VOL NO: 10 I ISSUE 08

നേർപഥം

വാരിക

www.nerpatham.com I mail@nerpatham.com
2026 FEBRUARY 21 I ₹10

മുഹമ്മദ് നബി; അധ്യാപനത്തിലെ മനഃശാസ്ത്ര പാഠങ്ങൾ

ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ അധ്യാപകനാണ് പ്രവാചകൻ. കേവലം ഗുരു-ശിഷ്യാധ്യാപനം മാത്രമല്ല, സ്രഷ്ടാവിന്റെ അധ്യാപനങ്ങൾ സൃഷ്ടികൾക്ക് കൈമാറുന്നതിനും അവരെ നേർവഴി നടത്തുന്നതിനും അല്ലാഹു നിയോഗിച്ച അന്തിമദൂതനും കൂടിയായിരുന്നു പ്രവാചകൻ. അതുകൊണ്ട് തന്നെ അതിന്റെ മനഃശാസ്ത്ര രീതികളും അല്ലാഹു തന്നെയാണ് പ്രവാചകനെ പഠിപ്പിച്ചത്.

‘വ്രതം: ആത്മ നിയന്ത്രണത്തിന്റെ പരിശീലനക്കളരി’

തറാവീഹ്: ഇമാം സുയൂത്വി പറഞ്ഞതിനെയും വിവാദമാക്കുന്നവരോട്

ഹലാലായ ആഹാരവും പിശാചിന്റെ കെണികളും

ഡോ. ശുറൈഹ് സലഫി ● ഡോ. ഫായിസ പിപി ● ശമീർ മദീനി

വിസ്ഡം ബാലവേദി
"റമദാൻ ക്വസ്റ്റ്" പുസ്തകവും
"റയ്യാൻ സൂപ്പർസ്റ്റാർ" ഡെയിലി പ്ലാനറും
പുറത്തിറങ്ങി
WISDOM ബാലവേദി
WISDOM students
Wisdom Balavedi Books
COMING SOON
Ramadan Quest
Level Up Your Deen
Rayyan Superstar
₹70
കൊറിയർ ആയി പുസ്തകം &
പ്ലാനർ ലഭിക്കാൻ: 8156812292
ക്വുർആൻ
വിജ്ഞാന പരീക്ഷ
2026 March 08 KIDS
WISDOM students
ബാലവേദി
12 വയസ്സ് വരെയുള്ള കുട്ടികൾക്ക്
Syllabus: Ramadan Quest
Contact 8156812292
REGISTRATION
₹ 50K
Prizes Worth

474

നേർപഥം വാരിക

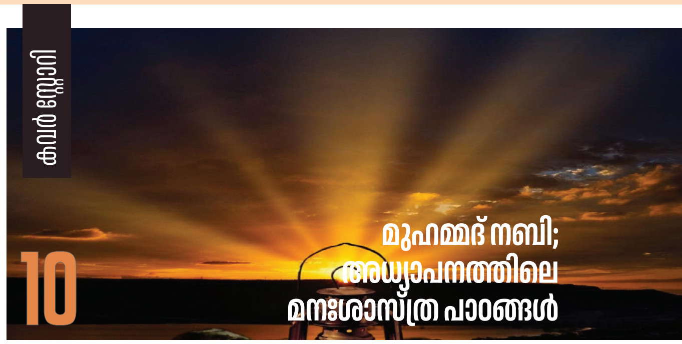
2026 ഫെബ്രുവരി 21
1447 റമദാൻ 03
പുസ്തകം 10 / ലക്കം 08

Managing Editor:
Nasir Balusseri
Editor:
Usman Palakkazhi
Chief Editor:
Anil Primrose

Cover:
Anil
Design & Layout:
Musthafa Mannarottil
Web Editor:
Haseeb Elayur

Printed, published & owned by:
K. Sajjad
Printed at :
Sprint Offset Printers, Kozhikode
Published at :
Kozhikode - 673 002

കവർ സ്റ്റോറി



10 മുഹമ്മദ് നബി; അധ്യാപനത്തിലെ മനഃശാസ്ത്ര പാഠങ്ങൾ

ഡോ. ശുറൈഹ് സലഫി

ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ അധ്യാപകനാണ് പ്രവാചകൻ. കേവലം ഗുരു-ശിഷ്യാധ്യാപനം മാത്രമല്ല, സ്രഷ്ടാവിന്റെ അധ്യാപനങ്ങൾ സൃഷ്ടികൾക്ക് കൈമാറുന്നതിനും അവരെ നേർവഴി നടത്തുന്നതിനും അല്ലാഹു നിയോഗിച്ച അന്തിമദൂതനും കൂടിയായിരുന്നു പ്രവാചകൻ. അതുകൊണ്ട് തന്നെ അതിന്റെ മനഃശാസ്ത്ര രീതികളും അല്ലാഹു തന്നെയാണ് പ്രവാചകനെ പഠിപ്പിച്ചത്.

