

# Mawlana Shaykh Muhammad Adil ar-Rabbani

## DE INNERLIJKE SCHOONHEID VAN QANĀ'A (TEVREDENHEID)

Mawlānā Sheikh Muhammad Adil ar-Rabbani

📅 27 oktober 2025 / 05 Jumada al-Awwal 1447

🏠 Dergah La Consulta – Mendoza, Argentinië

**As-Salāmu ‘alaykum wa raḥmatu Llāh. A’ūdhu bi-Llāhi mina sh-shayṭāni r-raġīm** (Ik zoek mijn toevlucht tot Allah tegen de vervloekte Satan). **Bismi Llāhi r-Raḥmāni r-Raḥīm** (In de naam van Allah, de meest Barmhartige, de meest Genadevolle). **Waṣ-ṣalātu wa s-salāmu ‘alā Rasūlinā Muḥammadin Sayyidi l-Awwalina wa l-Ākhirin** (En vrede en zegeningen zij met onze Boodschapper Mohammed, de leider van de Eersten en de Laatste). **Madad yā Rasūla Llāh, madad yā Sādāti Aṣḥābi Rasūli Llāh, madad yā Mashāyikhinā, dastūr yā Shaykh ‘Abdu Llāh al-Fa’iz ad-Dāghistāni, Shaykh Muḥammad Nāẓim al-Ḥaqqāni. Madad** (O Boodschapper van Allah, help! O meesters, gezellen van de Boodschapper van Allah, help! O onze sjeiks, toestemming, o Sheikh ‘Abdu Llāh al-Fa’iz ad-Dāghistāni, Sheikh Muḥammad Nāẓim al-Ḥaqqāni. Hulp!). **Ṭarīqatunā ṣ-ṣuḥbah wa l-khayru fi l-jam’iyyah** (Onze weg is gezelschap en het goede zit in de gemeenschap).

Moge Allāh ﷻ onze bijeenkomst vullen met barakah (zegen). Alhamdulillah, wij zijn dienaren van Allāh ‘Azza wa-Jalla, ieder geschapen met een geheim (sirr) dat Hij ﷻ in ons heeft gelegd. Sommigen volgen de ṣirāt al-mustaqīm (rechte weg), anderen dwalen af. Dit behoort tot de wijsheid van Allāh ﷻ. Wanneer de nafs (ego) vraagt: “Waarom dit, waarom dat?”, herinner jezelf: dit is niet jouw zaak. Wees dankbaar voor de ināyah (bescherming) van Allāh ﷻ, dat Hij ﷻ jou op deze weg van sulūk (spirituele reis) heeft geplaatst. Jij bent onder de gelukzaligen. Als je tevreden bent met wat Allāh ﷻ schenkt, vind je rust in je qalb (hart). Genoeg eten, een plaats om te verblijven, een dak boven je hoofd – dit is een ni’mah (gunst). Zo heeft de Profeet ṣallā Llāhu ‘alayhi wa-sallam ons geleerd.

Werk is nodig, en zorg voor je bezigheden zoals het hoort. Doe wat binnen jouw vermogen ligt. Maar als je geen hogere rang bereikt, laat je qalb (hart) niet vullen met verdriet of woede. Aanvaard en zeg shukr (dankbaarheid) aan Allāh ﷻ. Zoals het gezegde luidt: “القناعة كنز لا يفنى” (al-qanā’a kanz lā yafna) – tevredenheid (qanā’a) is een schat die nooit verdwijnt. Wie tevreden is met wat Allāh ﷻ geeft, bezit een rijkdom die niet opraakt. Wereldse schatten raken op,



# Mawlana Shaykh Muhammad Adil ar-Rabbani

of de nafs (ego) wil steeds meer, maar de schat van tevredenheid blijft voor altijd.

Er is een verhaal dat dit duidelijk maakt. Ook in deze tijd – Allāh ﷻ schiep alle mensen gelijk, maar de tijden en de luxe verschillen van vroeger. Het is makkelijk om aan luxe te wennen; de nafs (ego) grijpt het snel. Wat moeilijk is voor het qalb (hart): accepteren wie je bent en wat je hebt. Velen doen dat niet. Maar wanneer het basīrah (innerlijk inzicht) opent en je ziet wat Allāh ﷻ schenkt, komt riqā (tevredenheid) en verdwijnen de zorgen.

Zoals eerder gezegd, de mensen van vroeger leefden zonder de na'īm (luxe) van deze tijd. Wie in een dorp werd geboren, bleef daar tot zijn ajal (levensduur) eindigde. Zelfs op Cyprus, een eiland omringd door de baħr (zee), waren er mensen die nooit hun dorp verlieten en geen oog hadden voor de zee. Hun ħayāt (leven) kende moeilijkheden, maar omdat zij niet gewend waren aan luxe, bleef hun nafs (ego) nederig. Zij aanvaardden hun qadar (bestemming) en leefden in riqā (tevredenheid), zonder fitnah (problemen) voor zichzelf of anderen.

