

BISMIL'LAHI'R-RAHMANI'R-RAHIM

EPSHI

Imam Gazali

Ihjaw Ulumid-din
Ringjallja e diturive fetare
Imam Gazali

Titulli i origjinalit:
Kitabu Kesri'sh-Shehvetejn
Libri 33

Përgatiti dhe përktheu
Is'hak Shala dhe Abdullah B. Ferizi

Lektor:
Shenaj Zeneli

Prishtinë, 2022

Me emrin e Allahut, Mëshiruesit, Mëshirëbërësit

PARATHËNIE

Hamd (Falënderimi) i takon vetëm Allahut. Atë e lavdërojmë dhe Atë e falënderojmë. Ai Allah, që është Një dhe i Vetmi (Vahid) në sundim. Ai vendos dhe përcakton me drejtësi gjithçka. Ai dhuron vazhdimisht, dhe i jep robit edhe më shumë sesa që robi ka nevojë, ndoshta edhe më shumë se sa që robi pret e shpreson. Ai e mbron robin e Vet, kudo që robi të jetë. Ai e udhëzon robin e Vet. Ai ia jep jetën, Ai ia jep vdekjen, e Ai ia jep edhe ringjalljen. Ai është që e shëron robin e Vet kur robi është i sëmurë, e forcon kur është i dobët dhe e bën të suksesshëm në ibadet, në bindjen dhe veprat që kërkojnë pëlqimin (rizanë) e Tij. Ai i jep për të ngrënë e për të pirë dhe e mbron nga shkatërrimi. I ndihmuar nga Ai, robi kënaqet me pak, dhe kështu ia ngushton rrugët shejtanit, armik i robit, me çka edhe e frenon epshin. Allahu është që ia mundëson robit të arrijë shkallën e takvasë duke e mbrojtur nga e keqja e nefsit dhe ia mundëson që robi t'i bëj ibadet Atij. Të gjitha këto janë një sprovë për njeriun. Falënderojmë Allahun, i cili i dha këto për ta sprovuar robin; se a do t'i përshtatet urdhrave të Allahut, ose dëshirave të nefsit.

Salat dhe selam robit të Tij më të famshëm dhe zotërisë të peygamberëve. Le të jetë ky një salat që peygamberin tonë e afron Allahut, ia ngrit dhe lartëson atij gradën tek Allahu. Salat dhe selam edhe ehli-bejtit të tij, as'habëve të tij dhe atyre që pasojnë ahlakun dhe sunnetin e tij.

Pas kësaj dije se, rreziku më i madh për njeriun është epshi i stomakut. Për shkak të këtij epshi Ademi dhe Hava nga xheneti u zbritën në dynja, e dynjaja është vend i poshtërimit dhe mjerimit. Ata u urdhëruan të mos hanin frutat e një peme, por epshet i mposhtën dhe të dy hëngrën nga ajo pemë, prandaj të dy u zhveshën e filluan t'u zbulohen vendet e turpshme. Nuk ka dyshim se burimi i të gjitha epsheve, sëmundjeve dhe telasheve është stomaku. Sepse epshi seksual dhe dëshira për martesë është e lidhur për epshin e stomakut. Ndërsa epshet për ushqim dhe martesë ndiqen nga dëshira për pasuri dhe pozitë në dynja, sepse pasuria dhe pozita në dynja janë mjet për më shumë martesë dhe më shumë dalldisje në kënaqësi. Më pas, pasuria e pozita ndiqen nga gjithfarë injorance, dyfytërsisë, xhelozie, mendjemadhësie e vetëlavdërimit. Këto gjendje lindin urrejtjen dhe armiqësinë, e kjo e shtyn pronarin e pasurisë dhe pozitës në padrejtësi dhe gjynahe të hapura.

Të gjitha këto janë pasoja të moskujdesit ndaj stomakut dhe pasoja të mbushjes së tij. Nëse njeriu e edukon nefsin e vet me uri, me çka ia ngushton rrugët shejtanit, sigurisht që nefsi i tij kthehet në adhurimin e Allahut dhe nuk ecën në rrugën e kokëfortësisë e kryengritjes. Ai nuk dalldiset në dynjanë e përkohshme, por e preferon ahiretin.

E pasi që po e dimë se epshi i stomakut mund të çojë në shkatërrim, është e nevojshme të shpjegohet mënyra e luftimit të tij dhe të shpjegohet edhe epshi seksual, sepse epshi seksual i nënshtrohet epshit të stomakut. Tani, me ndihmën e Allahut, ne do t'ju shpjegojmë të gjitha këto në tetë kapituj;

KAPITULLI I PARË

DOBITË E URISË DHE DËMET E TEPRIMIT NË NGRËNIE

HADITHET NË KËTË TEMË

Resulallahu s.a.v.s., thotë:

“Luftoni kundër vetes (nëfsit) tuaj me uri dhe etje; sepse ashtu arrihet shpërblimi.”

Ibn Abbas r.a., ka treguar se Resulallahu, s.a.v.s., ka thënë:

“Kush e mbush barkun, nuk mund të ngjitet në botën e melekut (*alem-ul melekut*).”

Kur u pyet Resulallahu s.a.v.s., kush është më i virtytshmi mes njerëzve, Resulallahu s.a.v.s., tha:

“Është ai që ha pak, që qesh pak dhe që i mjafton veshja sipas shariatit (*setr-i avrat*).”

Resulallahu, s.a.v.s., gjithashtu ka thënë:

“Më e larta e veprave është uria, e poshtërimi i nëfsit është veshja (stofi) prej leshi.”

Ebu Said el-Hudri (r.a.) ka treguar se Resulallahu, s.a.v.s., ka thënë:

“Vishuni, hani, pini, por mbushni barkun vetëm deri në gjysmë, sepse të ngrënit pak është një prej pjesëve të pejgamberllëkut.”

Edhe Hasani r.a., ka treguar se Resulallahu, s.a.v.s., ka thënë:

“Tefekkur është gjysmë ibadeti, të ngrënit pak është ibadet i plotë;

si edhe që ka thënë:

“Në ditën e gjykimit, grada më e lartë tek Allahu i takon atij që është i uritur dhe që mediton madhështinë e Allahut Teala. Ndërsa më i papëlqyeshmi tek Ai është personi që ha shumë, pi shumë dhe fle shumë.”

Në një transmetim të ndërlikuar të Bejhakisë nga Ajsha r.anha., thuhet se Resulallahu, s.a.v.s., rrinte i uritur me dëshirë, dhe nuk e mbushte stomakun.

Në transmetimin e Ibn Atijes, Resulallahu, s.a.v.s., ka thënë:

“Allahu Teala krenohet para melaikeve me atë që ha pak e pi pak në këtë botë, e iu thotë:

- Shikoni këtë rob Timin, e sprovova me ushqim e pije në dynja, e ai duroi dhe i braktisi ato. Ju jeni dëshmitarë se Unë do t'ia shtoj një gradë për çdo kafshatë që ai e ka braktisë.”

Resulallahu, s.a.v.s., gjithashtu ka thënë:

“Mos e vrisni zemrën duke ngrënë e pirë shumë, sepse zemra është si një arë, kur i jep shumë ujë, ajo e kalbë farën”, dhe ka thënë:

“Ena më e keqe që e mbush njeriu është stomaku i tij. Stomaku duhet të ndahet në tri pjesë: një për ushqim, një për ujë dhe një të jetë bosh.”¹

Në veprën *“Zuhd”*, Hatabi e shpjegon vlerën e urisë në një hadith të gjatë të cilin e transmeton nga Usame Zejdi dhe Ebu Hurejre:

“Në ditën e gjykimit, njerëzit më të afërt Allahut janë ata që rrinë të uritur, të etur dhe të mërziur për një kohë të gjatë në botë. Kur dijetarët e vërtetë dhe njerëzit e devotshëm të hyjnë në mesin e njerëzve, prania e tyre nuk ndihet, dhe as kur të largohen, mungesa e tyre nuk ndihet, sepse nuk kërkohen. Por ata i njeh gjerësia e tokës dhe i rrethojnë melaiket. Njerëzit tjerë marrin kënaqësi nga të mirat e kësaj bote, e ata marrin kënaqësi duke zbatuar urdhrat e Allahut.

¹ Tirmiidhiu nga Mikdam

Njerëzit tjerë shtrihen në dyshekë të butë, e ata qëndrojnë në *ruku* dhe *sexhde*. Kur njerëzit tjerë humbasin sunnetin dhe ahlakun e pejgamberit, ata e ruajnë. Kur ndonjëri prej tyre vdes, toka qanë. Allahu Teala zemërohet me të gjithë popullin e një vendi nëse në atë vend nuk gjendet ndonjë prej këtyre. Ata nuk përleshën për dynjallëkun sikur qentë që përleshën për cofëtinë. Ata hanë pak ushqim dhe veshin rroba të arnuara. Kokat e tyre janë të pluhurosura, me flokë dhe mjekër të shprishur. Ata që i shohin mendojnë se janë të sëmurë, por te ata nuk ka sëmurdje. Disa i mendojnë të çmendur, por ata nuk janë të çmendur. Ata shikuan urdhrat e Allahut me syrin e zemrës dhe u larguan nga dynjallëku. Në sytë e njerëzve të dynjasë, ata po enden nëpër botë pa mend, por e vërteta është se kur njerëzit e dynjasë të humbin mendjen e të habiten, këta mendjen do ta kenë në kokë. Për ta është ahireti. O Usame, kudo që t'i shohësh ata, dije se ata janë siguria e njerëzve të atij qyteti. Allahu Teala nuk do të ndëshkojë popullin e atij vendi ku gjinden ata. Sipërfaqja e tokës rehatohet me ta. Allahu do të jetë i kënaqur me ta. Miqësohu me ta që për shkak tyre të shpëtosh. Nëse mundesh, përpiqu të vdesësh i uritur dhe i etur. Të uritur e të etur arrini në vende të nderuara dhe i takoni pejgamberët. Kur shpirti yt të largohet nga trupi yt, melaiket do të gëzohen dhe Allahu Teala do të ketë mëshirë për ty."

Resulallahu, s.a.v.s., gjithashtu ka thënë:

“Vishni rroba të leshta, përvjelni mëngët, mbushni vetëm gjysmën e stomakut, që në saje të kësaj të mësoni sekretin e qiellit.”²

Isa a.s., u tha Havarijjunëve:

“O Havaritë e mi! Rrini të uritur dhe hiqni rrobat e zbukuruara nga trupi, vetëm ashtu zemrat tuaja e shohin Allahun.” Ky shpjegim është transmetuar edhe nga Resulallahu s.a.v.s., e transmetues i hadithit është Tavusi.

Thuhet se në Tevrat ishte shkruar:

“Allahu Teala e urren priftin e trashë. Sepse vaji i shumtë është udhërrëfyes i pakujdesisë dhe i ngrënies së shumtë, e këto janë të shëmtuara. Veçanërisht te priftërinjtë.”

Prandaj Ibn Mesud r.a., ka thënë:

“Allahu Teala i urren lexuesit e tij të trashë.”

² Ebu Mensur Dejlemi në veprën **“Musned-i Firdevs”** shënon hadithin nga Ebu Hurejre r.a.

Në një hadith mursal që e transmeton Ibn Ebi'd-Dunja në veprën *"Mekaldu'sh-Shejtan"* nga Ali b. Husejini, Resulallahu s.a.v.s., ka thënë:

"Shejtani qarkullon nëpër trupin e njeriut si gjaku që qarkullon nëpër damarë. Ngushtoni rrugët të tij me uri."

Resulallahu s.a.v.s., gjithashtu ka thënë:

"Ngrënia në stomak të plotë sjell sëmundje."

"Besimtari ha nga një enë dhe ngopet, e përçarësi (*munafiku*) ha nga shtatë enë."³

Domethënë, munafiku ha shtatë herë më shumë se besimtari, pra, epshi i stomakut të tij është shtatë herë më i shumtë, sepse siç merr ushqim zemra, ushqim merr edhe epshi. Përndryshe, nuk do të thotë se ena e munafikut është më e madhe se ajo e besimtarit.

Në transmetimin e Hasani Basriut nga Ajshe r.anha., Resulallahu s.a.v.s., ka thënë:

"Vazhdoni të trokitni në derën e xhennetit që ajo të hapet për ju." Ajsha e pyeti:

- *Si mund ta hapim ne atë derë, ja Resulallah?*; e Resulallahu s.a.v.s., u përgjigj:

- *Me uri dhe etje.*"

³ Buhariu dhe Muslimi nga Omeri dhe Ebu Hurejre r.a..

Sipas transmetimit, Ebu Xhuhejfe, i cili ishte gati të arrinte pubertetin, hyri në mexhlisin e Resulallahut s.a.v.s., e Resulallahu s.a.v.s., tha:

“Gromësinì pak (pra, hani më pak), sepse në ditën e gjykimit më të uritur do të jenë ata që në dynja e kanë mbushë barkun më shumë.”⁴

Ajshe r.anha., ka treguar: *“Resulallahu, s.a.v.s., asnjëherë nuk e ka mbushë barkun e vet. Një herë, nuk munda ta duroj urinë e tij dhe qava, ia fërkoja barkun lehtas me dorë, e i thashë:*

- Nënë e baba tu bëfshin kurban, merr pak nga dynjallëku, sa për të plotësuar nevojën!;

e Resulallahu s.a.v.s., më tha:

- Oj Ajshe, të gjithë peygamberët para meje dhe të gjithë vëllezërit e mi duruan në situata edhe më të vështira se kjo. Ata ishin vazhdimisht të durueshëm, dhe në atë gjendje arritën Rabbit të tyre. Allahu Teala i shtoi sevapet e tyre dhe i shpërbleu me arritjen. Nëse jetoj me bollëk, do të turpërohem, sepse Allahu do ta ulë gradën time më poshtë se gradat e tyre. Durimi në këto pak ditë më është më i dashur sesa një hise më e mangët nesër në ahiret. Asgjë nuk më është më e dashur sesa të jem me miqtë dhe vëllezërit e mi.

⁴ Bejhaki, në veprën *‘Shu’abu’l-Iman’* nga Ebu Xhuhajfe. Tirmidhiu dhe Ibn Maxhe nga Ibn Omeri.

Ajshe r.anha., në vazhdim tregon se Resulallahu s.a.v.s., një javë pas kësaj bisede ka kaluar në ahiret.

Fatima, r.anha., erdhi te Resulallahu s.a.v.s., me një copë bukë, e Resulallahu s.a.v.s., e pyeti:

- ***Cfarë është kjo copë buke?*** Fatima, r.anha tha:

- *Është bukë që e pjeka vet, e nuk u ndjeva rehat pa ju sjell një copë.* Resulallahu s.a.v.s., tha:

- ***Kujdes bija ime, kafshata e parë që hyn në gojën e babait tënd pas tre ditësh, është kjo bukë që solle ti.***⁵

Sipas transmetimit të Muslimit nga Ebu Hurejre, Resulallahu s.a.v.s., nuk e ushqeu ehli bejtin e tij me bukë gruri për tri ditë rresht, derisa ndërroi jetë.

Resulallahu, s.a.v.s., gjithashtu ka thënë:

“Ata që vdesin nga uria në botë, ata janë ngopur në ahiret. Njerëzit që Allahu i urren më së shumti janë ata që mbushin barkun shumë, dhe e prishin. E kushdo që nuk e ha edhe një kafshatë të vetme, ani që shpirti ia do, ajo kafshatë i bëhet një gradë në xhennet.⁶

⁵ Haris b. Ebi Usame në veprën ***“Musned”*** nga Enesi.

⁶ Teberani dhe Ebu Nuajm në veprën ***‘Hilje’*** nga Ibn Abbasi.

FJALËT E TË MËDHENJVE TË ISLAMIT

Omeri r.a., ka thënë: *“Kujdes nga grykësia, sepse të hash shumë është rëndesë në jetë, dhe erë e keqe pas vdekjes.*”

Shakiki Belhi ka thënë: *“Adhurimi është art; punëtori e këtij arti është halvet-i e vegël e ka urinë.”*

Edhe Llokmani e këshillonte të birin duke i thënë: *“O biri im! Kur stomaku është i mbushur, tefekkuri fle; hikmeti hesht e gjymtyrët dembelosen për ibadet.”*

Fudejl b. Ijad do t'i thoshte vetes: *“Pse ke frikë? Nga uria? Mos ki frikë; ti nuk je aq i vlefshëm sa ta arrish atë gradë! Atë ishin në gjendje të arrinin vetëm Muhammedi (a.s.) dhe as'habët e tij.”*

Kehmes b. Hasan (bashkëkohës i Hasan Basriut) ka thënë: *“O Allahi im, Ti me le te uritur, më le të zhveshur, më le pa dritë në errësirën e natës; pyes veten, për çfarë arsye më ngrite në këtë gradë?”*

Fethi Musili, kur sëmundja dhe uria i përkeqësohej, thoshte: *“O Allah, më bëre të varur nga sëmundjet dhe uria. E këtë Ti ia dhuron të dashurve Tu. Me çfarë vepre mund të Të falënderoj për këtë dhuratë Tënde?”*

Malik b. Dinar tregon se Muhammed b. Vasiu ka thënë:

- *O Ebu Abdullah! Lum për atë që ka ushqim të mjaftueshëm për të mbrojtur veten nga të tjerët. E ai i tha:*

- *O Ebu Jahja! Lum për atë që bie në gjumë në mbrëmje i uritur dhe zgjohet, përsëri i uritur, edhe pse Allahu është i kënaqur me te.*

Fudejl b. Ijad ka thënë: *“O Allah, Ti më le të uritur mua dhe familjen time, më le pa dritë në errësirën e natës. Të gjitha këto Ti ua dhuron miqve tuaj (evliave). Po unë çfarë grade kam që të m'i dhurosh mua këto?!”*

Jahja b. Muadh ka thënë: *“Uria e atyre që duan Allahun është paralajmërim. Uria e atyre që pendohen është sprovë. Uria e muxhtehidëve është keramet. Uria e atyre që durojnë është udhëzim. Uria e zahidëve është hikmet.”*

Në Tevrat është shkruar: *“Kini frikë Allahun dhe kujtoni të uriturit kur jeni të ngopur.”*

Ebu Sülejman ed-Darani ka thënë: *“Një kafshatë më pak në mbrëmje, për mua është më e dashur sesa një natë ibadet. Uria është një nga thesaret e Allahut. Allahu i jep uri atij që e dëshiron dhe e do.”*

Sehl b. Abdullah et-Tusteri nuk do të hante për njëzet ditë dhe një dërhëm ishte e mjaftueshme për ushqimin e tij për një vit. Ai i jepte vlerë të madhe urisë, madje edhe ka thënë: "Nga pikëpamja e përshtatjes Pejgamberit (a.s.), në ditën e gjykimit, nuk ka sevap më të madh sesa ngrënia pak.

Ai gjithashtu ka thënë se, të mençurit e kanë kuptuar se nuk ka asgjë më të dobishme për fenë dhe botën sesa uria, nuk ka asgjë më të dëmshme për ata që duan ahiretin sesa të hanë shumë. Dituria dhe hikmeti janë në uri, injoranca dhe kundërshtimi në ngopje. Për sa i përket braktisjes së hallallit, nuk ka ibadet më të pranueshëm sesa kundërshtimi i dëshirave të nefsit. Sipas hadithit, vetëm një e treta e stomakut është për ushqim, kështu që ata që hanë më shumë konsiderohen se kanë ngrënë nga sevapet e tyre.

Sehl u pyet lidhur me parimin "të shtojë", e ai tha:

"Ky 'shtim' arrihet kur person preferon urinë më shumë se ushqimin; mbetet i uritur për një natë, e i lutet Allahut që t'i bëhen dy netë me uri. Kur kërkesa e tij plotësohet, ai ka arrit këtë 'shtim'."

Sehl gjithashtu ka thënë:

- Evliatë arritën gradat që i kanë me stomak të zbrazët, me pagjumësi natën, me heshtje e me veçim."

- *Burim i të gjitha mirësive që zbresin nga qielli në tokës është uria, e burim i të gjitha të këqijave në tokë është ngopja. Ai që e lë nefsin të uritur, shpëton nga vesveset. Allahu Teala i afrohet robëve të Vet me uri, sëmundje e telashe. Përpos nëse Allahu zgjedh ndryshe.*

- *Kjo është një kohë kur suksemi e shpëtimi arrihen vetëm duke bërë kurban nefsin e vet, me uri, pagjumësi dhe ibadet.*

- *Kush është ngopur me ujë në këtë dynja nuk ka shpëtuar nga gjynahet, e ku janë ata që ngopen edhe në ushqim!”*

Një person e pyeti dijetarin:

- *Si ta frenoj nefsin tim?; e dijetari i tha:*

- *Me uri dhe etje, duke përmend Allahun. Poshtëroje duke braktisur madhështinë. Bëje modest duke e shtrirë nën këmbët e udhëtarëve të ahiretit. Thyeje me braktisje të zbukurimit të jashtëm. Pastroje të keqen e tij me mendim të keq për të. Bëje shok ata që nefsi nuk i dëshiron për të vepruar kundër tij.*

Abdylvahid b. Zejd nga Basra, duke u betuar në Allahun, ka thënë: *“Allahu Teala këdo që e zgjedh, e zgjedh falë urisë. Ecja e tyre mbi ujë a fluturimi i tyre në ajër, janë falë urisë. Allahu Teala i ndihmon ata vetëm falë urisë.”*

Ebu Talib el-Mekki ka thënë: *“Barku është si një saze. Saze bën tingull të bukur për shkak se është i lehtë, i hollë dhe i zbrazët. Edhe personi me barkun zbrazët lexon Kur’an më bukur, qëndron më shumë në këmbë (kijam) dhe kënaqet me sa do pak gjumë.”*

Ebu Bekir Abdullah b. Myzeni ka thënë: *“Allahu Teala i do tre persona, atë që ha pak, atë që fle pak dhe atë që pushon pak.”*

Sipas transmetimit, Isa a.s., i bëri dua Rabbit të tij gjashtëdhjetë mëngjese pa ngrënë asgjë. Një ditë iu kujtua buka dhe braktisi duanë. Papritur, buka u paraqit para tij. Kur e pa bukën, Isa a.s., filloi të qajë për duanë e braktisur. Pikërisht atëherë, u shfaq një plak. Isa a.s., i tha:

- *O mik i Allahut, unë isha në dua, por më erdhi dëshira për të ngrënë, e braktisa duanë dhe buka u shfaq para meje!; e plaku tha:*

- *O Allahu im, nëse ndonjëherë të kam kërkuar bukë prej se të kam njohur Ty, mos më fal për këtë, e unë kam ngrënë çfarëdo që ka pasur.*

Sipas transmetimit, kur Allahu Teala e afroi Musanë a.s., pranë Tij, fillimisht Musa a.s., e la ushqimin për tridhjetë ditë, pastaj shtoi edhe dhjetë tjera, gjithsej katërdhjetë ditë.

