



# DRITA ISLAME

Botim i Komunitetit Mysliman të Shqipërisë / Çmimi: 250 Lekë / [www.dritaislame.al](http://www.dritaislame.al)

Viti XXXIV / Nr. 01 / Janar 2025



*Rigjallërimi i zemrave*  
në muajt e begatë



**“DRITA ISLAME”**

**Botim i Komunitetit Mysliman  
të Shqipërisë**

**www.dritaislame.al**

**DREJTOR**

**Dorian Demetja**

**KRYEREDAKTOR**

**Mehmet Disha**

**DIZAJNI DHE FAQOSJA**

**Erzen Carja**

**KONTAKT:**

**Tel/fax 068 87 71 655**

**E-mail: mehmet.disha@kmsb.al**

**Viti XXXIV i botimit**

**Nr. 01 (500)**

**Janar, 2025**

**ISSN 2226-7115**

*Artikujt  
që vijnë në redaksi  
dhe botohen, nuk  
paraqesin domosdoshmërisht  
edhe pikëpamjet e revistës.*



[www.dritaislame.al](http://www.dritaislame.al)



## editorial

**04** Ridimensionimi i besimtarit në vitalitetin e kohës  
Mehmet Disha

## në fokus

**06** Si t'i shfrytëzojmë në mënyrën më të mirë tre muajt e begatë  
Leonard Çela

## lajme / aktivitete

**08** 01-Këshilli i Përgjithshëm i KMSH-së zhvillon mbledhjen e dytë për vitin 2024  
02-100 Vjet Dritë dhe Dituri: Medreseja e Tiranës feston një shekull suksesi  
03-Finalizohet blerja e vakëfit në Parma, Itali  
04-Kryetari Spahiu, pret në selinë e KMSH-së një delegacion nga Emiratet e Bashkuara Arabe

## refleksione

**12** Ç'premon besimi?  
Tauland Bica

## çështje fetare

**16** Muaji Rexheb dhe adhurimi i vazhdueshëm  
Këshilli i çështjeve fetare - insi.al

## familja

**18** Metoda profetike për zgjidhjen e problemeve në familje  
Armand Asllani

## horizonti i besimit

**20** Miraxhi, një natë Kadri e dytë  
Aorel Senja

**22** Profeti Ejub (a.s.) dhe frytet e durimit  
Dorian Demetja

**26** Le të presë edhe 5 minuta bota!  
Lejla Dervishi

**28** Leximi dhe kimia e trurit  
Prof. Dr. İrfan Yılmaz

## jetë sahabësh

**32** Përballja me gjithfarë frikërash në rrugën e Allahut  
M. Jusuf Kandeheui

## bota shpirtërore

**34** Këshillë për egon  
Dr. Bekir Topaloglu

## këndi i poezisë

**38** Eja mumin  
Hafiz Ali Korça

04



12



18



28



34



# Ridimensionimi i besimtarit në vitalitetin e kohës



Koha është kapitali jetësor që i është dhënë njeriut nga Krijuesi. Ajo rrjedh sipas caktimit të Tij dhe njeriu noton në të, ku brenda kësaj rrjedhe, atij do t'i vijin të gjitha mundësitë që të fitojë përjetësinë. Fryma që merr njeriu është numërim i vazhdueshëm i kohës së tij të shkurtër. Në këtë përkohshmëri, në mënyrë të mrekullushme dhe krejt enigmatike, fshihet përjetësia me shtigjet saj të arta. Pikërisht këtu qëndron sekreti i gjësë: të këto shtigje.

Ndonëse çdo çast dhe çdo frymëmarrje është gjithmonë një mundësi për të gjetur rrugën përtej kohës që të shkohet te Krijuesi, pra që të lidhesh me Të, t'i besosh, të ndjekësh urdhrat dhe udhëzimet mes errësirës dhe të çash udhën për tek drita e Tij, Ai e di se njeriu, si rrjedhojë e gafletit dhe përhumbjes, do t'i humbë ato mundësi ndaj dhe, si formë e shembëllimit të mëshirës së Tij, herë pas here, Allahu xh.sh. dërgon flade dhe mirësi ekstra në muaj të zgjedhur. Muaji Rexheb, Shaban si dhe ai i Ramazanit, janë pikërisht ftesë për në shtigjet e arta të rrugëtimit shpirtëror ku besimtari ridimensionohet në jetë dhe në ekzistencë.

Koha është vitale, ajo rrjedh si lumë prej rrezatimit të emrave dhe sifateve hyjnore, duke ndriçuar përmes ekzistencës. Për këtë arsye, duke theksuar rëndësinë e saj, Allahu i Plotfuqishëm betohet në të në suren 'Asr'.<sup>1</sup> Ajo që duhet të qartësojmë për nga perspektiva jonë e të parit të gjërave është: pavarësisht trazirave që ndodhin, luftrave, varfërive, përplasjeve dhe padrejtësive që vijin vetëm si pasojë e të keqes që njerëzit nxjerrin në pah prej vetvetëve (nefseve), çdo gjë, edhe e keqja e nefseve, e shejtanëve dhe e tiranëve, është në kontrollin absolut dhe të përpiktë të Allahut xh.xh. Kështu, duke qenë të mbështetur tek Ai, ne duhet që të përmirësojmë nefset tona së pari, më pas të shqetësohemi bindshëm për problemet e dynjasë në tërësi.

Kësisoj lind nevoja sërish edhe një herë të rishikojmë urdhrat hyjnore që janë synimi i sinqeritetit tonë dhe janë thelbi i qëllimit të krijimit, si dhe janë boshti qëndror i adhurimit dhe i fitimit të dy botëve. Të rikonsiderojmë namazet dhe përkushtimin ndaj tyre me përpikmëri duke pastruar neglizhencat dhe gafletet e vogla por që nuk janë të parëndësishme. Të ritheksojmë në zemër

dëshminë e dy shehadeteve dhe të teuhidit, njëshmërisë së Zotit i cili nuk ka shok e ortak në asnjë gjë! Të rishikojmë agjërimin, zekatin nëse është nevoja, besimin në çështjet thelbësore të 6 kushteve të Imanit. Të rishikojmë meritë, zënkat, përhumbjet dhe zemërimet, sigurisht edhe thyerjet e zemrave. Të rishikojmë shtigjet e zemrës dhe lidhjet e përkohshme që i japin asaj lodhje. Të rirforcojmë fjetet e përjetshme të lidhjes me Krijuesin, duke shpresuar prej Tij falje, mëshirë e pastrim dhe që ndihma e Tij të na meremetojë çdo mangësi, çdo dëm që na solli vetja gjatë këtyre muajve të tjerë të gafletit, në mënyrë që të mund të zgjohemi dhe të përfitojme e të rifitojmë fuqitë sërish për në udhën drejt Ahiretit dhe drejt Zotit.

Janë disa xhevahirë që Zoti i ka vendosur brenda nesh që na bëjnë unikë, na diferencojnë nga krijesat e tjera duke na lartësuar në nivelin e jetës. Këto xhevahirë nuk kënaqen me gjëra të përkohshme, as me karrierë, para dhe estetikë. Arti i argëton disi, por nuk i përmbush. Ato janë aty për përjetësinë, projektojnë mijëra botë dhe shohin drejtpërdrejt nga Zoti. Ato ndoten, verbohën, nxihen dhe madje edhe vriten nga mëkatet. Mes tyre janë: zemra, shpirti, fuqia e mendjes po ashtu. Është edhe "sirri", një xhevahir që sheh brendësinë e thellë të qenies tonë. Janë shumë!

Ndoshta, është kjo arsyeja përse deri tani, njeriu, ndonëse i ka provuar të gjitha, nuk ndihet i kënaqur, sikur ka një zbrazëti të pashpjegueshme, sikur diçka i mungon gjithnjë... Ato xhevahirë, a organe shpirtërore, kanë ushqimin e tyre specifik, siç është besimi, imani, lutja, namazi, leximi i Kur'anit pra adhurimet, si edhe dhikri, përmendja e Zotit... morali i pastron, kërkimfalja-istigfari, zbutja e nefsit dhe dëgjimi i zemrës i purifikon, të zgjedhësh të ecësh në rrugën e besimit, duke u dorëzuar te Allahu, është hapi i parë i shërimit. Për këtë arsye Islami është vital, njeriu e ndien deri në grimcat e atomeve të qenies... dhe lidhur me këtë, është e habitshme se si filozofi dhe mendimtari i shekullit të kaluar Bernard Show, duke studiuar Islamit dhe jetën e Profetit Muhamed a.s., shprehet: "Nuk është e largët dita kur në recetat e mjekëve do të jetë namazi e agjërimi i myslimanëve."

1. Kur'an, surja Asr, 103:1.

# Si t'i shfrytëzojmë në mënyrën më të mirë **tre muajt e begatë**



Allahu (xh.sh) në Kur'anin Famëlartë thotë kështu: "O ju që keni besuar, a t'ju tregoj për një tregti të bujshme, që ju shpëton prej një dënimi të dhembshëm? T'i besoni Allahut dhe të Dërguarit të Tij, të luftoni në rrugën e Allahut me pasurinë tuaj dhe veten tuaj, e kjo është shumë më e dobishme për ju, sikura ta dini. Ai (Allahu) ua falë mëkatet tuaja, ju shpie në xhenete nëpër të cilët rrjedhin lumenj dhe në pallate të bukura në xhenetet e amshueshme, e këto janë suksesi më i madh."<sup>1</sup>

Qëllimi kryesor i ardhjes tonë në jetën e kësaj bote si qenie njerëzore, tregohet qartë në këto ajete fisnike. Ne si besimtarë qw besojmë në

Zotin Një të Vetëm duhet të arrijmë të kryejmë me sukses këtë tregëti fitimprurëse që na ofron Allahu (xh.sh).

Kjo është një tregëti, të cilën nëse do ta shfrytëzojmë siç duhet, atëherë do të na mundësohet të korrim me sukses frytet e saj në këtë botë dhe botën tjetër, dhe pikërisht kjo gjë do të na japë lumturinë e amshueshme në jetën e përtejme.

Çdo mundësi që na ofrohet, duhet shfrytëzuar drejt rrugëve që na afrojnë tek kënaqësia e Allahut (xh.sh). Çdo mundësi që na drejton për tek adhurimi i Zotit, zbatimi i urdhëresave dhe ndalesave të Tij, apo më e rëndësishmja, që na orienton për t'u bërë rob të nënshtruar ndaj

1. Kur'an, Saf:10-12.

Allahut (xh.sh), duhet shfrytëzuar me të gjithë fuqinë dhe kapacitetin tonë. Kjo, sepse nuk ka nder dhe privilegj më të madh për besimtarin, sesa të jetë një rob i nënshtruar i Allahut (xh.sh) dhe të arrijë grada të larta shpirtërore.

Pikërisht, fitimi i kënaqësisë së Allahut (xh.sh), është qëllimi më madhor të cilin duhet të arrijmë në këtë jetë të shkurtër kalimtare. Pavarësisht sprovave të ndryshme të jetës, dëshirave të nefsit tonë apo devijimeve dhe cytjeve të Shejtanit të mallkuar, të arrish fitimin e kënaqësisë së Allahut (xh.sh), të bëhesh një rob merititor i Tij, është qëllimi më sublim që besimtari synon në këtë jetë të shkurtër kalimtare.

Janë pikërisht këto sprova që herë pas here e bëjnë njeriun të harrojë që është rob i Allahut (xh.sh).

Janë këto sprova që i mundësojnë njeriut ulje-ngritjet shpirtërore dhe vështirësi të tjera të shumta, që e bëjnë atë të lëkundet nga rruga e drejtë (istikameti).

Atëherë lindin pyetjet: Çfarë duhet të bëjmë që të shpëtojmë nga situata dhe shprova të kësaj natyre që na rrezikojnë të arrijmë këtë synim të madh? Çfarë duhet të bëjmë që kësaj jetë të shkurtër t'i japim vlerë? Cila është mënyra që me pak punë të arrijmë shpërblime të mëdha të cilat do të jenë suksesi jonë në Ahiret? Çfarë duhet të bëjmë që t'i japim begati kohës dhe adhurimeve tona, ku përveç shpërblimeve të shumta, të arrijmë gjithashtu faljen e gjynaheve tona?

Janë pikërisht tre muajt e begatë, Rexheb, Shaban dhe Ramazan, muajt në të cilët mer vlerë koha dhe çdo minutë i jetës tonë. Janë pikërisht këto kohë me plot vlerë, ku puna e besimtarit shpërblehet shumëfish, dhe ku falja e madhe e Allahut (xh.sh) është si kurrë më parë.

### **Si duhet t'i shfrytëzojmë ne këto muaj?**

Të kuptosh vlerën e këtyre muajve dhe të dish rëndësinë e punëve në këto kohë, është hapi i parë i duhur në këtë drejtim. Ajo që është e rëndësishme për një besimtar, është shfrytëzimi i kohës siç duhet në mënyrë që të mos mbesë larg mëshirës, faljes dhe dhuratave Hyjnore.

Këto janë disa pika se si mund t'i shfrytëzojmë këto muaj:

1- Si fillim duhet të bëjmë një vetëllogari duke pranuar dobësinë dhe robërinë tonë ndaj Allahut (xh.sh). Duke parë dobësitë dhe mangësitë tona, duhet të përpiqemi që t'i përmirësojmë ato. Thënë ndryshe; "Të marim në llogari veten në këtë botë, para se të na marrin në llogari në botën tjetër".

2- Duke qënë se këto muaj janë një mundësi e artë, atëherë besimtari duhet të shtojë lutjet dhe

istigfarin (kërkimin e faljes). Besimtari duhet të jetë i bindur që Allahu (xh.sh) do t'ia pranojë çdo lutje dhe do t'i falë atij çdo gjynah.

3- Besimtari duhet të bëjë një vetëllogari me namazet e tij. Janë pikërisht këto muaj ku duhet të shtohet prania jonë në xhami dhe të falim namazet me xhemat. Janë këto muaj ku besimtari duhet të shtojë namazet e tij nafle (vullnetare) si një synim për t'u lartësuar sa më shumë shpirtërisht. Veçanërisht, shtimi i namazeve të natës është një nga punët që ka vlerë të veçantë në këto tre muaj.

4- Këto tre muaj janë një mundësi e mirë për besimtarin që t'i kthehet leximit të Kur'anit Fisnik. Ta lexojmë atë sa më shumë të mundemi duke bërë hatme, duke u përpjekur të kuptojmë mesazhet e tij, apo duke lexuar ndonjë tefsir, në mënyrë që të jemi sa më afër fjalëve të Allahut (xh.sh).

5- Atmosfera shpirtërore familjare është një element i rëndësishëm që nuk duhet të neglizhohet gjatë këtyre tre muajve.

Shtëpitë e besimtarëve duhet të kenë një atmosferë ndryshe. Pjestarët e familjeve duhet që të përjetojnë një atmosferë ndryshe shpirtërore gjatë këtyre muajve. Falja e namazeve së bashku në shtëpi dhe xhami, leximi i Kur'anit dhe haditheve të Profetit Muhammed (a.s) së bashku, leximi i literaturave fetare, pjesëmarrja në aktivitete fetare të ndryshme janë një orientim i rëndësishëm në mënyrën e shfrytëzimit të këtyre muajve.

6- Ruajtja e marrëdhënive familjare dhe miqësore janë gjithashtu një pikë e rëndësishme që duhen shfrytëzuar.

Vizitat e ndërsjellta, urimet me njëri-tjetrin, mesazhet apo telefonatat e ndërsjellta, lutjet që bëjmë për njëri-tjetrin i shtojnë kësaj kohe akoma dhe më shumë begati e mirësi.

