



1 - Är min bön sådan som den borde vara?

Innehåll

- De ödmjukas bön ... avsnitt 1
 - Vårt samtal idag om bönen
 - Bönen villkor
 - Be som ni sett mig be
 - Ber jag som Profeten?
 - Steg som gör vår bön värdig

De ödmjukas bön ... avsnitt 1

I Guds, den Nåderikes, den Barmhärtiges namn. All lovprisning tillhör Gud, världarnas Herre, och må Guds frid och välsignelser vara över vår mästare Muhammad, hans familj och hans följeslagare. O Allah, lär oss det som gagnar oss, låt oss få nytta av det Du lärt oss, och ge oss av Din nåd mer kunskap, Du den mest barmhärtige. O Allah, hedra oss med kunskap, smycka oss med mildhet, prydd oss med gudsfruktan och gör oss till vägledare som själva är vägleda.

Må Gud välsigna er fredag och välsigna er, era böner, era handlingar, er tid och era barn. Han är sannerligen mäktig över allt.

1 - Är min bön sådan som den borde vara?

Vårt samtal idag handlar om något av yttersta vikt — något som varken detta liv eller nästa kan bli rätt utan att det blir rätt.

Vårt samtal idag handlar om bönen:

Den bön som Gud har gjort till religionens pelare och dess stöd.

Den bön som är det första tjänaren blir tillfrågad om på domedagen. Han blir tillfrågad om han upprätthöll den ... om hans bugningar ... om hans prostrationer ... om hans ödmjukhet ... om dess påverkan på hans liv.

Jag kommer att göra en serie korta avsnitt om ödmjukhet i bönen, så att vi kan granska oss själva och förbättra vårt utförande av bönen.

Bönen är förbindelsen mellan oss och Gud, den Upphöjde. I den finns åkallan och innerlig samtalston. I den finns mötet med Gud ... ståendet inför Honom. Den förkroppsligar de största betydelserna av tillbedjan av Gud, den Upphöjde.

Jag behöver idag — mitt i livets upptagenhet — stanna upp, hålla mig själv ansvarig, fråga och reflektera, särskilt nu i början av ett nytt år, efter att ha lämnat år bakom mig vars innehåll jag inte vet.

Är min bön som jag ber till Gud, den Upphöjde, accepterad?

Öppnas himlens portar för den? Eller kastas den tillbaka i mitt ansikte?

Har den den positiva påverkan som den borde ha i mitt liv — vilket är måttet på dess giltighet?

Bönens villkor

Gud har fastställt villkor för bönen och gett den pelare och gränser som den inte accepteras utan. Profeten ﷺ lämnade oss inte utan förklaring — han förtydligade allt i bönen, och hans bön var en modell för oss att följa.

Be som ni sett mig be

Profeten ﷺ sade: **"Be som ni sett mig be."**

Vi såg honom inte be, men den noggrannhet med vilken hans bön fördes vidare generation efter generation gjorde den närvarande framför våra ögon — som om vi såg den.

Ber jag som Profeten?

Ber jag idag på ett sätt som närmar sig Profetens ﷺ bön? Är denna bön en bön som ger frukt?

Om min bön ger frukt och uppnår sina syften, är det ett gott tecken. Men om min bön inte ger frukt — om jag endast utför plikten och avklarar skyldigheten — då finns det ett stort avstånd mellan mig och frukten.

Det finns hinder för ödmjukhet:

- **inre hinder**, såsom hjärtats sjukdomar
- **yttre hinder**, såsom distraktioner, begär och lockelser

Dessa hindrar tjänaren från bönen frukt.

Bönen renar själen, gläder ögonen, sprider frid och trygghet i hjärtat, hjälper oss i livets bekymmer, ger oss lycka i båda världarna, förbjuder oanständighet och ondska, befriar oss från negativa beteenden och förbättrar vårt uppförande mot andra.

Steg som gör vår bön värdig

Ett positivt steg som gör vår bön värdig att vi frambär den till Gud, den Upphöjde — en bön som är ögonens glädje, som Profeten ﷺ sade: **"Och bönen glädje gjordes i mina ögon."**

Det som krävs av oss är en stund av självrannsakan och reflektion över den bön vi ber — över hjärtats tillstånd under dess utförande.

Känner hjärtat frid och ro när det står inför Gud, den Upphöjde? Känner det att det är den starkaste varelsen på jorden genom sin förbindelse med Gud? Känner det att alla problem kan lösas med två raka'at — om bönen utförs på rätt sätt?

Om vi vill upprätta vår bön måste vi följa steg:

Steg 1:

Att sitta med sig själv, hålla sig själv ansvarig och samtala med sin själ.

1 - Är min bön sådan som den borde vara?

Steg 2:

Att gå vidare till beslutet. Jag tar ett beslut att förbättra min bön och göra den till min väg till räddning.

Jag tar beslutet från första bönen efter denna självrannsakan: "O Herre, jag ska förändra, justera, förbereda mig och söka Din hjälp. O Herre, hjälp mig och skänk mig de ödmjukas bön och acceptera den från mig. Gör min bön accepterad, öppna himlens portar för den, höj mig genom denna bön. Rätta mitt hjärta och samla mina sinnen och lemmar till att utföra den så som Du vill."

Och all lovprisning tillhör Gud, världarnas Herre.