KAPITULLI I DYTË

PËRFITIMET E URISË DHE DËMET E NGOPJES

Resulallahu s.a.v.s, ka thënë:

“Luftoni kundër nefsit me uri dhe etje; sepse aty është shpërblimi.”

Nëse thua: Nga vjen ky vlerë e lartë – fazilet për urinë, dhe cili është sebepi për këtë, përderisa uria është vetëm mundim i stomakut. Nëse ky është sebepi, atëherë duhet të ketë shpërblim të madh për çdo gjë që dhemb, pra edhe për goditjen e vetes, prerjen e vetes, ngrenien e të dëmshmes, e veprime të ngjashme.

Dije se, kjo që thua ti është si sjellja e atij që ka dobi nga një ilaç e mendon se kjo dobi vjen nga hidhësira e ilaçit, dhe kështu nis e pi çdo gjë të hidhur duke menduar se aty ka dobi. Kjo pikëpamje është krejtësisht e gabuar, sepse dobia nuk vjen nga hidhësia e ilaçit por nga një veçanti e ilaçit, të cilën e njohin vetëm mjekët. Po kështu, dobitë e urisë i dinë vetëm dietetarët. Njerëzit nuk e dinë se në çfarë mënyre një ilaç është i dobishëm, por e përdorin atë duke i besuar mjekut, kur ju thotë: *“Ky ilaç është shërim për ju.”* Siç përfitojnë ata nga ilaçi, edhe personi që beson në dobinë e urisë do të përfitojë prej saj.

Nëse dëshironi të ngriheni nga shkalla e besimit në shkallën e diturisë, ne do të përpiqemi t'ju shpjegojmë këtë çështje. Sepse dituria është mbi gjithçka. Në Kur'an thuhet:

“Allahu i lartëson ata që besuan prej jush, i lartëson në shkallë të lartë ata të cilëve u është dhënë dituri.” 58-Muxhadele:11

Dije se, në uri ka dhjetë dobi:

Dobia e parë, është pastërtia e zembrës, aftësia e të menduarit dhe hapja e basiretit. Sepse ngopja shkakton dembelizëm, verbon zembrën, avullon trurin, duke krijuar gjendje të ngjashme me dehjen dhe mbulon qendrat e mendimit. Prandaj zemra rëndohet, humbet aftësinë për të kuptuar shpejt. Bile kur një fëmijë ha shumë, zgjuarsia dhe kujtesa e tij përkeqësohet dhe ai bëhet i paaftë për të kuptuar.

Ebu Sulejman Darani ka thënë:

“Vazhdoni të qëndroni të uritur, sepse uria e edukon nefsin, e zbut zembrën dhe bëhet sebeb për zhvillimin e diturive qiellore te njeriu.”

Resulallahu s.a.v.s., thotë:

“Gjallëroni zemrat tuaja me pak të qeshura dhe më pak ushqim, e pastroni me uri, që të zbuten e të shkëlqejnë.”

Është thënë se mjaftueshmëria (*kanā'at*) është si reja, uria është bubullimë, e hikmeti shi.

Resulallahu s.a.v.s., gjithashtu thotë:

“Atij që stomakun e lë e uritur i çelet zgjuarsia dhe i përparon aftësia e të menduarit.”

Në një hadith tjetër, Resulallahu s.a.v.s., thotë:

“Atij që mbush barkun dhe shkon për të fjetur, i ngurtësohet zemra. Gjithçka e ka një zekat, e zekati i trupit është uria.”

Shibli ka thënë: *“Sa herë isha i uritur, në zemër gjeja një derë që i hapej hilmetit.”*

Qëllimi i ibadetit (adhurimit) është të kesh gjendje që do të dërgon ty në marifet dhe ta zbulon të vërtetën e gjërave me syrin e zemrës - *basiret*. Ngopja e mbyll këtë derë, uria e hap. *Marifeti* është një nga dyert e xhennetit dhe çelësi i saj është uria.

Prandaj Llokman Hakimi, duke e këshilluar djalin e vet, i tha: *“O evlad, kur të ngopet barku, mendja fle, hikmeti vdes dhe gjymtyrët dembelosen për ibadet.”*

Ebu Jezid Bistamiu ka thënë: *“Uria është sikur reja; siç bie shi nga retë, ashtu nga uria bie hikmet në zemër.*

Resulallahu s.a.v.s., thotë:

“Uria është nur i hikmetit, ngopja është sebeb i largimit nga Allahu, e sebeb i afrimit Allahut është t’i duash të varfrit dhe të afroresh me ta. Mos e mbush barkun plot, sepse mbushja e barkut e shuan nurin e hikmetit në zemër. Ai që shkon për të fjetur me pak ushqim, rrethohet nga hyritë, deri në mëngjes.”

Dobia e dytë e urisë është butësia e zemrës. Ndikimi i zemrës nga dhikri dhe marrja e kënaqësisë nga kjo, si edhe vazhdimësia në dhikr nuk është i mundur pa këtë butësi. Ka shumë dhikr që bëhet në gjuhë por me zemër të fjetur, që nuk ndikohet nga ai dhikr dhe nuk merr kënaqësi. Sikur mes dhikrit dhe zemrës të jetë krijuar një perde nga ngurtësia e zemrës. Në disa gjendje kjo perde ngritët, e atëherë zemra zbutet, ndikohet nga dhikri dhe merr kënaqësi. Dhe sebeci kryesor për ngritje të asaj perdeje është stomaku i mbetur bosh.

Ebu Sulejman Darani ka thënë: *"Kur barku më ngjitet për shpine, atëherë marr më së shumti kënaqësi prej ibadetit."*

Gjithashtu ka thënë: *"Kur stomaku është i uritur e mushkëritë të etura, zemra zbutet. E kur stomaku është plot, zemra errësohet dhe ngurtësohet."*

Edhe Xhunejd Bagdadi ka thënë: *"Ata, të uritur, ushqimin në çantë e vendosnin para syve dhe ashtu bënë ibadet. Qëllimi i tyre ishte që, duke luftuar me urinë të arrijnë kënaqësinë e ibadetit."*

Pra, është një dobi e veçantë, kur zemra ndikohet nga dhikri, marr kënaqësi prej ibadetit, zhvillon mendimin dhe arrin në marifet.

Dobia e tretë, është thyerja e epshit, që zbut nefsin, duke e larguar nga gjendja e gëzimit të tepërt dhe pangopësia. Pangopësia është burim i *gafletit*. Me asgjë nuk zbutet e thyhet nefsi, si me uri. Kur njeriu është i uritur, ai i drejtohet Rabbit të tij, përulet para Tij dhe e kupton pafuqinë e poshtërimin e vet. Sepse, falë urisë, i pakësohet forca dhe i ngushtohen mënyrat e mashtrimit dhe sytë e tij errësohen kundër botës.

Një person që nuk e kupton poshtërimin dhe pafuqinë e nefsit të tij, ai nuk mund ta kuptojë madhësitinë, e as hidhërimin e Rabbit të vet. Lumturia mund të arrihet vetëm duke kuptuar dhe duke qenë vazhdimisht i vetëdijshëm për pafuqinë dhe poshtërimin e nefsit, dhe duke e njohur madhësitinë, hidhërimin dhe fuqinë e Rabbit të tij.

Për këtë shkak njeriu duhet të qëndrojë vazhdimisht i uritur, dhe ta dijë se vazhdimisht ka nevojë për Rabbin e vet, dhe ta pranojë me kënaqësi këtë nevojë. Prandaj kur Resulallahut s.a.v.s., iu ofruan thesaret e botës, ai nuk i pranoi, dhe tha:

- Jo (nuk e dua pasurinë e kësaj bote), unë jetoj një ditë i uritur, e tjetrën i ngopur. Kur jam i uritur, bëj durim dhe kërkoj strehim tek Allahu. Kur jam i ngopur, falënderoj Allahun për bekimin që më ka dhënë.

Shkurtimisht, stomaku dhe organi gjenital janë një nga dyert e xhehenemit. Thelbi i kësaj është ngopja. E poshtërimi i nefsit dhe thyerja e epshit është një nga dyert e xhenetit. Thelb i kësaj është uria. Kush e mbyll një rën nga dyert e xhehenemit, ka hapur një rën nga dyert e xhenetit; këto të dyja janë të kundërta, si lindja dhe perëndimi. Prandaj, afrimi njëres do të thotë largim nga tjetra.

Dobia e katërt, është të mos harrosh dënimin dhe shkatërrimin e Allahut dhe të kujtosh të uriturin dhe nevojtarin. Sepse i ngopuri nuk e di gjendjen e të uriturit. Ai, siç e harron urinë, ashtu harron edhe të uriturin. Personi i zgjuar, kur përballet me ndonjë fatkeqësi, kujton vuajtjen e ahiretit. Ai e kujton etjen në *mahsher* dhe etjen në këtë botë, kujton urinë e xhehenemit dhe urinë në këtë botë. Banorët e xhehenemit hanë *dari* (gjemb të thatë) dhe *zakkum* (një pemë që rritet në xhehenem), pinë *gassak* (gjak dhe qelb të shkrirë) dhe *myhl* (bakër të shkrirë). Njeriu nuk duhet t'i harrojnë kurrë vuajtjet e ahiretit. Sepse kjo nxitë frikën nga dënimi. Prandaj, personi që nuk ka përjetuar vuajtje, sëmundje, varfëri, uri dhe telashe, e harron vuajtjen e ahiretit. Frika nga vuajtja e ahiretit nuk mund të ndikojë në nefsin dhe zemrën e personit të tillë. Për këtë arsye personi duhet të jetë vazhdimisht në gjendje krahasimi dhe vëzhgimi të ndjenjës së vuajtjes. Mënyra më e mirë për ta bërë këtë është uria. E nga uria, përveç kujtimit të vuajtjes së ahiretit ka edhe shumë dobi tjera. Pra, ky është një prej hikmeteve pse telashtet i godasin pejgamberët, e më pas edhe evliatë dhe të mirët, sipas shkallës së tyre. Kur Jusufi a.s., u pyet përse rri uritur kur kishte thesaret në duar, ai u përgjigj:

- *Për të mos harruar të uriturit.*

Pra, një nga dobitë e urisë është të kujtosh të uriturit dhe nevojtarët dhe t'ju zgjatësh atyre dorën e mëshirës e dhembshurisë. Ai që është i ngopur nuk e di vuajtjen e të uriturit.

Dobia e pestë, nga dobitë më të mëdha, thyerja e epshit e të gjitha gjynaheve dhe dominimi yt mbi nefsën që urdhëron të keqen. Sepse koka e secilit gjynah është fuqia dhe epshi. Burim i fuqisë dhe epshit është padyshim ushqimi. Prandaj, pakësimi i ushqimit dobëson të gjitha llojet e epshit dhe fuqisë. Lumturia e vërtetë është kur personi zotëron mbi nefsën e fatkeqësi është kur nefsi zotëron mbi personin. Gjithashtu, burim i lumturisë është të sigurohet zotërimi mbi nefsën dhe burimi i fatkeqësisë është të jesh rob i veseve të nefsit. Ashtu siç mund ta frenojë dhe mbizotërojë një kafshë kokëfortë duke e lënë të uritur, ashtu është e mundur të sigurohet dominimi mbi nefsën, duke e lënë të uritur. Atyre që i thanë një personit në moshë:

- *Pse nuk kujdesesh për veten (trupin), edhe pse je në moshë, pse nuk ha e pi si duhet; ai ju tha:*

- *Nuk kujdesohem sepse nefsi shpejt llastohet dhe fillon të egërsohet. Prandaj, kam frikë se keqësohet dhe më tërheq në rrezik. Për mua është shumë më mirë ta mbaj nefsën tim në shqetësim dhe nevojë, sesa ai të më tërheq në rrezik.*

Zunnuni Misri ka thënë: *“Sa herë që jam i ngopur, ose jam kryengritës, ose i prirë në kryengritje.”*

Ajsha r.anha., ka thënë: *“Bidati i parë pas Resulallahut s.a.v.s., ka qenë të ngrënit e tepërt.”*

Ajsha r.anha., gjithashtu ka thënë: *“Kur njerëzve u mbushet barku, nefsi i tyre anon kah dynjallëku.”*

Uria nuk ka vetëm një dobi; përkundrazi, ajo është thesar i dobive. Për këtë arsye është thënë se *uria është një nga thesaret e Allahut Teala në dynja.*

Dobia më e vogël është parandalimi i epshit për të folurit por edhe dëshirat seksuale. I urituri nuk flet pa nevojë, dhe kështu shpëton nga fatkeqësitë e gjuhës si përgojimi, e folmja e shëmtuar, gënjeshtër, e të ngjashme. Uria e mbron atë nga të gjitha këto fatkeqësi. Gabimet e gjuhës i tërheqin njerëzit në xhehenem.

Sa i përket epshit seksual; dëmet e kësaj janë të dukshme, e uria i mbron njerëzit nga e keqja e saj. Një person i ngopur nuk mund ta kontrollojë organin e vet gjenital. Nëse e pengon takvaja, ai nuk mund ta kontrollojë shikimin epshor. Nëse i mbyll sytë, nuk mund të kontrollojë mendimet. Bile edhe gjatë namazit mund t'i shkojë në mendje dhe t'i priset qetësia.

Këtu, ne kemi shpjeguar si shembull fatkeqësitë e gjuhës dhe organeve gjenitale që vijnë nga ngopja; përndryshe të gjitha gjynahet e të shtatë gjymtyrëve mundësohen nga forca që vjen nga ngopja.

Një i ditur ka thënë:

“Një murid që dëshiron të mësojë udhëzimin dhe edukimin, duhet të hajë bukë të thjeshtë për një vit dhe të mos hajë deri në ngopje, por vetëm sa që të përgjysmohet uria. Nëse e bën këtë, do të shpëtojë nga nevoja për grua.”

Dobia e gjashtë, është në pakësimin e gjumit. Sepse ai që ha shumë pi edhe ujë shumë, e ai që pi shumë ujë edhe fle shumë. Prandaj një nga shehlerët ju tha muridëve të tij në sofër:

“Mos hani shumë, sepse ngrënia e tepërt shkakton pirjen e ujit, pirja e tepërt do t'ju bëjë të flini shumë, ndërsa gjumi i tepërt shkakton dëm të madh.”

Shtatëdhjetë sidikë janë pajtuar se gjumi i tepërt vjen nga pirja e tepërt e ujit. Gjumi i tepërt pakëson jetën, ikë namazi i natës (*tehexhud*), natyra dembeloset dhe zemra errësohet.

Jeta është xhevahiri më i çmuar i njeriut, është kapitali me të cilin njeriu bën tregti. E gjumi është një lloj vdekje, sepse e pakëson jetën. Personi i përgjumur, nuk mund të shijojë kënaqësinë e ibadetit të natës.

Edhe beqari përjeton orgazëm në ëndërr kur fle me barkun plot. Kjo gjendje e pengon ibadetin e natës, sepse duhet të lahet. Nëse lahet me ujë të ftohtë, do të sëmuret dhe nëse nuk mund të shkojë në hamam natën, privohet nga namazi i natës. Nëse shkon në hamam, duhet të paguajë dhe mund të shohë pjesët e turpshme të të tjerëve; sepse në hamam ka shumë rreziqe, siç e kemi shpjeguar në kapitullin e tretë të librit *“Fshehtësitë e pastërtisë”*. E gjithë kjo është pasojë e ngrënies së tepërt.

Ebu Sulejman Darani ka thënë: *“Derdhja e spermës në gjumë është e shëmtuar.”* Ai e tha këtë sepse kjo e pengon njeriun në ibadet, për shkak se ndonjëherë është e vështirë të lahet. Pra, gjumi është burim i fatkeqësive. Ngopja tërheq gjumin, uria e pengon.

Dobia e shtatë, është lehtësimi në ibadet. Ngrënia e tepërt është pengesë për ibadet. Kjo kërkon kohë për ta blerë ushqimin, për ta përgatit, për të gatuar, për të larë duart, për të ngrënë.

Si rezultat, i duhet të pijë shumë ujë dhe për këtë më pas i duhet të shkojë shpesh në tualet. Kjo është humbje kohe. Nëse koha e kaluar në të gjitha këto veprime do të ishte harxhuar për dhikr, namaz dhe ibadete tjera, kjo do të ishte më fitimprurëse.

Sirri es-Sakati tregon: *“E pashë Ali Xhurxhanin duke pirë çorbë. Kur e pyeta përse vetëm çorbë, ai tha;*

- E kam llogaritur se mund të them shtatëdhjetë herë “Allah” për aq kohë sa më duhet të përtypi një kafshatë. Prandaj ka katërdhjetë vjet që nuk përtypi bukën.

Pra, kështu vlerësohet vlera e kohës. Sakati nuk humbi kohë as duke përtypur bukë. Çdo frymë e jetës është një xhevahir i çmuar. Ajo që i ka hije njeriut është që me këtë frymë të fitojë kapital për jetën e përhershme të ahiretit, dhe kjo është e mundur vetëm duke e shpenzuar atë frymë në dhikr dhe ibadet.

Ibadetet që bëhen të vështira për shkak të ngrënies së tepërt është abdesi dhe mos-qëndrimi për më gjatë në xhami, sepse një person që ha shumë, edhe pi shumë, e do t’i duhet edhe të prishë abdesin duke dalë shpesh nga xhamia.

Edhe agjërimi është një nga ibadetet që vështirësohet nga ngrënia e tepërt. Sepse agjërimi është i lehtë për ata që janë mësuar me uri dhe i vështirë për ata që hanë shumë. Prandaj, agjërimi, vazhdimi në *itikaf*, vazhdimësia me abdes, mos-harxhimi i kohës për të përgatit ushqimin dhe për ngrënien por harxhimi për ibadet është fitimi shumë i madh. Këtë fitim e përçmojnë vetëm injorantët. Ata nuk ia dinë vlerën fesë dhe devotshmërisë. Ata janë njerëz që janë të kënaqur me jetën e kësaj bote dhe janë të lidhur me të. Rreth njerëzve të tillë në Kur'an thuhet:

“Atë që dinë nga jeta e kësaj bote, është dije e cekët, por ndaj jetës së përjetshme (ahiretit) ata janë plotësisht të verbëruar (pa interesuar).” 30-Rum: 7

Ebu Sulejman Darani, duke treguar për gjashtë fatkeqësitë e ngopjes, ka thënë: *“Gjashtë fatkeqësi do t'i vijjnë atij që e mbush barkun: humbja e kënaqësisë së lutjes, vështirësia për të mësuar përmendësh fjalët e urta, pakësimi i dhembshurisë - sepse kur i mbushet barku, mendon se të gjithë njerëzit janë të ngopur sa ai, pastaj edhe pakësimi i ibadetit, nderja e epshit, dhe e fundit - derisa besimtarët tjerë me stomak bosh shëtisin nëpër xhamia, ai, për shkak që është i ngopur, shëtit nëpër mbeturina.*

Dobia e tetë, është shëndeti i trupit dhe parandalimi i sëmundjeve. Sepse sebepi kryesor i sëmundjes është grykësia. Ai që mbush stomakun, zorrët dhe venat i sëmuren. Sëmundja e pengon ibadetin, e lodh zemrën dhe e largon njeriun nga dhikri e mendimi, e detyron të japë gjak, të përdorë ilaçe dhe të shkojë te mjeku. Të gjitha këto janë edhe harxhime. Përveç lodhjes prej tyre, njerëzit përballen edhe me rreziqe tjera e me veprime të paligjshme. Ndërsa uria i parandalon të gjitha këto.

