som bävar i sina hjärtan då de hör Allahs namn nämnas, och som känner sig stärkta i tron då de hör Hans verser [d v s budskap] läsas upp.” (K 8:2)

- ”Människor! Ni har nu fått ta emot förmaningar och varningar från er Herre och en läkedom mot det [onda] som bor i människors bröst, och vägledning och nåd för dem som tror.” (K 10:57)

- ”I detta ligger förvisso en påminnelse till den som har ett hjärta.” (K 50:37)

- ”Allah har [steg för steg] uppenbarat det skönaste budskap, en Skrift [d v s Koranen] vars olika delar [binds samman av] inre överensstämmelse och där sanningarna framställs i

motsatspar. [Dess högstämda ordalag] framkallar rysningar i huden hos dem som fruktar sin Herre; men därefter mjuknar den och deras hjärtan för påminnelsen om Allah.” (K 39:23)

- ”Tänker de alls inte på vad Koranen [har att säga]? Eller har de dragit för regeln för sina hjärtan?” (47:24)

Man observerar utifrån dessa verser i Koranen en skala på vilken man kan veta hjärtats tillstånd. Detta syns genom dess reaktion på Koranen och det faktum att vissa människor har aktiva hjärtan medan andra inte har det. Det är tydligt att det inte handlar om det fysiska hjärtat, som bara pumpar runt blodet och är detsamma för både människor och djur. Det är en annan typ av hjärta knutet till hjärtat i bröstet på något sätt, som Allah har sagt: **”Det är inte deras ögon som är blinda, nej, det är hjärtana i deras bröst!”** (K 22:46) Och: **”Och hjärtana nådde deras strupar [av rädsla].”** (K33:10)

Av det som presenterats kan man dra tre slutsatser:

1. Koranen och sunnah betonar att det mänskliga hjärtat är ett medvetet organ som har sin egen form av intelligens och på så sätt kan spela en viktig roll i en individs mentala, andliga och känslomässiga beslut.

2. Hjärtats värld är stor och dess sjukdom eller hälsa är två tillstånd som avgör en människas undergång eller framgång i det världsliga livet och i Livet efter detta. När hjärtat är sjukt och klent är individen i ett tillstånd av villfarelse, motsägelse, ängslan och förvirring, och hans slut i Livet efter detta blir förstörelse och förlust.

3. För att rätta till och återställa hjärtat krävs kunskap, arbete och bra sällskap. Det krävs kunskap för att kunna särskilja friskhet

från sjukdom, arbete för att bli av med sjukdomen, och bra sällskap för att uppmuntra en att fortsätta resan och påminna en om att inte föreställa sig att någonting mindre än komplett friskhet är acceptabelt.

3- **Sinnet eller förnuftet (mind) – ”‘Aql”**

I islamisk terminologi talar man om det ansvariga sinnet (Al-‘Aql al-takleefy) och det religiösa sinnet (Al-‘Aql al-shar‘ei). Det ansvariga sinnet har alla människor som är friska och det är anledningen till att människan har givits ansvar och är ansvarig inför Allah för sitt handlande. Här kan människor delas in i två kategorier: en som känner Allah, förstår Hans budskap och rättar sig efter det – dessa är de sant närvarande (eller på engelska mindful), och en annan som inte känner Allah och inte rättar sig efter Hans budskap – dessa beskrivs som frånvarande (eller på engelska mindless). Det religiösa sinnet eller förnuftet är vad Helvetets invånare menar när de kommer att säga: **”Om vi bara hade lyssnat eller använt vårt förstånd skulle vi inte höra till dem vars mål är den högt flammande Elden!”** (K 67:10) Den här typen av förnuft har sin plats i hjärtat och har flera nivåer. Det fullkomliga religiösa sinnet är det som disciplinerar personen och kanaliserar hans önskningar i enlighet med Allahs påbud, med insikt och underkastelse inför Honom.