7- Sipas mundësive që kemi, nuk duhen harruar gjithashtu shtresat në nevojë.

Me sadakanë apo zekatin tonë, ne duhet që t'i ndihmojmë ata duke u përpjekur t'u zgjidhim sadopak hallet dhe nevojat. Jetimët dhe nxënësit në nevojë janë një shtresë tjetër e shoqërisë që duhet t'u zgjasim dorën e ndihmës dhe mëshirës.

Besimtari duhet të jetë i bindur se për të gjitha këto mirësi që bën gjatë këtyre muajve, do të shpërblehet shumëfish nga Allahu (xh.sh). Vetëm Ai di si të shpërblejë njeriun në mënyrën më të mirë të mundshme. Ky shpërblim kthehet në mirësi në këtë botë, por më e rëndësishmja kthehet si shpërblim në botën tjetër.

Qafshin muaj të begatë për secilin prej nesh!

## 01 KËSHILLI I PËRGJITHSHËM I KOMUNITETIT MYSLIMAN TË SHQIPËRISË ZHVILLOI MBLEDHJEN E DYTË PËR VITIN 2024, NË AMBIENTET E MEDRESESË SË TIRANËS



Mbledhja u çel me leximin e disa ajeteve Kuranore nga Drejtori i Arsimit, z. Elton Karaj, për të vijuar me fjalën hapëse nga Kryetari i Këshillit të Përgjithshëm, z. Islam Hoxha.

Fjalën më pas e mori Kryetari i Komunitetit Mysliman të Shqipërisë, H. Bujar Spahiu, i cili falenderoi anëtarët e pranishëm për kontributin e tyre dhe prezantoi një përmbledhje të aktiviteteve kryesore të institucionit gjatë vitit, duke përmendur arritjet dhe sfidat.

Mbledhja vijoi me prezantimin e raportit të Kryesisë së Këshillit të Përgjithshëm, nga z. Islam Hoxha, duke u ndalur në ecurinë e aktiviteteve fetare dhe administrative të institucionit.

Më pas, Kancelari i KMSH-së, z. Fejzi Shaholli prezantoi një raport të hollësishëm mbi veprimtaritë e kryetarit, aktivitetin e drejtorive dhe vendimet e kryesisë të ndërmarra që nga mbledhja e fundit.

Në vijim, nënkryetari i KMSH-së, z. Lauren Luli, foli për përgatitjet dhe planifikimin e haxhit 2025. Gjithashtu, Drejtori i Kulturës prezantoi risitë lidhur me botimet periodike të KMSH-së, duke u ndalur tek abonimet dhe përmirësimet në revistën "Drita Islame".

Mbledhja në fund u mbyll me diskutime nga anëtarët e Këshillit të Përgjithshëm mbi tematika të ndryshme, përfshirë sugjerime dhe strategji për përmirësimin e mëtejshëm të aktiviteteve fetare dhe institucionale.





## 02 100 VJET DRITË DHE DITURI: MEDRESEJA E TIRANËS FESTON NJË SHEKULL SUKSESI



Në nder të këtij viti jubilar, Komuniteti Mysliman i Shqipërisë organizoi një reception ku morën pjesë, përfaqësues të institucioneve të ndryshme shtetërore, përfaqësues të komuniteteve fetare të vendit, trupi diplomatik i akredituar në Tiranë, ish-nxënës, mësues, përfaqësues organizatash, myftinj dhe qindra të ftuar nga i gjithë vendi.

Kryetari i Komunitetit Mysliman të Shqipërisë, H. Bujar Spahiu, në fjalimin e tij përshëndetës, e cilësoi Medresenë e Tiranës si yllin polar të arsimit dhe kulturës islame në Shqipëri. Ai theksoi se ky institucion nuk ka qenë vetëm një shkollë, por një vatër dijeje, qytetarie dhe atdhedashurie që ka ndriçuar breza të tërë.

Ky aktivitet u përshëndet gjithashtu edhe nga Ministri i Shtetit për Marrëdhëniet me Parlamentin, z. Taulant Balla, i cili vlerësoi rolin historik dhe edukativ të Medresesë së Tiranës në edukimin e brezave të rinj.

Ndërsa, Drejtori i Medresesë së Tiranës, z. Ndrëçim Gjimi, në fjalën e tij të rastit theksoi se ky përvjetor është një ditë krenarie dhe reflektimi për historinë dhe të ardhmen e shkollës.

Pjesëmarrësit patën mundësinë të ndiqnin një dokumentar të shkurtër mbi historinë e Medresesë, duke rikthyer në kujtesë momentet dhe emrat që kanë lënë gjurmë të pashlyeshme në historinë tashmë 100-vjeçare të këtij institucioni. Ceremonia përfundoi me urime dhe mirënjohje për të gjithë ata që kanë kontribuar në suksesin e Medresesë së Tiranës, teksa u pre në mënyrë simbolike edhe torta e këtij momenti jubilar.



### 03 FINALIZOHET BLERJA E VAKËFIT NË PARMA, ITALI



Komuniteti Mysliman i Shqipërisë (KMSH) ka përfunduar me sukses blerjen e një vakëfi në qytetin e Parmës, Itali, i cili do të shërbejë për ndërtimin e një objekti multifunksional. Me këtë rast, kryetari i KMSH-së, H. Bujar Spahiu, së bashku me anëtarë të kryesisë, zhvilloi një vizitë dyditore në Parma.

Gjatë kësaj vizite, kryetari i KMSH-së zhvilloi takime me kryetarin e Bashkisë së Parmës, kryetarin e Këshillit Bashkiak të qytetit dhe me një grup besimtarësh të komunitetit shqiptar në Parma.

Ai shprehu falënderime për mbështetjen dhe kontributin e institucioneve lokale, si dhe vullnetin e tyre për të vijuar procedurat për zhvillimin e këtij vakëfi.

Kryetari i Bashkisë dhe kryetari i Këshillit Bashkiak vlerësuan përpjekjet e KMSH-së, duke nënvizuar rëndësinë e projektit për komunitetin mysliman të Parmës. Ky vakëf do të shërbejë për ndërtimin e një objekti multifunksional që do të përfshijë një xhami moderne për lutje dhe aktivitete fetare, sala për takime dhe aktivitete komunitare, klasa, parking dhe ambiente të tjera.

Ky kompleks synon të jetë një qendër gjithëpërfshirëse dhe e hapur, që promovon paqen, dashurinë, diversitetin dhe bashkëpunimin ndërfetar. Projekti reflekton vlerat e bashkëjetesës fetare shqiptare dhe angazhohet për t'i shërbyer jo vetëm besimtarëve shqiptarë, por edhe atyre të kombësive të tjera në Parma.



## 04 KRYETARI I KOMUNITETIT MYSLIMAN TË SHQIPËRISË, H. BUJAR SPAHIU, PRITI NË SELINË E KMSH-SË NJË DELEGACION NGA EMIRATET E BASHKUARA ARABE



Delegacioni kryesohej nga Z. Al-Sayed Ali Al Hashim, Këshilltar i Presidentit të Emirateve të Bashkuara Arabe për Çështjet Fetare dhe Gjyqësore, i shoqëruar nga Z. Hasan Alhammadi dhe Z. Saeed Alkuwai. Ata u shoqëruan nga përfaqësues të Institutit Shqiptar të Mendimit dhe Qytetërimit Islam, përfshirë themeluesin e AIITC-së, Dr. Ramiz Zekaj, drejtorin e AIITC-së, Dr. Ardian Muhaj, dhe kryetarin e Bordit Drejtues, Dr. Faruk Borova.

Gjatë takimit, Kryetari i KMSH-së i njohu me historikun e institucionit, veprimtarinë e tij fetare, projektet, institucionet arsimore dhe ndikimin në shoqërinë shqiptare. Ai vlerësoi rëndësinë e kësaj vizite për forcimin e marrëdhënieve ndërmjet dy vendeve.

Ndërsa, Z. Al Hashim falënderoi Kryetarin Spahi u për mikpritjen dhe theksoi rëndësinë e shkëmbimit të përvojave në promovimin e vlerave fetare dhe kulturore si dhe shtoi se ky takim përbën një mundësi të shkëlqyer për të forcuar marrëdhëniet ndërmjet institucioneve të dy vendeve.

Gjatë takimit, u diskutua mbi mundësitë e bashkëpunimit në projekte të përbashkëta, duke theksuar rëndësinë e shkëmbimit të përvojave në promovimin e vlerave fetare, kulturore dhe arsimore.

Kjo vizitë shënon një hap të mëtejshëm në ndërtimin e urave të bashkëpunimit dhe mirëkuptimit, duke hapur mundësi të reja për iniciativë të përbashkëta ndërmjet Shqipërisë dhe Emirateve të Bashkuara Arabe.





# B Ç'PREMTON esimi

Deri më sot janë thënë shumë gjëra në lidhje me bukurinë që besimi i fal njeriut, qoftë gjatë kësaj jete, qoftë gjatë asaj tjetrës, duke qëndruar gjerë e gjatë në të gjitha çështjet që i prijnë qenies njerëzore drejt shpëtimit. E nëse do të hidhet një vështrim mbi të gjitha këto, ka për t'u kuptuar se si besimi i përfton njeriut një këndvështrim më të thellë e më të gjerë, i cili i shërben atij për ta lexuar dhe vlerësuar më mirë jetën. Për shembull, kur e sheh gjithësinë një njeri që beson, atij çdo gjë brenda saj i duket nga një mik dhe bashkudhëtar i përzemërt. Asisoj që ai nuk e përjeton asnjëherë kurbetin e rrugëtimit pa një bashkudhëtar me vete. Njëkohësisht, vetëm falë dritës që ai i përfton jetës në sajë të këtij besimi, ai zë ta shohë të ndriçuar, si të shkuarën ashtu edhe të ardhmen; sepse sipas tij, as e shkuara nuk është një varrezë e frikshme, e as e ardhmja një gropë varri sterrë e zezë.

Patjetër, është e natyrshme që njeriu të ndjejë frikë dhe shqetësime nga më të ndryshmet në lidhje me të ardhmen, mirëpo drita dhe shpresa që besimi i fal atij, e ndihmon që t'i flakë tej të gjitha këto frikëra. Tevona, një njeri që e ka të ngulitur besimin e tij në themele të shëndosha, e kupton mjaft mirë se asnjë prej këtyre frikërave nuk është ndonjë gjë për të cilën nuk gjendet një zgjidhje, e kësodore ai gjen mundësi që të largohet prej këtyre vuajtjeve dhe dhimbjeve sakaq. Mos vallë ka frikë prej errësirës së botës së varrit dhe jetës së atjeshme? Besimi për të fillon të kryejë funksionin e një drite. Mos vallë ka frikë nëse do të mund ta kalojë dot urën e Siratit? Besimi për të kthehet në Burak, me të cilin ai arrin ta kalojë atë fluturimthi. Mos vallë shqetësohet për përfundimin e tij? Besimi për të është rruga më e sigurt që të çon drejt Xhenetit. Mos vallë i frikësohet shumë fundit të tij? Besimi për të është streha më e mirë për t'u mbrojtur prej Xhehenemit. Po, në këtë rrugëtim të gjatë që ka nisur, besimi për njeriun është sikur një udhërrëfyes dhe mësues që i qëndron përherë në të majtë dhe në të djathtë, për t'i falur siguri dhe besim për çdo gjë që mund t'i bëjë gjasë në të ardhmen.

### **E vërteta e vdekjes**

Besimi mbart brenda vetes një farë shpirtërore të pemës së Xhenetit. Besimtari gjatë gjithë kësaj jete jeton një jetë tejet të paqtë. Sepse në sajë të besimit që ka në zemër, ai ka shpëtuar prej frikës së kalbjes deri në zhdukjen në hiçmosgjë. Le të thotë ç'të dojë ndonjëri, e kush të dojë le t'i afrohet si të dojë kësaj çështjeje, e vërteta është se mohuesi, pra mosbesimtari, e ka të pamundur që t'i shmangë apo fshijë nga mendja apo zemra shqetësimet që lidhen me zhdukjen përfundimtare pas vdekjes. Madje këto shqetësime e bëjnë të përpëllitet asisoj që edhe në këtë jetë jeton një si farë Xhehenemi. Për t'i

shpëtuar këtyre vuajtjeve shpirtërore, atij i nevojitet që të zhytet herë pas here në qejfe apo argëtime nga më të tepruarat. Ndonjëherë ai ia dorëzon veten alkoolit, ndonjëherë zhytet në gjithfarë kënaqësish trupore të mishit, e herë të tjera shkon deri në përdorimin e drogës me dëshirën e vetme për të mos qenë më fare aty, për të shkuar në hiçmosgjë, e shumë e shumë lloje të tjera mendimesh që mund të shkojnë ndërmend, të cilat duket sikur i falin njëfarë fashitjeje të frikës prej të shndërruarit një ditë në baltë, e cila mund t'u ketë mbërthyer shpirtat.

Me pak fjalë, krejt çakërrqejf, i dalldisur në një jetë krejtësisht boheme, ai orvatet si e si të mos mendojë e të mos ndjejë asgjë për fundin e tij. Ju mund ta quani këtë edhe si njëfarë hipnoze. Veçse, ç'e do se edhe nëse të gjitha këto arrijnë ta mashtrojnë për njëfarë kohe kalimtare, ato janë vetëm përpjekje të kota që nuk sjellin as dobinë më të vogël. Njësoj si ai struci që kërkon të fshihet prej shikimit të gjuetarit dhe e fut kokën në rërë, edhe këto lloje argëtimesh të provuara veç për t'i bërë ballë sadopak ngarkesës frikësuese se cili do të jetë përfundimi, janë po aq të padobishme për të të falur ndofarë sigurie. Nëse ka ndonjë gjë që mund ta shpëtojë atë prej këtyre shqetësimeve, e që do ta nxjerrë në bregun e shpëtimit, duke i qëndruar nën të porsit një anije e sigurt, e po ashtu si një udhërrëfyes besnik dhe burim i pashtershëm shprese, ai është besimi.

Sado mëkatar të jetë një njeri, nëse beson, atëherë ai do të ketë gjithnjë shpresë dhe njëfarë mbështetjeje në lidhje me fundin e tij. Sepse kjo e vërtetë është diçka që gjendet në vetë natyrën e besimit. Veç të tjerave, sipas besimit të Ehli Sunetit, sado mëkate të ketë kryer një njeri, nëse në zemrën e tij ka qoftë edhe një grimcë të vockël besimi, atëherë ai nuk do të dënohet me qëndrimin e përjetshëm në Xhehenem. (Shih: et-Teftazani, Sherhu'l-Makasid, 2/229-231) Sepse, nëse te njeriu gjendet një xhevahir i atillë si besimi, mëkatet e tij nuk janë origjinare, por rastësore; nuk është besimi ai që i nxjerr ato. Ato thjesht burojnë prej mosqëndrimit në hapësirën që të ka përcaktuar ky besim. Me fjalë të tjera, mëkatet janë viruse që ngjiten pas hapësirave boshe që mund të jenë lënë të tilla për sa i përket besimit. Ndërsa kur bëhet fjalë për mohimin, atëherë mëkatet rrjedhin prej vetë natyrës së mohimit.

Kështu që, ato janë pjesë origjinare e mohimit. E nëse do të duhet të theksohet edhe njëherë, sipas besimit të përvetësuar dhe ndjekur prej të gjithë Ehli Sunetit, një njeri që ka qoftë edhe një grimcë të vogël besimi ka për të hyrë në Xhenet. Ja, pikërisht këto janë ato çfarë premtan dhe përfton besimi, të gjitha nga një bukuri më vete, që nuk mund të përmbushet a zëvendësohet prej asgjëje tjetër.