Sipas transmetimit, një ditë, Harun Reshid mblodhi katër mjekë, një nga India, një nga Greqia, një nga Iraku dhe një nga fshatrat e Irakut, dhe u tha:

- *Secili prej jush do të më tregojë një ilaç që nuk përmban asnjë dëm.* Mjeku indian tha:

- *Për mua, ilaçi që nuk përmban asnjë dëm është kumbulla e zezë.* Mjeku grek tha:

- *Për mendimin tim, është uji i nxehtë.* Mjeku irakian tha:

- *Kokrra e bardhë e bimës gungore.* Mjeku i fshatit, i cili ishte nga më të diturit, tha:

- *Kumbulla e zezë tharton stomakun, kokrra e bardhë e irriton stomakun dhe uji i nxehtë e bën stomakun të ulet.* Ata thanë:

- *Atëherë, çfarë mendoni se është një ilaç që nuk ka asnjë dëm?*; e ai tha:

- Të hash kur të jesh shumë i uritur dhe të tërhiqesh para se të ngopesh. Edhe të tjerët u pajtuan.

Kur ia treguan një dijetari nga ithtarët e librit hadithin e Resulallahut s.a.v.s.:

“Ndaje stomakun në tri pjesë: një për ushqim, një për ujë dhe një për ta marrë frymë”,

ai u habit dhe tha:

- Nuk kam dëgjuar një deklaratë më të mirë për të ngrënit. Sigurisht që një i ditur e ka thënë këtë.

Resulallahu s.a.v.s., gjithashtu thotë:

“Ngrënia e tepërt është nëna e sëmundjes, ndërsa pehrizi është çelësi i shërimit. Jepini çdo trupi atë me çka është mësuar.”

Ndoshta është ky hadithi i dytë që e ka habitur dijetarin, jo ai i mëparshmi.

Ibn Salimi tha: *“Kush ha vetëm bukë thatë, duke respektuar rregullat e sjelljes (adab) nuk mund të ketë sëmundje tjetër përveç vdekjes.”* Kur e pyetën se cilat janë ato rregulla të sjelljes, ai u përgjigj:

- *Është të ulesh në sofër vetëm pasi të kesh uri dhe të ngrihesh nga sofrë para se të ngopesh.*

Një nga mjekët e mëdhenj, për ushqimin e tepërt ka thënë: *“Gjëja më e dobishme që hyn në stomakun e njeriut është shega dhe gjëja më e dëmshme është kripa.”*

Megjithatë, pakësimi i kripës është më e dobishme sesa teprimi në ngrënie të shegës. Në hadith thuhet: **“Agjëroni, që të jeni të shëndetshëm.”**

Në agjërim, duke qenë i uritur dhe duke ngrënë më pak, trupi qëndron i shëndetshëm dhe zemra shpëton nga zemërimi.

Dobia e nëntë, është lehtësimi i jetesës. Atij që i është bërë zakon të hajë pak, pak i mjafton. E kush mësohet me grykësi, bëhet rob i stomakut, mendon gjithmonë për të, pothuajse çdo ditë stomaku e kap për fyti pronarin e vet, duke i bërtit:

- Çfarë do të hamë sot!

Nëse fiton nga harami, bëhet gjynahqar. Nëse dëshiron të fitoj hallall, duhet të poshtërojë nefsin. Në shumicën e rasteve, syrin e pangopur e ka të drejtuar në duart e të tjerëve. Kjo është shkalla e fundit e poshtërimit. Besimtar është ai që e ka jetesën e lehtë dhe harxhimet të pakta.

Një i ditur ka thënë: *“Unë i plotësoj të gjitha nevojat e mia duke mos bërë ndonjë përgatitje. Kjo është gjendje më e lehtë dhe më e rehatshme, sesa të jem i varur nga dikush tjetër.”*

Një tjetër ka thënë: *“Kur dua të marr hua nga dikush tjetër për epshin ose për nevojën time më shumë sesa duhet, e braktisi atë epsh dhe i bëhem borxhli nefsit tim, sepse për mua më e hajrit është që jem borxhli i nefsit tim se sa i të tjerëve.”*

Ibrahim b. Ed’hemi i pyeti miqtë e tij për çmimet e ushqimeve. Kur i treguan se çmimet e ushqimeve janë shumë të shtrenjta, Ibrahim b. Ed’hemi tha:

- Bëjini më të lira, duke mos i blerë.

Sahl et-Tusteri ka thënë: *“Grykësi është i qortuar në tri gjendje; nëse është njeri i ibadetit, nga grykësia do të dembeloset dhe nuk mund të bëjë ibadet. Nëse është tregtar që fiton, nuk mund të shpëtojë nga fatkeqësitë. Dhe nëse i besohet diçka, për rizanë e Allahut ai nuk vepron me drejtësi ndaj nefsit.*

Shkurtimisht, sepasi kryesor i shkatërrimit të njerëzve është pangopësia e tyre me dynjallëk. E sepasi në këtë lakmie është stomaku dhe organi gjeneral. Sepasi në nxitjes së organit gjeneral është stomaku i tyre.

Të gjitha këto gjendje eliminohen duke ngrënë më pak. Ato janë nga dyer të xhehenemit. Mbyllja e tyre do të thotë hapje e dymve të xhennetit. Ndërsa Resulallahu s.a.v.s, thotë:

“Vazhdoni të trokisni në dyert e xhennetit me uri.”

Kujt i mjafton një bukë për ditë, do të jetë i qetësuar edhe me epshet tjera. I tilli e ruan lirinë e vet dhe pavarësohet nga njerëzit. Ai nuk përballet me vështirësi, bën ibadet me zemër të qetë e dalldiset në tregtinë e ahiretit, Kështu, ai bëhet prej atyre që *shitblerja nuk i pengon për ta përmendur Allahun*. Ai ka shpëtuar përmes kënaqjes me atë që i mjafton (kana’at). E ata që nuk janë të kënaqur, priren edhe më shumë drejt dynjallëkut.

Dobia e dhjetë, është që personi mund t'u japë jetimëve dhe të varfërve atë që mund ta kursej duke ngrënë më pak. E pasi kjo është e dobishme për të tjerët, në ditën e gjykimit ai do të jetë nën hijen e këtyre sadakave.

Ndërsa është thënë:

- Ajo që ha dhe pi, shkon në tualet, e ajo që e jep sadaka ruhet në mirësinë e Allahut, dhe shumëfishohet.

Pra, pasuria që personi fiton janë vetëm gjërat që i ka dhuruar nga pasuria në rrugë të Allahut, me çka atë pasuri e bën të përjetshme; ose, atë që e ha - e asgjëson, dhe atë që e vesh - e vjetron.

Pa dyshim, dhënia e sadakasë është shumë më mirë sesa mbushja e somakut. Kur lexoi ajetin: **“Ne ua ofruam amanetin (obligimet) qiejve, tokës dhe maleve, e ato nuk deshën ta marrin përsipër atë dhe u frikësuan prej tij, ndërsa njeriu atë e mori mbi vete; dhe ai i bëri padrejtësi vetes, dhe ishte i padijshëm”** (33- Ahzab:73), Hasan Basriu tha:

“Allahu Teala ua ofroi amanetin bartësve të Arshit, shtatë qiejve të stolisur me yje, dhe i pyeti:

- A e merrni përsipër këtë amanet, bashkë me përmbajtjen e tij?; e kur ata pyetën:

- Çfarë ka në atë amanet?; Allahu Teala tha:

- Nëse e ruani mirë, ka shpërblim, nëse nuk e ruani, ka dënim; e ata thanë:

- Ne nuk mund ta pranojmë këtë amanet. Njëjtë, Allahu Teala amanetin ia ofroi edhe tokës, e as toka nuk e pranoi. Më pas ia ofroi amanetin maleve, por as ato nuk e pranuan. Pastaj ia ofroi njeriut, e njeriu e pranoi. Sepse është mizor ndaj vetes (nepsit), injorant ndaj urdhrit të Rabbit të tij.

Vallahi, ne i pamë shumë njerëz që kanë bërë shumë pasuri në këmbim të këtij amaneti, por me këtë pasuri ata zgjeruan shtëpitë, e i ngushtuan varret. Ushqyen kafshët e veta e dobësuan fenë e vet. Ata gjinden te dyert e sundimtarit, përballen me telashe. Janë indiferentë ndaj urdhrave të Allahut. Disa prej tyre, mbështetur në krahun e tyre të majtë dhe duke ngrënë nga ajo që nuk e kanë fituar, thonë: “Më shit filan copë toke, unë të jap këtë e atë”. Fjala e tij është gënjeshtër, kurse pasuria e tij haram. Bile, kur i mbushet barku dhe i rëndohet, ai i kërkon shërbëtorit ilaç për të tretur ushqimin. O budalla! Ti po e tretë fenë tënde, jo ushqimin. Ku mbeti jetimi, i varfëri e vejusha që Allahu Teala të ka urdhëruar t’ju japësh, pse nuk u dhe atyre diçka, dhe tani po kërkon ilaç për tretjen tënde!

Të gjitha që i treguam janë njoftime për këtë dobi. E dobi është të japësh tepricën e ushqimit për të varfrit, për të fituar sevap. Është shumë më mirë t’i jepet një pjesë e ushqimit të varfërve, se sa të shtosh gjynahet duke kërkuar ilaç pas ngrënies së tepërt. Resulallahu s.a.v.s., hasi në një burrë me barkun e varur dhe të madh, e duke drejtuar gishtin kah barku i tij, i tha:

- Do të ishte më mirë për ty sikur kjo tepricë të ishte diku tjetër; pra, do të ishte më mirë për të nëse tepricën e ngrënë do ta shpenzonte për ahiretin e vet, duke ia dhuruar një të varfëri, për shembull.

Hasan Basriu ka thënë: *“Vallahi u takova me burra të tillë që, secili prej tyre hante vetëm pak ushqim, e ajo i mjaftonte deri në mbrëmje. Nëse donte, ai mund të hante më shumë, por pavarësisht kësaj, thoshte: Vallahi nuk do t'i ruaj të gjitha këto për stomakun tim, do t'ia jap një pjesë nevojtarëve.”*

Pra, këto janë dhjetë dobitë e urisë. Përveç kësaj, nga secila prej këtyre dalin dobi tjera, të panumërta. Domethënë, uria është një thesar i madh që përmban pasurinë e ahiretit. Prandaj njëri nga gjenerata e parë (*selef*) ka thënë: *“Uria është çelës i ahiretit, derë e zuhd-it. E ngopja është çelës i dynjallëkut dhe derë e lakmisë për dynjallëk.”*

Kjo nuk është vetëm thënie. Ky hakikat u tregua qartë edhe në hadithet që i transmetuam më parë. Kur i di detajet e këtyre dobive, me dritën (*nur*) të diturisë dhe me largpamësi (*basiret*), do të kuptosh në plotësi esencën e këtyre haditheve dhe fjalët e të mëdhenjve të islamit.

Nëse nuk e kupton esencën e tyre, nuk do ta njohësh vlerën e lartë të urisë, e në iman do të arrish vetëm vlerën e imituesit. Të vërtetën e di vetëm Allahu Teala.

KAPITULLI I TRETË

THYERJA E EPSHIT TË STOMAKUT

Dije se muridi ka katër detyra në lidhje me stomakun dhe ushqimin e tij.

Detyra e parë, është kafshata hallall. Sepse ibadeti me ushqim haram është si ndërtimi mbi dallgët e detit. Në librin **“Hallalli dhe Harami”** kemi shpjeguar shkallët e takvasë që duhen respektuar. E sa e përket ushqimit kanë mbetur tri detyra:

- përcaktimi i sasisë së ushqimit, pak apo shumë;
- përcaktimi i kohës së ngrënies, herët ose vonë;
- përcaktimi i ushqimit të dëshiruar, ose jo të dëshiruar.

Hapi i parë është pakësimi i ushqimit, pra ngrënia më pak. Thyerja e dëshirave të nefsit (*rijazet*) në këtë çështje bëhet gradualisht. Do të ishte e rrezikshme për këdo që është mësuar të hajë shumë që përnjëherë të përpiqet të hajë më pak. Natyra e tij nuk e duron këtë ndryshim, ai dobësohet, i përkeqësohet shëndeti e i shtohet shqetësimi. Për këtë duhet të pakësojë ushqimin e tij të zakonshëm pak-nga-pak.

Për shembull; nëse ha dy bukë në ditë dhe dëshiron ta pakësojë në një bukë, duhet ta ndajë bukën e dytë në njëzet e tetë ose tridhjetë pjesë, dhe ta pakësojë një copë çdo ditë. Në fund, pas një muaji, ai e pakëson sasinë në një bukë. Kështu, nuk do të dëmtohet. Pakësimin e bën me matje, ose me tahmin. Kështu, duke ngrënë një kafshatë më pak se një ditë më parë, ai e mëson stomakun me sasinë që dëshiron.

Edhe ky pakësimi i ushqimit ka katër shkallë:

Shkalla e parë dhe më e larta është të pakësohet deri në sasinë më të ulët, që është adet i sidikëve. Këtë e ka preferuar edhe Sahl Tusteri, dhe ka thënë:

“Allahu Teala i ka bërë njerëzit robë të Tij me tri gjëra: me jetë, mendje dhe forcë. Kush ka frikë se mund të humbasë jetën, ose mendjen, ha. Nëse agjëron, do të hajë në iftar. Nëse është i varfër, përpiqet të gjejë ushqim. Nëse nuk ka frikë se do t’i vijë ndonjë dëm jetës apo mendjes, dhe nëse ka frikë se vetëm fuqia do t’i dobësohet, nuk duhet t’i kushtojë vëmendje kësaj, madje duhet të durojë deri në faljen e namazit ulur. Sepse namazi ulur nga uria është më i mirë se namazi në këmbë me stomakun plot.”

Kur Sahl et-Tusteri u pyet për fillimin e ngritjes së tij shpirtërore (*suluk*), dhe ushqimin e tij në atë kohë, ai tha: “*Më mjaftonin tre dërhëmë për ushqimin e një viti. Me një dërhëm blija vaj, me një dërhëm oriz dhe me një dërhëm pekmez. Këto i përzieja dhe atë përzierje e ndaja në treqind e gjashtëdhjetë pjesë, e haja çdo natë nga një.*” E kur e pyetën:

- *Si hani tash?*, ai u përgjigj:
- *Tani ha e pi si dua.*

Flitet se disa murgj ishin mësuar me ushqimin me vlerë një dërhëm.

Shkalla e dytë është të mësohet me një ‘*mudd*’ ushqim në njëzet e katër orë, duke kundërshtuar dëshirat e nefsit (*rijazet*). Sasia e kësaj është zakonisht ushqimi që njerëzit e rëndomtë marrin deri në një të tretën e stomakut të tyre. Në fakt, Resulallahu s.a.v.s., e ka përmend këtë, e kjo sasi është pak më shumë se disa kafshatë. E ky ishte edhe adeti i Omerit r.a., i cili kurrë nuk hante më shumë se shtatë ose nëntë kafshata.

Shkalla e tretë është të mësohet me dy grusht ushqim (një *mudd*⁷). Kjo është dy bukë e gjysmë. Për shumë njerëz, kjo është më shumë se një e treta e stomakut. Bile është afër dy të tretave.

⁷ njësi matëse

Prandaj mbetet vetëm një të treta, që mbushet me ujë, dhe nuk ka vend për dhikr. Sepse në disa transmetime, në vend të **“lëreni një të tretën për frymë”** thuhet **“lëreni një të tretën për dhikr”**.

Shkalla e katërt është të shtohet nga një *mudd* deri në një *menn*. Më shumë se kaq konsiderohet teprim, sepse Allahu Teala urdhëron:

“Hani dhe pini e mos e teproni.”(7-Araf: 31).

Përndryshe, nevoja për ushqim ndryshon sipas moshës, personalitetit dhe punës. Këtu ka edhe një rrugë të pestë, në të cilën nuk ka kufi. Por aty njeriu mund të habitet. Myslimani duhet të hajë kur është vërtet i uritur dhe duhet të ndalet kur ka ende oreks. Por ai që nuk mund të kufizojë veten me një ose dy bukë, nuk mund ta dijë kufirin e urisë së vërtetë. Njeriu mund të mashtrohet nga dëshira e rreme. Prandaj, uria e vërtetë ka shenja; nuk duhet të dëshirojë mish, dhe çfarëdo të jetë buka, ai duhet ta hajë me oreks, pa zgjedhur. Nëse dëshiron bukë tjetër ose kërkon djathë, ullinj, hallvë etj., kjo nuk është uri e vërtetë.

Shenjë tjetër e urisë së vërtetë është që miza nuk zbret në pështymë. Kjo do të thotë që stomaku është bosh. Kjo është gjithashtu e vështirë për t'u kuptuar.

Më e drejtë është që muridi të hajë në atë masë sa të mos e dobësojë veten në ibadet. Kur të arrijë këtë gradë, nuk duhet të hajë dhe duhet ta braktisë ushqimin, edhe nëse oreksi i tij vazhdon.

Shkurt, nuk është e mundur të përkufizohet sasia e ushqimit, sepse kjo ndryshon sipas gjendjes dhe individit. Ushqimi për një javë i disa as'habëve ndonjëherë ishte një 'sa' grurë, e kur hanin hurma ishte një e gjysmë 'sa'. Një 'sa' grurë është katër *mudd*. Domethënë, ata hanin çdo ditë rreth gjysmë *mudd* hurma, e kjo është sasia që do të mbushë një të tretën e stomakut. Rritja e peshës së hurmës është për shkak të bërthamës.

Ebu Dher Gifari (r.a) tregon:

“Në kohën e Resulallahut s.a.v.s., , ushqimi im për një javë ishte një 'sa' elb. Vallahi nuk do ta ndryshoj këtë derisa të takoj Resulallahun (s.a.v.s.), sepse unë dëgjova kur ai tha:

“Më i afërti për mua në Ditën e Gjykimit dhe më i dashuri për mua është ai që vdes në gjendjen në të cilën është sot.”

Ebu Dher Gifarit (r.a) nuk i pëlqeu sjellja e disa njerëzve dhe duke vazhduar, tha:

“Vallahi, ju e prishët sunnetin. Shoh që po shoshitni miellin e elbit, e në kohën e Resulallahut s.a.v.s., nuk kishte diçka të tillë. Bëni bukë somune, e në sofër keni dy lloj ushqimi. Ju përgatisin gjellë të ndryshme, e ju vishni tjera rroba në mëngjes e tjera në mbrëmje. E në kohën e Resulallahut s.a.v.s., nuk ka ekzistuar asgjë prej kësaj.”

Ushqimi i përditshëm për dy persona nga *as’habi suffe* ishte një *mudd* hurma. Një *mudd* është një e treta e *ritil* (rreth 450 gramë) e kjo ishte 175 dërhëmë. Sigurisht, kjo përfshin edhe bërthamën. Hasan Basriu ka thënë: *“Besimtari është si një qingj; i mjafton një grusht hurma, pak djathë e një gllënjë ujë, ndërsa munafiku është si kafshë grabitqare. Ai ha shumë dhe e mbush stomakun, nuk mendon për fqinjën dhe nuk i jep vëllait. O besimtar! Dhuro atë që është më shumë se nevoja jote për fenë tënde, për të ardhmen tënde.”*

Edhe Sahl et-Tusteri ka thënë: *“Sikur tërë dynjaja të ishte gjak, ajo që ha myslimani prapë do të ishte hallall. Sepse myslimani ha vetëm aq sa të mbajë gjallë veten, në rast nevoje.”*

Detyra e dytë, është koha për të ngrënë, sasia dhe shtyrja për më vonë. Edhe këtu ka katër shkallë.

Shkalla e parë është shkalla më e lartë nga këto katër, dhe është qëndrimi uritur për tri ditë, ose më shumë.

Disa muridë kundërshtimin e nefsit (*rijazet*) e shndërruan në mos-ngrënie për një kohë të gjatë. Mes tyre kishte disa që nuk kishin ngrënë për tridhjetë, bile edhe katërdhjetë ditë. Në mesin e dijetarëve ka shumë që preferuan këtë rrugë dhe arritën këtë gradë; Muhammed b. Amr el-Karani, Abdurrahman b. Ibrahim, Haxhxhaxh b. Ferafise, Hafs b. Abdi el-Musisi, Muslim b. Said, Dhuhejr, Sulejman Havas, Shehl b. Abdullah et-Tusteri dhe Ibrahim b. Ahmad el- Havas janë prej tyre.

Ebu Bekri r.a., nuk ka hante për nga gjashtë ditë, ndërsa Abdullah b. Dhubejri, e edhe shoku i Ibn Abasit, Ebul-Xhevza, nuk hanin për nga shtatë ditë. Sevri dhe Ibrahim b. Ed'hemi kanë ngrënë në intervale prej tre ditësh. Të gjithë ata ishin njerëz që donin të lehtësonin rrugën për në ahiret përmes urisë. Njëri prej dijetarëve (Shehl b. Abdullah et-Tusteri) ka thënë:

“Atij që, për rizanë e Allahut, nuk ha për katërdhjetë ditë, i hapen dyert e botës së melekutit e i zbulohen sekrete hyjnore.”

Një sufi i kësaj rruge shkoi te një murg, me dëshirë që murgu të bëhet mysliman e ta braktisë mashtrimin. Sufiu foli gjatë me murgun dhe i tregoi se mund të qëndrojë për një kohë të gjatë pa ngrënë, e murgu tha:

- *Isa a.s., nuk ka ngrënë katërdhjetë ditë, por kjo ka qenë mrekulli (muxhize) e tij. Ndërsa, mrekullitë janë vetëm për profetët.* Sufiu i tha:

- *Nëse qëndroj me ju pa bukë e pa ujë, a do ta lini këtë rrugë të gabuar e të bëheni mysliman?*

Murgu pranoi, e sufiu qëndroi me të pesëdhjetë ditë pa ngrënë e pa pirë, e pas pesëdhjetë ditësh, i tha:

- *Nëse do, mund ta shtoj edhe dhjetë ditë; dhe vazhdoi deri në gjashtëdhjetë ditë.* Murgu u habit, e pranoi islamin, dhe tha:

- *Kam menduar se katërdhjetë ditët ishin një mrekulli e peygamberëve, dhe se askush nuk mund t'i kalonte peygamberët.*

Kjo që treguam është gradë shumë e lartë. Kjo gradë është vetëm për ata që harrojnë nefsin e vet duke soditur fshehtësi shpirtërore. Për shkak të kënaqësisë së soditjes, ata harrojnë urinë dhe nevojën e tyre për ushqim.