Hur kan vi uppnå det religiösa sinnet? Hur kan vi få våra sinnen att förstå Allah? Och hur kan vi disciplinera oss själva enligt Allahs befallningar? På vilket sätt ska vi uppnå det? Det har att göra med att stärka sin vilja och stå emot och disciplinera den själ (*nafs*) som hela tiden befäller fel. Sinnet är knutet till hjärtat å ena sidan och till själen å andra sidan. När hjärtat är svagt inför själen som föreslår ont, ger det upp inför dess önskningar att gå emot

Allahs lag. När hjärtat blir starkare, börjar det gå emot en del av dessa önskningar, men fortsätter att vara svagt gentemot andra. Även om det ogillar olydnad, besegras det ibland av själens basala önskningar, och på så sätt finner vi olika typer av människor vars förmåga att kontrollera sig själva varierar från noll till 100%. Fullständig kontroll uppnås genom utvecklingen av ett fullkomligt religiöst sinne.

Processen för att man ska höja sig börjar med förståelsen av vad Allah har befallt, och slutar med fullständig överensstämmelse mellan ens uppförande och handlande och allt som Han befallt. Överensstämmelse med vad Allah har befallt betyder inte att en person ger upp allt han önskar, för människan testas genom dessa önskningar. Dessutom har Allah gett människan sunda sätt att kanalisera sina behov till det som är tillåtet och göra sig av med det otillåtna, och detta är en del av resan. Faktum är att resan till Allah är förenlig med människans naturliga instinkt och går inte emot den.

Exempelvis finner vi en muslim som vill ångra otrohet, men så fort han befinner sig i en frestande situation, uppmanar honom hans själ och satan att göra det, trots att han hatar denna svaghet. Hur kan han stärka sitt hjärta tillräckligt för att undvika och avhålla sig från synden? Det finns flera saker han kan göra. Han kan öka sitt hjärtas upplysning, rena sin själ, följa det rätta sättet att tillfredsställa sin önskan inom tillåtna gränser (d v s giftermål) eller minska lusten genom att ägna sig åt idrottsaktiviteter eller trötta ut sin kropp, fasta frivilligt vissa dagar varje månad som Profeten Muhammad gjorde, hålla sig borta från det som väcker hans lust, etc. Allt detta är en del av behandlingen för att hjälpa

honom att besegra synden, och synden övervinns genom disciplin²¹.

Men ämnet har också andra aspekter, för det finns fysiska begär och psykiska begär, så som kärleken till ledarskap och prestige, girighet, snålhet, etc. Det finns kontroll över kroppen och över tungan enligt Allahs befallning, och det finns kontroll över själen och hjärtat enligt Allahs befallning. Det finns också ett framåtskridande i att förverkliga alla Hans befallningar. Dessa är aspekter av det religiösa sinnet i människan, och hur man ska få det att fungera på ett naturligt sätt, och inte genom tvång, är ett av områdena inom den andliga vetenskapen (*'ilm as-sulook*) och dess främsta forskningsområde. Den sunda praktiska utvecklingen som man söker ur den här vetenskapen är mot att uppnå ett fullkomligt religiöst sinne.

4- Själen eller självet – ”Nafs”

Al-Ghazali nämner att själen (*nafs*) har två dimensioner: den högre dimensionen och den lägre dimensionen. Den högre dimensionen är psykets högsta gräns som kopplar själen till anden (*rooh*), medan den lägre dimensionen representeras av sinnena som kopplar den till kroppen. En del muslimska lärda anser att själen (*nafs*) är densamma som anden (*rooh*) efter det att den har förenat sig med kroppen, eftersom anden påverkas av kroppen när den förenar sig med den. Dessa effekter orsakas av kroppens behov och anden (*rooh*) omfattar dem. När kroppen har ohälsosamma önskningar och själen (*nafs*) är okontrollerad och hjärtat inte sunt, blir själens begär ändlösa och kroppen tjänar

²¹ Att besegra synden ger också tillfredsställelse för själen.

dem, vilket leder till fördärv.²² När anden (*rooh*) förenar sig med kroppen har den strävanden, bland dem önskan om ett evigt liv. Detta är vad Satan utnyttjade när han fick Adam att göra fel genom att säga till honom: **”Skall jag leda dig till det eviga livets träd och till ett rike som aldrig skall gå under?”** (K 20:120) På det sättet genereras inom själen idéer, som ofta blir sjukdomar, och dessa sjukdomar i sin tur ger upphov till andra. Medan de kan öka eller minska, är de fortfarande sjukdomar.