05 മുഖമൊഴി
ക്വുർആനിന്റെ വെളിച്ചം

06 ആരോഗ്യപഥം
നോമ്പു കാലത്തെ ആരോഗ്യ ചിന്തകൾ
ഡോ. ഫായിസ പിപി

17 ചിന്താപഥം
ഞാൻ മരിച്ചാൽ നീ കരയുമോ?
നസീമ വാടാനപ്പള്ളി

18 ലേഖനം
തറാവീഹ്: ഇമാം സുയൂത്വി പറഞ്ഞതിനെയും വിവാദമാക്കുന്നവരോട്
ശമീർ മദീനി

21 ലേഖനം
നിങ്ങൾ സമ്മാനം നൽകാറുണ്ടോ?
സമീർ മുണ്ടേരി

23 ക്വുർആൻ ദർശനം -തഫ്സീറുസ്സഅദി
സൂറതുന്നംല്
അബ്ദുർറഹ്മാനുബ്നു നാസിറുസ്സഅ്ദി
വിവർത്തനം: ഹാരിസ് ബിൻ സലീം

26 ലേഖനം
വ്രതം:ആത്മ നിയന്ത്രണത്തിന്റെ പരിശീലനക്കളരി
കെ. സജ്ജാദ്

29 ലേഖനം
ക്വുർആൻ പഠിക്കുന്നവരുടെ മഹത്ത്വം
മുഹമ്മദ് ശാഫി ഒറ്റപ്പാലം

30 ലേഖനം
ഹലാലായ ആഹാരവും പിശാചിന്റെ കെണികളും
ഇഅ്ജാസ് ബിൻ ഇസ്മാഈൽ,

32 ഓർമക്കുറിപ്പ്
ഒളിത്താവളങ്ങളിലെ നോമ്പുതുറ
ഇബ്നു അലി എടത്തനാട്ടുകര

34 ബാലപഥം
നോമ്പിൻ മാസം
ഉസ്മാൻ പാലക്കാഴി

NERPATHAM WEEKLY, PB No: 597, EKP Complex, Kallai Road, Kozhikkode 2, Kerala, India
Ph: 0495 4019437 | Mob: +91 92079 65244 | mail@nerpatham.com | www.nerpatham.com
Facebook: www.facebook.com/nerpatham weekly

ക്ഷേമ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെ മുന്നിൽ നിൽക്കുക: വിസ്ഡം സംസ്ഥാന സമിതി

തിരൂർ: സമൂഹത്തിലെ പാർശ്വവൽക്കരിക്കപ്പെട്ട ജനവിഭാഗങ്ങളുടെ അഭിവൃദ്ധിക്കായി പരിശ്രമിക്കാൻ പ്രവർത്തകർക്ക് സാധിക്കേണ്ടതുണ്ടെന്ന് വിസ്ഡം ഇസ്‌ലാമിക് ഓർഗനൈസേഷൻ സംസ്ഥാന സമിതി സംഘടിപ്പിച്ച 'സ്റ്റാൻസ്' സംസ്ഥാന എക്സിക്യൂട്ടീവ് ക്യാമ്പ് അഭിപ്രായപ്പെട്ടു.

സമൂഹത്തിന്റെ ക്ഷേമം, നിർഭയത്വം, സമാധാനം, ഐക്യം, ലക്ഷ്യബോധം എന്നിവ നിലനിർത്താനും നേടിയെടുക്കാനും നേതാക്കളും പണ്ഡിതന്മാരും പ്രവർത്തകരും കഠിനാദ്ധ്വാനം നടത്തണമെന്ന് എക്സിക്യൂട്ടീവ് ക്യാമ്പ് ആഹ്വാനം ചെയ്തു. സമൂഹത്തിൽ വിശ്വാസ വിമലീകരണം സാധ്യമാകുന്നതിലൂടെ മാത്രമെ ശരിയായ നവോത്ഥാനം സാധ്യമാകൂ എന്നത് നാം തിരിച്ചറിയണം.