Shkalla e dytë është të qëndrohet uritur për dy deri në tri ditë. Kjo nuk është e pazakontë, dhe me përpjekje e durim, mund të arrihet.

Shkalla e tretë është shkalla më e ulët dhe mjaftohet me të ngrënit një herë në njëzetekatër orë.

Kjo është shkalla më e ulët e urisë. Më shumë se kaq është teprim (*israf*) dhe grykësi. Ai që vepron kështu nuk e di çka është uria. Kjo është vepra e atij që është dalldis në kënaqësi dhe është larg sunnetit; sepse, sipas asaj që ka transmetuar Ebu Said Hudr, Resulallahu s.a.v.s., kur hante kaftjall, nuk hante darkë, e kur hante darkë, nuk hante kaftjall. Edhe selefët hanin vetëm një herë në ditë. Një herë, Resulallahu s.a.v.s., i tha Ajshes:

“Kujdes prej teprimit (*israf*). Nëse ha dy herë në ditë është teprim, nëse hanë një herë në dy ditë është koprraci. E ngrënia një herë në ditë është maturi. Kjo është gjendje që lavdërohet në librin e Allahut.”

Është mustehab për personin që ha një herë në ditë, të hajë para agimit (*syfyr*) dhe pas namazit *tehexhjud*. Kështu, nga njëra anë, ditën e ndjen urinë për agjërimit, nga ana tjetër, me namazin e natës, me qetësinë e zemrës, butësinë e mendimit, përqendrimin e mendjes dhe lidhjen me atë që di dhe duke mos qenë i zënë me asgjë tjetër, do ta ndjejë shijen e urisë së natës.

Ebu Hurejre r.a., ka thënë:

“Ibadeti i natës i Resulallahut s.a.v.s., nuk ishte si i juaji. Kur ngrihej natën, bënë ibadet derisa t'i fryheshin të dyja këmbët. Ai nuk agjëronte si ju, duke ngrënë në kohën e iftarit dhe syfyrit, por, ndonjëherë e vononte iftarin e tij edhe deri në kohën e syfyrit.”

Ajshe r.anha ka treguar se Resulallahu s.a.v.s, kur agjëronte, nuk hante edhe deri në syfyr.

Nëse agjëruesi dëshiron të hajë pas namazit të akshamit dhe kjo do ta prishë qetësinë e zemrës që kërkohet për *tehexhjud*, atëherë është mirë ta ndajë ushqimin në dy pjesë; nëse ha dy bukë në ditë, le ta hajë njërenë në kohën e iftarit e tjetrën në kohën e syfyrit. Në këtë mënyrë nefsi i tij qetësohet dhe trupi i lehtësohet për ibadetin e natës (namazin *tehexhjud*). Meqë ka ngrënë në syfyr, nuk do të ketë uri gjatë ditës. Kështu, me bukën e parë e ndihmon ibadetin e natës, me bukën e dytë agjërimin. Për ata që hanë një ditë dhe agjërojnë ditën tjetër, nuk ka zarar të hanë në mesditë, ditën kur nuk agjëron, dhe të hanë në kohën e syfyrit në ditën kur agjëron.

Kjo është mënyra e përzgjedhjes së kohës së ngrënies si dhe zgjatja ose shkurtimi i këtyre kohëve.

Detyra e tretë, ka të bëjë me llojin e ushqimit dhe braktisjen e ushqimit të llojlojshëm. Ushqimi më i mirë është thelbi i miellit të grurit. Shoshitja e tij është teprim. Ushqim i mesëm është mielli i elbit i situr dhe ushqim i thjeshtë është mielli i elbit i pasitur.

Më e mira e ushqimit të llojlojshëm është mishi dhe ëmbëlsira, më e thjeshta është kripa dhe uthulla, e mesme është gjella pa mish, me vaj bime. Adet i udhëtarëve të ahiretit është që të përmbahen nga ngrënia e ushqimit të llojlojshëm gjatë gjithë kohës. Bile duhet të largohet nga çdo gjë që ia tërheq oreksin. Sepse çdo gjë e ëmbël që njeriu dëshiron dhe e ha, sjell dembelizëm, ngurtësi të zemrës dhe ndikojnë që njeriu të mësohet me kënaqësitë e botës. Prandaj njeriu nuk e do vdekjen dhe takimin me Allahun Teala. Atij i duket dynjaja si xhennet, kurse ahireti si xhehenem.

Kur i braktis dëshirat e epshit e i ngushtohen rrugët e kënaqësisë së epsheve, atëherë dynjaja fillon ti bëhet burg. Prandaj nefsi i tij dëshiron të shpëtojë sa më shpejt nga kjo botë, sepse vdekja bëhet liria e tij. Jahja b. Muadhi tregon për këtë, kur tha: *“O të devotshmit e sinqertë, për zijafetin e xhennetit firdeus, rrini të uritur sot. Sepse, oreksi varet nga uria.”*

Gjithçka që kemi thënë për fatkeqësitë e ngopjes dhe të ngrënit të tepërt vlen për të gjitha llojet e epsheve dhe kënaqësive. Prandaj nuk ka nevojë të zgjatet fjala, duke i numëruar sërish. Ashtu siç ka shpërblime të madhe në braktisjen e epsheve që janë mubah, ka edhe rreziqe të mëdha në pasimin e tyre. Bile, edhe Resulallahu s.a.v.s, ka thënë:

“Të këqijtë e ummetit tim janë ata që hanë thelbin e grurit.”

Ky hadith nuk e ndalon ngrënien e thelbit të grurit. Përkundrazi, ai që ha thelbin e grurit një ose dy herë, nuk është gjynahqar, bile as ai që e ha vazhdimisht nuk bëhet gjynahqar. Por, duke e ushqyer veten me këtë bereqet, ai mësohet me dynjallëk, dalldiset në kënaqësitë e saj dhe duke u përpjekur t’i sigurojë atë, kjo përpjekje e zvarrit në gjynah, dhe kështu bëhet më i keqi i ummetit. Thelbi i grurit i zvarrit në gjynah.

Resulallahu s.a.v.s., ka thënë:

“Të këqijtë e ummetit tim janë ata që e kërkojnë kënaqësinë duke veshur lloj-lloj rroba të stolisura e duke ngrënë lloj-lloj nimete; e dhjamosin trupin dhe flasin duke e përhapur gojën.”⁸

⁸ Transmeton Ibn Adij nga Fatima, r.anha

Allahu Teala i shpalli Musasë a.s.:

“Kujtoje se do të hysh në varr, e kjo do të ruajë nga shumë dëshira epshore.”

Selefët ishin shumë të kujdesshëm për të mos u mësuar me ushqimin e shijshëm; këtë e konsideronin shenjë lumturie, e mos-largimin e konsideronin telashe.

Vehb b. Munebbih tregon: *“Sipas asaj që transmetohet nga Vehab b. Munabbihu, dy melaike u takuan në qiellin e katërt. Njëri pyeti tjetrin:*

- Nga po vjen?; e meleku i dytë tha:

- Një çifut i mallkuar dëshiroi peshk, por nuk pati peshk sipas dëshirës së tij dhe unë shkova t’i dërgoj një të tillë nga deti. Tani po vij prej andej. Tjetri i tha:

- Edhe unë jam urdhëruar t’ia thyej shishen e vajit (t’ia derdh vajin e ullirit) një abidit që dëshiroi vaj ulliri.

Kjo na tregon se nuk është shenjë e mirë të marrësh atë që e dëshiron zemra dhe që i lehtëson sebetpet e epshit. Për këtë arsye, Omeri r.a., u përmbajt nga pirja e ujit të ftohtë të përzier me mjaltë, duke thënë:

- Largoni barrën e kësaj prej meje.

Prandaj, nuk ka ibadet më të mirë që bëhet për Allahun se sa kundërshtimi i nefsit dhe braktisja e dëshirës për të plotësuar kënaqësitë trupore. Këtë e kemi shpjeguar në librin ***Shërimi i zemrës, zbukurimi i ahlakut dhe edukimi i nefsit*** (Kitâbu rijâdheti'n-nefs ve tehdhibi'l-ahlâk).

Nafi tregon se Ibn Omeri r.a., u sëmur dhe donte peshk të freskët, dhe vazhdon: *“Unë shkova e kërkova peshk në pazarin e Medinës por nuk e gjeta. Pas një kohe mbërriti peshku i freskët, dhe bleva për një dërhëm e gjysmë. E pjeka peshkun, dhe ia solla Ibn Omerit me një copë bukë. Në atë moment, erdhi një lypës në derë dhe kërkoi ushqim. Ibn Omeri i tha shërbëtorit të tij:*

- Merre këtë peshk me bukë dhe jepja atij lypësi!

Shërbëtori i tha:

- Allah Teala qoftë razi prej teje, qe sa kohë dëshironi peshk, e ne mezi e gjetëm, e blemë për një dërhëm e gjysmë, e tani ju ia jepjani lypësit! Çfarë do të thotë kjo? Por Ibn Omeri përsëri urdhëroi që peshku me bukë t'i jepej lypësit. Pastaj shërbëtori i tha lypësit:

- Nëse të jap një dërhëm, a do të ma jepje mua?

Lypësi pranoi, ia ktheu peshkun për një dërhëm dhe kur peshku erdhi përsëri te Ibn Omeri, ai i tha shërbëtorit:

- Mbështjelle peshkun me bukë dhe jepja përsëri atij lypësi! Dhe mos e merr dërhemin që e ke dhënë. Sepse e kam dëgjuar Resulallahun s.a.v.s., të thotë:

“Kushdo që dëshiron diçka dhe preferon dikë tjetër, duke injoruar dëshirat e veta, Allahu do ta falë”⁹, dhe:

“Kur ta edukosh qenin tënd të urisë (epshin) me një copë bukë dhe një shtambë ujë të pastër, edhe sikur të shkatërrohet bota, ti nuk do të kesh frikë.”¹⁰

Kur Omeri r.a dëgjoji se Ebu Jezidi po hante ushqime të lloj-llojshme, i tha skllavit të tij:

- *Më lajmëro kur Jezidi e përgatit sofrën e darkës.*

Kur skllavi e lajmëroi. Omeri r.a., shkoi te Jezidi, u shtrua sofrë, erdhi *tiridi*, hëngrën bashkë. Më pas u soll mish i pjekur. Jezidi zgjati dorën drejt mishit, e Omeri r.a., ia kapi dorën e i tha:

- *O Jezid, biri i Ebu Sufjanit, ki frikë Allahun! Si bën ushqimi mbi ushqim?! Beto hem në Allahun, në dorën e të cilit është shpirti i Omerit, se nëse e kundërshton sunnetin e Resulallahut s.a.v.s., kjo të largon edhe nga rruga e tij!*

⁹ Ebu-Shejh nga İbn Hibbani

¹⁰ Ebu Mansun Dejlemi nga Ebu Hurejre r.a..

Jasar b. Umeiri ka thënë: *“Omeri nuk na lejonte të shoshitim miellin e grurit. Sa herë që kemi shoshitur, e kemi bërë pa dijeninë e tij.”*

Utbet'ul-Gulam e zinte vetë brumin, pastaj e thante në diell, e kur e hante, thoshte: *“Mjafton një copë bukë e pak kripë, derisa të përgatiten ato qebapët dhe ushqimet e bukura të ahiretit.”*

Ai gjithashtu pinte një gotë ujë nga shtamba që e kishte ngrohur dielli gjithë ditën. Kur skllavja e tij i tha:

- *A nuk do të ishte më mirë që unë ta pjekja bukën e të ftohja ujin?*; e ai i tha:

- *Nuk ka nevojë, qeni im i urisë (epshi) u shua.*

Shakik b. Ibrahim i tregon: *“Një ditë, në Mekë, afër Suku'l-Leyl, shtëpisë ku ka lindur i Dërguari i Allahut, s.a.v.s., e gjeta Ibrahim b. Ed'hemin ulur në skaj të rrugës, e qante. Shkova e u ula pranë tij, dhe e pyeta pse qante, por ai nuk u përgjigj. Tri herë insistova. Në këmbënguljen e tretë, Ibrahim tha:*

-*O Shakik, mos i trego askujt..., dhe filloi të tregojë:*

Ka tridhjetë vjet që nuk kam ngrënë çorbë të thartë, që ma do zemra. Mbrëmë isha ulur, e më zuri gjumi. Në atë moment, një djalë i ri u shfaq para meje me një pjatë jeshil në dorë, e nga pjata dilte avull dhe vinte erë e çorbës së thartë. Djali ma afroi pjatën, e tha:

- O Ibrahim, ha! Unë i thashë:

- Jo, nuk ha. Sepse e kam lënë për rizanë e Allahut.

- Allahu po ta jep këtë, ha; më tha i riu, e unë fillova të qajë, e ai përsëri më tha:

- Allahu të mëshiroftë, ha. Atëherë unë i thashë:

- Ne jemi urdhëruar të hamë vetëm ushqim që e dimë se nga vjen; e ai më tha:

- Ha me kënaqësi, sepse me thanë:

“O Hidr, merr këtë e çoja të hajë Ibrahim b. Ed’hemi. Allahu e ka mëshiruar për shkak të durimit që ka treguar duke kundërshtuar dëshirat e nefsit për një kohë të gjatë”; dhe duke vazhduar, tha:

- O Ibrahim, ki kujdes, i kam dëgjuar melaiket duke thënë: "Ai që nuk merr kur i jepet diçka, në fund do ta kërkojë atë, por këtë herë nuk do t'i jepet!" Unë i thashë:

- Ja ku jam, karshi teje. Unë jam gatshëm për një marrëveshje të tillë në praninë tënde.

Pastaj Hidri u largua pak dhe u takua me një djalë tjetër të ri. Ky ia dha një tas Hidrit dhe i tha:

- Ushqeje ti Ibrahimin. Kur u zgjova, shija ishte ende në gojën time.

Shakiki ka treguar: “I thashë Ibrahimit:

-Më trego dorën tënde;

dhe ia mora dorën, ia putha, e thashë:

- O Allahu im, Ti që ju ngop epshet atyre që janë të uritur kur ata kontrollojnë epshet e tyre me sinqeritet! O Allahu im, Ti vendos në zemra bindjen, Ti i shëron zemrat me dashurinë Tënde; a ka ndonjë vlerë ky Shakik tek Ti?

Pastaj ngrita drejt qiellit dorën e Ibrahimit, dhe u luta:

- O Allahu im, për hir të pronarit të kësaj dore, i cili ka vlerë tek Ti, dhuroi këtij robi (Shakikit) mirësinë dhe mëshirën Tënde, edhe pse nuk e meriton.

Pastaj Ibrahimimi u ngrit dhe ecëm bashkë, deri në Qabe.

Transmetohet se Malik b. Dinar nuk ka pirë qumësht për katërdhjetë vjet edhe pse shumë e pëlqente. Një ditë shokët i dhuruan hurma të freskëta. e ai ju tha:

- Hani ju, unë nuk kam ngrënë hurma tamam katërdhjetë vjet.

Ahmed b. Ebu'l-Havari tregon: “Ebu Sulejman Darani dëshiroi të hajë bukë të nxehtë, të kripur. Unë ia solla. Ai mori një kafshatë, pastaj e hodhi dhe filloi të qajë, e tha:

- Pas një beteje aq të gjatë, menjëherë u lidha me epshin tim. O fatkeqësia ime, bëhu gati; ka ardhur koha. O Allahu im! Unë bëjë teube për këtë që bëra, më fal

për këtë! Pas kësaj, nuk e pashë të hante më kripë, derisa vdiq.”

Malik b. Dejgam tregon:

- Një ditë po kaloja pranë pazarit të Basrës dhe pashë bizele të freskëta. Nefsi më tha:

- Duaj të më ushqesh me këto bizele sonte!; e unë u betova të mos e ushqaja fare, për katërdhjetë ditë.

Malik b. Dinari qëndroi në Basra pesëdhjetë vjet, e gatë kësaj kohe nuk hëngri asnjë hurmë, të freskët a të thatë. Një ditë ju tha banorëve të Basrës:

“O banorë të Basrës! Unë kam jetuar në mesin tuaj për pesëdhjetë vjet e nuk kam ngrënë asnjë hurmë, as të freskët e as të thatë. As që është pakësuar diçka tek unë, e as që është shtuar diçka tek ju.

Hammad b. Ebu Hanife (Numan b. Sabit) tha: *“Shkova për të vizituar David Tai’n, dera ishte e mbyllur dhe nga brenda e dëgjova zërin e Davudit duke thënë:*

- Më kërkove karrota, unë të dhashë karrota. Tani kërkon edhe hurma! Kurrë nuk do të ushqej me to! Pas këtyre fjalëve hyra brenda, i dhashë selam, e ai ishte vet.”

Një ditë Ebu Hazim (Selame b. Dinar), duke kaluar pranë pazarit, pa mollë, i lakmoi zemra, dhe i tha djalit të vet:

- *O djali im, blej nga ajo mollë, Inshallah do të arrijmë mollë që nuk janë të ndaluara dhe nuk janë këputur nga degët.* Kur djali i bleu mollët dhe i solli, ai u drejtua nefsit të vet:

- *O nefs! Më mashtrove, Bëre të shikoj mollën, bëre ta dëshiroj, dhe unë e bleva. Por të betohem se nuk do t'i shijosh.* Pastaj ua dërgoi mollët jetimëve dhe të varfërve.

Musa el-Eshexhe ka thënë: *“Ka njëzet vjet që nefsi im kërkon kripë të bluar, por unë nuk i dhashë.”*

Ahmed b. Hulejfe ka thënë: *“Për njëzet vjet nefsi im nuk më ka kërkuar gjë tjetër përveç të pi shumë ujë. E unë kurrë nuk pi shumë ujë.”*

Tregohet se Utbet'ul-Gulam shtatë vjet nuk kishte ngrënë mish, edhe pse nefsi i tij kishte dëshiruar. Pas shtatë vjetësh bleu një copë mish, e pjeku dhe e vendosi në një copë bukë. Pikërisht në atë kohë erdhi një djalë, e Gulami e pyeti djalin:

- *A nuk je ti ai që i ka vdekur babai?* Djali tha:

- *Po, e Gulami ia dha mishin, pastaj lexoi:*

“Ata i ushqejnë të varfrit, jetimët dhe të zënë robër.”^{76/8}; filloi të qajë, dhe kurrë më nuk kërkoi mish.

Gjithashtu, Utbet'ul-Gulam-it, për shumë vite nefsi i kishte dëshiruar të hajë hurma. Një ditë bleu për një *karat*¹¹ hurma dhe vendosi t'i mbante deri në mbrëmje për *iftar*. Ndërkohë, filloi të fryjë një erë e fortë, sa u bë pluhur gjithandej, e njerëzit i zuri paniku. Utbet'ul-Ghulam tha me vete: *“Mendoj se kjo gjendje ndodhi për shkak se kam blerë hurma. O nefsi, nuk mund të jem përgjegjës për shkakun tënd, prandaj nuk do t'i ha këto hurma.”*

Davud Tai bleu për gjysmë *fylys*¹² bizele dhe për një *fylys* uthull. Atë natë, deri në mëngjes e qortoi veten duke thënë: *“Mjerë unë, sa më është shtuar llogaria!”* Pas kësaj më nuk hëngri gjë tjetër përveç bukë të thatë.

Utbet'ul-Gulam një ditë i tha Abdulvahid b. Zejdit:

- *Filani e përshkruan veten në atë mënyrë që unë nuk mund t'i shoh këto cilësi tek vetvetja.* Abdulvahidi i tha:

- *Sepse ai ha vetëm bukë thatë, e ti ha bukë me hurma.* Utbet'ul-Ghulam e pyeti:

¹¹ një e gjashtëmbëdhjeta e dërhemit.

¹² monedhë bakri

- Nëse i braktisi hurmat, a mund të ngjitem në atë gradë?; e Abdulvahidi u përgjigj:

- Po! Mund të arrish edhe më shumë. Utbe filloi të qajë, e një nga miqtë e tij i tha:

- Allahu mos të bëj të qash! A po qan për hurmën?; por Abdulvahid tha:

-Lëreni të qajë, sepse nefsi ia ka kuptuar vendosmërinë për ta braktisë hurmën. E ky kur braktis diçka nuk i kthehet më.

Xhafer b. Nasr tregon: "Xhunejd Bagdadi më urdhëroi të blija ullinj dhe unë e bleva. Në kohën e iftarit, ai mori një ulli në gojë dhe menjëherë e nxori dhe e hodhi. Pastaj filloi të qajë, e tha:

- Hiqeni këtë ulli!. Unë e pyeta:

- Pse nuk po ha?; e Xhunejdi më tha:

- Më erdhi një zë nga gaibi dhe më tha: "Nuk të vjen turp, a je kthyer në atë që e braktise për Mua? Po e thyen fjalën!"