Därför kom Allahs lag för att räta upp själen (*nafs*). Profeten Muhammad sa: *”Mujahid är den som kämpar mot sig själv för Allah.”*²³ Och Allah har sagt: **”Men den som bävade vid tanken att en Dag stå [till svars] inför sin Herre och som kunde lägga band på sin själs begär skall [få se att] paradiset är [hans] slutliga bestämmelse.”** (K 79:40-41) Så att ha en frisk själ börjar med att vara missnöjd med sig själv. Den muslimske andlige lärde, Ibn ‘Ataa’ skrev²⁴: *”Ursprunget till varje fall av synd, bekymmerslöshet och låga begär är att vara nöjd med sig själv”*²⁵. Och ursprunget till varje fall av lydnad, medvetenhet och

²² Enligt den sufiska förståelsen är *nafs* källan till den negativa kraften i ilska och sexuell lust i en människa som förblindar hennes intellekt. Sufier tar *”nafs”* som ett uttömmande ord som inkluderar alla onda egenskaper hos en person. Det är därför de betonar kamp mot den för att bryta och inaktivera den.

²³ At-Tirmidhi (1546) och Ibn Hibban - saheeh

²⁴ I sin bok *”Hikem Ibn ‘Ataa’”* (Ibn ‘Ataa’s visdomar)

²⁵ Islamlärda betonar att ingen människa är eller kan vara perfekt.

Därför måste man hela tiden sträva efter att bli bättre och aldrig vara nöjd och tycka att man nått målet och blivit perfekt. Den här strävan måste fortsätta genom hela livet.

självbehärskning är att var missnöjd med sig själv. Att göra sällskap med en okunnig person som inte är nöjd med sig själv är bättre än att göra sällskap med en lärd som är nöjd med sig själv, för vilken typ av kunskap är det som får sin ägare nöjd med sig själv, och hur okunnig kan någon vara som inte är nöjd med sig själv?” Och Sheikh Zarooq sa: ”Ursprungen till dålig moral är tre: att vara nöjd med sig själv, att frukta människor och att oroa sig för sin försörjning. Det första leder till begär, bekymmerslöshet och synd. Det andra leder till ilska, förbittring och avund. Och det tredje leder till sjukdom, girighet och snålhet. Men det finns en sak att hålla sig till, som utrotar alla dessa, och det är att alltid vara missnöjd med själen under alla omständigheter och att alltid vara på sin vakt.”

Och as-Salami sa: ”Bland själens brister finns självtillräcklighet, stolthet, egenkärlek, arrogans, snålhet, bedrägeri, hat, snikenhet, kortsynthet, avundsjuka, svartsjuka, missunnsamhet, otålighet, panik, omåttlighet, lystenhet, girighet, feghet, okunnighet, lathet, oanständighet, hårdhet, omåttlighet, att följa sina begär, förringande av andra, åtlöje, högmod, förakt, ringaktning, enfald, likgiltighet, tvivel, sarkasm, orättvisa, fientlighet, konflikt, envishet, opposition, överlägsenhet, tävlingslystnad, förtal, oärlighet, lögnaktighet, skvaller, besatthet, misstänksamhet, nonchalans, klander, oförskämdhet, förräderi, svek, elakhet, illvilja... och oräkneliga andra fel. Studenten [den troende muslimen som strävar efter självförbättring] bör känna till dem, veta hur han ska undvika dem och sträva efter att ersätta dem med något bättre. Vem som helst som inte vet detta kommer med tiden bara att gå mot fler och fler nederlag. Så byt ut stolthet mot blygsamhet, hårdhet mot ömhet, lögnaktighet mot uppriktighet, och genom Allah kommer framgång.”

Sammanfattningsvis säger lärda, att den grundläggande metoden för någon som vill närma sig Allah, är att sätta sig emot själen (*nafs*) när den söker olydnad, eller går till ytterligheter i det som är tillåtet, att utstå ont från människor när man handlar i lydnad inför Allah och att hålla sig inom Shari'ahs gränser och följa Sunnah.

