

Koranen påverkar mig inte

Jag påverkas inte när jag läser Koranen – varför?

I Allahs namn, den Nåderike, den Barmhärtige

Om hjärtats hårdhet, hindren för tadabbur och vägen tillbaka till Allahs ord

Inledning – En ärlig och modig fråga

Att ställa denna fråga kräver ärlighet och mod. Många muslimer läser Koranen regelbundet – kanske dagligen – men upplever en inre tomhet: orden glider förbi utan att lämna märken, hjärtat rör sig inte, tårarna uteblir, ingenting förändras. Det kan ge upphov till skam, förvirring eller till och med en tyst förtvivlan: Är något fel med mig? Hör jag ens hemma i denna tro?

Svaret från islams tradition är tydligt: detta är ett känt, beskrivet och botbart tillstånd. De klassiska lärde – från al-Ghazali till Ibn al-Qayyim – har analyserat det noggrant och erbjuder både diagnos och medicin. Att du frågar är i sig ett tecken på att hjärtat lever.

”Har inte tiden kommit för dem som tror att deras hjärtan ska ödmjuka sig inför Allahs åminnelse och inför det som har uppenbarats av sanningen – och att de inte ska vara som de som fick Skriften tidigare, för vilka lång tid förflöt och vars hjärtan hårdnade? Många av dem är syndare.” (Koranen 57:16)

Qasawat al-Qalb – Hjärtats hårdhet

Det islamiska begreppet för det tillstånd du beskriver heter qasawat al-qalb (قسوة القلب) – hjärtats hårdhet eller stelhet. Det är inte ett moraliskt dödsbud – det är ett andligt tillstånd som kan drabba alla, inklusive fromma och kunniga muslimer, om de inte vaktar sitt inre.

Koranen beskriver hjärtats hårdhet som en av de mest allvarliga andliga sjukdomarna. I 57:16 riktar sig Allah direkt till de troende med en varning: låt inte er tid med Allahs ord bli så lång och mekanisk att hjärtat stelnar, som det stelnade hos dem som fick Skriften före er.

Ibn al-Qayyim beskriver i Ighatha al-Lahfan hur hjärtat kan befinna sig i fyra tillstånd:

- Det levande, vakna hjärtat – som rör sig av Allahs ord och söker Honom.
- Det sjuka hjärtat – som rör sig men med svaghet; ibland mot Allah, ibland bort ifrån Honom.
- Det hårda hjärtat – som möter Allahs ord utan att röras, som ett berg som inte känner regnet.
- Det döda hjärtat – som inte längre söker Allah alls. (Detta är det allvarligaste tillståndet och behovet av tawba är akut.)

Att inte påverkas av Koranen är ett tydligt tecken på tillstånd två eller tre. Det är allvarligt nog att ta på djupt allvar – men inte så allvarligt att det är hopplöst. Tvärtom: insikten om tillståndet är själva startpunkten för läkning.

2. De sju vanligaste orsakerna – Vad hindrar hjärtat?

Imam al-Ghazali och Ibn al-Qayyim identifierar ett antal konkreta orsaker till varför Koranen inte längre rör hjärtat. Dessa är inte abstrakta – de är igenkännbara i det moderna livet:

Synder som täcker hjärtat (al-ran)

Koranen talar om ran (ران) – en andlig rost som lägger sig över hjärtat när synder upprepas utan ångern: ”Nej! Deras hjärtan har blivit rostiga av vad de brukade förvärva.” (Koranen 83:14). Varje synd som inte följs av tawba lägger ett lager till. Med tiden når inte Allahs ord in. Ibn al-Qayyim skriver: ”Synder slöar hjärtat – och ett slött hjärta ser inte, hör inte och känner inte Koranen.”

Mekanisk läsning utan närvaro (al-ghafila)

Al-ghafila (غفلة) – slarv och frånvaro – är en av de farligaste fienderna till Koranupplevelsen. När man läser Koranen med tungan men hjärtat är

frånvarande – tänker på arbetet, planerar dagen, scollar mentalt – sker ingen kontakt. Allah säger: ”Vi sänder ned i Koranen det som är botande” (17:82) – men botandet kräver att patienten tar emot medicinen med öppet hjärta.