ഏകദൈവ വിശ്വാസവും പ്രവാചക ചര്യയുമാണ് ഇസ്‌ലാമിന്റെ അടിത്തറ എന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞുകൊണ്ട് പ്രബോധന പ്രവർത്തനങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കാൻ മത സംഘടനകൾ ശ്രദ്ധിക്കണം.

സമൂഹത്തിൽ വ്യാപകമാകുന്ന ലിബറൽ ഫാഷിസത്തിനെതിരെ വൈജ്ഞാനിക പ്രതിരോധം ശക്തമാക്കാൻ പ്രബോധകർക്ക് സാധിക്കേണ്ടതുണ്ട്. അഭിപ്രായ സ്വാതന്ത്ര്യത്തെ പോലും ഉൾക്കൊള്ളാൻ സാധിക്കാത്ത വിധമാണ് കേരളത്തിലെ ലിബറൽ ആശയക്കാരുടെ സമീപനം.

വിശ്വാസ വ്യതിയാനത്തിലേക്ക് നയിക്കുന്ന സാംസ്കാരിക അധിനിവേശത്തെ ചെറുക്കാൻ എല്ലാവരും രംഗത്ത് വരണം. വിവാഹരംഗത്ത് വർധിച്ച് വരുന്ന ആഭാസങ്ങൾക്കെതിരെ സമൂഹത്തിൽ ബോധവൽക്കരണം ശക്തമാക്കണം. സാമ്പത്തിക നേട്ടങ്ങൾക്കായി വഴിവിട്ട മാർഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുന്നതിലും ആഡംബരപ്രിയം വർധിച്ച് വരുന്നതിലും സമൂഹം കടുത്ത ജാഗ്രത പാലിക്കണമെന്നും സംസ്ഥാന എക് സിക്യൂട്ടീവ് ക്യാമ്പ് അഭിപ്രായപ്പെട്ടു.

വ്യക്തി, കുടുംബം, സമൂഹം, പ്രബോധനം എന്നീ മേഖലകളിൽ നേരിടുന്ന വെല്ലുവിളികളെ കരുത്തോടെ നേരിടാനും ഇസ്‌ലാമിക പ്രബോധന രംഗത്ത് ക്രിയാത്മകമായി ഇടപെടാനുമുള്ള സമഗ്രമായ ചർച്ചകൾ ക്യാമ്പിൽ നടന്നു. അടുത്ത മൂന്ന് വർഷത്തേക്കുള്ള വിപുലമായ പ്രവർത്തന പദ്ധതികൾക്ക് അടിത്തറയിട്ടുകൊണ്ടാണ് ക്യാമ്പ് സമാപിച്ചത്.

സംഘടനയുടെ ഉത്തരവാദിത്തങ്ങൾ വർധിച്ചുവരുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ, എക്സിക്യൂട്ടീവ് അംഗങ്ങളുടെ ധർമവും ചുമതലകളും കൃത്യമായി തിരിച്ചറിഞ്ഞുകൊണ്ടുള്ള ഒരു സുചിന്തിതമായ ചുവടുവയ്പായിരുന്നു ക്യാമ്പ്. വിസ്ഡത്തിന്റെ ചരിത്രത്തിൽ എന്നും ഓർമ്മിക്കപ്പെടുന്ന ഈ ക്യാമ്പ് പ്രവർത്തന വീഥിയിൽ പുതിയ ഉണർവ് പകരുമെന്ന് പ്രത്യാശിക്കുന്നു.

