

KORISTI NAMAZA

Namaz – islamska molitva, klanjanje – najvažnija je islamska obaveza. Dužnost ga je obavljati pet puta dnevno u različitim vremenskim periodima dana i noći, počevši od trenutka čovjekove biološke punoljetnosti pa do kraja njegovog života, kod kuće ili na putu, u zdravlju ili bolesti. On je najpotpuniji vid iskazivanja pokornosti, zahvalnosti i ljubavi prema Milostivom Stvoritelju. Namaz je individualna dužnost za koju će ljudi prvo odgovarati na Sudnjem danu. Propis je svih nebeskih objava koji nikada nije bio dokinut, pročišćenje je, neopisivi smiraj i svjetlost za dušu i tijelo, čovjekov spas i sreća na oba svijeta...

Iako je stroga obaveza prema Gospodaru svih svjetova, namaz donosi i višestruke ovosvjetske koristi čovjeku i društvu u cjelini. Neke od tih koristi predstavljamo vam u ovom letku:

VJERSKE KORISTI NAMAZA

Namaz je *temelj vjere i glavni stub islama* – poput šatora koji u sredini ima stub na koji se oslanja. Da li šator mogu održati hiljade kočica sa strane ako nema glavnog stuba u sredini!? Upravo je namaz ono čime se određuje *glavna razlika između muslimana i nevjernika*, jer se njime priznaje Allahova božanstvenost i superiornost! Namaz *najbolje približava Allahu* jer se time izvršava ono što je izričito naredio. On nas *podsjeca na Sudnji dan* i stajanje pred Uzvišenim Allahom kada ćemo, htjeli mi to ili ne, odgovarati za svoj ovosvjetski život. On je *veza i direktni kontakt* sa Stvoriteljem svih svjetova u kome nema posrednika. Sklop je trenutaka tihog razgovora roba sa njegovim

Gospodarom i *dokaz iskrene ljubavi prema Allahu*, a ima li išta slađe i ljepše, onome koji je zaljubljen i koji nekoga voli, od osamljivanja i razgovora sa onim koga voli?! Namaz *čisti i potpuno briše grijeh*, jer je Poslanik – neka je na njega Allahov mir i blagoslov – rekao: *"Šta mislite kada bi neko od vas imao rijeku pred vratima, pa se u njoj svaki dan pet puta kupao, da li bi na njemu ostalo nečistoće?" Prisutni su odgovorili: "Naravno da ne bi ostalo nikakve nečistoće na takvom čovjeku." "Eto, tako je i sa pet dnevnih namaza, Uzvišeni Allah njima briše grijeh i prijestupe." (Hadis)* Razumne osobe priznaju da se iz pristojnosti uvijek treba zahvaliti darodavaocu. Namaz je *najbolji način zahvaljivanja Allahu* na bezbrojnim blagodatima kojima nas neprestano daruje, poput hrane i pića, zdravlja, potomstva, stabilnih finansijskih prihoda itd. Uzvišeni Allah učinio je da zahvala bude uzrokom novih darovanja, ali i faktorom opstanka i dugotrajnosti Njegovih već darovanih blagodati.

MORALNE I DUHOVNE KORISTI NAMAZA

Islam je vjera čistoće! Posebno je to naglašeno namazom jer uvjetuje, a samim tim i *podstiče na čistoću tijela, odijela i mjesta* gdje se on obavlja. Nakon svih psihofizičkih priprema, pravi klanjač se svome namazu iskreno posvećuje. U stanju potpune poniznosti i predanosti Svemogućem Allahu, uronjavajući u suštinu namaza i duboki smisao svih riječi koje izgovara i svojih pokreta, on

prožima svu čovjekovu dušu i tijelo, podsjeća ga da stoji pred Uzvišenim Allahom te da će uskoro doći dan kada će, isto tako stojeći, odgovarati za sva svoja djela. Ovakav namaz pozitivno djeluje i čovjeka *odvraća od ružnih misli i djela*, i istovremeno *podstiče na moralne vrline i dobra djela*. S obzirom da je klanjač pet puta dnevno "pred svojim Gospodarom", skoro je nemoguće prihvatiti mogućnost iskrenog i redovnog klanjanja namaza i namjernog prepuštanja porivima grijeha. Zbog toga sa pravom kažemo da je on *škola lijepog morala!* Namaz je *utočište i sklonište* muslimana kojem u svim nedaćama pribjegava. Namaz je za njega puniji osjećanja od majčinskog toplog krila njenom djetetu, koje, kad mu god nešto nije po volji, bude preplašeno, ili možda gladno i žedno, skloni se svojoj majci u krilo, ili se uhvati za njene čiste skute. U njemu vjernik, iskreno i sa potpunim pouzdanjem, svoje srce otvara pred Plemenitim, Snažnim, Imućnim, Darežljivim, Milostivim, Samilosnim, Blagim, pred Onim koji daje i lišava, pred Onim koji sve čuje i koji se na molbe rado odaziva... Zato je on vjerniku sigurno utočište i bezbjedni zaklon, stjecište snage i pomoći – djelo koje mu *osigurava duševni mir i zadovoljstvo*.