Kësisoj, ne mund të themi me plot gojën se besimi është një burim shumë i fortë shprese për njeriun. Një burim i fortë shprese me të cilin njeriu mund të largohet përherë prej botës së tij të ngushtë për t'u hapur drejt bukurive të pashterueshme të amshimit.

### **Pasqyrimi i përtejme i vëllazërisë së sinqertë**

Nga ana tjetër, besimi e kthen njeriun në një krijesë besnike dhe të sigurt për të gjitha gjallesat e tjera rreth e rrotull. Ai ia kthen atë botën e tij të ngushtë në një botë aq të gjerë, saqë mbështjell gjithë universin, sepse besimtari e shikon gjithësinë sikur brenda një djepi të përbashkët vëllazërie. Me fjalët e Kur'anit, ai zë ta vlerësojë myslimanin vëlla për nga besimi, e atë që nuk është i atillë pikërisht pse është njeri. Patjetër që ai i sheh pak më ndryshe ata që janë besimtarë, pasi me ta ndan të njëjtat ndjenja dhe mendime, beson se me ta do të takohet në të njëjtën botë varri, e po në të njëjtin shesh gjykimi, do t'i kërkohet llogari në të njëjtin vend me ta, e po ashtu edhe në urën e Siratit po me ta do të jetë ndërsa do ta kalojë. Sakaq, një njeri që mbart një besim të këtyllë nuk do të lidhet me njerëzit a me gjërat që ka përreth thjesht rreth një interesi të përkohshëm e krejt kalimtar, por do të mundohet që të formojë me ta lidhje të atilla që do të vazhdojnë të zgjatohen deri në përjetësi. Nëse Allahu xh.sh. e sheh krejt ndryshe një lidhje dhe afrimetet sipas një rrezeje të këtyllë përjetësie, atëherë kjo do ta afrojë akoma më tepër besimtarin me Të, e kësodore Allahu xh.sh. ka për ta nxjerrë atë faqebardhë, jo vetëm në botën tjetër, por që në këtë jetë. Dhe kjo është një prej gjërave të tjera që premtton besimi. Edhe fjalën e bekuar të Profetit a.s.: "Dora e Allahut është me bashkësinë" (Tirmidhiu, Fiten, 7). Pikërisht prej një këndvështrimi të këtyllë mund ta vlerësoni më mirë. Domethënë, ashtu siç Allahu xh.sh. do t'i mbrojë prej çdo të keqeje, dhe do t'i ndihmojë që të dalin faqebardhë në çdo të mirë, të gjithë ata që veprojnë në bashkësi, edhe në botën tjetër do t'u falë atyre mirësi nga më të panumërtat. Me të tjera fjalë, përveç mirësive në këtë botë, veprimi i përbashkët jep fryte edhe në jetën tjetër. Siç mund të kuptohet edhe prej fjalës së Allahut xh.sh.: "Vjen një ditë, e toka kthehet në një tjetër tokë, ndërsa qiejt në të tjerë qiej." (Ibrahim, 14/48), gjithçka, duke filluar që nga grimcat e deri te planetët kanë për të ndryshuar të gjitha në anën tjetër. Kështu që, edhe ndjenjat dhe mendimet e njerëzve do të jenë të një tjetër natyre, duke bërë kësaj që të gjitha bukuritë e shpërfaqura, bashkë me lidhjet vëllazërore do të fitojnë një tjetër thellësi. Kushedi se ç'kënaqësi do të ndjeni atje, e në ç'lidhje afrimiteti e dashurie do të gjendeni me vëllazërit

tuaj! Ndoshta edhe vetëm përballja me njëri-tjetrin, shikimi i fytyrës së tij, ka për të lëshuar brenda jush një gjallëri e ndjesi të atillë, që ju do ta quani të njëjtë me mirësitë e Xhenetit.

Zaten, siç thuhet edhe në hadithin: "Për robërit e mi të mirë kam përgatitur mirësi të atilla, që syri nuk i ka parë, veshi nuk i ka dëgjuar, e zemra nuk i ka ndjerë dot" (Buhari, Iman, 312). Të gjitha mirësitë e atjeshme e kapërcejnë ç'dolloj imagjinatë. Allahu xh.sh. ka për të falur mirësi që nuk kanë shkuar asnjëherë në mendjen e askujt. Dhe ja, këto mirësi janë pikërisht shfaqja përballë e të gjitha bukurive që ju keni shpërfaqur këtu, pasi të kenë kaluar nga njëri ndryshim në tjetrin.

Ndërsa, për sa i përket pjesës së dytë të pyetjes, mund të them se duhen prekur këto çështje: Çdonjëri prej njerëzve i ndjen dhe i përjeton këto bukuri të premtuara prej besimit sipas thellësisë së besimit të tij. Disa syresh e ndjejnë këtë thjesht në mënyrë sipërfaqësore. E këta janë pikërisht ata që janë mjaftuar vetëm me të vërtetat që kanë mësuar a dëgjuar prej mësuesve në shkollën fillore. Por në fakt, ky është vetëm fillimi i rrugëtimit. Disa të tjerë janë përpjekur që t'i vërtetojnë dhe provojnë të vërtetat e mësuara me anë të dijes dhe meditimit, duke i lidhur ato përherë pas shtyllash të forta, për t'i shpërfaqur mandej me anë të adhurimeve a një njohjeje të caktuar të së vërtetës. Domethënë, kanë ecur prej dijes sipërfaqësore drejt njohjes së dëgjuar, e prej andej drejt njohjes së dëshmuar me sytë e tyre. E pikërisht kur ke arritur në këtë pikë, aty fillon të hapet horizonti i besimit se në çdo çast je duke u parë prej Allahut xh.sh., njësoj sikur edhe ti të jesh duke e parë Atë. Njeriu bie e ngrihet me një horizont të këtyllë, e po në këtë linjë mundohet që ta jetojë çdo çast të jetës së tij. Ju mund ta quani këtë edhe ecurinë e daljes nga kafshërorja, braktisjes së trupores duke shpëtuar prej kafazit të lëkurës, aq sa të ngrihesh në gradët e jetës shpirtërore. Këtu çdo gjë shihet dhe ndjehet më qartë, më thellë dhe me të gjitha ato bukuritë dhe ndriçimet e veta marramendëse. Prandaj, në një gradë të tillë nuk i jepet më kurrfarë rëndësie jetës trupore të kësaj bote. Në të qëndrohet vetëm pse ashtu është urdhëruar, se duhen kryer disa detyra të ngarkuara, të cilat duhen realizuar gjatë saj. Me të ardhur urdhri për t'u larguar së andejmi, përjetohet një tjetër gëzim, e vdekja pritët porsì një festë e hareshme, që e bën njeriun t'i afrohet së përtejmes me të gjitha bukuritë që i ka premtuar besimi. Derisa takohet me Krijuesin e Tij.



# Muaji Rexheb dhe adhurimi i vazhdueshëm

Allahu shprehet kështu në Kuranin Famëlartë:

**“Dhe adhuroje Zotin tënd derisa të të vijë vdekja!”  
(Hixhr, 15:99)**

Sapo kemi shkelur në muajin Rexheb, të parin ndër tre muajt e mëdhenj; Rexheb, Shaban dhe Ramazan. Allahu ka deklaruar në Kuranin Famëlartë, që ndër 12 muaj të vitit, 4 prej tyre janë haram. Kjo do të thotë që keqbërja, zullumi, padrejtësia apo lufta, të cilat në kushte normale janë gjithmonë të ndaluara, në këta 4 muaj janë edhe më të ndaluara, sepse krahas të qenit vepra të urryera, bëhet fjalë edhe për shkeljen e një besëlidhjeje mes arabëve, sipas së cilës në muajt haram veprat e shëmtuara nuk lejoheshin në asnjë kusht. Kjo është një traditë, e cila thuhet se buron prej kohës së Ibrahimit (a.s). Mbijetuar ndër shekuj, kjo ishte një marrëveshje aq e fortë, saqë muaji rexheb, një prej muajve haram, ndryshe quhej muaji i shurdhër. Quajtur kështu për shkak se kur dikush dëgjonte që i kishin vrarë një familjar, ai sillte si i shurdhër nisur nga vullneti për të respektuar këtë marrëveshje.

Allahu e vlerësoi këtë zakon në Kuranin Famëlartë, dhe Profeti (a.s) shpalli se këta muaj janë Dhulkade, Dhulhixhe, Muharrem dhe Rexheb. Profeti (a.s) cilësoi gjithashtu, se agjërimi është një vepër shumë e vyer për tu kryer gjatë muajve haram. Ibn Maxhe transmeton se Profeti (s.a.s.) ka këshilluar kështu: **“Agjëro muajt haram!”** Ndërkohë që Ebu Daudi

transmeton një hadith nga Muxhibe el-Behilije se Profeti (s.a.s.) i ka thënë tri herë babait të saj: **“Agjëro në muajt haram dhe një pjesë braktise!”** Në mënyrë që mos t’i përngjasojë agjërimin të muajit Ramazan.

Prandaj, agjërimi ka fituar një vlerë të veçantë në këtë muaj të bekuar të Rexhebit. Aq sa gjejmë edhe personalitete si Ibn Omer, el-Hasan el-Basri dhe Ebu Is’hak (r.anhum), që i agjëronin të gjithë muajt haram. Sufjan eth-Theuri i bashkohet këtij grupi me fjalën e tij: “Më pëlqen që muajt haram t’i kaloj me agjërim”.

Në anën tjetër, besimtari i vetëdëshëm që gjendet në muajin haram, bën më tepër kujdes në sjelljet e tij. Nëse një burrë para 15 shekujsh, i rritur në mes të shkretëtirës, ku e vetmja mënyrë për të fituar të drejtën ishte vetgjiqësia, gjente forcën për të mos reaguar për nder të fjalës së dhënë, vallë si duhet të sillet një mysliman që jeton në vitin 2025? Për më tepër që myslimani është gjithmonë pro butësisë, urtësisë, paqes dhe mirësjelljes. Gjatë muajve haram duhet të jetë edhe më tepër i tillë.

Dhe ky muaj starton me lutjen e Profetit (a.s), të regjistruar nga Ahmed b. Hanbel dhe Bejhakiu. Nga Zijad et-Temimi transmetohet se kur hynte muaji Rexheb, Profeti (s.a.s.) bënte lutje si në vijim: **“Zoti ynë! Na e bëj të begatë Rexhebin dhe Shabanin, dhe bëj të arrijmë muajin e shenjtë të Ramazanit”.** Sepse rexhebi krahas të qenit muaj haram dhe muaj agjërimi, është edhe pararojë e muajit ramazan. Fakti që gjendet kaq afër muajit më madhështor të vitit, e ka përfshirë atë në lutjen e bekuar të Profetit



Muhamed (s.a.s), lutje që në fakt shumë natyrshëm zgjon tek të gjithë ne ndjenjat e thella të takimit me muajin e bekuar ramazan. Prandaj lutja e çdo dite duhet të jetë **“Zoti ynë! Na e bëj të begatë Rexhebin dhe Shabanin, dhe bëj të arrijmë muajin e shenjtë të Ramazanit”**.

Dy elemente të tjerë që e veçojnë muajin rexheb janë Nata e Regaibit dhe Nata e Miraxhit. Nata e Regaibit është vendosur si stacioni i parë, që lajmëron nisjen e periudhës së veçantë dhe shumë të begatë të një udhëtimit që të çon në Ramazan. Prandaj kremtimi i saj është kthyer në traditë. Po kështu ka ndodhur edhe me Natën e Miraxhit, e cila mendohet të ketë ndodhur në natën e 27 të muajit Rexheb, pavarësisht se kjo datë është e diskutueshme. Një pjesë e dijetarëve kanë thënë që datat janë të diskutueshme, por që Regaibi gjendet në çerekun e parë të Rexhebit dhe Miraxhi në çerekun e fundit të tij.

Besimtarët janë grumbulluar së bashku, duke marrë spunto nga hadithi i Profetit (a.s) kuptimi i zgjeruar i të cilit është: aty ku besimtarët grumbullohen për të lexuar, studjuar dhe jetuar Librin e Allahut, zbresin engjëjt, i mbështjellin ata, mëshira dhe qetësia zbrit në mesin e tyre dhe Allahu i përmend ata ndër njerëzit prej të cilëve Ai është i kënaqur. Kështu përkujtohet fakti që ka nisur një periudhë e veçantë dhe e begatë në Natën e Regaibit dhe në rastin e dytë përkujtohet udhëtimi i jashtëzakonshëm plot mesazhe i Profetit (a.s). Ne jemi njerëz dhe harrojmë, humbim përqendrimin, kemi nevojë që hoxhallarët t'na kujtojnë dhe këshillojnë. Prandaj, duke qenë se vlera e këtyre muajve dhe netëve është e pamohueshme, të bësh propagandë kundër tyre apo kremtimeve brenda rrethit të Kuranit dhe Sunetit Profetik (a.s), është minimalisht mungesë e theksuar respekti ndaj burimeve të fesë, është e shëmtuar dhe e pavend.

Në anën tjetër, Zotëruesi i fesë, Allahu Fuqiplotë nuk ka ngarkuar askënd me përgjegjësi të veçanta, sidomos gjatë këtyre netëve. Prandaj edhe të fokusohesh vetëm te këto netë, duke harruar ditët e tjera të muajit apo duke vendosur adhurime me emërtime, që, qoftë edhe nga larg, qartazi nuk burojnë nga Profeti (s.a.s), të sjellin në mendje idenë sikur feja ka pasur nevojë të shtosh diçka. Në fakt këtë nuk e ka thënë dhe nuk e ka pretenduar askush, por nëse humbim ekuilibrin, atëherë besimtarët e thjeshtë mund të bien në të tilla mendime. Hasha, feja ka ardhur e plotë dhe e përsosur.

Ne do t'i kremtojmë netët e mira brenda kornizës së praktikave fetare, do të përmendim patjetër hyrjen e tre muajve, do të theksojmë edhe si mund të shfrytëzohen këto kohëra të bekuara. Por me sa kuptohet, këtu bëhet fjalë për vazhdimësi. Bazuar

në transmetimet e shumta dhe tepër koncize, mund të thuhet, që Nata e Kadrit me 99% është në 10 netëshin e fundit të ramazanit, por Imami yni i Madh, udhërrëfyesi ynë më i rëndësishëm pas Profetit (a.s), Kryejuristi i tërë kohërave, për të cilin Imam Shafi'u shprehet se tërë njerëzit janë vazhdimësi e familjes juridike të formuar prej tij, Ebu Hanife, Allahu qoftë i kënaqur prej tij, ka thënë se Kadri e arrin ai që çdo natë të vitit e vlerëson si Natë Kadri. Pra nuk është çështje një nate, tri netësh, netësh tek, 10 netësh apo qoftë edhe tërë ramazanit, por është çështje e tërë jetës.

S'ka dyshim që prej netëve të mira dhe begative që burojnë prej Allahut në këto periudha të veçanta, do të përfitojë më shumë ai që tregohet këmbëngulës, që do t'i kërkojë ato më tepër, që do të përpiqet t'i ndjekë hap pas hapi. Kjo është një karakteristikë e veçantë e fesë sonë, e cila e nxit besimtarin që të ketë gjithnjë një jetesë fetare plot gjallëri. Shiko, për muajin ramazan ka vendosur 2 muaj përgatitje. Pas muajit ramazan ka vendosur 6 ditë agjërimi të shevalit, më pas pa kaluar shumë nisin muajt e haxhit, e kështu me radhë vijon.