വിസ്ഡം ഇസ്‌ലാമിക് ഓർഗനൈസേഷൻ സംസ്ഥാന പ്രസിഡന്റ് പിഎൻ അബ്ദുല്ലത്വീഫ് മദനി അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. ജനറൽ സെക്രട്ടറി ടികെ അഷ്റഫ്, അബൂബക്കർ സലഫി, ഫൈസൽ മൗലവി, സിപി സലീം, നാസിർ ബാലുശ്ശേരി, അബ്ദുൽ മാലിക് സലഫി, കെ. സജ്ജാദ്, ഹുസൈൻ കാവനൂർ, വിടി ബഷീർ, ഉസ്മാൻ പാലക്കാഴി, പിയു സുഹൈൽ, മുജീബ് ഒട്ടുമ്മൽ, അൻവർ സ്വലാഹി, ജമാൽ പെരിന്തൽമണ്ണ, അബ്ദുല്ലാ ഫാസിൽ, ബഷീർ ആലപ്പുഴ, ഹംസക്കുട്ടി സലഫി, റഷീദ് കൊടക്കാട്ട്, പി എം ഷാഹുൽ ഹമീദ്, പരീത് തിരൂർ, ശമീർ മദീനി എന്നിവർ പ്രസംഗിച്ചു.

ക്വുർആനിന്റെ വെളിച്ചം

“തീർച്ചയായും ഈ ക്വുർആൻ ഏറ്റവും ശരിയായതിലേക്ക് വഴി കാണിക്കുകയും സൽകർമങ്ങൾ പ്രവർത്തിക്കുന്ന സത്യവിശ്വാസികൾക്ക് വലിയ പ്രതിഫലമുണ്ട് എന്ന സന്തോഷവാർത്ത അറിയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു” (ക്വുർആൻ 17:9).

അനേകം പ്രവാചകന്മാരെ അല്ലാഹു ഈ ലോകത്തേക്ക് നിയോഗിച്ചിട്ടുണ്ട്. അവരിൽ ഗ്രന്ഥം നൽകപ്പെട്ടവരുണ്ട്; പലവിധ അമാനുഷിക ദൃഷ്ടാന്തങ്ങൾ നൽകപ്പെട്ടവരുണ്ട്. അല്ലാഹു അയച്ച ദൂതൻ തന്നെയാണ് എന്ന് ജനങ്ങളെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുവാനാണ് അമാനുഷിക ദൃഷ്ടാന്തങ്ങൾ അവർക്ക് നൽകപ്പെട്ടത്. മുഹമ്മദ് നബി(സ്വ)ക്ക് നൽകപ്പെട്ട ഏറ്റവും വലിയ ദൃഷ്ടാന്തമാണ് വിശുദ്ധ ക്വുർആൻ എന്ന വേദഗ്രന്ഥം. 1400 വർഷങ്ങൾക്ക് മുമ്പ് അവതരിപ്പിക്കപ്പെട്ട ക്വുർആൻ യാതൊരുവിധ മാറ്റത്തിരുത്തലുകൾക്കും വിധേയമാകാതെ ഇന്നും നിലകൊള്ളുന്നു എന്നതുതന്നെ അതിന്റെ ദൈവികതക്ക് തെളിവാണ്. കോടിക്കണക്കിന് മുസ്‌ലിംകൾ ഒരേ ഭാഷയിൽ അത് പാരായണം ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അനേകം ആളുകൾക്ക് അത് മനഃപാഠമാണ്. എത്രയോ ആളുകൾ അതിൽ ആകൃഷ്ടരായി ഇസ്‌ലാമിലേക്ക് കടന്നുവന്നു; ഇന്നും കടന്നുവന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു.

മാനവരാശിയെ എല്ലാവിധ അന്ധകാരങ്ങളിൽനിന്നും പ്രകാശത്തിലേക്ക് നയിക്കുവാനാണ് അല്ലാഹു വിശുദ്ധ ക്വുർആൻ അവതരിപ്പിച്ചത്.

“...മനുഷ്യരെ അവരുടെ രക്ഷിതാവിന്റെഅനുമതിപ്രകാരം ഇരുട്ടുകളിൽനിന്ന് വെളിച്ചത്തിലേക്ക് കൊണ്ടുവരാൻ വേണ്ടി നിനക്ക് അവതരിപ്പിച്ചുതന്നിട്ടുള്ള ഗ്രന്ഥമാണിത്. അതായത്, പ്രതാപിയും സ്തുത്യർഹനും ആയിട്ടുള്ളവന്റെ മാർഗത്തിലേക്ക്, ആകാശങ്ങളിലുള്ളതിന്റെയും ഭൂമിയിലുള്ളതിന്റെയും ഉടമയായ അല്ലാഹുവിന്റെ (മാർഗത്തിലേക്ക് അവരെ കൊണ്ടുവരാൻ വേണ്ടി). സത്യനിഷേധികൾക്ക് കഠിനമായ ശിക്ഷയാൽ മഹാനാശംതന്നെ” (14:1,2).

