

Gezondheid als Amaanah, dus waak erover!

We bevinden ons in vele gunsten en vele goedheden. Tot deze gunsten behoort de gezondheid. De Profeet (ﷺ) heeft gezegd: **“Er zijn twee gunsten waarover veel mensen onachtzaam zijn: gezondheid en vrije tijd.”** (al-Bukhari)

De gezondheid en veiligheid is één van de vele gunsten waarmee Allah (ﷻ) Zijn dienaren kan voorzien in dit wereldse leven. De Profeet (ﷺ) heeft gezegd: **“Wie van jullie ’s ochtends wakker wordt terwijl hij veilig is in zijn gezin, gezond is in zijn lichaam en beschikt over het voedsel van die dag, het is alsof voor hem de hele wereld is verzameld.”**

(at-Tirmidhi | Al-Albani heeft deze hadith als hassan (goed) geclassificeerd)

De gunsten zijn één van de zaken waarover we ondervraagd zullen worden, zoals Allah (ﷻ) in surah at-Takathur te kennen geeft.

Allah (ﷻ) heeft gezegd: **“Daarna zullen jullie op die Dag zeker ondervraagd worden over de gunsten (al-na’im)”** (S102-A08)

De Profeet (ﷺ) heeft gezegd: **“De eerste zaak waarover de dienaar op de Dag der Opstanding ondervraagd zal worden onder de gunsten, is dat er tegen hem gezegd zal worden: ‘Hebben Wij je lichaam niet gezond gemaakt en je niet met koelwater gelaafd?’”** (at-Tirmidhi (3358), geclassificeerd als Hassan Sahin door al-Albani.)

De gezondheid behoort ook tot de vele goede zaken in het wereldse leven. Het was ook een gewoonte van de Profeet (ﷺ) om Allah de Verhevene te vragen hem veilig te stellen bij het ontwaken en hem gezond te houden. Dit behoort ook tot het verrichten van de ochtend gedenken, oftewel adhkaar as-Sabaah.

De veiligheid is alomvattend en dus ook in de godsdienst, dat men ook vrijgesteld is van twijfelachtigheden en zaken die jou kunnen beproeven in jouw religie. Dit is een gunst die niet veel mensen beseffen, behalve wanneer men dit mist. Dit is als een kroon voor je. De gezondheid en veiligheid zijn belangrijke zaken waar we niet onachtzaam naar moeten zijn. De gunsten van Allah (ﷻ) zijn oneindig. Hoeveel mensen zijn er wel niet die in coma liggen, aan de beademing of bepaalde medicaties moeten nemen om op de been te blijven. We huilen veel over zaken die we missen, maar we zijn niet altijd dankbaar voor de gunsten die we hebben. Allah de Almachtige heeft ons ook te kennen gegeven in de Quraan dat als we hem dankbaar zijn dat Hij het ook voor ons zal vermeerderen en als we de gunsten ontkennen dat ons dan een grootse bestraffing staat te wachten.

De Profeet (ﷺ) heeft gezegd: **“De beste dienaren bij Allah op de Dag der Opstanding zijn degenen die Hem veel prijzen (al-ḥamidun)”** (at-Tirmidhi| geclassificeerd als door al-Albani)

Een dienaar hoort Allah (ﷻ) te allen tijde te danken en te prijzen. Dit in het openlijke en het heimelijke voor alle gunsten waarmee Allah (ﷻ) hem heeft voorzien.

En de dankbaarheid gaat middels het gehoorzamen van Allah en het benutten van de zaken in het goede.

De Profeet (ﷺ) zei: “Benut vijf zaken vóór vijf andere zaken:

1. **Jouw jeugd vóór jouw ouderdom,**
2. **Jouw gezondheid vóór jouw ziekte,**
3. **Jouw rijkdom vóór jouw armoede,**
4. **Jouw vrije tijd vóór jouw bezigheid,**
5. **Jouw leven vóór jouw dood.”**

(al-Albani at-targhib en at-tarhib)

Moge Allah (ﷻ) ons in staat stellen om onze gunsten op de juiste manier in te zetten.