DRUŠTVENE I SOCIJALNE KORISTI NAMAZA

Namaz poučava da nema razlike među ljudima. On *spaja ljude* s obzirom na njihove svakodnevne džamijske sastanke u najponiznijim emotivnim trenucima pred Milostivim Allahom.

Među klanjačima *ulijeva iskrenu ljubav i solidarnost* bez obzira na njihove društvene, socijalne, rasne, političke i sve druge različitosti. Namaz *podstiče na poniznost* jer njime praktično priznajemo da su svi ljudi pred Allahom jednaki, a da se među njima ističu samo oni koji su od drugih više bogobojazniji. Namaz nas *uči da cijenimo dar vremena*. On je usko vezan za vrijeme, muslimana podsjeća na vrijeme i pomaže mu da lakše organizira svoje dnevne zadatke. Namaz nas *uči radu i upornosti, disciplini i odgovornosti*, jer se klanjači konstantno brinu da njihov namaz bude ispravan i u potpunosti obavljen u njegovom određenom vremenu. Svaki dio namaza sa oprežnošću i redosljedom izvršavaju i nastoje da svojim greškama ne obezvrijede ovo veliko djelo svoje pokornosti. U njemu se ravnaju u ispunjene i ispravljene redove (ar. saff) i prilikom činjenja određenih namaskih pokreta poslušno slijede jasne znakove svoga predvodnika (ar. imam). Namaz *podstiče na kolektivitet, jedinstvo i zajedništvo*, jer se svi muslimani klanjaju Jednom Gospodaru, svi slijede praksu posljednjeg Allahovog Poslanika, u namazu se okreću prema jednoj centralnoj tački, Kabi u Mekki, najčasnijem Allahovom hramu na zemaljskoj kugli... Zajednički namaz (ar. džemat), kao i svako djelo, vredniji je kod Allaha od pojedinačnog! Namaz nas *uči da poštujemo sve ljude*, naročito učene ljude i vjerske autoritete.

ZDRAVSTVENE KORISTI NAMAZA

Posmatrajući dnevne namaze sa zdravstvenog aspekta, doći ćemo do zaključka da je namaz, zaista, lijek za čovjekovu dušu i tijelo! Namaz nas podstiče na redovno *održavanje lične higijene*. Nepojmljivo

je da klanjač čitav dan bude nečist, s obzirom da je pet puta vezan za obred prednamaskog čišćenja (abdest). Neka medicinska istraživanja potvrđuju da se vremenski periodi određeni za klanjanje namaza nalaze u trenucima kada je tijelo fiziološki najaktivnije, što navodi na zaključak da su ta vremena veliki regulator koji utječe na tjelesnu aktivnost klanjača. Potpuni i iskreno obavljani namaz djelotvorno *liječi sva negativna psihička stanja*. Ukoliko se redovno obavlja, namaz igra važnu ulogu u *pravilnom razvoju i izrastanju kostiju i mišića*. Imajući u vidu da klanjač u jednom namazu obavlja pet različitih pokreta tijelom, to djelotvorno utječe na njegov *probavni sistem, krvotok i pravilan rad srca*. Njime se *održava tjelesna kondicija, povećava se gipkost i elastičnost zglobova, uklanja napetost i mlitavost u mišićima i zglobovima, sprečava se pojava arterioskleroze, proširenja ili zakrčenja vena*. Medicinska saznanja dokazuju da spuštanje klanjačevog lica na tlo (ar. sedžda) pozitivno djeluje na *napajanje mozga krvlju*. Namaz *uklanja nervozu i nesanicu*. Zbog činjenice da je dužan voditi računa o namaskoj disciplini koja se ogleda u pravilnosti kur'anskog recitovanja i izvršavanja namaskih pokreta, kao takav, namaz *jača umnu koncentraciju* klanjača.

Osim navedenih, koristi namaza su višestruke i obimnije. Koliko god da se trudili da spoznamo, tajne i mudrosti namaza detaljno poznaje isključivo Onaj koji ga je kao obavezu propisao – Mudri i Sveznajući Allah. Naša dužnost je da budemo iskreni i dosljedni svim Njegovim naredbama, a nagrada neće izostati, svejedno da li je postigli u ovomsvjetskom ili u budućem, vječnom životu!

koristi namaza

VJERSKE, MORALNE, DUHOVNE,
DRUŠTVENE, SOCIJALNE I ZDRAVSTVENE