ആറാം നൂറ്റാണ്ടിൽ ഇരുളിന്റെ ലോകത്ത് ഇരുളടഞ്ഞ മനസ്സുമായി ജീവിച്ചിരുന്ന ഒരു ജനവിഭാഗത്തെ വെളിച്ചത്തിലേക്ക് നയിച്ചതും അവരുടെ മനസ്സുകളെ നന്മയാൽ പ്രകാശമാനമാക്കിയതും ക്വുർആനായിരുന്നു. പാരമ്പര്യ വിശ്വാസങ്ങളെയും ആചാരങ്ങളെയും കയ്യൊഴിക്കുവാൻ അവർ തയ്യാറായത് വിശുദ്ധ ക്വുർആൻ അവരുടെ ചിന്തയെ തട്ടിയുണർത്തിയതുകൊണ്ടായിരുന്നു.

“നിനക്ക് നാം അവതരിപ്പിച്ചുതന്ന അനുഗൃഹീതമായ ഗ്രന്ഥമത്രെ ഇത്. ഇതിലെ ദൃഷ്ടാന്തങ്ങളെപ്പറ്റി അവർ ചിന്തിച്ചുനോക്കുന്നതിനും ബുദ്ധിമാന്മാർ ഉദ്ബുദ്ധരാകേണ്ടതിനും വേണ്ടി” (38:29).

“അപ്പോൾ, അവർ ക്വുർആൻ ചിന്തിച്ചു മനസ്സിലാക്കുന്നില്ലേ? അതല്ല, ഹൃദയങ്ങളിന്മേൽ പൂട്ടുകളിട്ടിരിക്കുകയാണോ?” (47:24).

മനുഷ്യന്റെ ഇഹപരജീവിത വിജയത്തിനുവേണ്ട മാർഗനിർദേശങ്ങൾ അടങ്ങിയ ഗ്രന്ഥം എന്ന നിലയ്ക്ക് അത് പഠിക്കൽ സത്യവിശ്വാസികളുടെ ബാധ്യതയാണ്. ഒരു വിശ്വാസി ക്വുർആനുമായി അഭേദ്യമായ ബന്ധം ഉണ്ടായിരിക്കേണ്ടവനാണ്. ക്വുർആൻ പാരായണം ചെയ്യുന്നവനെയും പാരായണം ചെയ്യാത്തവനെയും നബി(സ്വ) ഉപമിച്ചത് കാണുക: “ക്വുർആൻ പാരായണം ചെയ്യുന്ന സത്യവിശ്വാസിയുടെ ഉപമ- അവൻ മാതളനാരങ്ങപോലെയാണ്. അതിന്റെ ഗന്ധം ഹൃദ്യവും രുചി നല്ലതുമാണ്. ക്വുർആൻ പാരായണം ചെയ്യാത്ത സത്യവിശ്വാസിയുടെ ഉപ മ- അവൻ കാരക്കപോലെയാണ്. അതിന് സുഗന്ധമില്ല; മാധുര്യമുണ്ട്” (ബുഖാരി, മുസ്‌ലിം).

വിശ്വത്തിന്റെ പ്രകാശമായ വിശുദ്ധ ക്വുർആൻ പഠിക്കുവാനും പാരായണം ചെയ്യുവാനും പരിശ്രമിക്കുക. സർവശക്തൻ അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ. ■

നോമ്പു കാലത്തെ ആരോഗ്യ ചിന്തകൾ

ഡോ. ഫായിസ പിപി

“സത്യവിശ്വാസികളേ, നിങ്ങളുടെ മുമ്പുള്ളവരോട് കൽപിച്ചിരുന്നത് പോലെത്തന്നെ നിങ്ങൾക്കും നോമ്പ് നിർബന്ധമായി കൽപിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു”(ക്വുർആൻ 2:183).