Prandaj Profeti (a.s) këshillon agjërimin gjatë muajit Rexheb dhe transmetohet që vetë ka agjëruar. Në muajin Shaban ka agjëruar edhe më shumë, në muajin Ramazan “shtrengonte rripin”. Po kështu me namazet, po kështu me leximin e Kuranit. E tërë përpjekja ishte të arrihej një nivel cilësor i jetës fetare dhe jo të shkëlqenin vetëm disa ditë e disa netë.

Kjo s'do të thotë që netët e mira s'duhën vlerësuar, sepse po themi të kundërtën. Por pa diskutim që arritja e përfitimeve të vërteta dhe më të larta prej këtyre netëve, realizohet sipas përgatitjes shpirtërore që ne kemi arritur në kohë. Fitore të menjëherët, “falas”, brenda një nate s'ka, përveç mëshirës së Allahut Fuqiplotë. Fitorja arrihet me stërvitje të gjata, përgatitje serioze, përkushtim maksimal dhe vazhdueshmëri. Siç ka theksuar Profeti (a.s):

*“Përpiquni, afrohuni me Allahun Teala, por të dini që veprat tuaja nuk ju fusin në xhenet. (Rëndësi ka të fitoni kënaqësinë e Allahut, prandaj shikoni cila është vepra më e dashur prej Tij) Vepra më e dashur prej Allahut është e vazhdueshmja, pavarësisht se pak.” (Buhari)*

Prandaj edhe Allahu e ka urdhëruar kështu Profetin (a.s):

**“Dhe adhuroje Zotin tënd derisa të të vijë vdekja!” (Hixhr, 15:99)**

# Metoda profetike për zgjidhjen e problemeve në familje



Profeti ynë (paqja qoftë mbi të) ka një jetë familjare model, e cila është transmetuar deri në detajet më të vogla; ajo është një shtëpi ku dashuria dhe respekti reciprok, kujdesi dhe vëmendja, sinqeriteti dhe sinqeriteti, bamirësia dhe virtuti, besnikëria dhe të gjitha llojet e bukurisë përjetoheshin në maksimumin e tyre. Kjo shtëpi, ku vetvetja dhe egoizmi nuk mund të gjenin kurrë vend, ishte një shtëpi plot virtut ku "ti" dhe "unë" zhduken dhe ekzistonin në "ne".

## Hatixhja (r.a)

Në fakt, kjo shtëpi e virtutshme e Tij ishte edhe përpara se t'i jepet detyra e profetësisë; Hatixhja (r.a), e cila e vendosi kokën në të njëjtën jastëk së bashku për 25 vjet, është gruaja më besnike që nuk mund ta harronte gjithë jetën e tij! Ajo e trajtoi atë (sal-lall-llahu alejhi ve sel-lem) si profet edhe në vitet para profetësisë, i cili korrespondon me 15 vjet të asaj periudhe, vuri në përdorim tregtinë e saj ndërkombëtare, pasurinë e saj të madhe, madje edhe jetën e saj në kushtet e asaj dite, dhe ajo ishte dëshmitare e historisë njerëzore përkundër të gjitha telasheve, vështirësive dhe traumave. Ajo i çoi ushqim Profetit tonë në Hira, ku ai shkonte shpesh përpara profetësisë së tij, ajo vendosi njerëz rreth malit Nurr, me frikën se disa njerëz mund t'i bënin keq, dhe ajo i bëri

ata roje në mënyrë që askush të mos dëmtojë Muhamedul-Eminin (s.a.s)!

Nga ana tjetër, ajo fitoi një vend të jashtëzakonshëm në zemrën e Krenarisë së njerëzimit, megjithëse i kaloi dhjetë vitet e fundit në Medinë, sa herë që i kujtohej në Meka, ai u dërgonte dhurata të afërmve dhe miqve të saj, u dha nder të afërmve të saj dhe Ai gjithmonë ua shpjegonte jetën e virtutshme të saj atyre që e pyesnin pse tregon kaq respekt për të. Në një ngjarje të rëndësishme siç ishte çlirimi i Mekës, Ai së pari vizitoi varrin e saj dhe më pas shkoi në Qabe, e cila konsiderohet të jetë binjake e Tij, dhe para se të shkelte në Arafat në pelegrinazhin e parë dhe të vetmin gjatë jetës së tij, ai erdhi përsëri në varrin e saj dhe u lut dhe e tha lamtumirë, pastaj ai u largua dhe i kërkoi hallallikun të gjithë shokëve të Tij.<sup>1</sup>

## Gratë e tjera të Profetit (s.a.s.)

Jeta e të Dërguarit të Allahut me nënat tona të tjera nuk ishte e ndryshme; I Dërguari i Allahut (sal-lall-llahu alejhi ve sel-lem) ulej dhe bisedonte gratë e tij, bisedonte dhe bënte shaka me gratë e Tij, tregonte interes, i respektonte ato dhe të afërmët e tyre. Ndonjëherë i injoronte situatat 1. Burak, Bekir, Hatixhja, Botime Udhëzuese, Stamboll, 2011.

e ndryshme të papëlqyeshme që haste hera herës. Ai donte që ato ta kuptonin gabimin, ai ishte i durueshëm dhe i trajtonte mirë bashkëbiseduesit e tij në çdo rast.<sup>2</sup> Në fakt, Ai i kishte ndihmuar ato në punët e shtëpisë, midis gjithë intensitetit që kishte Ai gjatë 23 vjetëve.<sup>3</sup>

Padyshim që, në këtë shtëpi kishte 9 gra, secila në pozicione të ndryshme. Secila prej tyre ishte si një vezir që përfaqësonte një fis, një qytet apo një vend. Përfaqësuesit e grave ishin gjithashtu zbatuesit kryesorë të të drejtave dhe ligjit. Ishin ato që ishin në qendër të transformimit të grave dhe problemeve familjare. Në të njëjtën kohë, ato ishin si dritare dhe dyer për secilin fis apo qytet që ishte armiqtësor ndaj Islamit. Kështu, synohej të pastronte problemet në fiset dhe qytetet e tjera dhe bartësit e parë të këtij procesi ishin gratë e Profetit (s.a.s.).

### **Metoda profetike për zgjidhjen e problemeve familjare**

Gratë e pastra, secila prej tyre vinte nga një mjedis i ndryshëm kulturor, dhe ishte e natyrshme që ato të kishin probleme si me Profetin tonë ashtu edhe me të tjerët deri në momentin kur ato të mësonin thelbin e çështjes. Nuk ka asgjë të çuditshme këtu dhe ska si të ketë. Sepse, Ai (paqja qoftë mbi të) jetoi një jetë që të ishte shembull për të gjithë. Ishte e nevojshme që njerëzit që kishin probleme në familjet e tyre të shihnin se si ai zgjidhte problemet që haste dhe të merrnin një model për veten e tyre. Prandaj, kishte disa probleme në jetën familjare të Profetit tonë. Sidoqoftë, Ai (paqja qoftë mbi të) nuk i zmadhoi asnjëherë problemet dhe nuk la hapësirë për rritjen e tij të mëtejshme. Përkundrazi, duke injoruar në disa raste dhe duke i marrë me shaka dhe kënaqësi në disa raste, ato probleme u tretën rrënjësisht pa u lejuar madje të linin asnjë gjurmë.

Ishte gjithashtu një fakt që gratë e pastra nuk e shfrytëzuan si dobësi faktin që i Dërguari i Allahut qëndronte kaq afër dhe i vlerësonte ato. Ndoshta në atë shtëpi jetohej një e kufizuar nga ana materiale, dhe kjo ishte një situatë që Profeti (s.a.s.) e preferoi vullnetarisht dhe Ai dëshironte që nënat tona të tregonin të njëjtin qëndrim kundër materiale. Sidoqoftë, ato përsëri do ta shihnin veten si njerëzit më të lumtur në botë, pavarësisht kushteve materiale.

Ato bënë punët shtëpiake të të Dërguarit të Allahut; ato bënë punë të vështira si bluarja e miellit në mullit<sup>4</sup> dhe gatuarin ushqimin kur ishte e mundur.<sup>5</sup> Ato shtronin dyshekët, shtretërit vetë<sup>6</sup> dhe ato përgatisnin ujin e abdesit të të Dërguarit të Allahut.<sup>7</sup> Kur ishte e nevojshme, ato rrotullonin litarin e nevojshëm për devetë që do të bënte kurban i Dërguari i Allahut.<sup>8</sup> Ato gjithashtu lanin rrobat e të

Dërguarit të Allahut.<sup>9</sup> Ato madje krihnin flokët e bekuara të Profetit tonë (paqja qoftë mbi të).<sup>10</sup> Ishte një kënaqësi për ato që të zbusnin dhe përgatisnin misvakun që Profeti (s.a.s.) përdorte për të pastruar gojën dhe dhëmbët.<sup>11</sup>

Ato ishin gjithashtu njerëz, ato kishin dëshira dhe kërkesa, ndjenja dhe ndjenja. Ato përjetuan shumë ngjarje të hidhura me të Dërguarin e Allahut (s.a.s.), por asnjë prej tyre nuk la gjurmë të përhershme, ato u zbrapsën sapo u ndërgjegjësuan për çështjen dhe nëse kishte ndonjë gabim, ato menjëherë hynë në garë për ta korrigjuar atë.

Kjo është qendra e besnikërisë reciproke, dashurisë dhe respektit, integritetit, të jetuarit një jetë të thjeshtë duke lënë mënjanë pritjet personale me dëshirën për të jetuar së bashku, duke ndarë problemet tuaja, ngrohtësinë dhe sinqeritetin, duke zgjidhur problemet e mundshme në mjedisin e tyre natyror dhe të gjitha llojet e bukurisë që mund të përjetohen në një familje. Çfarë mund të jetë në familje përveç sinqeritetit, vetëmohimit, besimit të ndërsjellë dhe virtutit!

Përkundër gjithë intensitetit të tij, Profeti (a.s.) ndoqi nga afër gjendjen e nënave tona dhe lexoi kënaqësinë e tyre në fjalët që ato përdornin. Dialogu vijues me Aishen (r.a) është shembulli më i mirë për këtë:

- Unë kuptoj menjëherë nëse je e kënaqur me mua apo je e zemëruar.

- Nga e nxorret këtë dhe si e kuptoni?

- Kur je e kënaqur me mua, thua "Betohem në Zotin e Muhamedit!", ndërsa kur je e mërzitur përdor frazën, "Betohem në Zotin e Ibrahimit!".

- Me të vërtetë është e drejtë! Pasha Zotin, ju jeni duke thënë të vërtetën, o i Dërguar i Zotit! Por unë ju premtoj se, që tani e tutje unë nuk do të përmend askënd tjetër veç emrit tuaj."<sup>12</sup>

Nuk ishte e lehtë të marthoshe me dikë si i Dërguari i Allahut (a.s.), siç shprehet edhe ajeti kuranor,<sup>13</sup> ajo kishte përparësitë e veta si dhe anët shqetësuese. Në përgjithësi, kushtet e jetës së tyre ishin të vështira, sigurisht, kishte një çmim për të ecur me Profetin tonë (paqja qoftë mbi të), i cili kishte një barrë të rëndë si profetësia dhe vullnetarisht la mënjanë përfitimet e kësaj bote. Sepse kjo situatë është një shembull për të gjithë. Edhe çështja më e vogël që ndodhte aty mund të bëhej më e madhe se ç'ishte kur t'i vinte koha dhe vendi. Në të njëjtën kohë, për një grua, xhelozia ishte një domosdoshmëri për të qenë grua dhe nënat tona ishin gra. Sidoqoftë, kjo shtëpi ishte aq e mirë sa që edhe një e metë e tillë do të shihej si një gabim i madh atje. Sepse, të qenit afër sulltanit kishte një rrezik të madh për të humbur atë.

2. Hajlamaz, Resit, Nëna më e devotshme e besimtarëve Aisha, Botimet Isik, Stamboll 2011, f. 61.

3. Buhari, Xhemâa 15 (644); Edeb 40 (5692); Tirmidhi, Kijame 45 (2489); Ahmed b. Hanbal, Musnad 6/49 (24272).

4. Buhari, el-Edebul-Mufred 1/55 (120).

5. Muslim, Teube 56 (2770).

6. Tirmidhi, shemail 1/270 (330).

7. Ahmed b. Hanbel, Musned 6/68 (24432).

8. Buhârî, Haxh 105 (1609, 1611); Muslim, Haxh 359 (1321);

Ebû Dâvûd, Menâsik 17 (1757).

9. Buhârî, Vudû' 64 (227); Ebu Dâvûd, Tahare 142 (388).

10. Buhârî, I'tikâf 2 (1924); Muslim, Hajz 6 (297); Ebû Dâvûd, Sijâm 78 (2467).

11. Muslim, Salâtu'l-Musafirîn 139 (746);

12. Buhârî, Nikâh 107 (4930); Muslim, Fedailus-Sahâbe 80 (2439); Ahmed b. Hanbel, Musned 6/61 (24363).

13. Ahzâb 33/28-35.

# Miraxhi

## një natë Kadri e dytë

Israja dhe Miraxhi është një ngjarje e jashtzakonshme, të cilën Profeti Muhamed (s.a.s.) e përjetoj në të dyja dimensionet, shpirtëror dhe atë fizik. Udhëtimi i Israsë ka të bëjë me kalimin e të Dërguarit të Allahut nga Xhamia e Shenjtë në Mekë drejt Xhamisë Aksa në Jeruzalem, me anë të një krijese të emërtuar Burak, shoqëruar edhe nga engjëlli i shpalljes, Xhibrili (a.s.). Ndërsa, Miraxhi lidhet me udhëtimin e tij përmes shtatë qiejve, duke arritur më pas në skajin e quajtur Sidretul Munteha. Pas kësaj pike, që s'kishte mundësi ta kalonte as engjëlli Xhibril (a.s.), Profeti ynë i dashur (s.a.s.) do të thirrej drejtpërdrejt para audiecës hyjnore, për të folur me Allahun (xh.sh.).

Mrekullia e Israsë dhe Miraxhit ndodhi në vitin e 12 të profetësisë, 18 muaj para hixhretit, në natën e 27-të të muajit Rexheb. Kjo ngjarje madhështore ishte ngushëllim dhe mbështetje për Profetin (a.s.), pas ndarjes nga jeta të xhaxhit të tij Ebu Talib dhe bashkëshortes së tij të shtrenjtë, Hatixhes (r.a.), pas bojkotit tre vjeçar të idhujtarëve të Mekës dhe pas ditës së vështirë të Taifit. Ngjarja e Israsë është përmendur në suren me të njëjtin

emër (17/1), ndërsa ajo e Miraxhit përmendet në suren Nexhm (53/1-18).

Në ngjarjen e Israsë, Profeti Muhamed (a.s.) u priu në namaz të gjithë profetëve. Kjo ishte shenjë treguese që ai ishte trashëgimtari i vërtetë i të gjitha shpalljeve të mëhershme. Atje iu ofrua ujë, verë dhe qumësht. Ai zgjodhi qumështin, që është i pastër dhe identifikon natyrën njerëzore. Më pas, fillon rrugëtimin e Miraxhit, gjatë së cilit takohet me profetë të ndryshëm në çdo kat të qiellit.

Gjatë Miraxhit ai sheh nga afër engjëjt, Xhenetin dhe Xhehenemin. Kur arrijnë në kufirin e Sidratul Muntehasë, Xhibrili (a.s.) ndalet dhe s'mundet dot të kalojë matanë. Një nga mrekullitë e tjera që ai dëshmoi, ishte edhe Bejtul Ma'mur, vend ku çdo ditë futeshin për adhurim 70 mijë engjëjt të ndryshëm. Pas kësaj zë vend takimi i tij (s.a.s) me Allahun, takim i cili përshkruhet në suren Nexhm (9-10) si vijon: "Sa largësia midis dy harqeve ose edhe më afër, e i shpalli robit të Allahut, atë që i shpalli."