Att inte förstå vad man läser

Att läsa arabiska man inte förstår är som att lyssna på musik på ett okänt språk – det kan vara vackert men når inte djupet. Allah uppmanar till tadabbur (تدبر) – att grubbla och reflektera: ”Grubblar de inte över Koranen? Finns det lås på deras hjärtan?” (Koranen 47:24). Att läsa med en tillförlitlig tafsir (kommentar) eller en parallell översättning öppnar helt nya rum.

Överflöd av världsligt brus (al-laghw)

Ett hjärta som är fullt av sociala medier, underhållning, nyhetsflöden och konstant stimulans har helt enkelt inte det utrymme och den stillhet som Allahs ord kräver. Ibn al-Qayyim skriver att hjärtat är som ett kärl: om det är fyllt med annat kan Koranens ljus inte strömma in. Det är inte att Koranen är svag – det är att behållaren är full av fel saker.

Att läsa för mycket på en gång – utan att smälta

Det finns en skillnad mellan att läsa Koranen för att slutföra en khatm (fullständig genomläsning) och att läsa för att låta verserna landa i hjärtat. Profeten (frid vare med honom) och hans följeslagare läste ibland en enda vers upprepade gånger under natten. Ibn Mas'ud sade om följeslagarna: ”En av oss lärde sig tio verser och rörde sig inte vidare förrän han förstod dem och handlade enligt dem.” (Ibn Majah, Muqaddima)

Brist på förberedelse och rening (tahara al-batin)

Al-Ghazali betonar i Ihya' 'Ulum al-Din att Koranläsning kräver inte bara yttre rening (wudu) utan inre rening: att man träder in i läsningen med tawba i hjärtat, med ödmjukhet inför Allahs ord och med en intention att ta emot, inte bara prestera. Att öppna Koranen efter ett argt gräl, mitt i stresskaoset, utan att stanna upp – ger sällan frukt.

Ensamhet utan vägledning

Koranen var aldrig avsedd att läsas i ett vakuum. Profeten (frid vare med honom) undervisade sina följeslagare vers för vers, med förklaring och

kontext. Att läsa utan tillgång till tafsir, utan att lyssna på lärda recitatorer, utan en gemenskap som delar Koranen – är att försöka laga mat utan att känna till ingredienserna.

Vad Koranen säger om sig själv – Löftet är verkligt

Det är viktigt att befästa en grundläggande sanning: problemet är inte Koranen. Allah vittnar Självt om sitt ords kraft och verkan:

”Om Vi hade sänt ned denna Koran på ett berg hade du sett det ödmjuka sig och rämna av fruktan för Allah.” (Koranen 59:21)

Och Allah beskriver de som verkligen hör Koranen:

”Allah har sänt ned den bästa berättelsen: en Skrift vars verser liknar varandra och upprepas. Huden på dem som fruktar sin Herre skälver av den, sedan mjuknar deras hud och deras hjärtan vid Allahs åminnelse.” (Koranen 39:23)

Löftet är verkligt. Bergen skulle rämna. Huden skulle skälva. Hjärtat ska mjukna. Om det inte händer är frågan: vad är det i mig som blockerar mottagandet? Det är denna fråga – ärlig och ödmjuk – som är rätt utgångspunkt.

Ibn al-Qayyim recept – Tio vägar till ett mjukt hjärta

Ibn al-Qayyim presenterar i Ighatha al-Lahfan och Madarij al-Salikin ett antal konkreta åtgärder för att mjuka upp ett hjärta som hårdnat och öppna det för Koranens verkan:

- Ihållig tawba – En djup, upprepad ångern för synder, stor som liten. Ångern är nyckeln som öppnar hjärtats lås.
- Läs Koranen långsammare – Inte för att slutföra sidor utan för att stanna vid varje vers. Fråga dig: Vad säger Allah till mig personligen i denna vers?
- Välj en tid och plats med stillhet – Helst tidigt på morgonen eller på

natten, när sinnet inte är fullpackat. Profeten (frid vare med honom) välsignade gryningens timmar. (Tirmidhi, hadith nr 2982)