നോമ്പ് ആത്മീയവിശുദ്ധി കൈവരിക്കാനുള്ള ശ്രേഷ്ഠമായ ഒരു ആരാധനയാണ്. ശരിയായ രീതിയിൽ പാലിക്കുമ്പോൾ അത് മനസ്സിന് മാത്രമല്ല, ശരീരത്തിനും ഗുണകരമാണെന്ന് കാണാനാവും. നോമ്പിന്റെ ഗുണഫലം പൂർണമായി ലഭിക്കണമെങ്കിൽ, ഭക്ഷണരീതികളിൽ ബോധപൂർവമായ മാറ്റങ്ങൾ അനിവാര്യമാണ്. നോമ്പ് ഒഴിവാക്കാൻ ഇളവ് നൽകപ്പെട്ട രോഗികളൊഴികെ ജീവിത ശൈലീ രോഗങ്ങളുള്ളവരും സ്വതവേ ആരോഗ്യപരമായി പിന്നാക്കമുള്ളവരും ഇക്കാര്യത്തിൽ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധ പതിപ്പിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

നോമ്പ് ആത്മീയവിശുദ്ധി കൈവരിക്കാനുള്ള ശ്രേഷ്ഠമായ ഒരു ആരാധനയാണ്. ശരിയായ രീതിയിൽ പാലിക്കുമ്പോൾ അത് മനസ്സിന് മാത്രമല്ല, ശരീരത്തിനും ഗുണകരമാണെന്ന് കാണാനാവും. നോമ്പിന്റെ ഗുണഫലം പൂർണമായി ലഭിക്കണമെങ്കിൽ, ഭക്ഷണരീതികളിൽ ബോധപൂർവമായ മാറ്റങ്ങൾ അനിവാര്യമാണ്.

നോമ്പ് എല്ലാവർക്കും ഒരേ രീതിയിൽ അനുയോജ്യമായിരിക്കണമെന്നില്ല. ശരീരാവസ്ഥയും രോഗ ചരിത്രവും അതത് നാട്ടിലെ കാലാവസ്ഥയും അനുസരിച്ച് ഭക്ഷണ രീതിയിൽ ആവശ്യമായ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തണം. ശരിയായ മാർഗനിർദേശങ്ങൾ ഉൾക്കൊണ്ട് നോമ്പനുഷ്ഠിച്ചാൽ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ പരമാവധി ഒഴിവാക്കാൻ സാധിക്കും. ഇത്തരത്തിൽ ബുദ്ധിമുട്ടനുഭവിക്കുന്നവർ റമദാനിനു മുമ്പുതന്നെ സ്ഥിരമായി കാണിക്കുന്ന ഡോക്ടറെ കണ്ട് നിർദേശങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുന്നതാണുത്തമം. അല്ലാത്തപക്ഷം ഇബാദത്തുകളിൽ മുഴുകേണ്ട സമയം ആശുപത്രി സന്ദർശനങ്ങൾക്കു വേണ്ടി മാത്രമുള്ളതായി മാറും. അത് രോഗിയോടൊപ്പം കുടുംബത്തിനും പ്രയാസം സൃഷ്ടിക്കുമെന്ന് പ്രത്യേകം പറയേണ്ടതില്ലല്ലോ. മാത്രവുമല്ല, സമൂഹത്തിൽ തെറ്റായ സന്ദേശം പരക്കുന്നതിനും കാരണമായേക്കാം.

രോഗാവസ്ഥകളിലുള്ളവർക്കുള്ള പൊതുവായ ചില നോമ്പുകാല ഭക്ഷണക്രമങ്ങൾ നോക്കാം :

1. പ്രമേഹരോഗികൾ
(Diabetes)

പ്രമേഹമുള്ളവർ നോമ്പനുഷ്ഠിക്കുമ്പോൾ രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരനില ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്.

ഭക്ഷണ നിർദേശങ്ങൾ:

- നോമ്പുതുറയിൽ പഞ്ചസാര കൂടുതലുള്ള ഭക്ഷണം ഒഴിവാക്കുക.
- ഈന്തപ്പഴം കഴിക്കുന്നത് 1 എണ്ണത്തിൽ ചുരുക്കുക.
- മുഴു ധാന്യങ്ങൾ, പയർവർഗങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ എന്നിവ ഉൾപ്പെടുത്തുക (നാരുകൾ അടങ്ങിയവ).
- നോമ്പു തുറന്നതിനു ശേഷം ഇടയ്ക്കിടെ ചെറിയ അളവിൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കുക.
- നോമ്പു തുറന്നതിനു ശേഷം ദാഹം തോന്നുമ്പോൾ വെള്ളം കുടിക്കാതിരിക്കരുത്.
- ഇൻസുലിൻ / മരുന്നുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നവർ ഡോക്ടറുടെ നിർദേശം നിർബന്ധമായും തേടണം.