### **Dhuratat e Miraxhit**

E para: Iu shpall falja e detyrueshme e pesë kohëve të namazit. Namazet që falen me ndjenjë të lartë përkushtimi, do të jenë miraxhi shpirtëror i besimtarëve.

E dyta: Iu shpallën dy ajetet e fundit të sures Bekare, të njohura ndryshe si Amenerrasulu.

E treta: Iu shpallën ajetet 22-39 të sures Isra, të cilat përbajnë 12 parime të rëndësishme të Islamit.

E katërta: Iu dha sihariqi se kush vdes pa i bërë ortak në adhurim Allahut, do t'i falen gjynahet e tij dhe do të përfundojë në Xhenet.

E pesta: Mori përgëzimin se kush do të bëjë nijet për një vepër të mirë dhe nuk do ta veprojë dot atë, do të marrë një shpërblim dhe nëse e vepron, do t'i shkruhet dhjetëfish. Nga ana tjetër, kush bën nijet për një vepër të keqe, por nuk e realizon atë, nuk do t'i shkruhet si

mëkat, e nëse e vepron, do t'i shkruhet vetëm një mëkat.

Pesë kohët e namazit që u bënë obligim në Miraxh, janë miraxhi i besimtarit. Miraxhi i përjetuar nga Profeti Muhamed (s.a.s.) është miraxhi më i madh. Namazet tona konsiderohen secili si një miraxh i vogël. Kulmi i këtij miraxhi është çasti kur besimtari bie në sexhde, e cila konsiderohet si momenti i tij më i afërt me Allahun e Madhëruar. Prandaj, kryerja e namazit me përkushtim, duke u kujdesur për veprimet dhe shtyllat e tij, bën që besimtari ta lërë dynjanë pas krahëve dhe të dalë në takimin e drejtpërdrejt me Allahun.

Ngjarja e Israsë dhe Miraxhit është një nga mrekullitë më të mëdha të të Dërguarit të Allahut (s.a.s.). Ndodhia e saj vërtetohet me argumente nga Kurani, Suneti dhe Ixhmaja, prandaj është i pamundur mohimi i saj.

# *Profeti Ejub (a.s.)* dhe frytet e durimit

Nga fillimi i saj gjer në fund, jeta është një zinxhir sprovash për njeriun. Gjatë gjithë jetës, këto sprova e pjekin dhe e formojnë njeriun, duke e bërë atë më të aftë për të përballuar situata të ndryshme dhe të rëndësishme në jetë. Vështirësia e sprovës, padyshim që është sipas kapaciteteve dhe personalitetit të njeriut. Më të vështirat janë sprovat e profetëve. Në këtë drejtim, edhe profeti Ejub (a.s.) u sprovua me pasurinë, me familjen dhe me shëndetin. Allahu e përmend Ejubin në mesin e Profetëve, si pasardhës të Ibrahimit (a.s.). Ai ka ardhur pas profetit Jusuf (a.s.).

Ejubi ka qenë Profet i begatuar me të mira të shumta, si: me një bashkëshorte besimtare të mirë e të ndershme, me një numër të madh të fëmijëve, me pasuri të madhe, me shërbëtorë e punëtorë. Mirëpo Allahu, pas këtyre mirësive

e sprovon. Njëherë e një kohë, ai ishte njëri prej më të pasurve të vendit, pastaj nuk i mbeti më asgjë. Pa kaluar shumë, humbi edhe fëmijët. Aq më tepër që një sëmundje shumë e rëndë dhe e pashpresë i kishte mbuluar gjithë trupin dhe ai copëtohej mes dhimbjeve.

Madje, vjen puna që gruaja e tij detyrohet të trokasë nëpër dyer për të gjetur punë në mënyrë që të fitojë diçka për ta ushqyer burrin e saj (Ejubin). Kur e kuptojnë se është gruaja e Ejubit, nuk lejojnë t'u afrohet fëmijëve e shtëpive të tyre nga frika se mund t'u ngjiste ndonjë sëmundje. Dhe pas disa ditësh, ajo bie ushqim në shtëpi. Ejubi e pyet se prej nga vjen ky ushqim, por ajo nuk flet derisa ai zotohet se nuk do të hajë pa i treguar. Atëherë ajo i tregon se i ka shitur gërshetat e saj për të fituar një kafshatë bukë. Kjo e prek shumë Ejubin.



Megjithatë, profeti Ejub (a.s.) për asnjë moment nuk e humbi durimin, asnjëherë nuk e la mangët adhurimin e lutjet për Zotin, çdo çast falenderoi. Fatkeqësia që i kishte ndodhur ia kishte forcuar edhe më tepër lidhjen me Zotin.

Një ditë, shejtani i doli përballë dhe deshi t'ia prishte mendjen:

– O Ejub, shkakun e çdo vuajtje tënde jam unë. Sikur një ditë të rebelohesh dhe të mos bësh më këtë durim që bën, dije se ke për t'u shëruar. Braktise këtë rrugë, nuk të vlen!

– Zhduku o i poshtër! – thirri Ejubi duke e përzënë shejtanin nga dhoma. As edhe një moment të vetëm nuk do heq dorë nga rruga ime, as nga mirënjohja dhe as nga adhurimi.

Shejtani doli i mundur dhe me shpresa të humbura nga dhoma e Ejubit. Kurse Ejubi (a.s.) ishte mërziur. Me çfarë guximi vinte shejtani

para tij e i thoshte të hiqte dorë nga rruga e Zotit (xh.sh.)? Shejtani nuk donte të hiqte dorë aq shpejt dhe vendosi të shkonte te e shoqja e Ejubit. Ajo ishte një grua e mrekullueshme, megjithëse i shoqi ishte i sëmurë dhe kishte humbur gjithë pasurinë, ajo për asnjë çast nuk e kishte lënë vetëm. Por, në fund të fundit dhe ajo njeri ishte, kishte momentet e saj delikate e të dobëta. Aq më tepër që shejtani po e cyste shumë në mendje duke nxitur pesimizmin e inatin. Shkoi një ditë pranë Ejubit (a.s.) dhe i tha: “O Ejub! (Ti je i Dërguar i Allahut) Po t’i luteshe Zotit tënd, Ai do ta pranojë lutjen dhe na largon këtë sprovë (vuajtje).”

Ejubi (a.s.), ai hero i durimit e i qëndresës, u prek shumë kur dëgjoji këto fjalë.

– Sa vite kemi jetuar mes të mirave e begatisë?  
– pyeti të shoqen.

- 70 vjet.
- Po mes vuajtjesh e sëmundjesh?
- 7 vjet.
- 70 vjet kam jetuar mes të mirave. 7 vjet mes vështirësish. Në këtë gjendje mua më vjen zor t'i kërkoj Zotit diçka. Nuk e kuptoj çka ndodhur me ty? Apo ta ka gënjer mendjen shejtani?

Mirëpo gjendja e tij u rëndua aq shumë, sa nuk ishte në gjendje as të lutej, as të përkujtonte Zotin. Vetëm atë çast rënkoj: "O Zoti im! Më ka kapur mjerimi (fatkeqësia) dhe Ti je më mëshiruesi i mëshiruesve".

Ejubi lutej dhe derdhte lot. Kur papritur, një zë çau errësirën e natës dhe ushtoi ngado:

- O Ejub! Përplase këmbën në tokë. Me ujin e freskët që do burojnë aty, laje trupin dhe pi!

Profeti goditi tokën dhe menjëherë nga toka vërshoi uji. Një ujë i kthjellët, i freskët dhe i pastër që s'mund të ngopeshe me të. Profeti Ejub (a.s.) njëherë pinte nga ai burim, pastaj lante trupin. Pas pak, vuri re se plagët e trupit po i shëroheshin, në trup po i kthehej gjallëria. Lodhja dhe pafuqia ia kishte lënë vendin një gjallërie të pashpjegueshme. As dhimbje nuk kishte më. Ai ujë i bekuar i kishte shëruar edhe plagët e jashtme edhe plagët e brendshme.

Pa kaluar shumë kohë, Mëshira e Zotit ia kishte sjellë familjen e tij, duke ia dyfishuar numrin e fëmijëve. Ai nuk ishte më vetëm. Lëngata e tij shumëvjeçare kishte marrë fund, të afërmit e miqësia i ishin kthyer sërish. Dhe profeti i madh i kishte shtuar më shumë adhurimin e lutjet, përkushtimi i tij ishte edhe më i thellë.

Për të shpërblyer durimin e profetit Ejub, Zoti (xh.sh.) e përmend atë në Kuran me këto fjalë:

Allahu thotë: "(Kujtoje) Ejubin, kur iu lut Zotit të vet: "Mua më ka goditur fatkeqësia

e Ti je më mëshiruesi i mëshiruesve!" Ne iu përgjigjëm atij, ia larguam mjerimin që kishte dhe ia kthyem familjen të dyfishuar në numër. (Këtë e bëmë) nga mëshira Jonë dhe që të jetë përkujtesë për ata që Na adhurojnë." (Enbija, 21:83-84).

Ishte pikërisht durimi, ai që e bëri profetin Ejub (a.s.) ta kalonte me sukses sprovën e vet. Që nga ajo ditë, fjalët e lutjes së tij u bënë shpresë e shpëtim për gjithë të sëmurët e hallexhinjtë, që duke thënë lutjen e tij, kujtuan, nderuan dhe morën shembull durimin e përkushtimin e Ejubit. Dhe kushdo që desh të lehtësonte pak dhimbjet e vuajtjet e veta, rënkoj me gjuhën e tij.

Thelbi i tregimit të mirënjohur të Ejubit (a.s.) është sa vijon:

1. Ndërsa i vuajtur me plagë të shumta dhe me lëndime për një kohë të gjatë, ai e përballoi sëmundjen me durimin më të madh. Por më vonë, kur krimbat e shkaktuar nga plagët depërtuan te zemra dhe te gjuha e tij, të cilat janë vendi i përmendjes së Zotit (xh.sh.) dhe vendi i njohjes së Tij, ai u frikësua se detyra e adhurimit do të pësonte goditje dhe do të dëmtohej, prandaj tha duanë e përmendur në suren Enbija, jo për hir të qetësisë së tij apo për lehtësimin e vetvetes, por për qëllimin e adhurimit të tij, sepse sëmundja po bëhej pengesë për përmendjen e Allahut:

"O Zoti! Vërtet që më ka kapur mjerimi dhe Tije më Mëshiruesi i mëshiruesve". Atëherë, Allahu i Lartësuar dhe i Gjithëfuqishëm ia pranoi atë lutje të sinqertë, të pastër e të përsëritshme në një mënyrë të mrekullueshme. Ai i dhuroi profetit Ejub shëndet të plotë dhe shfaqje tek ai të gjitha llojet e mëshirës.

2. Kur njeriu goditet me fatkeqësi ose me sëmundje, ai e kupton dhe ndjen



dobësinë e paaftësinë e tij. Duke u kthyer tek Krijuesi Mëshirëplotë, njeriu kërkon strehim tek Ai, i lutet Atij dhe kështu ai kryen një formë të pastër adhurimi në të cilën nuk futet fare hipokrizia. Në qoftë se njeriu e përballon me durim, mendon për shpërblimin që vjen nga Allahu në raste fatkeqësish dhe tregohet mirënjohës, atëherë çdo kohë që ai kalon në këtë gjendje, do të quhet si kohë e kaluar në adhurim.

3. Përveç kësaj prirjeje të brendshme të njeriut, në qoftë se ai do të mendonte për shpërblimin që rezulton nga fatkeqësia dhe për sevabin që e pret atë në Ahiret, nëse ai do të kuptonte se jeta e tij e shkurtër me fatkeqësi do të transformohet në një jetë të gjatë, atëherë ai nuk do të ishte thjesht dhe vetëm durimtar, por do të ngjitej në shkallën e falënderuesit ndaj Allahut (xh. sh.) dhe do të ishte i kënaqur me Kaderin e Tij. Gjuha e tij do të thoshte: Elhamdu lil-lahi ala kul-li hal siuel-kufri ued- dalal. "Lavdi Zotit për çdo gjendje përveç mohimit e devijimit".

4. Në qoftë se njeriu nuk e shpërndan forcën e durimit që ia ka dhuruar Allahu (xh. sh.) nëpër frikëra dhe dyshime të pabaza, ajo forcë mund të jetë e mjaftueshme për të qëndruar përballë çdo fatkeqësie e belaje. Mirëpo, kur njeriu e shpërndan forcën e tij të durimit mbi dhimbjet e së shkuarës dhe mbi ankthet e së ardhmes, nuk i mjafton durimi që ia ka dhënë Allahu (xh.sh.) për t'i bërë ballë fatkeqësisë, por fillon e ankohet.

Do të ishte marrëzi, nëse njeriu e shpërndan një pjesë të durimit të tij dhe e humbet me iluzione, duke menduar mbi dhimbjet dhe fatkeqësitë e kaluara. Për sa ka të bëjë me ditët që do të vijin, meqenëse ato nuk kanë ardhur akoma, të mendosh qysh tani për hallet dhe fatkeqësitë që

do të shkaktohen e të shfaqësh padurim, është gjithashtu marrëzi. Shkurtazi, ashtu siç e shton mirënjohja mirësinë e Zotit, po ashtu ankesa e rrit fatkeqësinë, si dhe largon mëshirën për njeriun që është goditur.

5. Fatkeqësia, e cila quhet vërtet fatkeqësi dhe është vërtet e dëmshme, është ajo që prek dhe dëmton fenë e personit. Duhet patjetër të kërkojmë strehim tek Allahu (xh.sh.) në të gjitha kohët dhe t'i lutemi me përgjërime që të na mbrojnë nga fatkeqësia, përse i përket çështjeve të fesë.

Shumë fatkeqësi të jashtme janë paralajmërime të Allahut, qortime dhe zgjim hyjnor për njeriun. Në qoftë se një bari, hedh një gurë tek delet e tij kur ato shkelin në kullotën e një tjetri, ato dele e kuptojnë se bariu synon me atë gurë që t'i paralajmërojë dhe t'i shpëtojë nga një veprim i rrezikshëm e i dëmshëm. Kështu, ato kthehen në kullotën e tyre me qetësi e mirënjohje.

Ndërsa pjesa tjetër e fatkeqësive është pendesë dhe shlyerje e mëkateve. Gjithashtu, një pjesë tjetër prej fatkeqësive shkrin gjendjen e pakujdesisë të njeriu dhe e bën të kujtojë pafuqinë dhe varfërinë e tij, duke i dhënë kështu një formë qetësie.

Prandaj, mos lejoni që kjo botë t'ju verbojë dhe të harroni se jeni robë të Zotit. Mos lejoni që pasuria, pozita dhe ndikimi në shoqëri t'ju largojnë nga Zoti dhe t'ju shmangin nga principet fetare e njerëzore. Nëse ballafaqoheni me problemet e jetës, bëni durim në mënyrë aktive, sepse sprovat tona janë të vogla në krahasim me udhëheqësin e durimtarëve, profetin Ejub (a.s.).

# Ze të presë bota edhe pesë minuta!

Namaze të falur shpejt, pa kujdes, lutje të pabëra... në shumicën e rasteve ne e mbledhim menjëherë sexhaden pasi përfundojmë faljen e namazit pa bërë tespihet apo duanë duke nxjerrë si shkak punët tona të përditshme. A e kuptojmë se çfarë humbasim duke vepruar në këtë mënyrë?