Salih el-Murri tregon:

- Një ditë i thashë Ata el-Sulamit: "Nëse nuk refuzon, do të ofroj diçka; e ai pranoi. Unë e përgatita një sherbet me vaj dhe mjaltë, e ia dhashë djalit tim t'ia dërgojë, e i thashë:

- Mos u largo derisa ai ta pijë këtë sherbet!

Të nesërmen ia dërgova sërish të njëjtin sherbet. Por këtë herë ai e refuzoi. Unë e qortova, e i thashë:

- Subhanallah! Si mund ta refuzosh dhuratën time? Kur e kuptoi se isha vërtet i ofenduar, më kërkoi falje, dhe më tha:

*- Më beso, është hera e parë në jetën time që pi një sherbet të tillë. Edhe pse u përgatita ta pi përsëri për herë të dytë, m'u kujtua ajeti: **“Përpiqet ta përbijë, po jo nuk mund ta gëlltisë atë.”** 14/17, dhe nuk e piva. Më pas qava dhe i thashë zemrës time: “Ti je në një rrugë, unë në një rrugë tjetër.”*

Sirri es - Sakati ka thënë:

- Për tridhjetë vjet, nefsi më kërkon mish kaurdisur dhe pekmez. Ende nuk ia kam plotësuar kërkesën.

Ebu Bekir el- Xhela ka treguar:

“E njoh një person, të cilit nefsi i vet i tha:

- Nuk do të ha dhjetë ditë, por pas dhjetë ditësh më ushqe me atë që dua”, e personi tha:

- Unë nuk dua durimin tënd për dhjetë ditë. Ajo që dua është të braktisi atë që ti e dëshiron.

Një abid ftoi disa nga miqtë e tij dhe u ofroi bukë. Një nga miqtë e tij filloi të rrotullojë e të zgjedh bukën. Duke e parë këtë, abidi i tha:

- *Ndal! Çfarë po bën? A e di se sa hikmet ka në bukë që nuk të pëlqen dhe sa njerëz kanë punuar për ta bërë atë bukë? Mendo! Toka, fara e grurit, reja që bartë shiun, uji që ujit, plehu, era, kafshët dhe bujku; të gjithë këto janë angazhuar për ta bërë bukën në këtë gjendje. Pas gjithë kësaj, ti e rrotullon dhe kthen bukën, e nuk të pëlqen.*

Sipas një lajmi, buka kalon në duart e 360 mjeshtëreve derisa gatuhet dhe sillet në sofër. I pari prej tyre është *Mikaili* a.s., i cili lëshon shi nga mëshira e Allahut. Melaiket që lëvizin retë, Dielli, Hëna, melaiket e qiejve, kafshët në tokë, dhe i fundit është bukëpjekësi.

“Edhe nëse përpigëni t’i numëroni nimetet e Allahut, nuk do të mund t’i numëroni dot.”

14-Ibrahim: 34

Një person ka treguar: *“E pyeta Kasim el-Xhui-n se çfarë është zuhd, e ai më tha:*

- Çfarë ke dëgjuar ti për këtë zuhd? Unë i tregova atë që kisha dëgjuar për zuhd, e ai heshti. Unë insistova:

- Çfarë thua ti?; e ai tha:

-Dije se stomaku është dynjallëku i njeriut. E njeriu është zahid aq sa e zotëron stomakun e vet. Aq sa i nënshtrohet stomakut, aq dynjallëku e zotëron atë.

Bishr b. Harisi u sëmur, e shkoi te Abdurrahmani, një mjek i famshëm, dhe e pyeti se çfarë ushqimi duhet të hajë. Mjeku i tha:

- *Ju më pyesni, por pastaj nuk i pranoni këshillat.*

- *Jo, do të pranoj;* tha Bishri, e mjeku i tha:

- *Pi sekenxhebin* (uthull dhe mjaltë), pastaj lëng ftoi, e më pas ha *izfidbaxh*. Bishri e pyeti:

- *A dini diçka më të lehtë se sekenxhebi, që ta zëvendësojë?:*

- *Jo, nuk di;* tha mjeku, e Bishri i tha:

- *Atëherë po të tregoj unë, është luledielli me uthull.*

Më pas Bishri pyeti:

- *O mjek, e, a e dini diçka më të lirë se ftoi, që ta zëvendësojë?* Mjeku prapë tha:

- *Nuk di;* e Bishri tha:

- *Unë e di. Është çiqribanozi;* dhe përsëri pyeti:

- *A dini diçka më të lehtë se izfidbaxh, që ta zëvendësojë atë?;* dhe mjeku përsëri tha:

- *Jo,* e Bishri tha:

- *Unë e di; është qiçra kaurdisur me yndyrë lope.*

Atëherë mjeku i tha:

- *Ti ke njohuri më të mirë se unë për mjekësinë, pse më pyet?*

Nga të gjitha këto shpjegime u kuptua se ata i kishin zotëruar epshet e veta dhe nuk hanin deri në ngopje.

Ata e kanë bërë këtë për të siguruar përfitimet që i kemi përmendur më lart. Në disa raste, ata nuk hanin më shumë se sa nevoja e domosdoshme, sepse nuk e dinin me siguri se a është ushqimi hallall. Ndërsa dëshirat e pashmërgueshme nuk janë nevojë e domosdoshme. Bile Ebu Sulejman Darani e konsideroi kripën si teprim. Ai ka thënë: *“Gjithçka përveç bukës është dëshirë e pashmërgueshme”*.

Kjo gjendje është grada më e lartë e takvasë. Ata që nuk janë në gjendje të arrijnë këtë gradë duhet të jenë të kujdesshëm dhe nuk duhet të dalldisen në epe. Për ta qenë shpërdorues, mjafton të hajë çfarë të dojë dhe të bëjë çfarë të dojë. Prandaj, nuk duhet të hajë vazhdimisht mish. Alia r.a., ka thënë:

“Moralitë e atij që nuk ha mish për dyzet ditë përkeqësohet. Zemra e atij që ha mish për dyzet ditë, ngurtësohet!”

Është thënë se ai që ha mish vazhdimisht, kjo i bëhet shprehje, si shprehja e pirjes së alkoolit.

Një person që dëshiron të kryejë marrëdhënie seksuale kur është i uritur, duhet të kryejë marrëdhënie pa ngrënë. Sepse me ushqim do të përforcojë më shumë nefsën dhe nëse dëshiron të hajë, nuk duhet t'i afrohet asaj.

Është *mustehab* të mos flejë i ngopur. Sepse stomaku plot dhe gjumi janë dy pavëmendshmëri (*gaflet*) – të bashkuara. Kjo e bën personin dembel dhe ia errëson zemrën. Personi me stomakun plot duhet të falë namaz ose të bëjë dhikr. Sepse kjo gjendje është më afër falënderimit për nimetet. Ndërsa Resulallahu s.a.v.s., ka thënë:

“Shkrini atë që hani me dhikr dhe namaz. Mos flini të ngopur, që të mos ju ngurtësohet zemra.”¹³

Për të tretur ushqimin, njeriu duhet të falë së paku dy reqate namaz, ose njëqind tesbihë ose të lexojë një xhuz të Kur'anit pas ushqimit. Sufjan es- Sevri, kur ishte i ngopur e kalonte kohën me dhikr dhe namaz, e thoshte:

“Ngope skillavin, pastaj le të lodhet duke punuar.”

Një herë tjetër ka thënë: *“Ushqeje gomarin, pastaj le të lodhet duke punuar.”*

Kur dikush dëshiron një ushqim të shijshëm dhe ndonjë frutë të lëngshme, le të mos e hajë atë ushqim, por le ta hajë vetëm atë frutë në vend të ushqimit, që mos t’ia bëjë bashkë nefsit të vet edhe ushqimin, edhe dëshirën.

¹³ Ibn Sinni nga Ajsha r. anha.

Një ditë, Ibn Sehl e pa Selimin duke ngrënë hurma me bukë dhe i tha: *“Lëre bukën, e haji hurmat, nëse nuk të mjaftojnë, atëherë haje edhe bukën, por mos i ha të dyja bashkë”*.

Kur gjen personi dy lloje gjellë, njëra e lehtë dhe e lëngshme e tjetra e rëndë dhe të thatë, ai më parë do ta hajë atë të lehtë e të lëngshmen, që i pëlqen. E pasi të ketë ngrënë mjaftueshëm nga kjo ai nuk ka nevojë të hajë gjellën e rëndë e të thatë. Kjo do të thotë se ai nuk e dëshiron të rëndën dhe të thatën. Por nëse ai fillimisht ha gjellën e rëndë, ai prapë do ta dëshirojë edhe gjellën e shijshme që i pëlqen. Një i virtytshëm ju tha miqve të vet: *“Mos hani gjellët që dëshironi, nëse i hani, mos i kërkon, e nëse i kërkon, përpiquni të mos ju pëlqejë kërkitimi i atij ushqimi.”*

Bile, edhe kërkitimi i bukës së llojllojshme është eptsh. Ibn Omeri r.a., ka thënë: *“Fruta më e dashur që na ka ardhur nga Iraku është buka”*, dhe kështu atë lloj buke e cilësoi si frutë.

Pa diskutim, është e pamundur që njeriu të neglizhojë eptshin në gjërat e lejuara. Por, nëse i plotëson dëshirat e eptshit të vet, ka frikë se në ditën e gjykimit do t'i thuhet:

- *Ti ke jetuar me kënaqësitë e dynjasë dhe e ke kaluar jetën me to.*

Personi do të përfitojë nga kënaqësitë e ahiretit aq sa lufton me nefsin e tij dhe i braktis epshet. Një person nga Basra ka treguar: *“Për njëzet vjet, nefsi im kërkon bukë orizi dhe peshk, por nuk ia plotësova këtë kërkesë.”*

Kur ky person vdiq, një arif e pa atë në ëndërr dhe pyeti se si u trajtua nga Allahu Teala. Ai i tha se Allahu Teala i ka dhënë shumë nimete që nuk mund t'i përshkruajë me fjalë, dhe se fillimisht i ka dhuruar bukë orizi dhe peshk, që e ka dëshiruar aq shumë, dhe se i është thënë të hajë sa të dojë, me kënaqësi dhe pa u pyetur për llogari. Ndërsa Allahu Teala thotë:

“Ju bëftë mirë, hani e pini për atë, që keni bërë në ditët e kaluara!” 69-Haka: 24

Sepse ata i kanë braktisur epshet e tyre kur ishin në këtë botë. Ebu Sulejman Darani ka thënë: *“Braktisja e njërit nga epshet është më e dobishme për shkëlqimin e zemrës, se agjërimi për një vit.”*

Allahu Teala na mundësoftë të bëjmë vepra të mira, me të cilat Ai është razi.

KAPITULLI I KATËRT

FAZILETI I URISË DHE QËNDRIMET E NJERËZVE NË KËTË ÇËSHTJE

Dije se, ajo që kërkohet nga ahlaku dhe nga çdo veprim është shkalla e mesme (maturia). Sepse mesatarja është më e mira e gjithçkaje. Të dy anët e mesit - mosarritja e mesit (*tefrit*) dhe tejkalimi i mesit (*ifrat*) janë të papëlqyeshme. Kur flasim për rëndësinë e urisë, ndoshta dikush mund të mendojë se uria *tefrit* është e pëlqyeshme. Por hakikati nuk është kështu. Ky është një hikmet i urtësisë së shariatit, kur sheriati vepron kujdesshëm dhe me përpikëri kur ndalon diçka që natyra e njeriut e dëshiron shumë, duke ndaluar atë që në esencë është e dëmshme, saqë ata që nuk kanë një pikëpamje më të gjerë mendojnë se kërkesa është krejtësisht kundër vullnetit të natyrës njerëzore. Por dijetarët e mençur e kuptojnë lehtësisht se qëllimi i kësaj përpikërie është të veprohet me maturi dhe të gjindet shkalla e mesme. Kur njeriu dëshiron të hajë shumë, pa dyshim se sheriati karshi kësaj e lavdëron urinë. Kur nga njëra anë *nefsi* kërkon të hajë më shumë, e nga ana tjetër sheriati e lavdëron urinë, aty shfaqet maturia.

Nuk është e mundur të ndërpriten plotësisht të gjitha dëshirat e nefsit. Prandaj është shumë e vështirë të arritët shkalla më e lartë. Kur Resulallahu s.a.v.s., dëgjoi se disa as'habë kishin agjëruar gjatë gjithë vitit, se disa bënin ibadet gjithë natën, dhe se disa prej tyre nuk flinin fare, i ndaloi ata nga këto veprime.

Pasi ta kesh kuptuar këtë hakikat, dije se: vlera e lartë (*fazilet*) është në maturi. Njeriu duhet të hajë aq sa as të mos ndjejë peshën e stomakut dhe as të mos ndjejë dhimbjen e urisë. Sepse qëllimi i të ngrënit është për të vazhduar jetën dhe për të fituar forcë për ibadet. Stomaku i plotë e pengon ibadetin, e edhe uria, duke shqetësuar zemrën, edhe ajo e pengon ibadetin. Prandaj, njeriu duhet të hajë në atë mënyrë që të mos e ndjejë dëmin e ngopjes dhe as vështirësinë e urisë, dhe në këtë mënyrë të ngritët në gradën e melaikeve që nuk ndjejnë uri dhe ngopje. Zaten qëllimi përfundimtar i njeriut është të ngrihet në gradën e melaikeve. Por, meqenëse njeriu, si qenie, nuk mund të braktis ushqimin, atëherë ai duhet të preferojë gradën e mesme. Gjendja e tij është si gjendja e milingonës që bie në një rreth zjarri; kur i afrohet skajeve - ikë prej nxehtësisë, prandaj zgjedh vend në mes. Sepse aty ka më së paku nxehtësi. Nëse shpëton, do të shpëtojë në mes. E në skaje, do të digjet.

Ashtu si zjarri që e rrethon atë milingonë, ashtu epshet e rrethojnë njeriun. Ndërsa melaiket janë jashtë atij rrethi. Sepse melaiket nuk kanë epsh. E njeriu nuk mund të dalë nga ky rreth, edhe nëse dëshiron t'ju ngjajë melaikeve. Prandaj, gjendja në të cilën njeriu më shumë ju ngjanë melaikeve është gjendja e mesme. Resulallahu s.a.v.s., thotë: **“Më e mira e punëve është e mesmja.”**

Edhe në këtë ajet ka shenjë për këtë:

“Hani e pini, por mos e teproni.” 7- Araf: 31

Ibadeti dhe meditimi bëhen më të lehta për njeriun kur ai nuk ndjen uri dhe ngopje. Sepse nefsi lehtësohet dhe njeriu mund të veprojë lehtësisht. Por kjo është e mundur vetëm me natyrë të matur. Domethënë, kjo është koha kur njeriu, qoftë edhe pak, e arrin përkryerjen. Por, kur nefsi është azgan dhe ndjek epshet me prirje për teprim, matura nuk jep dobi. Prandaj është e nevojshme që nefsi të edukohet me uri. Kjo është sikur me kalin azgan, të cilin, për ta edukuar i kufizohet ushqimi dhe goditet kur e tepron, por kur dorëzohet dhe kthehet në maturi, më nuk ka nevojë të ndëshkohet.

Pra, kjo është arsyeja pse shehu e urdhëron muridin e vet të bëjë gjëra që në fillim janë të rënda për nefsin e tij, e ai vet nuk i bën. Shejhu ia ndalon muridit të hajë ushqime që nxisin epshin, e ai vet ha. Sepse, një sheh i përkryer e ka edukuar nefsin e vet, prandaj nuk ka më nevojë ta ndëshkojë veten.

Në gjendjen kur njeriu është i dhënë pas epsheve të nefsit e largohet prej ibadetit, gjëja më e përshtatshme është që nefsin ta edukojë me uri. Me uri, i frenon epshet. Qëllimi i kësaj urie është ta kthejë njeriun në maturi. Pas kthimit të nefsit në maturi, ai ushqehet në mënyrë të matur.

Ata nga udhëtarët e ahiretit që nuk duan të jenë të uritur janë sidikët, ose edhe të mashtruarit. Sidiku nuk ka nevojë të edukohet me uri, pasi ai është në rrugën e drejtë – *sirati mustekim*. E sa për të mashtruarin; ai mendon se është në rrugën e drejtë si sidiku, dhe që nuk ka nevojë të edukohet me uri. Kjo gjendje është një mashtrim i madh, por shumica janë të këtij mendimi. Sepse nefsi rrallëherë edukohet në kuptimin e plotë. I mashtruari e braktis luftën me nefsin duke menduar se është njësoj si sidiku dhe toleron dëshirat e nefsit të vet, ashtu si i sëmuri që shikon njerëzit e shëndetshëm dhe ha atë që ata hanë e pinë; mendon se edhe ai është i shëndetshëm e si pasojë vdes nga ajo që ka ngrënë.

Këto shpjegime nuk nënkuptojnë që domosdo duhet të hahet në një kohë të caktuar, një ushqim të caktuar dhe një sasi të caktuar. Kjo këshillë për urinë është vetëm për luftën e nefsit që nuk është ngritur në gradën e përsosmërisë. Përndryshe, Resulallahu s.a.v.s., nuk ka përcaktuar kohën apo sasinë e ushqimit. E Ajsha r.anha ka thënë: *“Ndonjëherë Resulallahu (s.a.v.s.) agjëronte aq gjatë, sa që thoshe se nuk do ta ndërpresë agjërimin më, e ndonjëherë nuk agjëronte për një kohë të gjatë, aq sa thoshe se nuk do të agjëronte më.”*¹⁴

Resulallahu s.a.v.s., hynte në dhomën e njëres prej grave të tij dhe e pyeste **“A ka diçka për të ngrënë”**; nëse thoshin **‘ka’**, hante, e kur thoshin **“jo”**, thoshte:

- ***E bëra nijet të agjëroj*** (nafile).¹⁵

Një ditë Resulallahu s.a.v.s., erdhi dhe tha:

- ***Jam duke agjëruar***, e Ajsha r. anha, i tha:

- ***Por, ne ju bëmë dhuratë hurma pjekur në vaj!***

Resulallahu s.a.v.s., atëherë tha:

- ***Kisha nijet të agjëroj, por sjelli të hamë.***

E pyetën Sehl et-Tusterin për gjendjen e tij në fillim, e ai i tregoi disa mënyra e kundërshtimit të dëshirave të nefsit, me qëllim të edukimit të nefsit (*rijazet*); Bile

¹⁴ Buhari dhe Muslimi nga Ajsha r. Anha.

¹⁵ Ebu Davud, Tirmidhi, Nesai

tregoi se një kohë ka jetuar duke ngrënë vetëm gjethe të pemës qitër (cedrus) për ditë të tëra. Më pas e pyetën:

- *Në çfarë gjendje je tash? ; e ai u përgjigj:*

- *Tani ha e pi pa përcaktuar kufi a kohë. Kjo nuk do te thotë se ha sa të mundem, por nuk bëj plane për të ngrënë.*

Marufi Kerhi hante ushqim të mirë që ia dhuronin. Kur i thanë:

- *Vëllai yt i ahiretit, Bishri, nuk e bën këtë, ai tha:*

- *Vëllaun tim Bishrin e ka kapluar devotshmëria.*

Ndërsa mua marifeti më ka lënë të lirë. Dhe vazhdoi:

- *Unë jam mysafir në shtëpinë e Rabbit tim, ha kur Ai më jep dhe duroj kur nuk më jep. Unë as nuk kundërshtoj dhe as nuk ndërhyj në punët të Tij.*

Ibrahim b. Ed'hemi një ditë i dha disa dërhëmë njërit prej vëllezërve të tij, dhe i tha:

- *Merri këto para dhe shko na blejë kajmak, mjaltë dhe bukë të bardhë. Të tjerët thanë:*

- *A do t'i marrim të gjitha këto? Ibrahim tha:*

- *Allahu Teala qoftë razi prej juve. Ne kur e gjejmë, hamë si burrat, dhe kur nuk e gjejmë, durojmë si burrat.*

Një ditë tjetër, Ibrahim b. Ed'hemi përgatiti shumë ushqime dhe ftoi pak njerëz. Në mesin e të ftuarve ishin

persona si Sufjan es-Servi dhe Evzai. Sufjan es-Servi i tha Ibrahimit:

- *O Eba Is'hak, a nuk ke frikë se gjithë ky ushqim do të harxhohet kot?*; e Ibrahim i tha:

- *Harxhimi për ushqim nuk është kot, por për rroba dhe pajisje është.*

Ai që e fiton diturinë me anë të transmetimit, leximit dhe dëgjimit, kur sheh këto fjalë të Ibrahim Ed'hemit, dhe fjalët e Malik b. Dinarit kur thotë:

- *Kripa nuk ka hyrë në shtëpinë time që njëzet vjet,*" ose Sirri es-Sakati kur thotë:

- *Për tridhjetë vjet, nefsi im më kërkon mish të kaurdisur dhe pekmez, por nuk ia kam plotësuar kërkesën*"; mendon se këto gjendje kundërshtojnë njëra-tjetrën dhe habitet ose gjykon se njëri prej tyre është gabim. Por, ai që posedon *basiret* i di sekretet e këtyre fjalëve, dhe e di se të gjitha këto janë hakikat. Për gjendjet e ndryshme të njerëzve, edhe gjykimet janë të ndryshme.

Këto gjendje të ndryshme i dëgjon një person i zgjuar dhe i ditur, që vepron me maturi, por edhe një budalla i mashtruar. I zgjuari që vepron me maturi thotë:

- *Unë nuk jam arif, që ta toleroj nefsin. Sepse nefsi im nuk është një nefsi i përlulur si nefsi i Sirri es-Sakatit*

dhe Malik b. Dinarit. Meqenëse këta njerëz të mëdhenj u larguan nga epshet e tyre, edhe unë duhet të mundohen të veproj si ata.