2. ഉയർന്ന രക്തസമ്മർദം
(High Blood Pressure)

ഉപ്പ് കൂടിയ ഭക്ഷണവും എണ്ണയിൽ വറുത്ത വിഭവങ്ങളും രക്തസമ്മർദം വർധിപ്പിക്കാം.

ഭക്ഷണ നിർദേശങ്ങൾ:

- ഉപ്പ് കുറഞ്ഞ ഭക്ഷണം.
- പഴങ്ങൾ (വാഴപ്പഴം, ആപ്പിൾ), ഇലക്കറികൾ ഉൾപ്പെടുത്തുക.
- എണ്ണയിൽ വറുത്ത ഭക്ഷണങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക.
- മതിയായി വെള്ളം കുടിക്കുക.
- കഫീൻ അടങ്ങിയ പാനീയ

ശരീരാവസ്ഥയും രോഗ ചരിത്രവും അതത് നാട്ടിലെ കാലാവസ്ഥയും അനുസരിച്ച് ഭക്ഷണ രീതിയിൽ ആവശ്യമായ മാറ്റങ്ങൾ വരുത്തണം. ശരിയായ മാർഗനിർദേശങ്ങൾ ഉൾക്കൊണ്ട് നോമ്പനുഷ്ഠിച്ചാൽ ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങൾ പരമാവധി ഒഴിവാക്കാൻ സാധിക്കും. ഇത്തരത്തിൽ ബുദ്ധിമുട്ടനുഭവിക്കുന്നവർ റമദാനിനു മുമ്പുതന്നെ സ്ഥിരമായി കാണിക്കുന്ന ഡോക്ടറെ കണ്ട് നിർദേശങ്ങൾ സ്വീകരിക്കുന്നതാണുത്തമം.

ങ്ങൾ പരിമിതപ്പെടുത്തുക.

3. ഹൃദ്രോഗമുള്ളവർ

ഹൃദയാരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കാൻ കൊഴുപ്പ് നിയന്ത്രണം നിർബന്ധമാണ്.

ഭക്ഷണ നിർദേശങ്ങൾ:

- കുറഞ്ഞ കൊഴുപ്പുള്ള ഭക്ഷണം: Skinless Chicken breast, മുട്ടയുടെ വെള്ള, തവിടുള്ള അരിഭക്ഷണം) .
- മത്സ്യം: (മത്തി, അയല), പയർവർഗങ്ങൾ പോലുള്ള നല്ല പ്രോട്ടീൻ ഉറവിടങ്ങൾ.
- നെയ്യ്, വെണ്ണ, ബേക്കറി വിഭവങ്ങൾ, എണ്ണപ്പലഹാരങ്ങൾ എന്നിവ ഒഴിവാക്കുക
- പാചകരീതിയിൽ മാറ്റം വരുത്തുക: പരമാവധി ആവിയിൽ വേവിച്ചും ഗ്രിൽ ചെയ്തും അടുപ്പിൽ പാചകം ചെയ്തും കഴിക്കുക.
- *ചെറിയ അളവിൽ ഭക്ഷണം: അമിതഭക്ഷണം ഒഴിവാക്കുക.

4. ദഹനപ്രശ്നങ്ങൾ, അസിഡിറ്റി

നീണ്ട സമയത്തെ ഉപവാസം ചിലരിൽ അസിഡിറ്റി വർധിപ്പിക്കാം.

ഭക്ഷണ നിർദേശങ്ങൾ:

- നോമ്പുതുറ ലഘുഭക്ഷണത്തോടെ ആരംഭിക്കുക (സൂപ്പ്, പഴങ്ങൾ എന്നിവ ഉൾപ്പെടുത്താം).
- മുളകും മസാലകളും കൂടുതലുള്ള ഭക്ഷണം ഒഴിവാക്കുക.
- ചായ, കാപ്പി എന്നിവ ഒഴിവാക്കുകയോ അളവ് കുറയ്ക്കുകയോ ചെയ്യുക.
- ഭക്ഷണം കഴിച്ച ഉടൻ കിടക്കരുത്.

5. വൃക്കരോഗമുള്ളവർ

നിർജലീകരണം വൃക്കകളെ ബാധിക്കാം.