Nganjëherë zhytemi aq shumë në telashtet e kësaj bote sa që edhe adhurimet e detyrueshme i lëmë për në minutën e fundit. Duke vepruar kështu në të vërtetë humbasim mundësinë e arritjes së faljes së dhuruar nga Allahu i Madhëruar. Tespihet dhe lutja pas namazit ndoshta është një nga këto mundësi. Kuptimi i namazit është madhërimi dhe falënderimi. Pra ti do të thuash "Subhanallah" me gojë dhe me sjelljen tënde për të madhëruar Zotin (xh.sh.), të thuash "Allahu Ekber", të lartësosh Zotin, dhe "Elhamdulillah", të falënderosh Zotin me zemër, gojë dhe trup. Pra madhërimi, lartësimi dhe falënderimi janë bërthama e namazit.

Në shumë vende namazi i pashoqëruar me tesbih dhe lutje përngjan me një letër të futur në zarf por të pa postuar. Në një hadith të transmetuar nga Ebu Hurejre (r.a.) Profeti ynë i nderuar flet për rëndësinë e lutjeve pas namazit me këto fjalë: "Ai person i cili pas çdo namazi thotë 33 herë subhanallah, 33 herë elhamdulillah, 33 herë Allahu Ekber dhe më pas për të plotësuar 100 thotë Lâ ilâhe illallâhü vahdehû lâ sherike leh lehü'l mülkü ve lehü'l hamdü ve hüve alâ kül-li shej'in kadîr, do t'i falen të gjitha mëkatet qofshin ato në madhësinë e shkumës së detit."

Ky transmetim është i mjaftueshëm për të kuptuar rëndësinë dhe vlerën e lutjeve pas namazit. Një ditë Ebu Dherri

erdhi te Profeti (a.s) dhe i tha : "O i dërguari i Zotit! Të pasurit kanë kapur shkallët më të larta të xhenetit dhe mirësitë e përjetshme, sepse edhe ata falin namaz, shkojnë në xhihad si ne dhe japin më shumë lëmoshë. Ndërsa ne nuk kemi pasuri që ta japim si lëmoshë në rrugën e Zotit." Pas këtyre fjalëve Profeti (a.s.) iu drejtua kështu: "O Ebu Dherr! Do të të mësoj diçka, nëse e bën këtë do të arrish ato që janë para teje dhe do të lësh shumë të tjerë prapa. Por edhe ata do të fitojnë të njëjtin shpërblim nëse e bëjnë. Pas çdo namazi thuaj 33 herë subhanallah, 33 herë elhamdulillah dhe 33 herë Allahu Ekber, më pas thuaj Lâ ilâhe illallâhü vahdehû lâ sherike leh lehü'l mülkü ve lehü'l hamdü ve hüve alâ kül-li shej'in kadîr."

Kjo kohë kaq e shkurtër pas namazit ndoshta do të hapë dyert e faljes. A nuk është e paudhës të shpërdorohet një mundësi e tillë?

## **Namazi pa lutjet e fundit nuk është një namaz i rregullt**

Doc.Dr. Mehmet Atalay nga fakulteti i teologjisë në Universitetin Istanbul e ka analizuar temën nga ana psikologjike. Ndër të tjera ai thotë : Dhikri (përmendja e Allahut) i bërë pas namazit është shumë i rëndësishëm. Ndërsa lutja është thelbi i adhurimit. Nga aspekti psikologjik mund të themi se dhikri përbën një pike kyçe në fushën e adhurimeve. Dhikri është mënyra më objektive e përpjekjes për ta vendosur në zemër dashurinë për Allahun (xh.sh.). Për këtë arsye edhe në Kur'an nuk thuhet falni shumë namaz apo agjëroni shumë por thuhet "Përmendeni shumë Allahun". Namazi është adhurim themelor por dhe jo pak e rëndësishme është përmendja e Allahut me gjuhë me fjalët "subhanallah", "Allahu Ekber".



Nga ana psikologjike lutja konsiderohet një lidhje e veçantë mes individit dhe Zotit. Megjithëse personi i cili fal namazin dhe nuk bën lutjet e fundit dhe këtë e ka shndërruar në një zakon e plotëson obligimin e tij nga ana fetare, por nga ana tjetër ai largohet nga kjo lidhje e veçantë me Zotin, nuk arrin të lartësohet në gjendjen modeste dhe të sinqertë që rrjedh nga bërja e lutjes, si një koncept metafizik dhe shpirtëror. Një namaz pa lutjet dhe tespihet e fundit nuk është i mangët, por nuk është i rregullt.

#### **Nxit nënvetëdijen e adhuruesit**

Nga ana tjetër prof. Enes Ergene, pohon se ky adhurim nuk është i domosdoshëm sipas jurisprudencës islame, por rrit nënvetëdijen e adhuruesit. "Nëse çështjen e analizojmë në fushën e fikhut bërja e tespiheve dhe lutjes në fund nuk është një nga kushtet e namazit. Edhe një ndeshje nuk mbaron në fushë dhe brenda 90 minutave. Pas përfundimit të saj bëhen analiza, komente të ndryshme në kanale televizive. Nëse një ndeshje nxë kaq shumë kohë po për namazin çfarë mund të themi? Kështu i vlerësoj unë lutjet dhe adhurimet e bëra para ose pas namazit. Dhikri dhe lutjet mundësojnë përforcimin e nënvetëdijes sonë si adhurues. Sa më shumë të na mbajnë në territorin shpirtëror dhe psikologjik të namazit aq më mirë është për ne", shprehet ai.

#### **Puna më e mirë është përmendja e Allahut (xh.sh.)**

Prof. Dr. Reşat Öngören nga fakulteti teologjik në Universitetin Istanbul shprehet kështu: "Nëse analizojmë shumë ajete të Kur'anit dhe thënie të Profetit (a.s.) mund të kuptojmë shumë mirë faktin se njeriu duhet të shfrytëzojë

sa më shumë kohë për të përkujtuar dhe falënderuar Allahun. Në Kur'anin famëlartë përkujtimi i Allahut është vendosur mbi të gjitha adhurimet tjera. Nga ana tjetër në një ajet të sures "Zumer" thuhet se janë të humbur dhe të shthurur ata të cilët e kanë të ngurtësuar zemrën ndaj përmendjes së Allahut. Edhe në hadithe është theksuar se vepra më e mirë është përmendja e Allahut. Nën dritën e gjithë këtyre fakteve e kuptojmë se përmendja e Allahut para apo pas namazit, dhikri, bërja e duasë janë të domosdoshme për krijimin e një adhuruesi të sinqertë dhe modest. Ata të cilët nuk i zbukurojnë namazet apo adhurimet e tjera me lutje, adhurime shtesë, dhikër dhe tesbihë nuk mund të shijojnë plotësisht ëmbëlsinë e besimit."

#### **Tespihet dhe lutja pas namazit janë sunet**

Përmendja e Allahut pas dhënies selam, bërja e lutjeve të mësuara nga ana e Profetit (a.s.) dhe kërkimi i faljes nga Zoti është sunet. Profeti ynë (a.s.) lexonte lutje të ndryshme menjëherë pas selamit. Disa prej këtyre lutjeve i ka lexuar menjëherë pas namazeve farz e disa të tjera edhe pas farzit edhe pas nafileve. Duke parë lutjet e bëra pas namazeve farz shumë dijetarë myslimanë kanë pohuar se bërja e lutjeve pas namazeve farz është më e përshtatshme se bërja e lutjeve pas namazeve nafle. Krahas kësaj edhe vlera e Ajetit Kursi të lexuar pas namazit është shumë e madhe. Profeti ynë (a.s.) thotë : "Ai i cili lexon Ajetin Kursi pas namazeve farz, nuk do të ketë asnjë pengesë për të hyrë në xhenet përveç vdekjes."

# ***LEXIMI DHE KIMIA E TRURIT***



Epoka dixhitale ka ndryshuar mënyrën tonë të leximit. Sipas një studimi nga Qendra Kërkimore Pew, një amerikan mesatar lexon më pak libra krahasuar me 40 vite më parë dhe vetëm 31% e popullsisë lexon të paktën një libër në vit. Kjo përfaqëson një rënie prej 10% në zakonet e përgjithshme të leximit. Po pse njerëzit lexojnë më pak?

Përhapja e mediave sociale dhe qasja në internet ka luajtur një rol qetësues për shumë njerëz të ngarkuar dhe të stresuar. Ka një bollëk burimesh dixhitale që i shtyn të gjithë të përqendrohen në lajme, histori dhe përmbajtje të shkurtër. Studimet tregojnë se koha mesatare e leximit në internet është rreth 55 sekonda, që nuk është një kohë e mjaftueshme për të përfituar nga përfitimet e jashtëzakonshme që leximi mund t'i sjellë trurit.

Hulumtimet tregojnë se kur lexojmë, kimia e trurit tonë mund të ndryshojë plotësisht duke kaluar nëpër procese të ndryshme neurologjike. Leximi mund të ristrukturojë rrugët nervore dhe të nxisë çlirimin e neurotransmetuesve si dopamina, serotonina dhe endorfina. Këta neurotransmetues janë si lajmëtarët e trurit tonë; ata dërgojnë sinjale të rëndësishme që ndikojnë në gjithçka, duke filluar që nga gjendja jonë shpirtërore deri te motivimi. Kur përfshihemi në një histori tërheqëse, shpesh ndjejmë qejf dhe kënaqësi, ndërsa niveli i dopaminës – neurotransmetuesi që lidhet me entuziazmin dhe shpërblimin – rritet. Në të njëjtën kohë, rritja e serotoninës, që kontribuon në ndjenjën e lumturisë dhe mirëqenies, mund të lehtësojë simptomat e depresionit dhe ankthit.

Marrëdhënia mes gjendjes sonë shpirtërore dhe këtyre neurotransmetuesve është reciproke. Ndërsa këta përbërës kimikë, kur jepen nga jashtë, ndikojnë në gjendjen tonë shpirtërore, edhe gjendja jonë shpirtërore ndikon në prodhimin dhe funksionimin e tyre. Fenomenet materiale, që janë si perde për veprat hyjnore, ndikojnë te shpirti, ndërsa shpirti mund të ndikojë te materia.

### **Studime Shkencore**

Gjatë leximit, truri ynë transformon simbolet e shkruara (shkronjat, numrat dhe shenjat e pikësimit) në kuptime. Ky proces përfshin bashkëveprimin e disa sistemeve gjuhësore, duke përfshirë fonologjinë, drejtshkrimin dhe semantikën. Fonologjia studion modelet e tingujve në gjuhë. Truri ynë shndërron simbolet e shkruara në tinguj përkatës, duke na bërë të "dëgjojmë" fjalët në mendjen tonë. Ky proces është veçanërisht i rëndësishëm kur hasim fjalë të panjohura, pasi njohuritë mbi modelet e

tingujve na ndihmojnë të bëjmë parashikime të ndërgjegjshme për shqiptimin e tyre.

Leximi i librave është një proces i ndërlikuar mendor që përfshin shumë zona të trurit. Gjatë leximit, ne përdorim sistemet e syve dhe veshëve për të deshifruar gjuhën e shkruar, si dhe imagjinatën dhe kujtesën për të krijuar imazhe mendore të historisë. Një nga zonat kryesore të trurit të lidhura me leximin është korteksi vizual, i cili është përgjegjës për përpunimin e informacionit vizual. Sugjerimet që vijnë nga sytë interpretohen nga truri si shkronja dhe fjalë. Zona të tjera të trurit, si lobet temporale dhe parietale, luajnë rol në përpunimin e sinjaleve gjuhësore dhe ndihmojnë në kuptimin e domethënies së fjalëve që lexojmë.

Një studim i botuar në revistën Brain Connectivity ka treguar se leximi i romaneve mund të çojë në rritjen e lidhjeve në zonat e trurit që lidhen me përpunimin dhe kuptimin e gjuhës. Kjo lidhje mund të vazhdojë për ditë të tëra pas leximit dhe të ofrojë përfitime afatgjata.

Një studim tjetër, i kryer nga studiuesit në Universitetin Emory, ka zbuluar se leximi mund të rrisë aktivitetin në korteksin e majtë temporal, një zonë e trurit që lidhet me përdorimin e gjuhës. Ky aktivitet i shtuar tregon se leximi përmirëson funksionet e trurit dhe mbështet neuroplasticitetin, që është aftësia e trurit për të krijuar lidhje të reja nervore dhe për t'u riorganizuar.

Lobi temporal (zona pranë veshëve), që mund të shihet si "kuti postare" e trurit, është vendi ku linjat e zeza në letër identifikohen si shkronja. Informacioni nga kjo "kuti postare" më pas dërgohet në lobin frontal (zona e ballit) dhe në pjesë të tjera të lobit temporal. Një lexues me përvojë këtu përcakton kuptimin e vërtetë dhe shqiptimin e fjalës. I gjithë ky proces ndodh për më pak se gjysmë sekonde.

### **Neuroplasticiteti dhe leximi**

Neuroplasticiteti është një aftësi e jashtëzakonshme që i është dhënë trurit për t'u përshtatur dhe ndryshuar si përgjigje ndaj përvojave të reja dhe të mësuarit. Përmes leximit, kjo veçori e neuroplasticitetit nxitet, duke angazhuar trurin aktivisht në përpunimin dhe kuptimin e një teksti, ndërkohë që përfshin funksione të shumta mendore si kujtesa, vëmendja dhe zgjidhja e problemeve.

Një studim i botuar në Psychological Science ka treguar se leximi i rregullt mund të rrisë lidhjet në tru dhe të përmirësojë funksionet e përgjithshme mendore. Kjo do të thotë se sa më shumë të lexojmë, aq më shumë truri ynë përmirëson

aftësinë për t'u përshtatur dhe për t'u zhvilluar, duke kontribuar në qëndrueshmërinë mendore afatgjatë.

## **Përfitimet e Leximit për Shëndetin Mendor dhe Emocional**

### **1. Forcon Trurin**

Një studim nga Universiteti Emory në vitin 2013 analizoi lexuesit përmes imazherisë së rezonancës magnetike ndërsa lexonin libra. Studiuesit zbuluan se sa më shumë lexuesit të përfshiheshin në histori, aq më shumë rajone të trurit aktivizoheshin. Ajo që ishte edhe më befusuese ishte se ky aktivitet mbeti i lartë për disa ditë pasi pjesëmarrësit mbaruan librin. Sa më shumë të lexoni, aq më shumë fuqizohen këto rrjete komplekse të aktivitetit.

Rajoni somatosensorial dhe korteksi motorik i trurit, që reagojnë ndaj lëvizjeve, ndjesive dhe dhimbjes, mbeten aktivë për një kohë të gjatë pas përfundimit të librit. Truri juaj në një farë mënyre "vendoset" në trupin e heroit të librit, duke ndryshuar aktivitetin në këto zona.

Një studim në Spitalin e Fëmijëve në Boston tregoi se leximi mund të rindërtojë trurin tuaj, të krijojë rrjete të reja nervore dhe të forcojë substancën e bardhë të corpus callosum-it, e cila siguron komunikimin ndërmjet dy hemisferave të trurit. Kjo ndihmon për të përpunuar informacionet më me efikasitet dhe për të mësuar më shpejt.

Sidomos nëse dëgjoni dikë duke lexuar me zë të lartë, kjo forcon perceptimin vizual dhe dëgjimor. Një studim i vitit 2011 mbështeti këto gjetje, duke treguar se marrja e zakonit të leximit që në fëmijëri është ideale, por përfitimet e leximit mund të shijohen në çdo moshë.