Ndërsa budallai i mashtruar thotë: *“Nefsi im nuk është më i pavlefshëm se nefsi i Marufi Kerhit dhe Ibrahim b. Ed’hemit, dhe unë ju përshtatem atyre e ha shumë si ata. Sepse edhe unë jam si ata - një mysafir në shtëpinë e Rabbit tim; as unë nuk kundërshtoj dhe as nuk ndërhyj në punët të Tij.*

E nëse dikush e kundërshton këtë person dhe nuk e respekton, ky e qorton rëndë dhe kërkon kundërshtime të ndryshme. Ja që ky është një mejdan i gjerë ku shejtani luan me budallenjtë. Në esencë, mos-caktimi i një sasi në ushqim, agjërime dhe gjëra epshore është i mundur vetëm për ata që e shikojnë nga dritarja e *velajetit* (evliatë) ose *nubuvvetit* (pejgamberllëkut). Sepse ata prej Allahut marrin udhëzimin. E kjo është e mundur pasi të çlirohet plotësisht nga adetet e nefsit dhe nuk i ndjekë dëshirat e tij. Atëherë ngrënia e tij bëhet me nijet, ashtu siç bëhet edhe agjërimi i tij me nijet. Edhe ngrënia e tij, edhe agjërimi i tij, i bëhet ibadet.

Është me vend të mësohet nderimi nga Omeri r.a.. Omeri r.a., e dinte se Resulallahu s.a.v.s., e pëlqente dhe hante mjaltin, por duke ngjasuar veten me Resulallahun

s.a.v.s., ai nuk ka thënë: “Do ta ha edhe unë”. Bile, kur i dhanë sherbetin e ftohtë të përzier me mjaltë, e shikoi gotën në dorë dhe tha:

- *Nëse e pi këtë, shija do të kalojë, e përgjegjësia mbetet*”; prandaj e lëshoi gotën dhe tha:

- *Largoni llogarinë e kësaj prej meje.*

Nuk është *xhaiz* që shejhu t’ia zbulojë muridit të gjitha këto sekrete. Ai duhet të lavdërojë vetëm urinë. Për një kohë, nuk duhet të kërkojë maturi nga muridi. Zaten, sado që e detyron shejhu, muridi nuk mund të zbatojë fjalë-për-fjalë atë që shejhu e thotë. Prandaj, shejhu duhet ta ftojë vazhdimisht muridin në uri, që muridi të veprojë në mënyrë të matur. Shejhu nuk duhet t’i thotë muridit se një arif i përkryer nuk ka nevojë të kundërshtojë dëshirat e nefsit, me qëllim të edukimit të nefsit (*rijazet*). Sepse shejtani do të ngjall dyshim në zemrën e muridit duke i thënë vazhdimisht:

- *Edhe ti je një arif i përkryer, nuk ka mbetur asgjë që nuk ke fituar nga marifeti dhe nga përkryerja;*
dhe kështu e devijon.

Ibrahim b. Havasi edhe vet e bënte secilin rijazet që ia urdhëronte muridit, që shejtani të mos t’i sjellë në mendje muridit se shejhu këtë e urdhëron, por vet nuk e bën, dhe kështu ta largojë nga rijazeti.

Kur një shejh i përkryer merret me *rijazet* dhe me edukimin e të tjerëve, është e nevojshme të zbresë në gradën e të dobëtëve, në mënyrë që të jetë si ata dhe të jetë i mëshirshëm, për t'i sjellë ata në lumturi. Kjo gjendje ishte një nga sprovat më të mëdha të pejgamberëve dhe të evliave.

Meqenëse shkalla e maturisë është e fshehtë për secilin person, më e drejta është që matura të mos braktiset në asnjë gjendje. Për këtë arsye, kur Omeri r.a., e pa djalin e tij Abdullahun duke ngrënë mish të skuqur në vaj, e goditi me kamxhik dhe i tha: *“Mos bëj kështu! Një ditë ha bukë e mish, një ditë bukë e qumësht, një ditë bukë e vaj, një ditë bukë e ullinj, një ditë bukë e kripë, një ditë tjetër vetëm bukë!”*

Ja, kjo është matura. Ngrënia e vazhdueshme dhe sipas çejfit e mishit është teprim në ngrënie (*ifrat*) dhe harxhim kot (*israf*). Ndërsa braktisja e plotë e mishit është koprraci e ndaluar. E kjo që e shpjeguar është matura - mesi i të dyjave. Allahu Teala e di të vërtetën.

KAPITULLI I PESTË

DYFYTYRËSIA SI NJË RREZIK QË KËRCËNON ATË QË PAKËSON SASINË E USHQIMIT DHE BRAKTIS EPSHIN

Dije se, njeriu që braktis epsheet e tij ka dy rreziqe që bile janë edhe më të mëdha sesa të hajë çfarë të dojë.

Rreziku i parë

Ndonjëherë njeriu nuk mund ta ndalojë veten nga gjithçka që dëshiron, por nuk dëshiron t'ju bëjë të ditur të tjerëve atë që e dëshiron. Për këtë arsye, ai ha fshehurazi atë që nuk e ha mes njerëzve. E kjo është shirk i fshehtë. Një dijetar e pyetën për një zahid:

- *Çfarë njeriu është ai?* Dijetari heshti. E pyetën prapë, ai tha:

- *Çka nuk ha me xhemat, e ha kur është vet.*

Kjo është një keqe dhe rrezik i madh. Njeriu duhet të hajë atë që e dëshiron haptas, jo fshehurazi. Sepse kjo dëshmon sinqeritetin e tij. Në të njëjtën kohë, është edhe shpërblim për luftën që e bën me të vepruar. E edhe nëse nuk është i suksesshëm me vepra, të paktën nuk e humb sinqeritetin. Fshehja e të metave, duke paraqitë përkryerje, është mangësi e dyfishtë, pra është dy herë gënjeshtër.

Një person i tillë meriton dy dënime dhe Allahu do të jetë i kënaqur me të vetëm nëse ai bën dy teube të sinqerta.

Për këtë arsye, përfundimi i munafikëve është dënim i ashpër:

“S'ka dyshim, munafikët do të jenë në shtresën më të ulët (në fund) të zjarrit.” 4- Nisa: 145

Sepse qafiri, duke bërë kufr e deklaron kufrin. Ndërsa munafiku e fsheh kufrin edhe pse është qafir, e fshehja e kufrit është një kufër i dytë. Ai nuk shqetësohet që Allahu ia njeh zemrën, i jep rëndësi asaj që shohin njerëzit, dhe mendon se e fsheh kufrin. Arifët sprovohen me epsh, bile edhe me gjynahe, por nuk sprovohen me dyfytërsi, mashtrim dhe fshehje të të metave. Përkundrazi, përkryerja e arifit është në braktisjen e epshit për rizanë e Allahut, dhe të paraqesë veten si të epshëm. Madje, disa prej tyre blinin ushqime të shijshme, edhe pse kurrë nuk i hanin, e i varnin në mur.

Qëllimi i blerjes dhe varjes së ushqimit ishte të fshehin gjendjen e tyre. Shkalla më e lartë e *zahidit* është të paraqitet e kundërta e *zuhdit*. Pra, një person që largohet nga dynjallëku me të gjitha stolitë e saj quhet *zahid*.

Shkalla më e lartë e zahidit është të fshehë zuhdin e tij, duke u treguar sikur është i prirë për dynjallëk. Kjo ishte praktikë e sidikëve. Kjo do të thotë të bashkohen dy të vërteta, ashtu siç ishte më parë bashkimi i dy gënjeshtreve. Sepse ky njeri i ka ngarkuar vetes dy ngarkesa të rënda. Njëra prej tyre është që të mos hajë atë që ia do nefs, e tjetra është që të mos e tregojë veten zahid, që është çka nefs dëshiron. Kjo do të thotë se nefs i tij ka shijuar dy herë hidhërimin e durimit. Nuk ka dyshim se ata do të shpërblehen dy herë për durimin e tyre.

Kjo është si gjendja e atij që merr haptas e shpërndan fshehurazi. Marrja haptas e poshtëron nefs. Nuk do të ishte e drejtë që një person që nuk është në këtë gjendje të fshehë të metat e tij, dhe nuk do të konsiderohej se ka vepruar drejt duke fshehur mangësitë e tij. Në këtë çështje nuk duhet të mashtrohet me vesveset e shejtanit. Sepse shejtani i thotë:

- Fshehe këtë mangësi, që të mos pasojnë të tjerët dhe ta bëjnë edhe ata këtë; të paktën i përmirëson ata.

Pra, personi nuk duhet të marrë parasysh këto vesvese, sepse, para së gjithash, ai duhet të përmirësojë veten. Nëse vepron siç e udhëzon shejtani, kjo është dyfytyrësi e pastër.

Shejtani e inkurajon personin në këtë dyfytërsi, kinse për të përmirësuar të tjerët, edhe pse shejtani e di që të tjerët nuk do t'i përshtaten këtij personi në atë veprim, dhe se do të thonë *“Ky nuk po e bën, as ne nuk duhet ta bëjmë.”*

Rreziku i dytë

Edhe pse personi është në gjendje të braktisë epshet e tij, ai gëzohet kur të tjerët dëgjojnë se ai i ka braktisur epshet, dhe duke braktisë epshet gjen famë që është i ndershëm.

Ky person mund të kundërshtojë epshin për ushqim relativisht të dobët, por i nënshtrohet epshit më të keq për një pozitë mes njerëzve, që është edhe epsh i fshehur. Kushdo që e ndjen këtë sëmundje në vetvete, duhet ta dijë mirë se epshi për ushqim është më i lehtë se ky. Prandaj, më mirë është që ai të hajë çfarë të dojë dhe të mos kapet nga ky epsh. Ebu Sulejman Darani ka thënë: *“Kur të ofrohet diçka që dëshiron nefsi yt, edhe pse nuk dëshiron ta hash, ha pak, por mos ha sa të dojë nefsi. Në këtë mënyrë nga njëra anë qetëson nefsin dhe nga ana tjetër e pikëllon, duke mos ia plotësuar dëshirën e plotë.”*

Xhafer b. Sadik ka thënë: *“Kur më ofrohet diçka që më pëlqen, shikoj nefsin, nëse e dëshiron, do ta ushqej me atë të ofruar dhe kjo është më e mirë sesa ta ndalosh plotësisht. E nëse nefsi im përpiqet të bëjë sikur nuk e do atë ushqim, edhe pse e do, nuk do ta ushqej, si ndëshkim për mos-sinqeritet.”*

Pra, kjo është një mënyrë se si dënohet nefsi për shkak të epshit të fshehtë.

Shkurtimisht, ata që ikin nga epshi i ushqimit dhe bien në epshin e dyfytërisë, janë si ata që ikin nga akrepi dhe bien në prehrin e gjarprit; sepse epshi i dyfytërisë është shumë më i dëmshëm se epshi i ushqimit. Ndiurma dhe udhëzimi (*hidajet*), është nga Allahu Teala.

KAPITULLI I GJASHTË

ORGANI I SHUMIMIT

Dije se, epshi i marrëdhënies seksuale i është dhënë njeriut për dy dobi:

Dobia i parë është kënaqësia e marrëdhënies seksuale, e cila është dhënë për të kujtuar dhe për t'u përgatitur për kënaqësitë e ahiretit. Kënaqësia e marrëdhënies seksuale, që zgjat pak kohë, sikur të ishte e vazhdueshme, do të ishte kënaqësia më e madhe e trupit. Ndërsa kjo kënaqësi është e vazhdueshme me prekje në ahiret. Inkurajimi dhe frikësimi i çojnë njerëzit në lumturi. E kjo është e mundur vetëm duke e shijuar paraprakisht dhimbjen, ose kënaqësinë, Sepse njeriu nuk ndjen mall për diçka që nuk e shijon.

Dobia e dytë është mbijetesa e brezit dhe vazhdimi i ekzistencës. Pra, epshi seksual ka këto dy përfitime. Mirëpo, përballë këtyre dobive, ka edhe fatkeqësi që i tërheqin njerëzit në shkatërrim, në këtë botë dhe në botën tjetër. Nëse personi nuk mund ta kontrollojë epshin e vet dhe nuk e mban në maturi, ai do të shkatërrohet në këtë botë dhe në botën tjetër.

Në interpretimin e ajetit:

“O Rabbi ynë, mos na ngarko me atë për të cilën ne nuk kemi fuqi!” (2: Bekare-286),

është thënë se flitet për epshin e tepruar.

Shprehjet ‘*gasikin*’ dhe ‘*vakab*’ në këtë ajet, Ibn Abbasi r.a., i ka interpretuar si ngritjen e organit seksual mashkullor. Disa transmetues kanë thënë se këtë e ka thënë Resulallahu s.a.v.s.. E dihet se shprehjen ‘*idha vekabe*’ në ajet Resulallahu s.a.v.s., e ka komentuar si ‘*kur hyn organi seksual mashkullor.*’

Gjithashtu është thënë: “*Kur organi seksual i një personi ngritët, atij i largohen dy të tretat e mendjes së tij.*”

Resulallahu s.a.v.s., në duanë e tij thoshte:

“O Rabbi im! Më ruaj nga e keqja e dëgjimit tim, shikimit tim, organit tim dhe spermës time.”

Resulallahu s.a.v.s, gjithashtu ka thënë:

“Grat janë grackat e shejtanit.”¹⁶

Po të mos ishte epshi, gratë nuk do të kishin pushtet mbi burrat.

¹⁶ Isfahani në “*Tergib ve et-terhib*” nga Halid b. Zejdi.

Transmetohet se Musa a.s., po qëndronte ulur në një vend, dhe një person u shfaq para tij me një mbulesë shumëngjyrëshe në kokë. Kur u afrua, e hoqi mbulesën, e vendosi në tokë, e përshëndeti Musanë a.s., dha i tha:

- *Es-selamu alejke, o Musa.* Musa a.s., e pyeti:

- *Kush je ti?*, e ai tha:

- *Unë jam Iblisi.* Atëherë Musa a.s., i tha:

- *Nuk ka selam për ty. Pse erdhe këtu?*, e Iblisi tha:

- *Erdha të të jap selam ty, për shkak të gradës tënde të lartë tek Allahu.* Musa a.s., e pyeti:

- *Çfarë ke në kokë?*, e Iblisi i tha:

- *Është mbulesë, me të përpiqem t'i tërheq njerëzit drejt vetes dhe të hyj në zemrat e njerëzve.* Musa a.s., e pyeti:

- *Kur mbizotëron ti mbi njerëzit?*, e Iblisi tha:

- *Kur njeriut i pëlqen vetja, kur mendon se po bën shumë ibadet, kur i harron gjynahet; atëherë unë mbizotëroj mbi të.* Dhe duke vazhduar i tha:

- *O Musa, kujdes nga tri gjëra: Mos rri me një grua që nuk është hallall për ty, sepse unë do të jem i treti aty dhe do t'ju mashtroj të dyve. Mos premto atë që nuk do ta bësh dhe mbaj premtimin që e jep. Sadakanë jepen menjëherë; nëse nuk e jep menjëherë unë do të ndërhyj dhe do të pengoj që ajo të jepet.*

Pasi i tha këto, dhe duke u larguar Iblisi shtoi:

- Vaj halli! Musa mësoi nga çfarë t'i paralajmërojë të bijtë e Ademit.

Said b. Musejeb ka thënë: *“Sa herë që Allahu dërgonte një peygamber, Iblisi nuk hiqte dorë nga shpresa për ta mashtruar atë përmes grave, dhe në sytë e mi nuk ka rrezik më të tmerrshëm se gratë. Janë dy shtëpi në Medine ku unë hyj, njëra është shtëpia ime dhe tjetra është shtëpia e vajzës sime. Të xhumanë shkoj në shtëpinë e vajzës sime, atje lahem dhe shkoj herët në xhami. “*

Dikush ka treguar: *“Shejtani i ka thënë gruas:*

- Ti përbën gjysmën e forcës sime, të ushtrisë sime. Ti je si një shigjetë që godet cakun. Ti je vendi i sekretit tim dhe përfaqësues i imi në kohë nevoje.”

Gjysma e ushtrisë së shejtanit është zemërimi dhe gjysma tjetër është epshi. Më i madhi nga të gjitha epshet është epshi për femrën. Ky epsh e ka teprimin e vet, pamjaftueshmërinë, si edhe maturinë e vet.

Ky epsh ka fuqi të mposht mendjen dhe kur e robëron personin, e shtyn atë në kënaqje me gratë aq sa ai e humb rrugën për në botën tjetër dhe harron fenë. Ky epsh ekstrem disa njerëz i çon në dy rrugë shumë të këqija:

Njëra nga këto rrugë është përdorimi i gjërave që nxisin epshin për të pasur më shumë marrëdhënie, ashtu si disa që përdorin ilaçe për oreksin - të hanë më shumë dhe për tretje më të mirë. Gjendja e të këtillëve është si gjendja e atij që përballet me gjarpër helmues; kur gjarprin e zë gjumi, ky qetësohet, e kur gjarpri zgjohet, këtij prapë i duhet të kërkojë shpëtim. Sepse, në fakt, epshi për të ngrënit e tepërt dhe marrëdhëniet seksuale është një sëmundje. Njeriu e gjen kënaqësinë e tij jo në shtimin e kësaj sëmundjeje, por në largimin e saj. Sipas asaj që transmetohet në një hadith, Resulallahu s.a.v.s., ka treguar:

“Iu ankova Xhebrailit, a.s., për dobësinë e marrëdhënies intime, e ai më rekomandoi të ha keshkek.”¹⁷

Duhet ta dish se Resulallahu s.a.v.s, kishte nëntë gra. Ishte detyrë e tij t’u jep hakun të gjithave. Zaten edhe nëse do t’i shkurorëzonte, ishte e ndaluar dhe haram që ato të martoheshin me dikë tjetër. Prandaj, kërkesa e tij për forcë shtesë nuk ishte për kënaqësi, por për t’ju dhënë hakun grave të veta.

Rruga tjetër e keqe është se ky epsh ndonjëherë e zvarrit njeriun në perversi, e kjo është budallallëk edhe më i madh.

¹⁷ Lloj ushqimi i gatuar me mish dhe grurë

Kjo është gradë më ulët se e kafshëve. Sepse ky dashnor i rremë kurrë nuk mjaftohet me qetësimin e epshit të tij. Prandaj kjo është më e keqja dhe më e turpshmja prej epshit. Dashuria e tij është në çdo vend ku ai e kënaq epshin. As te kafshët nuk është ashtu. Kafsha kënaq epshin e vet ashtu si duhet, dhe më pas pushon e nuk e ndjek më epshin. Ndërsa i këtilli mendon se epshin seksual mund ta kënaq në çdo vend, prandaj vazhdimisht gjen një dashuri të re, dhe shkon pas saj. Ai e adhuron atë dhe vuan çdo lloj poshtërimi për të. Ai e vendos edhe mendjen e vet në shërbim të epshit të tij. Mirëpo, mendja është krijuar për t'u shërbyer, e jo për të qenë shërbëtore e epshit.

Dashuria është burim i teprimit me epsh. Kjo është një sëmundje e zemrës që nuk ka asnjë synim dhe që është bosh. Për të mos rënë në këtë gjendje duhet të braktisë mendimin për dashurinë që ka. Përndryshe, nëse nuk braktiset me kohë, më vonë kur ajo dashuri të vendoset në zemër, do të jetë e vështirë të shkulet me rrënjë nga aty. E tillë është edhe dashuria për pasuri dhe pozitë. Bile, ky është gjykimi edhe për lojën me pëllumba dhe për lojëra tjera.

Braktisja është e vështirë pasi të mësohesh. Disa njerëz janë dhënë pas këtyre, dhe u është shkatërruar dynjaja dhe ahireti. Ata nuk mund të shpëtojnë nga këto mësimet të këqija.

Ai që thyen sulmin e dashurisë që nga fillimi është si ai që kontrollon dizgjinët e kalit dhe që në lëvizjen e parë e largon kalin nga dera ku kali dëshiron të hyjë. Është e lehtë të parandalosh kalin të shkojë ku ai të dojë duke e kapur frerin dhe duke e tërhequr. Ndërsa personi që dëshiron të thyejë sulmin e dashurisë pasi ajo të jetë vendosur në zemër, është si ai që e lë kalin të kalojë derën dhe të hyjë, e pasi kali të hyjë ky e kap për bishti dhe duke e tërheqë, dëshiron ta nxjerr jashtë. Dallimi mes këtyre, për sa i përket vështirësisë dhe lehtësisë, është shumë i madh.

Prandaj, që nga fillim duhet të veprohet me kujdes, sepse kur bëhet vonë, duhet të luftojë më shumë, e kjo mund të zgjatë deri në vdekje. Tejkalimi i masës së epshit (*ifrat*) e mposht mendjen deri në atë shkallë, sa që është një gjendje shumë e shëmtuar.

Por, ekziston edhe *tefrit*-i i epshit, pra, mosarritja e masës. Ai që nuk martohet kurrë ose nuk martohet për shkak të pafuqisë, nuk është i lavdëruar. Ajo që pranohet dhe lavdërohet është maturia.