Allah nämnde själen eller självet och dess olika tillstånd i Koranen:

- Själen som är renad eller själen som är moraliskt fördärvad. Allah sa: **”Vid människans själ och Den (Allah) som har format den, och nedlagt i den förmågan att skilja mellan dess syndfullhet och dess rättrådighet. Helt visst skall det gå den väl i händer som [i detta liv] strävar efter att rena [sin själ], men den som begraver den [i synd och mörker] skall gå mot fördärvet.”** (K 91:7-10)

- Själen som överlämnar sig själv till lustar och tillåter sig att bli förförd av djävulen. Detta är det råa självet hos en otränad person. Det är den själen som drivs av ilska och begär och tillhör Satans sällskap som falskeligen lovar personen stora vinningar och alltid inbjuder hans själ till att göra ont. Satan presenterar osanning för honom på ett sätt som han accepterar och beundrar. Denna själ vägleder sin ägare mot varje felaktig handling, som Allah sa i Koranen: **”Förvisso driver själen ständigt människan mot det onda”** (K 12:53) Denna själ paralyserar en människas tankeprocess. Al-Ghazali nämnde följande negativa tendenser hos denna själ och kallade dem ”andliga sjukdomar”: hyckleri, stolthet och arrogans, begär, högmod, girighet, vårdslöshet, rastlöshet och briljerande. Dessa är de mest skadliga tendenserna hos själen och de största hindren för människans

andliga växt. När dessa dominerar självet förlorar människan sin insikt och hennes energi avleds till onödiga aktiviteter. Som en konsekvens av det börjar hon tro på villfarelser som sanning och självglorifiering blir hennes högsta mål i livet.

- En högre själsnivå är den förebrående själen som klandrar sin ägare för hans tillkortakommanden. Det är den själen som står emot ondskan och anklagar sin ägare för att falla till föga för den eller för att negligera dyrkan av sin Herre. På den här nivån är själen i ett tillstånd av konstant medvetenhet, självobservation och självkritik. Den erkänner sin ägares tillkortakommanden, hans felaktiga handlingar, hans olydnad och hans försummelse av sina plikter. Denna själ kan inte vila i ett tillstånd. Den ändras och anpassar sig, glömmer och kommer ihåg, drar sig tillbaka och avancerar, hatar och älskar, sörjer och gläds, stöter bort och accepterar, gör uppror, ångrar sig och lyder. Faktum är att själen på det här stadiet är mitt på resan mot växt och perfektion. Allah sa angående den: **”Jag svär vid den förebrående själen...”** (K 75:2)

- ”Själen som har kommit till ro” är den högsta nivån. När själen har avancerat till den här nivån uppnår en person full tillfredsställelse då hans personlighet är utrustad med kvaliteterna lugn, mildhet, tolerans, förlåtelse och förståelse. Det här själsstadiet representerar upplösningen av ens inre konflikter och man uppnår harmoni med Allah. Muslimens personlighet präglas nu av Allahs universella religion då hans beteende reflekterar moralen från gudomlig uppenbarelse. Detta är själen som är lugn och känner tillförsikt inför döden eftersom den har stått emot och övervunnit frestelser, och till vilken Allah kommer att säga: **”[Till de rättrådiga kommer det att sägas], Du själ, som har kommit till ro! Vänd tillbaka till din Herre, tillfredsställd**

[med Hans gåvor och] omsluten av Hans välbehag! Stig in med skaran av mina [rättrådiga] tjänare! Stig in i Mitt paradisi!” (K 89:27-29) Så ägaren till denna själ underkastar sig Allahs vilja och överlämnar sig nöjd till Honom, är aldrig missnöjd och klagar aldrig, och hans tro vacklar aldrig. Han gläds inte över sina förtjänster och inte heller gör hans lidanden att han misströstar.