### **2. Ul nivelin e stresit**

Sipas një studimi të kryer në Universitetin Sussex në vitin 2009, leximi mund të reduktojë nivelet e stresit deri në 68%. Ky fakt tregon se leximi është më efektiv sesa dëgjimi i muzikës ose shëtitja. Brenda vetëm gjashtë minutash përqendrimi në një libër, ritmi i zemrës ngadalësohet, presioni i gjakut bie dhe muskujt fillojnë të relaksohen. Sipas këtij studimi, leximi i një libri për 30 minuta çdo ditë ndihmon në reduktimin e dukshëm të shenjave fizike të stresit. Nuk ka rëndësi çfarë lloj libri lexoni ose nëse dëgjoni libra audio, për sa kohë që arrini të përqendroheni pa ndërprerje.

Leximi i librave me fëmijën tuaj jo vetëm që forcon lidhjen mes prindit dhe fëmijës, por gjithashtu redukton stresin tuaj. Një studim i publikuar në Revistën e Shoqatës Amerikane të Psikologjisë në vitin 2020 zbuloi se prindërit që

lexonin libra çdo ditë me fëmijët e tyre të moshës 6–18 muajsh kishin nivele më të ulëta të stresit dhe ishin më të ndjeshëm ndaj nevojave të fëmijëve të tyre.

### **3. Shton njohuritë**

Librat shkruhen pas dekadash përvoja dhe përpjekjesh, dhe është e pamundur të përcillet kjo pasuri thjesht përmes një videoje disa minutëshe. Burimet dixhitale të informacionit janë të dobishme dhe mund të ndihmojnë për të nisur një kërkim, por për të depërtuar në thellësinë e dijes që qëndron pas këtij informacioni sipërfaqësor, është e nevojshme njohuria e gjerë që ofron leximi.

Edhe pse thuhet se multimedia mund ta zgjerojë ose përmirësojë të mësuarit, studimet tregojnë se ndikimi pozitiv i kësaj qasjeje mbetet minimal nëse leximi nuk vendoset në qendër të procesit mësimor.

### **4. Zhvillon imagjinatën**

Leximi ndihmon në zgjerimin e botës suaj imagjinare. Gjatë leximit, aktivizohet lobi okcipital i trurit, i cili është përgjegjës për përpunimin e imazheve. Veçanërisht kur lexoni romane artistike, imagjinimi i botëve dhe personazheve të përshkruara në libër ju ndihmon të vizualizoni atë që lexoni. Një koncept abstrakt shndërrohet në realitet në mendjen tuaj.

Një studim i përbashkët i kryer në vitin 2007 nga Universitetet Appalachian State dhe Angelo State, si dhe një tjetër studim në vitin 2009, treguan se studentët që lexojnë shumë libra kanë inteligjencë më të mprehtë, aftësi për të krijuar ide origjinale dhe prirje më të madhe për të mësuar.

### **5. Përforcon kujtesën**

Studimet tregojnë se leximi e mban trurin tuaj vazhdimisht aktiv, duke përmirësuar kujtesën. Në varësi të llojit të librit, kujtesa afatshkurtër dhe afatgjatë mbahen aktive ndërsa ndiqni informacionet ose rrjedhën e tregimit. Kapaciteti i kujtesës, si për kujtimet ditore (kujtesa episodike) ashtu edhe për informacionet mbi temën që studiohet, forcohet përmes leximit.

### **6. Ndihmon për t'u përqendruar**

Teknologjia digjitale shpërndan shumë vëmendjen tonë, dhe rikthimi në përqendrimin e temës mund të zgjasë deri në 23 minuta. Kur ndaloni leximin për shkak të një njoftimi nga pajisja juaj, mekanizmi i shpërblimit në tru forcimin, duke e bërë më të vështirë përqendrimin në detyrat e ardhshme. Një studim i kryer në Kanada në vitin 2015 tregoi se mesatarja e kohës së përqendrimin ishte ulur nga 12 sekonda në 8 sekonda midis viteve 2000 dhe 2015. 77% e pjesëmarrësve të moshës 18–24 vjeç, thanë se gjëja e parë që

kapnin ishte telefoni i tyre kur nuk kishin asgjë tjetër për të bërë, ndërsa vetëm 10% e individëve mbi 65 vjeç e shprehën këtë.

### **7. Pasuron fjalorin**

Komunikimi i thellë dhe i saktë lidhet me aftësinë për të përdorur fjalët e duhura në çdo situatë. Kur lexoni dhe hasni fjalë të panjohura, kuptimi i mënyrës dhe kontekstit të përdorimit të tyre është i rëndësishëm. Kjo ofron një shembull të përdorimit të fjalës, duke ndihmuar më shumë për të mësuar shpejt sesa përpjekja për t'i mbajtur mend ato.

### **8. Zhvillon aftësitë e shkrimit dhe komunikimit**

Truri i mendjes sajton librat që lexoni, duke ruajtur mënyrat e përdorimit të gjuhës dhe duke kontribuar në përmirësimin e aftësisë tuaj për të komunikuar qartë si me shkrim ashtu edhe me gojë. Kjo gjithashtu ju ofron mundësinë për të fituar këndvështrime të ndryshme, duke parë botën me sy të rinj dhe duke krijuar marrëdhënie më të forta me ata që ju rrethojnë.

Aftësia për të shkruar është e lidhur me lobin parietal të trurit, i cili aktivizohet gjatë leximit. Leximi i rregullt ju mundëson të njihni stile dhe teknika të ndryshme shkrimi, duke përmirësuar kështu aftësinë tuaj për të shkruar.

### **9. Përmirëson shëndetin e funksioneve mendore**

Aktiviteti i leximit ndihmon në ruajtjen e shëndetit të rrugëve nervore që mund të parandalojnë rënien mendore ndërsa plaken. Sa më shumë të lexoni, aq më shumë aktivitetet nervor do të ndodhë në trurin tuaj. Kjo çon në rritjen e produktivitetit nervor dhe përmirëson funksionet e përgjithshme mendore.

### **10. Rritë empatinë**

Kryesisht, leximi i tregimeve dhe romaneve ka treguar se mund të zhvillojë empatinë duke mundësuar përjetimin e pikëpamjeve dhe ndjenjave të ndryshme mendërisht. Kjo mund të çojë në marrëdhënie më të mira sociale dhe një inteligjencë emocionale më të lartë. Leximi i personazheve që përballen me vështirësi të ngjashme mund t'ju ndihmojë të bëni empati dhe të ndiheni më pak të vetmuar. Ka pasur prova që lidhja me një personazh që ka kaluar nëpër një sfidë të ngjashme mund të ndihmojë në lehtësimin e ndjenjave të izolimit dhe vetmisë.

Biblioterapia është një metodë e re terapike që përfshin leximin, reflektimin dhe diskutimin e teksteve të zgjedhura nga librat nën udhëheqjen e një terapisti. Kjo ka treguar se mund të lehtësojë simptomat depresive dhe të përmirësojë funksionet mendore tek pacientët me demencë dhe psikoza.

### **Librat dhe sëmundjet e trurit**

Një studim i botuar në Alzheimer's Disease Journal ka treguar se leximi i librave mund të përmirësojë funksionet mendore dhe të reduktojë rrezikun e zhvillimit të kësaj sëmundjeje. Gjatë një periudhe gjashtëvjeçare, 294 individë të moshuar janë ndjekur dhe është gjetur se ata që merrnin pjesë në aktivitete stimuluese për trurin, siç është leximi, kishin një rrezik 32% më të ulët të zhvillimit të sëmundjes së Alzheimerit krahasuar me ata që nuk angazhoheshin në këto aktivitete.

Sëmundjet dhe çrregullimet e trurit, si Alzheimeri, Parkinsoni dhe skleroza multiple, mund të kenë një ndikim të thellë në cilësinë e jetës së individëve. Këto kushte zakonisht karakterizohen nga prapambetje mendore, humbje memorije dhe simptoma të tjera neurologjike. Megjithatë, hulumtimet e fundit sugjerojnë se leximi i librave mund të ndihmojë në lehtësimin e dëmtimeve të shkaktuara nga këto sëmundje.

Një tjetër studim i botuar në Journal of Neurology ka treguar se leximi i librave mund të përmirësojë funksionet mendore tek individët me sklerozë multiple. Në këtë studim, 24 individë me këtë sëmundje u monitoruan, dhe atyre iu kërkua të lexonin libra për të paktën 30 minuta në ditë gjatë një periudhe prej gjashtë muajsh. Grupi që lexonte libra ka treguar përmirësime të rëndësishme në funksionet mendore krahasuar me grupin kontroll.

### **11. Rritë kualitetin e gjumit**

Leximi i librave para gjumit mund të ndihmojë në përmirësimin e cilësisë së gjumit. Leximi i një libri ndihmon trurin të kuptojë se ka ardhur koha për t'u çlodhur dhe për t'u përgatitur për pushim. Aktiviteti i leximit krijon një ritëm të relaksimit dhe mund të zbusë mendimet e ditës, duke lehtësuar kalimin në një gjendje më të qetë dhe përgatitur për një gjumë më të thellë dhe më të qetë.

#### **Burimet:**

1. Pan, "How Reading Can Literally Change Your Brain Chemistry", [baos.pub/how-reading-can-literally-change-your-brain-chemistry-b7fcfd1ce170](https://baos.pub/how-reading-can-literally-change-your-brain-chemistry-b7fcfd1ce170)

2. F. Brancia, "Neuroscience of Reading: Is Reading Good for the Brain?", [www.linkedin.com/pulse/neuroscience-reading-good-brain-ercole-francesco-brancia](https://www.linkedin.com/pulse/neuroscience-reading-good-brain-ercole-francesco-brancia)

# Përballja me gjithfarë frikërash në rrugën e Allahut



## Si e duruan sahabët fisnikë urinë, frikërat dhe të ftohtët e tejskajshëm në luftën e Hendekut

Hudhejfeja (radjallahu anhu) i ka treguar nipit të tij, Abdulazizit, se: "Kur xhaxhai im, Hudhejfeja (radjallahu anhu), po na tregonte për luftërat ku kishte marrë pjesë, bashkë me të Dërguarin e Allahut (sal'lallahu alejhi ue sel'lem), ata që ishin të pranishëm në atë kuvend e pyetën:

- "Uallahi, sikur të kishim qenë ne në ato luftëra, medoemos do të kishim bërë këtë e atë gjë!"

- "Mos mendoni kështu! Uallahi, më kujtohet fare mirë ajo natë, të nesërmen e së cilës do të zhvillohej lufta e Hendekut: Ishim vendosur në formë radhësh. Armiqtë tanë, bashkë me Ebu Sufjanin, ishin vendosur sipër nesh, kurse poshtë

ishin vendosur hebrenjtë e Kurejdhas. Ishim të shqetësuar se mos na sulmonin pjesëtarët e tjerë të familjeve tona. Deri në atë ditë nuk mbaj mend të kemi përjetuar ndonjëherë një natë të errët plus dhe që furtuna nuk kishte të pushuar. Furtuna shkaktonte bubullima dhe vetëtima të njëpasnjëshme. Aq errësirë ishte, saqë as gishtërinjtë tanë të dorës nuk i dallonim dot. Hipokritët, duke përfituar nga një situatë e tillë, i thanë Profetit tonë:

- "I kemi lënë shtëpitë pa njeri që t'u bëjë roje.", - duke nisur t'i kërkojnë leje për t'u larguar, megjithëse nuk i kishin familjet edhe aq pa njeri e të rrezikuara, por po i përdornin si gënjeshtër që t'i shpëtonin luftës. I Dërguari i Allahut po u jepte leje të gjithë atyre që i kërkonin leje për t'u larguar,



e kështu ata largoheshin njëri pas tjetrit. Ishim a s'ishim diku te treqind vetë. Atëherë i Dërguari i Allahut u ngrit dhe filloi të na kontrollonte një e nga një. Përveç asaj veshjeje prej leshi që më pati dhënë bashkëshortja me vete, e cila, më e shumta, mund të më ruante sadopak nga të ftohtët, me vete nuk kisha asgjë tjetër që të më mbronte kundër armikut, apo ndaj të ftohtit. Kur erdhi pranë meje, unë isha ulur në gjunjë dhe më kishin kapur ca të dridhura ngaqë kisha shumë ftohtë.

- "Po ti, kush je? Si të quajnë?", - më pyeti.

- "Hudhejfe.", - iu përgjigja unë.

- "Hudhejfe!"

Ngaqë ajo rrobë që kisha veshur më rrinte pak e shkurtër, por edhe ngaqë kisha shumë ftohtë, rrija paksa i kërrusur.

- "Urdhëroni, o Resulullah!", - i thashë të Dërguarit të Allahut dhe u ngrita në këmbë, edhe pse e kisha me siklet.

- "Na kanë ardhur shumë lajme të ndryshme lidhur me armikun, shko shih e mos ka ndonjë gjë të re, e hajde të na thuash!", - më tha ai.

Ndër të gjithë ushtarët, ai që kishte më shumë frikë dhe që e ndiente më shumë të ftohtin isha unë. U nisa, për të bërë atë që më pati thënë i Dërguari i Allahut. Profeti i profetëve ishte lutur enkas për mua, duke thënë:

- "O Zot! Ruaje atë nga para e nga mbrapa, nga e djathta e nga e majta, nga sipër e nga poshtë!" Uallahi, pas asaj lutjeje, Zoti nuk la më brenda meje as frikë nga armiku, as të ftohtë. Edhe ato që kisha ndërë deri atëherë sikur u zhdukën të tëra brenda një çasti të vetëm. Tani nuk kisha as ftohtë, as frikë se mos më bënin armiqtë ndonjë të keqe. Kur po largohesha, Profeti ynë më pati porositur:

- "Hudhejfe! Mos shkakto asnjë rrëmujë me armiqtë, derisa të kthehesh tek unë, të më lajmërosh se çfarë po bëjnë ata!"

Shkova dhe iu afrova bazës së armikut me qetësinë më të madhe. I ndoqa me aq sa më lejonin flakët e zjarreve që kishin ndeshur ata. Pashë një burrë trupmadh, ezmer, i cili i ngrohte duart në zjarr dhe i fuste në kraharor, që u thoshte të tjerëve:

- "Të kthehemi, të kthehemi, ta lëmë këtë luftë." Nuk e kisha parë Ebu Sufjanin asnjëherë më parë. Me aq sa më lejonte drita e përhapur nga flakët e zjarrit, nxora nga trasta e harkëtarit një shigjetë me majë të bardhë dhe e vura në hark, mirëpo, në atë çast, m'u kujtua urdhri i Profetit tonë, i cili më pati thënë: "Mos shkakto asnjë rrëmujë me armiqtë, derisa të kthehesh tek unë, të më lajmërosh se çfarë po bëjnë ata!", kështu

që e vendosa prapë në trastë atë shigjetë. Pastaj brenda më erdhi një trimëri e pashpjegueshme, ndaj vendosa të hyja deri në radhët e ushtrisë, brenda. Më afër kisha bijtë e Amirit. Ata ishin duke i bërtitur njëri-tjetrit:

- "O bijtë e Amirit, të tërhiqemi, të tërhiqemi, këtu nuk rrihet, është e padurueshme!" Në zonën ku ishin vendosur ata frynte era më e fortë, ndërsa jashtë zonës së tyre nuk frynte fare. Uallahi, frynte aq shumë, saqë, nga era edhe gurët nën shtretërit e tyre lëviznin dhe zhurma e tyre vinte deri tek unë. Paskëtaj u largova që aty, për të shkuar pranë të Dërguarit të Allahut. Kur mbërrita thuajse në gjysmë të rrugës, pashë diku te njëzet kalorës me çallma në kokë, që më thanë:

- "Shko dhe thuaj shokut tënd, Allahu i ka dërguar atij ndihmën e mjaftueshme." Sapo mbërrita te Profeti ynë, shkova ta kërkoja dhe e gjeta duke falur namaz i mbështjellë me një mbulesë, të cilën me sa duket e kishte hedhur trupit për t'u mbrojtur nga të ftohtët. Ju betohem në Allahun e Madhërishëm, se kur u ktheva fillova të ndihesha prapë i frikësuar dhe ta ndieja edhe më të ftohtin. I Dërguari i Allahut, në namaz, ma bëri me shenjë. Iu afrova dhe ai ma hodhi mua në trup mbulojën e vet. Profeti ynë e kishte zakon, sa herë që përballej me ndonjë situatë shumë të vështirë, apo që ishte shumë e rëndësishme, falte namaz. I dhashë informatat që kisha mbledhur për armiqtë, duke i thënë:

- "Kur unë po vija këtu ata po largoheshin."