- Börja med bara ett litet stycke – Välj en sura du kan, som al-Mulk (67) eller al-Waqi'a (56), och läs den med full eftertanke varje dag en vecka. Inte mer. Djup slog bred.
- Lyssna på Koranrecitation med en stor recitator – Att höra Koranen reciteras av en som har khushu' smittar. Sheikh Mishary Rashid al-Afasy, Abdul Rahman al-Sudais, Sheikh Mahmoud Khalil al-Husary – lyssna och låt hjärtat följa.
- Minska det världsliga bruset – Skärmar, musik, nöjen som fyller hjärtat med ghafla. Inte nödvändigtvis permanent – men skapa utrymme. Rensa behållaren.
- Tänk på döden (dhikr al-mawt) – Ibn al-Qayyim beskriver påminnelsen om döden som ett av de kraftfullaste medlen mot hjärtats hårdhet. Profeten (frid vare med honom) sade: "Påminn er ofta om döden, det krossaren av njutningarna." (Tirmidhi, hadith nr 2307; Ibn Majah, hadith nr 4258)
- Studera tafsir – Ta en vers i veckan och läs vad imam al-Tabari, Ibn Kathir eller al-Sa'di skriver om den. Förståelse föder känslor.
- Besök gravar och sjuka – Att konfronteras med dödens verklighet öppnar hjärtat och minner om livet perspektiv. (Muslim, hadith nr 976)
- Be Allah om ett mjukt hjärta (qalb raiq) – Profeten (frid vare med honom) bad: "O Allah, Jag söker tillflykt hos Dig från ett hjärta som inte ödmjukar sig." (Muslim, hadith nr 2722). Att be om förmågan att röras av Koranen är i sig en form av ibadah.

Tadabbur – Koranläsningens förlorade konst

Tadabbur (تدبر) – djup, aktiv reflektion – är vad Koranen Själv kräver av sin läsare. Ordet kommer från dubur, som betyder bakdelen av något, alltså: att se vad som döljer sig bakom orden, att nå deras djupaste kärna.

"Grubblar de inte över Koranen? Finns det lås på deras hjärtan?"
(Koranen 47:24)

Praktisk tadabbur-metod som de klassiska lärde rekommenderar:

- Stanna vid varje vers och fråga: Vad berättar Allah om Sig Själv här? Om människan? Om mig?
- Om du stöter på en vers om Paradiset – stanna och längta. Om det är

en vers om Helvetet – stanna och frukta. Om det är en vers om förlåtelse – stanna och tacka.

- Ställ dig alltid frågan: Vad kräver denna vers av mig idag?
- Håll en liten anteckningsbok bredvid din mushaf. Skriv ned det som rör sig i hjärtat.

Hur Profeten (ﷺ) mötte Koranen – En förebild i närvaro

Aisha (Må Allah vara nöjd med henne) beskriver hur Profeten (frid vare med honom) läste Koranen på ett sätt som avslöjar en hel teologi om närvaro:

”Han reciterade inte Koranen hastigt som ni reciterar den. Han reciterade den vers för vers.” (Ahmad ibn Hanbal, Musnad, hadith nr 24346; klassad som sahih av al-Albani)

Abdullah ibn Mas’ud (r.a.) berättar att Profeten (frid vare med honom) bad honom att recitera Sura al-Nisa. Ibn Mas’ud sa: ”Ska jag recitera för dig – och på dig har den ju uppenbarats?” Profeten svarade: ”Jag älskar att höra den från någon annan.” Ibn Mas’ud reciterade tills han nådde versen 4:41: ”Hur [ska det bli] när Vi för fram ett vittne från varje folk, och Vi för fram dig som vittne mot dessa?” Då sa Profeten: ”Håll nu.” Ibn Mas’ud vände sig om och såg att Profetens ögon strömmade av tårar. (al-Bukhari, hadith nr 5055; Muslim, hadith nr 800)

Profeten gråt av en enda vers. Han lät Koranens verklighet landa fullt ut i hjärtat. Det är detta vi strävar mot – och vägen dit börjar med att sluta skynda.

