

koristi posta - 10 razloga za post 10

Post mjeseca ramazana je potvrđena obaveza koje su muslimani naših krajeva sve svjesniji i sa kojom su sve više upoznaju i tu obavezu je sve manje potrebno dokazivati, što je samo po sebi pokazatelj da je znanje rašireno i da je, hvala Allahu, znanje dostupno. Ono što nas interesira i što ovim tekstom želimo spomenuti jesu koristi posta i koliki trag ovaj ibadet ostavlja kako na dušu tako i na tijelo. :Razmišljajući i istražujući o ovoj temi spoznali smo neke koristi od kojih su sljedeće

Bogobojaznost .1

Puno je tragova koje post ostavlja na postače a prije svega se u islamskoj literaturi spominje izgradnja i postizanje strpljivosti (sabr), upoznavanje sa stanjem siromaha što nas podstiče na solidarnost..., ali sve te stvari vraćaju čovjeka na njegovu osnovu, a ta osnova je bogobojaznost. Post razvija bogobojaznost u duši postača, a ako se ova osnova usadi u pojedinca onda će se iz nje razviti svi ovi ogranci i tragovi o kojima želimo govoriti. Samim tim što je naređen i samim tim što predstavlja jedan od pet stubova naše vjere znači da pospješuje pokornost Allahu i učvršćuje naše korake na Njegovom putu. Uzvišeni Allah kaže: "O vi koji vjerujete, propisuje vam se post kao što je propisan i onima prije vas da bi ste se Allaha bojali." (El-Bekare, 183.)

Ovo je cilj i razlog posta, da se odgojimo na pokornost našem Stvoritelju i da se klonimo Njegovih zabrana. Onaj ko to ne ostvari taj od svog posta samo ima glad i žeđ. Ebu Hurejre, radijallahu anhu, prenosi da je naš Poslanik, sallallahu alejhi ve sellem, rekao: "Ko ne ostavi ružan govor i rad po njemu, pa Allahu nije potrebno da ostavi hranu i piće." Zbog činjenice da je suština posta bogobojaznost, tj. ostavljanje grijeha, istaknuti islamski a ujedno i evropski učenjak Ibn Hazm, rahimehullah, smatrao je da post ne kvari samo konzumiranje hrane i pića već da ga može pokvariti činjenje bilo kojeg grijeha tokom dana .posta

Svijest o Allahovom nadzoru .2

Značajan plod i korist posta jeste to što postač razvija osjećaj da ga Allah posmatra. Upravo ta svijest i razvijeni osjećaj Allahovog nadzora spriječava nas da konzumiramo postom .zabranjene stvari u trenucima kada nema ljudskog nadzora

Izvor nagrade .3

Postač svojim sustezanjem od hrane i pića očekuje nagradu od Stvoritelja Koji mu je za to djelo propisao, a na taj način ostvaruje jedan od najvećih ciljeva islama, a to je svijest o Allahovoj nagradi i kazni. Post posebno potencira aspekt Allahovog nagrađivanja jer smo .podučeni da post pripada Allahu i da On posebno za njega nagrađuje

Suzbijanje šejtana .4

Postom se umanjuje šejtansko prisustvo u samom čovjeku jer šejtan kola čovjekom kao što krv .kola našim venama, a to kretanje mu se postom umanjuje

Priprema za oskudicu .5

Post može biti trening i priprema za vremena oskudice i životnih probleme. To je nama, koji živimo na Balkanu, jako bitno jer nas je život naučio da je to konstantna periodika u životu jedne generacije. A eto i posljednje poplave i klizišta su nam dokaz tog neminovnog životnog .ciklusa

Samokontrola .6

Post nas podsjeća da smo mi ljudi jedna od rijetkih stvorenja koji znaju za pojam samokontrole. Bez ikakvih dunjalučkih posljedica i bez ikakvih zakonskih kazni, a pored hrane i pića koje nas okružuju i koje bi u svakom momentu mogli konzumirati, ipak pokazujemo visok nivo samokontrole. Taj postupak nas podsjeća na razliku između ljudi i životinja. Sustezanje od hrane, pića i drugih stvari koje kvare post jedan je vid treninga koji nam može pomoći u razvoju .naše ličnosti

Pobjeda duhovnosti nad materijalizmom .7

Postom zanemarujemo materijalno i dajemo prednost duhovnom jer ostavljamo jelo, piće i druge zabrane za postača a time postižemo osjećaj zadovoljstva u našim prsima. Danas, kada je materijalna vrijednost jedini način preko koga ljudi pokušavaju postići sreću, postom se otvaraju nove životne vrijednosti na koje je čovjek skoro zaboravio. Upravo je duhovnost .najbolji način liječenja vodećih modernih bolesti među kojima je i depresija

Strpljenje .8

Post nas uči strpljenju koja je jedan od temelja svake čvrste i velike ličnosti. Strpljenje se u islamu dijeli na tri vrste: strpljivost na pokornosti, strpljivost na ostavljanju grijeha i strpljivost na životnim problemima i izazovima. Samo strpljivi mogu ostvariti svoje životne ambicije i želje, .a post je najbolji način da oživimo i usadimo ovu osobinu

Poistovjećivanje sa siromasima .9

Post nas uči i podsjeća na stanje siromašnih slojeva u društvu i time nas približava njima. Tim približavanjem i solidarnošću postiže se društvena stabilnost i harmonija. Na taj način post prevazilazi individualne koristi već se njime postiže društveni napredak. Čovječanstvo proizvodi i do dvadeset posto više hrane nego što je ljudima na Zemlji dovoljno ali ipak i pored toga .mnogi gladuju i umiru od gladi

Postom do zdravog života .10

Postač svojim djelom, revidiranjem konzumiranja hrane i pića, postiže mnoge zdravstvene koristi o čemu sve češće preko moderne medicine saznajemo. Parametri i standardi prosječne težine pojedinca se iz godine u godinu sve više i više pomjeraju a sve zbog prekomjernog unosa hrane, a sve slabijeg kretanja i fizičkih napora. Post mjeseca ramazana nam može biti prilika za reviziju i kontrolu unosa hrane na osnovu čega bi postigli velike zdravstvene koristi. Mi vjerujemo u korist svakog propisa i svake Allahove naredbe i prije nego što nauka to potvrdi, jer to je pokazatelj prave i iskrene vjere i to je način na koji iskazujemo povjerenje prema Allahu i Njegovom Poslaniku, sallallahu alejhi ve sellem. Takav slučaj nalazimo kada je naš Poslanik, sallallahu alejhi ve sellem, imao noćno putovanje od Mekke do Kudsa a zatim od Mesdžidu-l-Aksa u Kudsu do Bejtu-l-ma'mura (nebeske Ka'be) iznad sedam nebesa.

Mi postom postićemo mnoge koristi od kojih smo spomenuli bogobožnost, samokontrolu, pročišćavanje tijela, sužavanje puta šejtanu, solidarnost sa siromasima i mnoge druge koristi. Zato donesimo odluku (nijjet) da postimo ovaj mjesec ramazan, a i svaki sljedeći, imajući puno povjerenje prema Onome Koji nas je stvorio i čije propise možemo posmatrati kao terapije i .tretmane za zdrav život