Hudhejfeja (radijallahu anhu) thotë se: "Lidhur me këtë ngjarje, Allahu i Madhërishëm pati zbritur disa ajete:

"O besimtarë! Kujtoni dhuntinë e Allahut kur ju erdhi një ushtri (idhujtarësh), e Ne dërguam mbi ata erë dhe një ushtri (engjëjsh) që ju nuk e shihnit; ndërsa Allahu i sheh të gjitha ato që bëni ju. Ata ju sulmuan nga lart dhe nga poshtë, kështu që sytë tuaj u errësuan, zemrat ju erdhën në fyt dhe besimi juaj tek Allahu u lëkund. Aty besimtarët u vunë në provë dhe u tronditën si nga një tronditje e fuqishme. Por hipokritët dhe ata me zemra të sëmura e të dobëta, thanë: 'Allahu dhe i Dërguari i Tij nuk na kanë premtuar asgjë, pos mashtrimit!' Dhe një grup prej tyre tha: 'O banorët e Jethribit, s'ka qëndrim këtu për ju, andaj kthehuni!' Një grup tjetër nga ata kërkoi leje prej të Dërguarit, duke thënë: 'Në të vërtetë, shtëpitë tona janë të pambrojtura!' Por ato nuk ishin të pambrojtura. Ata donin vetëm të iknin." (Ahzab, 33/9-13)

**Shkëputur nga libri "Jeta e Sahabëve 1"  
Botim i KMSH**

# *Këshillë për egon*



Këshillë? Mirëpo unë nuk e shoh kompetent për t'i dhënë këshilla dikujt tjetër, sepse dhënia e këshillës është zekati i pasurisë së quajtur "pranim këshille". Ai që nuk zotëron pasuri, si mund të japë zekat? Nga një person i mangët në dritë, si mund të marrë dritë një tjetër? Ku është parë që hija e një druri të shtrembër, të jetë e drejtë?! Allahu i Lartë i ka reveluar këto fjalë Isait a.s., birit të Merjemes. "Më parë këshilloje veten. Po qe se ti e pranon këshillën, mund t'u japësh këshillë edhe të tjerëve, në të kundërt, të kesh turp prej Meje".

Për njerëzit ka dy predikues (vaizë), nga të cilët njëri flet e tjetri hesht; vaizi që flet është Kur'ani, kurse vaizi që hesht, është vdekja. Në këto dy gjëra për çdo njeri që pranon këshillë, ka shembuj mësimdhënës në mënyrë të mjaftueshme. Ai që nuk mund të marrë shembull nga këto të dyja, si mund t'u japë këshillë të tjerëve?

Unë e këshillova egon time me predikues të tillë gjurmëlënës si Kur'ani dhe vdekja. Edhe nëse egoja ime me fjalë e quajti të drejtë këshillën dhe e pranoi logjikisht, në praktikë iu kundërvua dhe rezistoi. Dhe unë i thashë: "A nuk e pranon se Kur'ani është një predikues që flet dhe një këshillues i sinqertë, se është Fjala Hyjnore e zbritur nga qielli, se në asnjë vend të tij nuk gjendet ndonjë gjë joreale?"

"Po, e pranoj", - më tha.

"Mirë, - i thashë, - në Kur'an Allahu i Lartë ka urdhëruar: "Atyre që kërkojnë jetën e kësaj bote dhe shkëlqimin e saj, do t'ua japim përgjegjësen e veprës së tyre plotësisht, pa u lënë gjë mangut. Për njerëz të tillë, në botën e përtejme (ahiret) nuk ka gjë tjetër përveç zjarrit. Çdo vepër e tyre do të dështojë e do të asgjësohet" (Hud, 15-16). Pastaj egoja ime të ka kërcënuar me zjarr për shkak se ke dëshiruar vetëm këtë botë. Nuk ka dyshim se pasi të vdesësh, të gjitha gjërat që do të braktisin ty, quhen të kësaj bote. Në këto kushte, a nuk duhet të heqësh dorë nga prirja drejt kësaj bote e nga dashuria për të? Mendo se sikur një mjek të thoshte se po qe se do të haje nga gjërat që ti dëshiron më tepër, do të vdisje apo do të sëmureshe, absolutisht do të ruheshe e do të largohesh nga ato gjëra. Mirë, po mos vallë, sipas teje, mjeku është më besnik se Allahu? E, nëse s'është kështu,

atëherë ç'njeri mosmirënjohës qenke ti?! Apo mos vallë, sipas teje, sëmundja është më e keqe se zjarri i xhehenemit? E sa injorant paske qenë, nëse mendon kështu!

Egoja m'i miratoi edhe këto thënie, por nuk përfitoi prej tyre e nuk u errësua, në të kundërt, duke e parë të largët botën e përtejme, vazhdoi me këmbëngulje të dëshironte këtë botë. Unë iu ktheva sërish egos e, duke e këshilluar kësaj radhe, me anë të predikuesit të heshtur, i thashë:

Predikuesi folës ka njoftuar për predikuesin e heshtur. Allahu i Lartmadhëruar në Kur'an ka urdhëruar:

"Ajo, vdekja nga e cila ikni, pa dyshim, që do t'ju zërë dhe do të ktheheni kah Allahu që di çdo gjë të fshehtë e të dukshme. Atëherë Ai do t'ju tregojë se çfarë keni bërë (punuar-vepruar)" (Xhumua, 8). Hajde, hesht. - i thashë. Ti je i lidhur me zemër pas kësaj bote, që e ke parë të parën. Mirëpo, a nuk e beson se pa asnjë diskutim, vdekja do të vijë një ditë, do të të presë çdo degë ku je kapur, do të të marrë çdo gjë që ke dashur? A nuk mendon se çdo gjë që ka për të ardhur, është e afërt, kurse e largët është ajo që s'ka për të ardhur? Allahu i Lartë ka urdhëruar: "Si thua, edhe nëse Ne u japim mundësi atyre mohuesve që të jetojnë në qetësi vite me radhë, e pastaj t'iu behë vdekja për të cilën t'iu tërhiqet vëmendja, a do të mund t'i shpëtojnë ato vite?" (Shura, 205-207)

E tani pandeh se nuk do të largohesh nga të gjitha të mirat mes të cilave po jeton? Njeriu i vërtetë e i mençur ende pa u nxjerrë praktikisht me anë të vdekjes nga kjo botë, i jep lamtumirën asaj me zemër. Ndërsa njeriu lakmues e i ulët kapet pas botës me të gjithë qenien e vet gjersa të përzehet prej këtu duarbosh, i vrarë nga malli e i shkatërruar.

Egoja m'i miratoi edhe këto fjalë, por, në fakt, me një miratim vetëm me fjalë dhe pa rezultat, sepse ajo kurrë nuk është përpjekur për t'u përgatitur për botën tjetër sa ç'është përpjekur për të shtënë në dorë përfitimet e kësaj bote, sepse ajo kurrë nuk e ka treguar për hir të Allahut zellin që ka treguar për të kënaqur veten, madje për të fituar simpatinë e njerëzve, sepse nuk është turpëruar nga Allahu xh.sh. sa ç'është turpëruar prej njerëzve. Po, egoja ime nuk ka bërë për udhëtimin

e përjetësisë atë veprimtari që ka bërë për të siguruar qysh në muajt e verës, pa pritur vjeshtën, çdo gjë që do t'i duhet për dimër. Kurse vdekja, ndoshta, do ta kapë pa arritur në dimër. Është absolutisht e pamundur t'i iket e t'i shpëtohet vdekjes, ardhja e së cilës dhe e jetës së përtejme është e padyshimtë. E i thashë egos sime:

"A nuk bën ti përgatitje për verën për aq sa do të zgjasë ajo dhe nevojat e stinës së verës, a nuk i rregullon sipas qëndresës që mund të tregosh ti ndaj të nxehtit?"

"Po", më tha. "Atëherë, dili kundër Allahut aq sa mund ta durosh zjarrin e xhehenemit dhe përgatitu për aq kohë sa do të rrih në përjetësi."

Dhe egoja ime më tha: "Kjo është diçka që vetëm kokëtrashët nuk do të mund ta mbanin parasysh".

Mirëpo përsëri vazhdoi të vepronte siç dinte. Dhe veten e pashë se kisha rënë në një gjendje siç e ka përshkruar një filozof: "Mes njerëzve ka të atillë që, ndërsa njëra e trupit vdes, gjysma tjetër nuk heq dorë nga vetja". Edhe unë e shoh veten si njëri prej njerëzve të tillë.

Kur pashë se egoja ime nuk heq dorë nga guximi i vet, nuk i pranon këshillat e Kur'anit e të vdekjes, e kuptova se puna më me vlerë do të ishte të hulumtohej shkaku i këtij fakti shumë interesant që, ndërsa egoja i pranon me fjalë e i vërteton këshillat, vazhdon të ngulë këmbë në teprimet e veta. Hulumtova gjerë e gjatë e, më në fund, e gjeta. Ja, pra, unë e këshilloj veten më parë e pastaj vëllain tim të jetës tjetër për t'iu ruajtur asaj, sepse këtu qëndron faktori esencial që çon te sëmundja e pashërueshme, siguria e pavend nga indiferentizmi. Po, shkaku është se ne e konsiderojmë vdekjen larg dhe s'e llogaritim që vdekja vjen papritur. Le të mendojmë një njeri. Një person, fjalës së të cilit i besohet, le t'i njoftojë dikush këtij në mesditë se atë natë do të vdesë, ose se do t'i lërë lamtumirën kësaj bote brenda një jave ose një muaji. Atëherë ky njeri, a nuk e mbledh veten e hyn në rrugë të drejtë? Në këto kushte, ky njeri a nuk e braktis menjëherë çdo lloj pasurie – pa

folur për atë pasuri të papërshtatshme ndaj miratimit të Allahut – dhe mundësie që pandeh se s'është e përshtatshme ndaj miratimit të Tij, por që përbën shkak për pakujdesinë dhe mashtrimin e vet?! Kjo do të thotë se njeriu i pakujdesshëm dhe i pavëmendshëm, që beson se do të arrijë me sukses mbrëmjen ose se nuk do të vdesë e do të dalë në mëngjes, në fushën e fesë nuk mund të shpëtojë nga dembelizmi e nga lënia për më vonë e punëve; me e shumta që mund të bëjë, është të përparojë me hapa shumë të përtuara.

E tani, vëllait tim të jetës tjetër, si dhe egos sime, po ia bëj të ditur këshillën e të Dërguarit të madh a.s., i cili ka urdhëruar:

"Fal namaz si namazi i atij që po i jep lamtumirën jetës". Nuk ka dyshim se atij Pejgamberi të ndershëm i qe dhënë mundësia të zotëronte më lakoniken e fjalëve, më të drejtën, më të hapurën e më të qartën e shprehjeve. Asnjë këshillë nuk mund të sigurojë dobi pa i arritur kufijtë e kësaj thënieje lakonike të të Dërguarit të Allahut. Me të vërtetë, zemra dhe kënaqësia ndjesore e atij që e konsideron si të fundit namaz që po fal, janë bashkë me atë namaz; edhe pas namazit i lehtësohet përgatitja për në udhëtimin e përjetësisë. Kurse njeriu që nuk mundet ta bëjë një gjë të tillë, jeton vazhdimisht me ndjenjën e pakujdesisë, të sigurisë së pavend e të të lënit të gjërave për më vonë, gjersa t'ia behë vdekja e ta pushtojë hidhërimi se çdo gjë i iku prej dore.

Nga vëllai im i jetës kërkoj që t'i lutet Zotit që të më favorizojë mua me këtë shkallë lartësimi, sepse unë dua t'i afrohem Atij, por mbetem i pafuqishëm për këtë. Dhe vëllain tim e këshilloj që, pa arritur ende këtë shkallë, të mos bëjë paqe me egon e tij, të ruhet me pedantizëm nga gënjeshttrat e saj. Po qe se egoja do t'i bëjë ndonjë premtim, duhet vënë nën përgjegjësi në bazë të fjalës së madhe të Allahut të Lartë, sepse dinakërinë e egos mund ta kuptojnë vetëm njerëzit shumë të mençur.



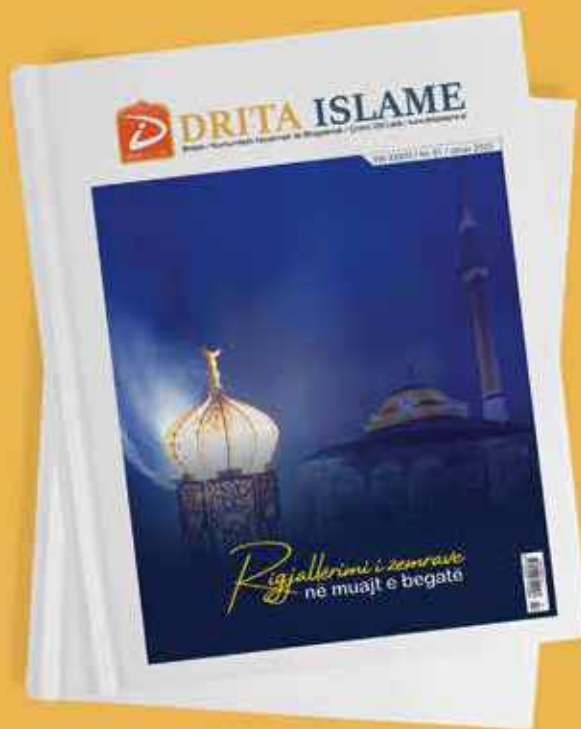
# Eja Mumin



Eja mumin!

Eja Mumin i vërtetë  
kap nga ky libër një fletë.  
Të kuptosh Perëndinë  
dhe Muhamed Arebinë.  
Të març vesh palcën e fesë  
gjë e pshehur mos të mbesë.  
Të març vesh ç'është Kurani  
q'i pshtetet ehli-imani.

Të mos ngelç ndër errësi  
ta kuptosh ç'është gjë mirë.  
Nga zemra shpejt putin nxire  
nga sytë vrik perden çire!  
Zemra dy nuk i mer brënda,  
bënj burrë në të kënda.  
Si të duan le të thonë  
të mjafton të jesh me Zonë.



## Revista "Drita Islame" ka rinisur abonimet vjetore!

☑ Abonimet fillojnë që nga ky muaj dhe do të jenë me një vlerë prej 2000 lekësh në vit.

### Për ta bërë tuajën këtë revistë:

- ☎ Kontaktoni në numrin 068 87 71 655
- 👤 Drejtohuni pranë myftinive përkatëse
- 🏠 Vizitoni Komunitetin Mysliman të Shqipërisë.