



Top 8 Manieren om Uw Geest een Boost/Oppepper te geven tijdens Ramadan!

1) Dua

Vraag Allah Subhaanahu Wa Ta'ala om dit de meest ontzagwekkende, geestelijk verheffende Ramadan die je ooit hebt gehad te maken. Alleen Hij kan het laten gebeuren en geheel vertrouwen op Hem is een stap in het stimuleren van onze geesten.

2) Kalmeer je geest, schakelt U de ...

TV, internet, radio, mobiele telefoon, semafoon, iPod, enz. uit Nee, niet de hele dag, maar voor tenminste 10 minuten per dag. Zoek een rustige plek, sluit je ogen en maak verbinding met Allah. Als eerst zal je geest dwarrelen met de nutteloze en niet-zo-nutteloze informatie in je hoofd.

Maar dwing je geest om na te denken over drie dingen in deze paar minuten:

- * Allah Subhaanahu Wa Ta'ala
- * Uw doel in het leven
- * Leeft U, Uw leven volgens Uw doelstelling?

Doe dit elke dag van de Ramadan als je kunt.
Als dat niet mogelijk is, probeer het minstens drie keer per week.

3) Leer meer over belangrijke, aanzienlijke metgezellen van de Profeet.

Zelfs als u het al hebt gelezen of hebt gehoord, over de metgezellen van de Profeet Sallal laahu Ta'ala Alayhi wa Sallam, lees en luister en leer weer deze Ramadan. Lees meer over of luister dagelijks naar het verhaal van een metgezel. Dit is een prachtige manier om te zien hoe andere moslims hun kracht van het geloof, tegen de ongelooflijke onenigheden, behouden. Een juiste geestelijke booster.

4) Sta in verbinding maken met de Quran

De Quran is Allah's manier van praten naar ons. Het is een van de belangrijkste sleutels tot spirituele verheffing. Deze Ramadan; probeer in verbinding te staan met de Quran, op een nieuwe manier. Als u al regelmatig de Quran leest, kunt U misschien kiezen om een nieuwe thema te selecteren en U te richten op een Surah die U nog niet of een tijd niet gelezen hebt. Als u niet regelmatig de Quran leest, kunt U misschien lezen gedurende een paar minuten beginnend vanaf de eerste pagina die u tegenkomt bij het openen van de Quran. Probeer bovendien bij te houden aan uw reflecties, vragen, gedachten, etc. over wat U hebt gelezen.

5) Zorg voor anderen

Of het nu iemand die uit de buurt van zijn familie is, een persoon die problemen heeft met een echtgenoot(o)t(e) of zijn kinderen of een medestudent die worstelt met zijn studie, lever een beetje extra inspanning deze Ramadan om anderen te helpen. De spirituele impuls die U in ruil krijgt is ook de moeite waard.

6) Voed de hongerigen

Terwijl Uw maag kreten van protest uit, geef een bedelaar wat kleingeld, help als vrijwilliger bij een gaarkeuken, of maak een paar lunch zakjes om te geven aan de hongerigen die U ontmoet op weg naar school of werk.

7) Stop een levenslang slechte gewoonte

Vraag Uzelf af wat sommige van uw eigenschappen zijn.

Beslis dan welke de ergste is van hen.

Is het een woeste bui? Apathie? Luiheid? Ongeduld?

Wat het ook is, gebruik dan deze Ramadan om er een eind aan te maken.

Oefen het tegenovergestelde van uw slechte gewoonte, elke dag tot het einde van de maand.

Tegen die tijd Insha'Allah, als U terug kijkt, zult U versteld staan van wat een verandering U hebt gemaakt voor het betere.

8) Gebruik de nachten van Kracht – Laylatul Qadr

De laatste tien nachten van Ramadan heten niet voor niets de nachten van Kracht.

Gebruik deze kostbare tijd voor diepe, oprechte Dua (smeebede), zelfanalyse, reflectie en serieuze gedachten.

Het Bestuur van Noori Masjid – Amsterdam,

Wenst U en Uw gezin een

Prettig, Gezellig en bovenal

Gezegend Ramadan toe.

Jazakallah Khair.