

(DUHAN - ZLO KOJE UBIJA (2 - 2

Mnogo je argumenata na osnovu kojih se da zaključiti da konzumiranje duhana nije dozvoljeno.

Iz spomenutih argumenata vidimo savršenstvo i potpunost ove vjere, njenu univerzalnost za svako vrijeme i svako podnevlje. Vidimo također, kako vjera ne može da se odvoji od svakodnevnog života, vjera ne samo da reguliše vezu između insana i njegovog Gospodara, već reguliše i ostale segmente ljudskog života, toliko pazi na insana da mu zabranjuje, pa makar on to sam želio, ono što šteti njemu, njegovom zdravlju, i ljudima koji ga okružuju. U nastavku teksta spomenut ćemo neke od podataka koje svakodnevno iznose instituti za istraživanja, u kojima pojašnjavaju štetnosti konzumiranja duhana, te bolesti koje nastaju njegovim konzumiranjem, ekonomske štete, tj. koliko se novca godišnje ulaže u duhan. Ovo spominjemo s ciljem da se naša srca smire, da stvarno shvatimo opasnost konzumiranja duhana, da shvatimo da nije neopravdano što današnji pravници skoro da imaju jednoglasan stav po pitanju zabrane konzumiranja duhana. Da ne postoje drugi podaci osim onih koji govore da u svijetu godišnje umre 5 miliona ljudi kao rezultat konzumiranja duhana, to bi bilo više nego dovoljno da se kaže da konzumiranja duhana nije dozvoljeno. Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) je spomenula podatak da se očekuje do 2020 da će 10 miliona ljudi godišnje umirati kao posljedica konzumiranja duhana. Kina, koja broji preko milijardu stanovništva, je spomenula u zadnjim istraživanjima da od konzumiranja duhana kod njih godišnje umre pola miliona ljudi. Konzumiranje duhana se smatra drugi vodeću uzrok smrti u svijetu. Pogledamo li na duhan s aspekta njegove štetnosti i bolesti koje prouzrokuje kristalno jasno će nam biti zašto učenjaci zabranjuju konzumiranje duhana. Primjera radi; konzumiranje duhana je jedan od uzročnika najopasnije bolesti današnjice, pasivno pušenje koje je kud i kako manje štetno od aktivnog prouzrokuje u 20% slučajeva rak na plućima. Svjetska zdravstvena organizacija procjenjuje da je od bolesti uzrokovanih pušenjem samo u Istочноj Evropi 1995 umrlo 700.000 osoba. Po istim procjenama, u Rusiji svake godine od raka pluća i bolesti kardiovaskularnog sistema uzrokovanih pušenjem umre 280.000 osoba. Posebno zabrinjava podatak da svakog dana u .zemljama Istočne Evrope 10.000 maloljetnika počinje pušiti

Savremena medicina konzumiranje duhana povezuje sa rakom pluća, grla, usne šupljine, nosne šupljine, sinusa, mokraćne bešike, bubrega, jednjaka, želuca, jetre, mijeloidne leukemije. Bolest krvnih sudova, čir želuca, pobačaj, rađanje mrtvorodene bebe, rađanje bebe male tjelesne težine, sve su to bolesti koje su prouzrokovane konzumiranjem duhana. Pušenje u trudnoći smanjuje težinu bebe i do 200 gr. Trudnice koje konzumiraju duhan u trudnoći izlažu se riziku prijevremenog poroda i riziku spontanih pobačaja. Konzumiranje duhana u toku trudnoće izlaže bebū riziku oboljenja od astme. Najnovija istraživanja ukazuju da pušenje ometa intelektualno sazrijevanje djeteta. Majka, koja toliko voli svoje dijete i toliko iščekuje njegov dolazak, naročito ako je u pitanju prvo dijete, može da konzumiranjem duhana djetetu nanese toliku štetu čije posljedice će osjećati cijelog života. Djeca, koja odrastaju uz roditelje koji puše, češće obolijevaju od respiratornih infekcija, upale srednjeg uha, bronhitisa i astme. Američki istraživači su otkrili nove dokaze da će djeca žena koje puše u trudnoći biti sklonija tome da u mladosti i sama probaju duhan, a njihovo istraživanje pokazuje da to na neki način mijenja mozak nerođena djeteta i povećava vjerovatnost da će i ono biti pušač. Na kraju ovih statističkih podataka koji nisu nimalo ohrabrujući, pogledajmo samo koliko se novca godišnje kod nas u Bosni izdvaja za duhan. Pušač u Bosni mjesečno u prosjeku izdvoji za duhan od 30 do 150 km, što znači u prosijeku godišnje jedan pušač potroši i do 1800 km godišnje. Ako na to pridodamo da 40% stanovništva Bosne aktivno puši onda bi moglo da znači da pušači u Bosni godišnje izdvajaju za duhan više od milijarde eura. Ako na to pridodamo koliko će samo utrošiti novca u lijekove, liječeći bolesti nastale kao rezultat konzumiranja duhana, ta cifra od milijarde eura bi bila sigurno udvostručena ili utrostručena. Nakon ovih podataka koji sigurno nisu izrečeni bez prethodno jakih ispitivanja i istraživanja, sigurno je neshvatljivo da toliki broj ljudi zatvara oči pred ovim činjenicama i podacima. "Ako bi se ljudima objasnilo štetno djelovanje nikotina na zdravlje pušača i osoba iz njihove okoline niko ko je pri zdravoj pameti ne bi više pripalio cigaretu, kaže dr. Witold Zatonski, direktor Curie memorijalnog centra za .liječenje raka u Warsawi