De nämnda verserna talar om själens olika tillstånd. Så det finns själar som är renade, de som är moraliskt fördärvade, de som driver människan mot det onda, de som förebrår sina ägare och de som har kommit till ro i att de har förtjänat Allahs välbehag samtidigt som de är nöjda med Allah. Av detta och följande vers: **”Men den som bävade vid tanken att en Dag stå [till svars] inför sin Herre och som kunde lägga band på sin själs begär...”** (K 79:40) förstår vi att själen behöver mänsklig ansträngning för att stå emot dess låga böjelser. Allah sa också: **”Men dem som strävar och kämpar för Vår sak skall Vi sannerligen leda på de vägar som för till Oss.”** (K 29:69)

Vilken typ av ansträngning är det och vad är dess gränser? Vilka är dess tillåtna metoder och vilka är kvaliteterna hos den renade själen som bör förverkligas? Rening av själen är ett område som har negligerats av många muslimer trots att ett av de viktigaste målen med alla profeters uppdrag är rening av själen. Allah säger: **”Och så har Vi [gett er Vår välsignelse] när Vi sände till er ett sändebud ur era egna led, för att framföra Våra budskap till er och rena er [från avgudadyrkan och all annan synd] och undervisa er i Skriften och visdomen²⁶.”** (K 2:151)

²⁶ Visdomen som lärdes ut av Profeten Muhammad är hans *sunnah* (hans lära).

Av det som har nämnts förstår vi att för att rena sin själ behöver ägaren bestämma sig och anstränga sig, och det krävs kunskap – kunskap om själens språk och dess brister och kunskap om hur man ska möta den och ta bort dess brister²⁷.

Konklusion

Den muslimske lärde Sa‘id Hawwa skrev²⁸ efter att ha citerat vad al-Ghazali skrev i sin bok ”Ihya’ ‘Uloom ad-Deen” under rubriken: ”Förtydligande av betydelsen av Nafs, Rooh, Qalb och ‘Aql och vad som avses med dessa namn”: ”Utifrån al-Ghazalis ord förstår vi att nafs, ‘aql, qalb och rooh ibland har samma betydelse och bara ges olika namn enligt den mänskliga andens karakteristika. Så när rooh (anden) övervinns av begär kallas den nafs (själ), när den övervinner förbjudna begär kallas den ‘aql (sinne eller förnuft), när den är full av tro kallas den qalb (hjärta) och när den känner Allah som man ska känna Honom och dyrkar Honom uppriktigt kallas den rooh (ande).”

Trons effekt på individens liv

Människan är en unik skapelse genom att hon är en blandning av jordens element och icke-materiella andliga element. När man ger näring åt och ger fritt utlopp åt sin fysiska sida och negligerar att ge näring åt sin ande och själ, är man okunnig om sin sanna mänskliga natur och tar ifrån den en stor del av dess rätt.

Islamisk tro kan möjliggöra för en person att uppfylla sin instinktiva önskan om tillfredsställelse och mening i sitt liv. Men

²⁷ Den berömde muslimske lärde Ibn Qayyim al-Jawziyyah skrev utförligt om detta ämne.

²⁸ Sa‘id Hawwa: Tarbiyatuna ar-rohiyyah (Vår andliga undervisning).

det som menas med ”tro” är en stark och levande tro, inte en tro som svänger beroende på känslor eller är begränsad till en upprepning av ritualer. Sann tro är vad som når djupet av själen och omsluter en persons förståelse, känslor och motivationer. Dess effekt på beteendet är vad som renar själen.

Referenser:

Det här häftet är ett utdrag ur boken "Spirituality in Islam" av Mostafa Malaekah.

För mer information om islam besök:

- 1- www.islamguiden.com
- 2- www.koranensbudskap.se
- 3- www.islam.se
- 4- www.konvertitguiden.com
- 5- www.moslim.se
- 6- www.elnaggarzr.com/en (på engelska)
- 7- www.sultan.org (på engelska)
- 8- www.islam-guide.com (på engelska)

På grund av komplexiteten i människans sammansättning har hennes natur ofta missförstått. För hon är en kombination av kropp och ande, instinkt och intellekt, och att negligera någon av dessa aspekter kommer att resultera i allvarlig obalans...