Er was eens een sultan, een koning, belast met vele zorgen. Hij droeg de verantwoordelijkheid van een heel sultanaat. Zijn lasten reikten van zijn familie en kinderen tot de mensen en zelfs de burens. Hoe groter zijn gebied, hoe zwaarder de last: tien mensen, enkele zorgen; honderd, meer; duizend, nog meer; een miljoen, een berg van verantwoordelijkheden die zijn qalb (hart) bezwaarde.

Los van dit verhaal: vandaag is het yawm al-jum'ah (vrijdag) hier in Argentinië, en er zijn verkiezingen. Mensen rennen achter dunyā (wereldse zaken) aan, op zoek naar macht die alleen lasten en hoofdpijn brengt. In plaats van deze ghaflah (onoplettendheid) moeten zij zich afwenden en zich richten op sulūk (spirituele weg), niet op het succes van de wereld.

De sultan liep met zijn Wazīr door het paleis en keek vanaf het balkon naar een man die rustig in zijn tuin werkte. Hij zei: "Mijn hart (qalb) is zwaar door de zorgen van de mensen. Ik heb zoveel verantwoordelijkheden dat ik 's nachts geen rust vind. Ik denk aan het koninkrijk, aan de mensen, aan alles. Kijk naar die man: hij lijkt vrij van lasten. Hij is arm, maar zijn gezicht straalt riqā (tevredenheid). Elke dag komt hij fris en licht." De Wazīr antwoordde: "Dat komt omdat hij niets bezit. Laten we zien wat er gebeurt als hij rijkdom krijgt."



## Mawlana Shaykh Muhammad Adil ar-Rabbani

De sultan stemde toe. Ze vulden een zak met goud, schreven erop: "Honderd stukken goud," en gooiden het stiekem in zijn huis met een brief: "Dit is een hadiyyah (geschenk) voor jou." Maar ze deden er slechts 99 stukken in. Die nacht telde de man: "Dit is 99." Hij riep zijn familie. Ze telden opnieuw, maar het bleef 99. Hij wekte zijn vrouw: "Ze zeiden honderd. We moeten zoeken." De hele nacht zochten ze, zonder rust. De volgende dag kon hij niet werken. Toen hij eindelijk kwam, zag de sultan dat zijn gezicht niet meer straalde.

Dit is een eigenschap van de nafs (ego): nooit tevreden zijn. In plaats van shukr (dankbaarheid) voor wat Allāh ﷻ geeft, kijkt men naar wat ontbreekt. Ze hebben 99 gouden munten, een rijkdom die ze normaal nooit zouden bereiken, maar hun blik blijft hangen op die ene munt die mist. Zo verliest het qalb (hart) rust en blijft gevangen in ħirṣ (hebzucht), dag na dag, misschien tot het einde van hun leven.

Qanā'a (tevredenheid) is een sleutel tot rust: aanvaard wat Allāh ﷻ geeft en vind riḍā (tevredenheid) in je qalb (hart). Als wat je hebt genoeg is, is dat jouw rijkdom. Dit is de weg van ṭarīqah (spirituele reis) en de leer van de Profeet ṣallā Llāhu 'alayhi wa-sallam: hecht geen waarde aan dunyā (wereldse zaken), maar zoek het eeuwige. De Profeet ṣallā Llāhu 'alayhi wa-sallam was de meest vrijgevege van alle mensen. Hij ﷺ leefde in zuhd (onthouding), vaak hongerig, soms dagen zonder voedsel. Hij ﷺ bond een steen op zijn buik om de honger te verdragen. Wanneer Allāh ﷻ hem iets gaf, hield hij ﷺ niets vast voor morgen. Zijn voorbeeld leert ons: bezit is tijdelijk, maar riḍā blijft.

Vandaag vormen ze mensen in één mal en noemen het "globaal". Hun blik is gericht op verlangens en het plezier van de nafs (ego), niet op ākhirah (hiernamaals). Maar dit leven is slechts een voorbereiding voor het volgende. Als Allāh ﷻ jou bijstaat en je daden accepteert, zul je het terugvinden in het eeuwige leven. Sommigen zeggen: er zijn weinig mensen die deze weg volgen. Maar juwelen zijn ook zeldzaam op aarde. Bewaar je qalb (hart) rein en kostbaar in de Goddelijke Aanwezigheid van Allāh 'Azza wa-Jalla. Moge Allāh ﷻ jou zegenen.

Wa min Allāhi t-Tawfiq. Al-Fātiha..