Witold Zatonski upozorava da je smrtnost od bolesti izazvanih pušenjem u Istočnoj Evropi najviša u svijetu i da se dalje pogoršava. "Borba protiv pušenja najveći je izazov na nivou čitave zemlje. Događa se katastrofa. Tako visok broj srednjovječnih ljudi koji svakodnevno umiru u Istočnoj Evropi do sada je nezabilježen. Smrt izazvana oboljenjima uzrokovanim posljedicama pušenja naš je najveći problem", kaže Zatonski. Za one koji su ipak odlučili nakon ovog izlaganja da ostave ovaj porok uputit ćemo nekoliko savjeta koji bi trebali da im pomognu u ostavljanju duhana. Mnogo je onih koji pokušavaju da ostave duhan ali nakon određenog perioda se vraćaju duhanu. Baš kada njihova pluća počnu da dišu punim dahom njih to zatuši pa se zagrcnu jer su se navikli na poteškoće sa disanjem pa odluče da se vrate starom načinu života, starom smradu, starom iskašljavanju.

Prvi savjet: Da čovjek neprestano ima na umu štete koje proizilaze iz konzumiranja duhana, da razmisli da na taj način sam sebi siječe korijen i grane svog životnog stabla, da svaka cigareta umanjuje njegovu životnu dob, da sa svakom cigaretom se osipa jedan kamenčić njegovog životnog mozaika. Ne smijemo zaboraviti na one iz našeg komšilika koji su oboljeli od raka, zamisli da si ti možda slijedeća žrtva. Koliko bi oni koji su oboljeli od raka i svakim danom iščekuju smrt samo poželjeli da su u našoj koži, kako bi oni imali jaku volju da ostave duhan.

Jer davno je rečeno; "Zdravlje je kruna na glavama zdravih koju vide samo bolesni." Da neprestano razmišljamo o plodovima ostavljanja konzumiranja duhan. Kako lijepo dišu oni čija pluća nisu zatrovana i zaprljana dimom duhana, kako su njihovi zubi bijeli, a zubi onih koji konzumiraju duhan žuti, kako je lijep zadah ljudi koji ne konzumiraju duhan, a kako je gorak smrad zadaha ljudi koji konzumiraju duhan.

Drugi savjet: Razmisli samo koliko je blagodati kojim te Allah obdario, toliko da ih ne možeš prebrojati; zdravlje, vid, sluh, zrak, voda, hrana idr. I mi smo toliko oholi da da smo nepokorni

Onome koji nam je tolike blagodat darovao. Konzumiranjem duhana čovjek javno prkosi Stvoritelju koji je te stvari i sve druge u kojima je šteta za nas, zabranio. Ne zaboravimo da ćemo jednog dana biti pitani za svaku sekundu našeg života, za svaki dinar kako smo ga zaradili i gdje smo ga potrošili.

Treći savjet: čvrsta odluka i ustrajnost na tome, musliman koji vjeruje u Allaha i Sudnji dan trebao bi da se odgaja kako u ovoj situaciji tako i u drugima da je spreman radi Allahovog zadovoljstva da ostavi ono što se traži od njega da ostavi, u ovom slučaju duhan, i da bude spreman da se odazove na ono što se traži od njega. Onaj ko očisti namjeru i to uradi iskreno tražeći zadovoljstvo Milostivog, njega će Allah pomoći na tom putu, olakšati mu, i podariti izlaz iz svake poteškoće.

Četvrti savjet: Dobrovoljni post uz učenje Kur'ana, čovjek koji posti zasigurno je dovoljno savladao prohtjeve svoje duše da će mu to olakšati ustrajnost u ostavljanju duhana.

Peti savjet: Da se čovjek iskreno obrati Uzvišenom Allahu sa dovom, u vremenima kada se primaju dove, i da zatraži od Allah da ga učvrsti u toj namijeri, da mu olakša ostavljanje tog poroka.

Šesti savjet: Da čovjek popuni svoje vrijeme nekim korisnim aktivnostima kako bi zaboravio na duhan, da ne dozvoli da ima mnogo slobodnog vremena koje će ga pozivati i posjećati na duhan.

Sedmi savjet: Da čovjek ne gubi nadu, pa makar se desilo da nije uspio da to ostavi iz prvog pokušaja, već da nastavi sa pokušajima sve dok jednom neuspije.

Osmi savjet: Ostavljanje svega što će insana posjećati na duhan, ostavljanje društva koje duhani, mjesta gdje se konzumira duhan.

Devet savjet: da se družiš sa dobrim ljudima koji su daleko od bilo kog poroka, jeste da je takvih u današnjem vremenu malo, ali sigurno ih ima i naći će ih onaj ko ih bude tražio.

Deseti savjet: Ako ne možeš ostaviti konzumiranje duhana odjednom pokušaj da to uradiš postepeno, pokušaj da ostavljaš javno pušenje, da umanjuješ broj cigareta koje trošiš u jednom danu.

Naša zadnja dova je: „ *Gospodaru pokaži nam istinu istinom i omili nam njeno slijeđenje, .neistinu neistinom i omrzni nam njeno slijeđenje, učvrsti naša srca u Tvojoj vjeri.*“ **Amin**