

وَالَّذِينَ يَحْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ.

وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:

لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ.

CONTROLLIAMO LA NOSTRA RABBIA IN OGNI AMBITO DELLA VITA

Onorevoli Musulmani!

Un giorno, un uomo venne dal nostro Profeta (pbsl) e disse: “O Messaggero di Allah! “Mi dai qualche consiglio?” Il nostro Amato Profeta (pbsl) gli disse: “**Non arrabbiarti!**”. Quell’uomo ha chiesto questa domanda tante volte. Il Messaggero di Allah (pbsl) dicendo ogni volta: “**Non arrabbiarti!**” gli diede i consigli.¹

Cari Musulmani!

Noi siamo umani. A causa della nostra creatura, a volte ci sentiamo felici e talvolta tristi. A volte agiamo con calma, a volte agiamo con rabbia. Il nostro dovere non è essere schiavi delle emozioni negative, ma dare significato alla vita con buone qualità.

Cari Musulmani!

Una delle emozioni che abbiamo come esseri umani è la rabbia. Se la rabbia usata in modo appropriato, ci aiuta a eliminare gli attacchi alla nostra famiglia, alla nostra patria e ai nostri valori. Tuttavia, essere schiavo della rabbia causa problemi irreparabili. Ci allontana dalla misericordia di Allah e dall’amore delle persone. Cedere alla rabbia provoca la violenza, i disordini e il caos nella società.

Cari Musulmani!

La rabbia del credente è dalla parte della verità e contro la menzogna. La rabbia di un credente è amica dell’oppresso e nemica dell’oppressore. La rabbia del credente è la compassione e la misericordia per le persone buoni e ostacolo alle persone cattive. In breve, la rabbia di un credente è la chiave per il bene e un lucchetto per la cattiveria.

Quando la rabbia copre la mente, la percezione e la coscienza scompaiono. Gli occhi diventano ciechi, le orecchie divennero sorde. Quando la rabbia circonda il cuore, i sentimenti si attenuano e il cuore si indurisce. Diminuiscono l’amore e il rispetto, aumenta la violenza e l’odio. Quando la rabbia domina l’anima,

la pazienza e la tolleranza scompaiono. Il linguaggio divenne offensivo; l’uomo diventa distruttivo.

Cari Musulmani!

Purtroppo, sentiamo sempre di più le notizie esemplari di persone che soccombono alla propria rabbia. La rabbia provoca molti eventi in famiglia, sui social media, nel traffico e in diversi ambiti della vita. In un momento di rabbia, i legami di parentela, amicizia e fratellanza si spezzano, lasciando dietro di sé rancore, odio e animosità. Le famiglie si disgregano, i focolari muoiono, le vite si perdono, le speranze svaniscono.

Cari Musulmani!

Il nostro Signore l’Onnipotente disse in un versetto: “**Coloro che evitano i peccati più gravi e le turpitudini e che perdonano quando si adirano.**”² Quindi facciamo la compassione l’antidoto della rabbia. Trattiamo ogni essere creato con compassione. Stiamo lontani da ogni tipo di violenza, odio e tirannia. Evitiamo di essere schiavi della rabbia intraprendendo la strada del perdono e della donazione. Purifichiamo i nostri cuori dall’ostilità, dall’odio e dalla vendetta.

Onorevoli Musulmani!

Il nostro Profeta (pbsl) disse in un hadith: “**Il vero lottatore non è quello che sconfigge il suo avversario nel wrestling, ma quello che controlla sé stesso quando si arrabbia.**”³ Quindi freniamo pazientemente la nostra rabbia. Restiamo saldi e manteniamo la calma nei momenti di disastro. Rifugiamoci in Allah di fronte alle difficoltà. Come ci ha insegnato il nostro Profeta (pbsl), quando ci arrabbiamo, diciamo: “**أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ**” “Cerco rifugio in Allah dalla cattiveria del maledetto diavolo”. Se ne abbiamo l’opportunità, eseguiamo l’abluzione. Proviamo ad alleviare la nostra rabbia sedendoci se siamo in piedi, o sdraiandoci se siamo seduti.⁴

Concludo il mio sermone con il significato del versetto seguente in cui il nostro Signore l’Onnipotente presenta i Suoi pii servitori: “**Quelli che donano nella buona e nella cattiva sorte, per quelli che controllano la loro collera e perdonano agli altri, poiché Allah ama chi opera il bene.**”⁵

¹ Bukhârî, Adab, 76.

² Ash Shûrâ, 42/37.

³ Bukhârî, Adab, 76; Muslim, Birr, 107.

⁴ Bukhârî, Adab, 44; Abû Dâwûd, Adab, 3.

⁵ Âl-i Imrân, 3/134.