Marrëdhënia duhet të krijohet në përputhje me mendjen dhe sheriatin. Sa herë që epshi tejkalon masën (*ifrat*), thyerja e tij është uria dhe martesë. Ndërsa Resulallahu s.a.v.s., thotë:

“O të rinj, martohuni! Ata që nuk kanë mundësi të martohen, le të agjërojnë. Sepse agjërimi e thyen epshin.”

KAPITULLI I SHTATË

DETYRA E MURIDIT NË ÇËSHTJE TË MARTESËS

Dije se, muridi në fillim të udhëtimit të tij shpirtëror nuk duhet ta ngarkojë nefsin e vet me martesë. Sepse preokupimi me martesë mund ta pengojë udhëtimin e tij shpirtëror. Martesa e inkurajon të interesohet për gruan dhe kjo krijon afërsi. E një person që afrohet me dikë tjetër përveç Allahut, është larg prej Allahut. Nuk duhet ta mashtrojë muridin martesa e Resulallahut s.a.v.s., sepse asgjë e kësaj bote nuk ka mund të largojë zemrën e tij nga Allahu. Melaiket nuk krahasohen me farkëtarë. Prandaj Ebu Sulejman Darani ka thënë:

“Ai që martohet është i prirë kah dynjallëku. Nuk kam parë asnjë murid që është martuar, e të qëndrojë në gjendjen e vet të vjetër!”

Njëherë atij i thanë:

- *Të duhet një grua që të jetë pranë teje; e ai tha:
- Jo, Allahu na ruajt! Të martohesh e të afroresh me një grua do të thotë të largohesh nga Allahu.*

Ai gjithashtu ka thënë:

“Nëse gruaja, pasuria e fëmija të pengojnë në rrugë të Allahut, ato janë fatkeqësi për ty.”

Askush nuk mund të krahasohet me Resulallahun s.a.v.s.. Zhytja e tij në oqeanin e dashurisë së Allahut Teala ishte aq e fortë sa që ndonjëherë ndjente se po digjej në dashuri dhe ekzistonte një rrezik që kjo dashuri të kalonte në trup dhe të digjte trupin. Prandaj, ai prekte këmben e Aishes r.a., dhe i thoshte:

- O Aishe, fol me mua;

dhe në këtë mënyrë donte t'ia pakësonte forcën e asaj gjendjeje me të folmen e saj, sepse ai e kuptonte që trupi i tij nuk mund të rezistojë gjendjen në të cilën ndodhet. Afërsia e tij me Allahun ishte natyra e tij e vërtetë, e afërsia e tij me njerëzit ishte e përkohshme dhe për hir të mëshirës ndaj trupit të vet.

Përveç kësaj, ai nuk mund të qëndronte gjatë në shoqërinë e njerëzve. Kur mërzitej, thoshte:

- O Bilal, na qetëso;

pra, na qetëso me ezan e me thirrjen në namaz, sepse kënaqësia e Resulallahut s.a.v.s., ishte në namaz. Nëse një person i dobët e sheh veten në këtë mënyrë, ai gabon shumë. Sepse mendjet janë të paafta për të kuptuar sekretet e veprimeve të Resulallahut, s.a.v.s.. Ajo që është e nevojshme për muridin është të mos martohet derisa të forcohet në marifet. Natyrisht, kjo vlen kur epshi nuk e mbizotëron.

Nëse e mbizotëron epshi, duhet ta thyejë epshin me uri dhe agjërim të vazhdueshëm. Nëse nuk mund ta thyejë epshin kështu, dhe nëse nuk mund t'i mbrojë sytë nga harami, edhe pse nuk bën *zina*, është më mirë të martohet, për të qetësuar epshin. Përndryshe, një person që nuk mund të mbrojë sytë e tij, nuk mund të mbrojë as mendimet e tij. E nëse mendimet i shpërndahen, ai mund të përballlet me fatkeqësi të cilën nuk mund ta përballojë. Në fakt, zinaja e syrit është gjynahu i vogël, që e çon njeriun në zina të plotë. Një person që nuk është në gjendje t'i mbrojë sytë nga harami nuk do të jetë në gjendje të mbrojë organin e tij seksual. Isa a.s., ka thënë: *“Mos e shiko haramin, sepse ai shikim mbjell farën e epshit në zemër. E kjo mjafton për fitne.”*

Sad b. Xhubejr ka thënë: *“Për Davudin a.s., fitne ishte vetëm një shikim. Për këtë arsye, ai e këshilloi të birin Sulejmanin (a.s.) duke i thënë: “Shko edhe pas luanëve dhe gjarpërinjve, por mos ec pas gruas!”*

Kur e pyetën Jahjanë a.s.:

- *Ku është fillimi i zinasë? ; ai tha:*

- *Është në shikim dhe mendim.*

Sipas Fudajlit, Iblisi ka thënë: *“Shikimi haram është shigjeta ime e vjetër, që kurrë nuk e humb cakun.”*

Edhe Resulallahu s.a.v.s., ka thënë:

“Shikimi haram është një nga shigjetat e helmuara të Iblisit. Prandaj kush e braktis atë shikim prej frikës nga Allahu Teala, Allahu do t'i japë atij një iman të cilit ky do t'ia ndjejë shijen në zemër.”

“Nuk ka fitne më të dëmshme për meshkujt sesa femrat.”¹⁸

“Kujdes nga fitne e dynjallëkut dhe femrës! Fillimi i fitnes së bijve të Izraelit ishte nga gratë.”¹⁹

Allahu Teala thotë:

“Thuaju besimtarëve të ndalin shikimet (prej haramit).” 24-Nur: 30

Resulallahu s.a.v.s., thotë: **“I gjithë trupi i njeriut ka hise në zina. Sytë bëjnë zina, e zinaja e tyre është shikimi. Duart bëjnë zina, e zinaja e tyre është prekja. Këmbët bëjnë zina, e zinaja e tyre është ecja (drejt haramit). Goja bën zina, e zinaja e saj është puthja. Zemra dëshiron dhe lakmon diçka, e organi seksual e pranon ose e refuzon atë.”²⁰**

¹⁸ B Muslimi nga Ebu Said el- Hudri.uhariu dhe Muslimi nga Usame b. Zejdi.

¹⁹ Muslimi nga Ebu Said el- Hudri.

²⁰ Buhariu dhe Muslimi nga Ibn Abbasi.

Ummu Seleme r. anha., gruaja e Resulallaut s.a.v.s., nëna e besimtarëve, tregon: “Një ditë, Ibn Ummu Mektumi, (Abdullah ibn Kajs), i cili ishte i verbër, kërkoi leje të hynte në praninë e Resulallahut s.a.v.s., Unë dhe gruaja e tij tjetër Meimune ishim aty, dhe Resulallahu s.a.v.s., na tha:

- **Fshihuni pas perdes. Ne thamë:**

- Ky njeri është i verbër në të dy sytë, pse të fshihemi? Resulallahu s.a.v.s., tha:

- **Nëse ai nuk ju sheh juve, ju e shihni atë.**²¹

Ky hadith dëshmon se nuk lejohet që gratë të ulen as me burra të verbër, siç është adet sot në tubime dhe festa. Të verbrit i ndalohet të qëndrojë vetëm me një grua dhe gruas i ndalohet të qëndrojë vetëm me një të verbër dhe ta shikojë atë pa nevojë. Femrave u lejohet të flasin dhe të shikojnë meshkujt vetëm kur kjo është nevojë e përgjithshme.

Nëse muridi mund ta mbajë shikimin nga femrat, por nuk mund ta mbajë nga djali në moshën e pjekurisë, atëherë më mirë është që ai të martohet. Fitne e djalit është më e madhe se ajo e femrave, sepse, nëse zemra e njeriut anon kah një femër, ai mund ta bëjë hallall duke u martuar me të.

²¹ Këtë hadith e kanë transmetuar Ibn Maxhe, Nesai dhe Tirmidhiu. Tirmidhiu ka thënë se hadithi është *hasen* dhe *sahih*.

Ndërsa, shikimi me epsh në fytyrën e djalit të ri është haram. Bile, kur shikon fytyrën e një të riu në moshën e pjekurisë, dhe nëse sheh dallim mes mjekrës së vet dhe fytyrës së të riut, është haram ta shikojë atë të ri.

Nëse ti thua: *Çdo njeri i ndjeshëm e kupton dallimin mes të bukurës dhe të shëmtuarës, dhe fytyrat e djemve të rinj ishin gjithmonë të pambuluara.*

Unë them se: Qëllimi nuk është vetëm të dallosh me sy të bukurën nga e shëmtuara. Sigurisht që syri e bën atë dallim; kjo është normale. Por, ky dallim duhet te jetë si dallimi mes një peme të gjelbër me lule dhe një peme të thatë, si dallimi mes ujit të pastër dhe ujit të turbullt. Sepse njeriu ka prirje kah njëra prej këtyre, si me sy ashtu edhe me natyrën e vet. Por kjo prirje nuk bëhet me epsh, dhe për këtë arsye njeriu nuk mendon të përqafojë e të puthë lulen, ose ujin e pastër.

Prandaj, kur e shikon një djalë të pashëm dhe një tjetër të shëmtuar, natyrshëm që anon kah djali i pashëm dhe gjen dallim mes tyre. Pra, ky dallim nuk është epshor, dhe nuk dëmton. Por, kjo kuptohet nëse, kur nefsi anon kah ai djalë i pashëm, a dëshiron edhe ta prekë apo jo.

Kur gjen këtë prirje në zemër dhe nëse bëhet dallim mes shikimit të një fytyre të bukur dhe shikimit të luleve të bukura, pëlhurës të qëndisur a tavaneve të zbukuruara - shikimi në atë fytyrë është epyhor dhe haram. Kjo është një çështje të cilës njerëzit nuk i japin vëmendje, dhe në të janë të dobët, e kjo dobësi i tërheq ata në rreziqe që nuk i njohin.

Një taibin ka thënë: *“Për një të ri të devotshëm, një luan grabitqar është më pak i rrezikshëm sesa një djalë pa mjekër me të cilin shoqërohet.”*

Sufijan es-Sevri ka thënë: *“Nëse një person do të luante me epysh vetëm me dy gishtat e këmbëve të një djali, kjo konsiderohet homoseksualizëm.”*

Transmetohet se një selef ka thënë: *“Në këtë ummet do të shfaqen tre lloje homoseksualizmi; një lloj shikon, një lloj shtrëngon duart, dhe një lloj e bën me veprim.”*

Po kuptohet se ekziston një rrezik i madh në shikimin e djalit në moshën e pjekurisë. Prandaj kur muridi nuk mund të heqë sytë dhe të kontrollojë mendimet e tij, është më mirë që të kontrollojë epyshin e vet duke u martuar. Sepse ka epysh që nuk i qetëson uria.

Një person tregon: “Në fillim të udhëtimit tim shpirtëror, epshi më pushtoi aq shumë sa nuk munda ta duroja. Ndërkohë iu luta shumë Allahut që të më shpëtojë. Një natë pashë një person në ëndërr, më pyeti për gjendjen time, e unë i tregova. Ai tha:

- Afrohu.

U afrova, ai ma vuri dorën në gjoks. Ndjeva ftohtësinë e dorës së tij në zemrën time dhe në të gjithë trupin. Kur u zgjova, epshi ishte zhdukur. Kjo gjendje vazhdoi për një vit. Pas një viti epshi më pushtoi përsëri. Përsëri iu luta Allahut dhe përsëri e pashë atë personin në ëndërr. Personi më tha:

- A do që të godas në qafë për të shpëtuar?

Unë e zgjata qafën dhe ai më goditi në qafë me shpatë. Kur u zgjova, nuk kishte asnjë gjurmë nga epshi im. I qëndrova larg epshit për një vit, por përsëri më mbizotëroi epshi. Përsëri, iu luta Allahut dhe edhe këtë herë pashë të njëjtin person në ëndërr. Më tha:

- Deri kur do t'i luteni Allahut që të largojë diçka të cilën Allahu nuk dëshiron ta largojë?

Pas kësaj menjëherë u martova, edhe epshi u qetësua, e më lindën fëmijë.”

Muridi nuk duhet të braktisë kushtet e udhëtimit shpirtëror kur ndjen nevojën për t'u martuar, as me martesë, e as në vazhdimësinë e martesës.

Kur martohet, duhet të martohet me nijet të mirë dhe të ketë ahlak të mirë gjatë martesës. Duhet të përmbushë të drejtat e gruas. Këto i kemi shpjeguar në librin *“Rregullat e jetës martesore”*, dhe nuk do t'i përsërisim.

Dëshmia e vullnetit të tij të mirë është se ai preferon të martohet me një grua të varfër dhe fetare, e nuk kërkon një grua të pasur.

Zaten, dikush ka thënë:

“Ai që martohet me një grua të pasur, do të përballlet me pesë vështirësi: i duhen shumë para për martesë (mehir), do të vonojë në gjerdek, nuk i bëhet hyzmet (gratë e pasura nuk i bëjnë punët e shtëpisë) dhe shumë harxhime (sepse e pasura nuk kënaqet me pak), dhe, nëse dëshiron të shkurorëzohet, nuk guxon, nga frika se e humb pasurinë. E një grua e varfër dhe fetare nuk ka asgjë nga këto.”

Edhe një person tjetër ka thënë:

“Më e dobishme është që gruaja të jetë në një nivel më të ulët se burri në katër çështje, përndryshe do ta përçmojë burrin: duhet të jetë më e re se burri, më e shkurtë se burri, më e varfër se burri, dhe më e ulët në fisnikëri se burri.

Edhe burri duhet të jetë në një nivel më të ulët se gruaja në katër çështje: të jetë më e bukur se burri, më e edukuar se burri, më e devotshme se burri, më e moralshme se burri.” Zaten, shenjë e qëllimit të sinqertë në martesës është sjellja e mirë.

Një murid u martua, dhe vazhdimisht i bënte hyzmet gruas, sa gruaja u turpërua. Ajo i tregoi nënës së saj situatën, dhe i thotë:

- Ky njeri më habit. Jam aq shumë vite në shtëpinë e tij, dhe ende, sa herë të shkoj në tualet, ai do të vrapojë para meje dhe do ta çojë ujin atje.

Një murid u martua me një grua të bukur. Kur u afrua koha e dasmës, ajo u sëmur nga lija. Familja e saj ishte me të drejtë e shqetësuar, nga frika se kjo do të ishte arsye që ai ta shihte si të shëmtuar. Por, ai u tha se edhe ai vet kishte qenë i sëmurë, se kishte pasur infektim të syrit dhe se në fund kishte humbur shikimin. Ajo u martua me të dhe familja e saj nuk u shqetësuan më. Ajo jetoj me të për njëzet vjet dhe më pas vdiq. Muridi i hapi sytë, të cilët i kishte mbyllur për njëzet vjet. Kur të tjerët e pyetën pse e bëri këtë; ai u përgjigj:

- E bëra për familjen e saj, që të mos shqetësoheshin më. Ata i thanë:

- Ti me këtë ahlakun tënd të bukur na kalove të gjithë neve.”

Një nga sufitetë u martua me një grua me ves shumë të keq, e ai duronte. Kur shokët e tij e pyetën:

- *Pse po e duron, shkurorëzoje!*; ai u përgjigj:

- *Kam frikë se do ta martojë dikush që nuk do të mund ta durojë.*

Nëse muridi martohet, kështu le të veprojë ndaj gruas së tij. Nëse nuk është në gjendje t'i mbajë së bashku vlerën e lartë (*fazilet*) të martesës dhe vlerën e lartë të udhëtimit të vet shpirtëror, atëherë më mirë e ka të mos martohet.

Transmetohet se Muhammed el-Hashimi (një guvernator) kishte të ardhura ditore prej tetëdhjetë mijë dërhëmë. Ai u shkroi letër të gjithë dijetarëve të Basras që t'i gjenin një grua për martesë, e ata të gjithë ranë dakord se Rabia Adavije është e përshtatshme për të, dhe. El-Hashimi i shkroi asaj një letër:

“Filloj me emrin e Allahut, të Gjithëmëshirshmit dhe Mëshirëplotit.

Pas kësaj, duhet ta dini se Allahu Teala më ka bërë të fitoj tetëdhjetë mijë dërhëmë si të ardhura ditore. Nuk duhet shumë kohë për ta arritur njëqind mijë dërhëmë. Me punën time do t'i shtoj këto të ardhura ditore në njëqind mijë dërhëmë. Unë do t'ju jap edhe shumë gjëra të tjera. Më jep një përgjigje në lidhje me martesën.”

Rabia Adavije iu përgjigj:

”Filloj me emrin e Allahut, të Gjithëmëshirshmit dhe Mëshirëplotit.

Pas kësaj duhet të dini se zahid, pra largimi nga dynjallëku është rehati edhe për zemrën edhe për trupin, dhe dëshira për dynjallëk sjell vetëm hidhërim e brenga. Kur t'ju vijë kjo letër e imja, filloni të përgatisni jetën tuaj për udhëtimin në ahiret dhe përkushtojuni kthimit te Rabbi tuaj. Bëhu vet zbatues i testamentit tënd dhe mos ua lë njerëzve, që ata ta ndajnë trashëgiminë tënde mes tyre. Agjëro gjatë gjithë kohës dhe iftari juaj i fundit le të jetë vdekja. Sa për mua, do të ishte shumë vështirë për mua të preokupohesha me diçka tjetër përveç Allahut, qoftë edhe sa hap e mbyll sytë, edhe nëse Allahu më jep disa herë më shumë se ajo që të ka dhënë ty. “

Kjo letër e Rabia Adavijes tregon se gjithçka që pengon përmendjen e Allahut, është mangësi.

Muridi duhet të shikojë gjendjen dhe zemrën e vet. Nëse gjen afërsi me Allahun në beqari, kjo është më e mira. Nëse epshi i tij është mbizotërues në beqari, është më mirë të martohet.

Ka tre ilaçe, për shërimin e sëmundjes së epshit, e ato janë uria, mbrojtja e syrit nga harami, dhe angazhimi i zemrës me detyra. Nëse këto tre ilaçe nuk ndihmojnë, atëherë e vetmja zgjidhje për t'i prerë rrënjët e kësaj sëmundje është martesë.

Për këtë arsye, selefët martoheshin të rinj, e edhe vajzat e tyre i martonin menjëherë. Said b. Musejjebe ka thënë: *“Kur Iblisi nuk mund ta mashtrorë një person me mjete tjera, përpiqet të mashtrorë përmes grave.”*

Said b. Musejjebe, ishte tetëdhjetë e katër vjeç dhe i verbër në njërin sy, por thoshte: *“Rreziku më i madh për mua është rreziku i grave.”*

Abdullah b. Ebu Veda tregon: *“Rregullisht shkoja në mexhlisin e Said b. Musejjebit, e një herë më ndodhi që nuk shkova për disa ditë. Kur shkova përsëri, ai më pyeti:*

- *Ku ishe?; e unë i thashë:*
- *Më vdiq gruaja, isha i zënë me varrim; e Saidi tha:*
- *Pse nuk na njoftove, të kishim ardhur në varrim; e më vonë, kur desha të largohem, më pyeti:*
- *A ke gjetur grua të re?; e unë i thashë:*
- *Kam vetëm dy-tre dërhëmë në xhep, kush të më japë grua mua? Saidi tha:*
- *Unë ta jap vajzën time. E pyeta:*
- *A e ke seriozisht?; e Saidi tha:*

- Po, seriozisht e kam; dhe e lavdëroi e falënderoi Allahun Teala, dhe i dërgoi salavat dhe selam Resulallahut s.a.v.s., e ma dha vajzën e vet, për dy-tre dërhëmë. Abdullahu tutje vazhdon:

“U ngrita në këmbë, i hutuar nga gëzimi dhe nuk dija çfarë të bëja. U ktheva në shtëpi. Mendoja se nga kush mund të huazoj para për t'u martuar. Isha duke agjëruar. Pasi fala namazin e akshamit, ndeza dritën dhe u ula për iftar; pak bukë dhe pak vaj ulliri. Papritur pati një trokitje në derë. Unë pyeta:

- Kush është?

- Jam Saidi, tha. Mendova për të gjithë Saidët që i njihja, përveç Said b. Musejjebiut, sepse kishte dyzet vite që Said b. Musejjebiu nuk ishte parë askund tjetër përveç në shtëpinë e tij dhe në xhami. Kur e çela derën dhe pashë pikërisht Said b. Musejjebiun, i thashë:

- O Ebu Muhamed! Çfarë ndodhi, po të kishit dërguar dikë, unë do të vija tek ju! Ai tha:

- Jo, më mirë unë të vij te ti! Unë i thashë:

- Për çfarë bëhet fjalë?; e ai tha:

- Ishe beqar, e sot u martove. Nuk doja që të zgjohesh vetëm në mëngjes, e të solla nuse. Pashë vajzën e tij duke i qëndruar mbrapa. Ai e kapi për dore, e futi në shtëpinë time, dhe e mbylli derën. Ajo dridhej nga turpi, e unë ia mbajta dorën. Pastaj e largova bukën dhe vajin e ullirit, që të mos i shohë ajo. Më pas u ngjita në çati dhe i thirra komshinjtë. Ata erdhën dhe pyetën:

- Çfarë ndodhi?; e unë ju tregova:

“Sot Said b. Musejebiu ma dha vajzën e tij. Më martoi me të dhe e solli në shtëpinë time. Komshinjtë thanë:

- Çfarë thua, Saidi ta dha vajzën e tij?; e unë ju thashë:

- Po, është në shtëpi. Ata erdhën te ajo, e lajmi i shkoi edhe nënës sime. Ajo erdhi e më tha:

- Nëse e prek vajzën derisa ta përgatis, fytyra ime të qoftë haram. Dhe unë prita tri ditë, pastaj hyra në dhomën e saj. Ajo ishte e bukur si hëna e plotë. Ishte edhe hafize; dinte Kuranin përmendësh më mirë se kushdo. E njihite shumë mirë sunnetin e Resulallahut s.a.v.s., dhe i dinte mirë të drejtat e burrit dhe detyrat martesore. Kaloj një muaj, por as Saidi nuk erdhi tek unë, e as unë nuk shkova te Saidi. Pas një muaji, unë shkova te ai. E gjeta duke dhënë ders. I dhashë selam, ai ma pranoi selamin, dhe unë u ula. Ai nuk më foli derisa njerëzit u shpërndanë. Pasi u larguan të gjithë, u ktheje nga unë dhe më pyeti për vajzën e tij, e unë i thashë se është shumë mirë. A tha:

- Nëse nuk është e dëgjueshme ndaj teje, rroke shkopin!