Tålmod med processen – Mjukheten återkommer

Det är viktigt att säga tydligt: att åter börja känna Koranen tar tid. Hjärtats hårdhet byggdes upp under månader eller år – mjukheten återkommer inte på en dag. Det är ett tålmodets arbete.

Men de klassiska lärde vittnar – och otaliga muslimers erfarenhet bekräftar – att om man påbörjar arbetet med ärlighet och uthållighet, börjar ljuset

leta sig in igen. Ofta börjar det med en enda vers. En vers som plötsligt landar. En mening som känns som om den skrevs för en. Och därifrån växer det.

"Och de som kämpar för Oss - Vi vägleder dem sannerligen till Våra vägar. Allah är verkligen med de rättfärdiga." (Koranen 29:69)

Avslutning - Koranen väntar på dig

Koranen har inte förändrats. Den är fortfarande det ord som fick berg att rämna i liknelsen, det ord som förvandlade analfabeter i öknen till mänsklighetens andliga giganter. Löftet i 17:82 gäller fortfarande: "Vi sänder ned i Koranen det som är botande och nåd för de troende."

Det enda som behöver förändras är mottagaren. Och det börjar med att du - precis som du gjort i dag - ärligt ställer frågan, söker svar och öppnar hjärtat en liten spricka. Allah behöver inte mer än det.

"Det är en välsignad Skrift som Vi har sänt ned till dig, så att de ska grubbla över dess verser och så att de med förstånd ska ta lärdom." (Koranen 38:29)

Källor och vidare läsning

Primärkällor

- Al-Quran al-Karim - Citerade verser: 17:82, 29:69, 38:29, 39:23, 47:24, 57:16, 59:21, 83:14.
- Sahih al-Bukhari - al-Bukhari (810-870). Hadith nr: 5055.
- Sahih Muslim - Muslim ibn al-Hajjaj (815-875). Hadith nr: 800, 976, 2722.
- Sunan al-Tirmidhi - al-Tirmidhi (824-892). Hadith nr: 2307, 2982.
- Sunan Ibn Majah - Ibn Majah (824-887). Hadith nr: 4258; Muqaddima (Ibn Mas'ud om följeslagarnas läsning).
- Musnad Ahmad - Ahmad ibn Hanbal (780-855). Hadith nr: 24346.

Klassisk islamisk litteratur

- Al-Ghazali, Abu Hamid (1058–1111). *Ihya' 'Ulum al-Din*. Kairo: Dar al-Ma'rifa. (Del I: Kitab Adab Tilawat al-Qur'an – Boken om Koranläsningens etik.)
- Ibn al-Qayyim al-Jawziyya (1292–1350). *Ighatha al-Lahfan min Masa'id al-Shaytan*. Riyadh: Dar 'Alam al-Fawa'id, 2011. (Kapitel om hjärtats sjukdomar och qasawat al-qalb.)
- Ibn al-Qayyim al-Jawziyya (1292–1350). *Madarij al-Salikin*. Beirut: Dar al-Kitab al-Arabi, 1973.
- Al-Tabari, Muhammad ibn Jarir (839–923). *Jami' al-Bayan fi Ta'wil al-Qur'an*. Kairo: Dar Hijr, 2001. (Tafsir av 57:16, 47:24 och 59:21.)

Modern litteratur

- Nouman Ali Khan. *Divine Speech: Exploring Quran as Literature*. Bayyinah Institute, 2016. ISBN: 978-0985813017.
- Yasmin Mogahed. *Reclaim Your Heart*. FB Publishing, 2012. ISBN: 978-0985273101.
- Abdel Haleem, M.A.S. *The Quran: A New Translation*. Oxford University Press, 2005. ISBN: 978-0192805486. (Rekommenderas som lättläst svensk/engelsk parallellöversättning för tadabbur.)
- Sa'di, Abd al-Rahman al- (1889–1956). *Taysir al-Karim al-Rahman fi Tafsir Kalam al-Mannan*. Trans. tillgänglig på engelska som *Tafsir as-Sa'di*. International Islamic Publishing House, 2016. ISBN: 978-6035003155. (En tillgänglig modern tafsir för den som söker förståelse.)