Kërkova leje dhe u ktheva në shtëpi, e Saidi dërgoi pas meje njëzet mijë dërhëmë.

Njëri nga transmetuesit e kësaj historie, Abdullah b. Sulejmani, ka thënë:

- Këtë vajzen e Said b. Musejjebiut, e kërkoi edhe Abdulmalik b. Merveni për djalin e vet, Velidin, të cilin e emëroi trashëgimtar. Por Saidi nuk ia dha vajzën atij. Që nga ajo ditë, Abdulmeliku priste një mundësi kundër Saidit, dhe në një rast e goditi Saidin me njëqind shkopinj në një ditë të ftohtë, i derdhi një kovë me ujë në kokë, dhe e veshi me një xhybe leshi si ndëshkim.

Nxitimi i Saidit atë natë për ta martuar Ebu Vedan tregon për gajlen e epshit dhe njofton se në fe është vaxhib që kjo gajle të shuhet me martesë. Allahu qoftë i kënaqur me të dhe e mëshiroftë.

KAPITULLI I TETË

FAZILETI I PARANDALIMIT TË EPSHIT SEKSUAL DHE DËSHIRËS SË SHIKIMIT

Dije se, epshi më i fortë është epshi seksual. Ky është epsh që, kur ndizet, e dominon më së shumti njeriun, dhe ia kundërshton mendjen. Meqenëse përfundimi i kësaj është jashtëzakonisht i shëmtuar, njerëzit kanë frikë dhe nuk bëjnë zina.

Në përgjithësi, njerëzit nuk i afrohen epshit, qoftë për shkak të pafuqisë së tyre, frikës, marres, apo për të mbrojtur trupin dhe zemrën. Largimi nga ky epsh me këto sebepe nuk ka ndonjë sevap, sepse të gjitha këto janë parapëlqim i një dëshire të nefsit mbi një tjetër. Sidoqoftë, çfarëdo sebepi që pengon të mos bëhet një e keqe, është i dobishëm; ai që braktis tradhtinë bashkëshortore (*zina*), për çfarëdo sebepi - do të shpëtojë nga gjynahu i zinasë.

Por, fazileti i vërtetë dhe shpërblimi i madh është të braktisja e zinasë vetëm për rizanë e Allahut, edhe pse të gjitha sebetet janë aty dhe epshi është i ndezur. Kjo është grada e sidikëve.

Prandaj Resulallahu s.a.v.s., ka thënë:

“Ai që bie në dashuri dhe e fshehë atë për shkak të ndershmërisë së vet, dhe më pas vdes, është shehid.”²²

Resulallahu, s.a.v.s., gjithashtu kë thënë:

“Shtatë lloj njerëzish do t’i marr Allahu nën hijen e Arshit, në ditën kur nuk do të ketë hije tjetër,²³ e njëri prej tyre është personi të cilin e thërret gruaja e pasur dhe e bukur për zina, e ai i thotë:

“i frikësohem Allahut!”

Rasti i Jusufit a.s., është i njohur, i cili nuk pranoi të bënte zina me Zelianë, ani që edhe vet e kishte dëshiruar atë. Allahu Teala e lavdëroi Jusufin a.s., për këtë veprim në Kurani Kerim, dhe ai u bë shembulli kryesor për të gjithë ata që luftuan kundër shejtanit në çështjen e këtij epshi të fortë.

Transmetohet se Sulejman b. Jesari ishte një nga njerëzit më të bukur. Një ditë, te ai erdhi një grua dhe e ftoi në zina. Sulejmani e refuzoi dhe u largua me vrap nga shtëpia duke e lënë gruan aty. Sulejmani tregon: *“Natën pas kësaj ngjarjeje, pashë në ëndërr Jusufin a.s., dhe e pyeta:*

²² Hakimi në **“et-Tarih”**, e është një transmetim nga Ibn Abbasi nëpërmjet Suvejdës.

²³ Muttefekun alejhi nga Ebu Hurejre.

- *A je tij Jusufi (a.s.).* Ai tha:

- ***Po, unë jam Jusufi që dëshiroj, e ti je Sulejmani që nuk dëshiroj;*** dhe me këtë vuri shenjë në këtë ajet:

“Ajo e dëshiroi atë; por edhe Jusufi do ta kishte dëshiruar atë, sikur të mos kishte parë provën e Rabbit të vet.” 12-Jusuf: 24

Gjithashtu transmetohet se Sulejmani u nis nga Medina për të shkuar në haxh. Ai kishte një shok me vete. Ata u ndalën për konak në një vend të quajtur *Iva*, që ndodhet midis Mekës dhe Medinës. Shoku i Sulejmanit shkoi në pazar për të blerë diçka. Sulejmani qëndroi në çadrën e tyre. Sulejmani ishte shumë i bukur, dhe shumë i devotshëm. Një nga gratë e shkretëtirës e pa nga kodra Sulejmanin, zbriti poshtë, u afrua dhe u ul para tij. Fytyra e saj ishte e mbuluar me perçe dhe duart me dorëza. Ajo hoqi perçen dhe fytyra i shkëlqente si hëna e plotë, e i tha Sulejmanit:

- *Më rehato.* Sulejmani mendoi se gruaja donte ushqim; shkoi te ushqimi i mbetur që t'ia jepte, por ajo i tha:

- *Jo, nuk dua ushqim. Dua atë që bën një burrë me gruan e tij.* Sulejmani tha:

- *Iblisi të dërgoi tek unë!;* dhe uli kokën mes gjunjëve, e filloi të qajë. Kur ajo pa se Sulejmanit nuk po i ndaleshin lotët, e mbuloi fytyrën e u largua. Më vonë, shoku i Sulejmanit erdhi prej pazarit dhe kur e pa duke

qarë, e pyeti për arsyen. Sulejmani tha se e kishte marrë malli për fëmijët, por shoku i tij i tha:

- *Jo! Diçka ka ndodhur. Sepse me fëmijët je ndarë tri ditë më parë. Më trego çfarë ndodhi.*

Shoku insistoi dhe Sulejmani i tregoi se çfarë kishte ndodhë. Këtë herë të dy filluan të qajnë. Sulejmani e pyeti shokun:

- *Ti pse po qanë?;* e shoku i tij tha:

- *Po të isha unë, ndoshta nuk do të mund ta zotëroja veten, prandaj po qaj.*

Kur erdhën në Meke Sulejmani bëri tavafin, u mbështoll me rrobat e tij dhe e zuri gjumi. Një burrë i gjatë, me një fytyrë të bukur iu shfaq në ëndërr. Sulejmani e pyeti:

- *Kush je ti?;* e ai i tha:

- *Unë jam Jusufi, i biri i Jakubit.* Sulejmani tha:

- *Ngjarja mes teje dhe gruas së Azizit është e tmerrshme!* Jusufi a.s., tha:

- *Gjendja jote me gruan në Iva është edhe më e tmerrshme!*

Resulallahu s.a.v.s., ka treguar:

“Tre veta nga një popull që jetonte para jush u nisën për rrugë. Kur u bë aksham, hynë në një shpellë. Një gur u rrokullis nga mali dhe plotësisht e mbylli hyrjen e shpellës. Ata thanë:

- *Asnjë fuqi nuk mund të na shpëtojë nga ky gur, përveçse t'i lutemi Allahut që ta largojë për hir të veprave të mira që kemi bërë. Njëri prej tyre tha:*

- *O Allahu im, unë kisha prindër shumë të moshuar. Në kohën e akshamit kurrë nuk e kam ushqyer as familjen time, as shërbëtorët e mi, para tyre. Një ditë u vonova duke mbledhur bar dhe dru. Kur u ktheva në mbrëmje, i gjeta në gjumë. Unë kisha mjelë qumështin e akshamit për ta. Por, meqenëse i gjeta në gjumë, nuk desha t'i ushqeja anëtarët e tjerë të familjes para tyre. Prita me enë qumështi në dorë deri në mëngjes, fëmijët e mi pran këmbëve të mia, qanin nga uria. Kur u bë mëngjes, ata u zgjuan dhe pinë qumështin e tyre. O Allahu im, nëse këtë e kam bërë për rizanë Tende, atëherë na e largo neve këtë shkëmb nga hyrja e kësaj shpelle.*

Shkëmbi lëvizi pak, por jo edhe aq sa të mund të dalin. Personi i dytë tha:

- *O Allahu im, një i afërm i imi kishte një vajzë të cilën e doja shumë. Doja të kisha marrëdhënie me të, por ajo nuk pranoi. Një vit pati krizë për bukë, e ajo erdhi tek unë dhe kërkoi ndihmë, Unë ia dhashë 120 dinarë me kusht që të më dorëzohet, dhe ajo e pranoi këtë kusht. Pikërisht kur desha ta përqafoj, ajo më tha:*

- *Ki frikë Allahun! Thyeje vulën siç duhet (duke u martuar). Kur e tha këtë, unë u largova prej saj, edhe pse e doja shumë, duke ia falë të hollat që ia dhashë. O*

Allahu im, nëse unë këtë e kam bërë vetëm për rizanë Tënde, na e largo këtë vështirësi në të cilën jemi!"

Shkëmbi përsëri lëvizi edhe pak por jo mjaftueshëm sa të mund të dilet prej aty. Personi i tretë tha:

- O Allahu im! Unë kam pasur punëtorë dhe të gjithëve ua kam paguar menjëherë fitimin e merituar, përveç një njeriu i cili u largua para se ta merrte pagën. Unë pagën e tij e përdora si duhet dhe pasuria e tij u shtua. Pas një kohe ai punëtor u kthye, e më tha: "O rob i Allahut, ma jep të pagën time të papaguar!" Unë i thashë: "Krejt çka sheh, pasuria, delet, lopët, devetë dhe skllëverit, janë prej pagës tënde që është shtuar." Ai tha: "O rob i Allahut, mos u tall me mua!" Unë i thashë: "Nuk po tallem", pastaj ai e mori tërë mallin dhe shkoi, duke mos më lënë asgjë. O Allahu im, nëse unë këtë e kam bërë vetëm për rizanë Tënde, atëherë na e largo këtë shkëmb nga hyrja e shpellës!"

Shkëmbi u rrokullis, kurse udhëtarët dolën dhe e vazhduan rrugën.²⁴

Pra, ky është fazileti i atyre që kanë fuqinë për të përmbushur dëshirat e epsheve të tyre, por për shkak të dëlirësisë, nuk i nënshtrohen epshit. Afër kësaj është edhe ai që i ruan sytë nga harami, sepse shikimi në haram është fillimi i zinasë. Prandaj mbrojtja e syve

²⁴ Buhariu nga Abdullah b. Omeri.

është e rëndësishme, e në të njëjtën kohë edhe është shumë e vështirë. Kjo për faktin se zakonisht mbrojtja e syrit konsiderohet e lehtë dhe frika prej kësaj nuk shihet si e madhe. E fatkeqësia fillon me shikim. Nëse shikimi i parë nuk bëhet me dashje, personi nuk mban përgjegjësi për këtë. Por nëse shikon përsëri, ai është përgjegjës.

Në fakt, Resulallahu s.a.v.s., ka thënë:

“Shikimi i parë është me ty, e i dyti është kundër teje.”²⁵

Ala b. Zijadi ka thënë: *“Mos ia ngul sytë fustanit të gruas, sepse ai shikim mbjell farën e epshit në zemër.”*

Të paktë janë ata që mund t'i mbajnë sytë e të mos shikojnë përsëri femrën ose djalin e ri.

Kur njerëzit mendojnë për bukurinë e asaj që shohin, ata duan të shikojnë përsëri atë bukuri. Në aso momente njeriu duhet t'i thotë nefsit: *“Nëse shikon përsëri, kjo është injorancë!”*

Sepse, nëse shikon përsëri dhe pëlqen atë që sheh, nuk mund të bëjë asgjë, vetëm se do të ketë më shumë mall. E nëse nuk i pëlqen, e ky duke pritur të shohë

²⁵ Ebu Davud dhe Tirmidhiu nga Beriu.

bukuri, sheh të shëmtuarën, mërzitet. Në të dyja rastet do të vuajë e do të ketë mall. Përveç kësaj, fiton gjynah. Kur i mbron sytë nga shikimi i haramit, e mbron zemrën nga shumë fatkeqësi. Edhe ai që ka mundësi ta mbrojë shikimin nga harami, ka nevojë për forcën dhe udhëzimin shpirtëror.

Sipas një transmetimi nga Ebu Bekir b. Muzeni një kasap ishte dashuruar në një vajzë të komshiut të tij. Familja e vajzës e dërgoi vajzën në një fshat tjetër për një nevojë. Edhe kasapi shkoi pas saj, dhe kur e arriti, kërkoi marrëdhënie seksuale me të. Vajza i tha:

- *Mos e bëj këtë, sepse unë të dua ty më shumë se ti mua, por i frikësohem Allahut.* Kur dëgjoi këtë, kasapi tha:

- *Ti i frikësohesh Allahut, e unë a nuk kam frikë prej Tij?!*, dhe u kthye duke u penduar për veprimin e vet. Rrugës ishte i etur për vdekje. Ndërkohë, ndeshet me një nga pejgamberët e Izraelit dhe i thotë se mushkëritë po i digjen nga nxehësia. Pejgamberi i tha:

- ***Eja t'i lutemi Allahut të na japë një re si hije derisa të arrijmë në fshat!*** Kasapi i tha:

- *Unë nuk kam një vepër të vlefshme që të mund t'i lutem Allahut! Por lutu ti.* Pejgamberi i tha:

- ***Unë do të lutem, e ti thuaj "amin".***

Pas kësaj, pejgamberi u lut, kasapi tha amin dhe një re ju bëri atyre hije derisa arritën në fshat.

Në fshat secili shkoi në drejtimin e vet. Por reja, duke i bërë hije kasapit, shkoi në drejtimin e kasapit. Kur e pa këtë, peygamberi tha:

- Ti the se nuk ke një vepër të vlefshme! Isha unë që u luta, ti vetëm the amin. Allahu e dërgoi renë, e ajo u bë hije për ne. Por ajo tani po vjen me ty. Ka një hikmet në këtë, më trego për gjendjen tënde.

Kasapi i tregoi peygamberit se çfarë kishte ndodhur, e Peygamberi tha:

- Ai që pendohet sinqerisht ka një aso vendi tek Allahu që askush tjetër nuk e ka.

Ahmed b. Said el-Abid transmeton nga babai i tij, dhe thotë kështu:

- Babai më ka treguar se kur ishin në Kufe, me ta ishte një i ri, i cili falte pesë kohët e namazit në xhami, ishte i devotshëm, me pamje të ëmbël, ahlak të bukur e sjellje të mira. Një grua shumë e bukur u dashurua në të. Një ditë i doli përpara derisa ai po shkonte në xhami, dhe i tha:

- O djalosh, dëgjoji këto pak fjalë që do t'i them, pastaj bëj çfarë të duash.

Ai kaloi pranë saj dhe nuk i tha asgjë. Gjatë kthimit nga xhamia, ajo sërish i doli përpara, dhe i tha:

- O djalosh, kam diçka për të thënë.

I riu mendohet pak, dhe i thotë:

- Biseda im me ty ngjall dyshim, e unë nuk dua të bëhem objekt i akuzës dhe qortimit. Gruaja i tha:

- Allahu është dëshmitari im që unë e di gjendjen tënde. Kërkoj mbrojtje tek Allahu që besimtarët tjerë të mendojnë diçka të tillë për ty shkakun im. Po ju takoj kështu sepse e di që ju besimtarët jeni si bilur dhe nuk pranoni njollë, dhe se një njollë e vogël konsiderohet si një e metë e madhe për ju. Ajo që dua t'ju them është se i gjithë trupi im është i preokupuar me ty, e Allahu na bekoftë të dyve.

I riu shkoi në shtëpi, deshi të hyjë në namaz, por u hutua nga fjalët e gruas. Ai u ul, mori lapsin dhe letrën, e filloi të shkruajë, e më pas doli nga shtëpia, e gjeti gruan në vendin e njëjtë, ia dha letrën dhe u kthye në shtëpi.

Në letër kishte shkruar:

- Bismil'lahi'r-Rahmani'r-Rahim. Oj grua, dije se kur personi bën gjynah, Allahu Teala është i mëshirshëm me të. Nëse personi i kthehet gjynahut për herë të dytë, Allahu Teala do t'ia mbulojë atë. E kur personi t'i dorëzohet plotësisht gjynahut, Allahu Teala zemërohet aq shumë me të, saqë as qiejt, as toka, as malet, as bimët dhe as kafshët nuk e përballojnë dot atë zemërim. Kush mund ta durojë zemërimin e Tij? Nëse ajo që thua është gënjeshtër, po të kujtoj ditën kur qielli do të bie si bakri i shkrirë, malet do të hidhen si pambuku dhe të gjithë do të gjunjëzohen përballë madhërisë së Allahut.

Unë jam i paaftë ta përmirësoj veten, e si do ta përmirësoj dikë tjetër? Nëse ajo që thua është e vërtetë, më lejoni t'ju tregoj një mjek të mirë që do t'ju shërojë. Ai i shëron të gjitha plagët dhe dhimbjet. Ai mjek është Allahu Teala; sinqerisht drejtojuni Atij për ndihmë. Tek unë nuk ke dobi, sepse ky ajet më largon prej teje:

“Ti tërhiq atyre vërejtjen për ditën e kiametit, kur zemrat, mllëfosur arrijnë në fyt. Për zullumqarët nuk ka as mik e as ndërmjetësues që i shkon fjala.

Ai di për shikimin me cep të syve, e edhe për atë që e fshehin në zemra.” (40-Gafir: 18, 19), e ku të ikim nga ky ajet?

Ditë më vonë, ajo përsëri doli para tij në rrugë. Kur e pa gruan, djaloshi deshi të kthehet mbrapa, por gruaja i tha:

- Mos u kthe! Takimi ynë i radhës do të jetë në praninë e Allahut, në Ditën e Gjykimit; dhe duke qarë vazhdoi:

- E lus Allahun, i cili e mban çelësin e zemrës tënde, të lehtësojë atë që është e vështirë për ty; dhe duke i shkuar pas, i tha:

- Ma jep një këshillë që unë gjithmonë do ta mbaj parasysh dhe do të veproj sipas saj. I riu i tha:

- Të këshilloj të mbrohesh nga e keqja e nefsit tënd dhe kujto këtë ajet:

”Ai ju merr shpirtrat (ju vë në gjumë) natën dhe e di çka vepruat ditën.” (6-Enam: 60). *Pasi u mendua pak, gruaja qau edhe më shumë se më parë. Pastaj u kthye në shtëpi dhe vazhdoi të bëj ibadet derisa vdiq. Pas vdekjes së saj, ky i riu gjithmonë qante kur e kujtonte atë grua. Kur i thanë:*

- Pse po qan, ti e bëre që ajo të largohet prej teje?; ai tha:

- Po, unë ia preva fytin dëshirës së saj që në fillim dhe këtë e bëra vlerë timen për ahiret. Pastaj më erdhi turp nga Allahu që të marr vlerën që e kam lënë për botën tjetër.

Me mëshirën dhe ndihmën e Allahut Teala, ky libër përfundon këtu. Pas kësaj do të vijojë libri i quajtur *Kitabu Afat'il-Lisan* (Fatkeqësitë e gjuhës). Hamd (Falënderimi) i takon vetëm Allahut.

Salat dhe selam zotërisë tonë, Muhammedit s.a.v.s., prijës i peygamberëve, edhe ehli-bejtit e as'habëve të tij, të ndershëm e të pastër.

Përmbajtja

PARATHËNIE.....	3
DOBITË E URISË DHE DËMET E TEPRIMIT NË NGRËNIE ..	6
HADITHET NË KËTË TEMË	6
FJALËT E TË MËDHENJVE TË ISLAMIT.....	14
PËRFITIMET E URISË DHE DËMET E NGOPJES.....	19
THYERJA E EPSHIT TË STOMAKUT	40
FAZILETI I URISË DHE QËNDRIMET E NJERËZVE NË KËTË ÇËSHTJE	69
DYFYTYRËSIA SI NJË RREZIK QË KËRCËNON ATË QË PAKËSON SASINË E USHQIMIT DHE BRAKTIS EPSHIN ...	79
ORGANI I SHUMIMIT.....	84
DETYRA E MURIDIT NË ÇËSHTJE TË MARTESËS	92
FAZILETI I PARANDALIMIT TË EPSHIT SEKSUAL DHE DËSHIRËS SË SHIKIMIT	108