ഭക്ഷണ നിർദേശങ്ങൾ:

- ഡോക്ടർ നിർദേശിക്കുന്നത്ര മാത്രം വെള്ളം കുടിക്കുക.
- ഉപ്പ്, പ്രോട്ടീൻ നിയന്ത്രണം (രോഗാവസ്ഥ അനുസരിച്ച്).
- പാക്കറ്റ് ഭക്ഷണങ്ങളും പ്രിസർവേറ്റീവുകൾ ഉള്ള വിഭവങ്ങളും ഒഴിവാക്കുക.
- വൃക്കരോഗമുള്ളവർക്ക് നോമ്പ് തുടങ്ങുന്നതിന് മുമ്പ് ഡോക്ടറുടെ അനുമതി നിർബന്ധമാണ്.

6. ഗർഭിണികളും മുലയൂട്ടുന്നവരും

ഇവർക്ക് അധികപോഷകങ്ങളും ജലാംശവും ആവശ്യമാണ്.

ഭക്ഷണ നിർദേശങ്ങൾ:

- പ്രോട്ടീൻ, ഇരുമ്പ്, കാൽഷ്യം അടങ്ങിയ ഭക്ഷണം (റാഗി, ഓട്ട്സ് കുറുക്കിയത് പോലുള്ളവ).
- കൂടുതൽ വെള്ളം, പഴച്ചാറുകൾ കഴിക്കുക.
- കായികാധ്വാനം പരിമിതപ്പെടുത്തുക.
- ഗർഭിണികളിൽ നോമ്പുകാലത്ത് കണ്ട് വരുന്ന മൂത്രപ്പഴുപ്പ് ഒഴിവാക്കാൻ കൂവപ്പൊടി അല്ലെങ്കിൽ നന്നാറി ഇട്ട് തിളപ്പിച്ച വെള്ളം കുടിക്കാം.
- ശരീരദൗർബല്യം തോന്നിയാൽ നോമ്പ് ഒഴിവാക്കുന്നതാണ് ഉചിതം.
- ഗർഭകാലത്തിലെ ആദ്യ 3 മാസവും പ്രസവമടു

ക്കുന്ന സമയത്തും തുടർച്ചയായ നോമ്പ് ഒഴിവാക്കുന്നതാണ് നല്ലത്.

7. പ്രായമായവർ

വയോധികർക്കു നിർജലീകരണവും ഊർജക്കുറവും പെട്ടെന്ന് ഉണ്ടാകാം.

ഭക്ഷണ നിർദേശങ്ങൾ:

- ലഘുവായ, എളുപ്പം ദഹിക്കുന്ന ഭക്ഷണം.
- ചെറിയ അളവിൽ പലവട്ടമായി ഭക്ഷണം കഴിക്കുക.
- സൂപ്പ്, കഞ്ഞി, ഇളനീർ പച്ചക്കറികൾ ഉൾപ്പെടുത്തുക.
- നന്നായി വെള്ളം കുടിക്കുക

8. കൗമാരക്കാർ

സ്കൂളിൽ പോകുന്ന കുട്ടികളിൽ പോഷകക്കുറവും വിളർച്ചയും സാധാരണയാണ്. വളർച്ചയുടെ ഒരു പ്രധാന ഘട്ടത്തിലൂടെ കടന്നുപോകുന്നതിനാൽ നോമ്പുകാലത്ത് കൂടുതൽ ശ്രദ്ധവേണം.

ജങ്ക് ഫുഡിന്റെ ലോകത്തുനിന്നും ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണ ശീലങ്ങളിലേക്ക് അവരെ കൈപിടിച്ചുയർത്താനും നോമ്പുകാലം വിനിയോഗിക്കാം.

- ഇരുമ്പ്, കാൽഷ്യം, പ്രോട്ടീൻ അടങ്ങിയ ഭക്ഷണങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തുക. (ലിവർ, മുട്ട, പാൽ, ഇലക്കറികൾ തുടങ്ങിയവ).
- ഈത്തപ്പഴം, ഉറുമാമ്പഴം, നട്ട്സ് മുതലായവ ഉൾപ്പെടുത്താം.

- ധാരാളം വെള്ളം കുടിക്കുക
- രാത്രി ഉറക്കമിളക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക.

ചില ഗർഭിണികളും കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് മുലയൂട്ടുന്നവരും ഗർഭവും മുലയൂട്ടലും രോഗാവസ്ഥയല്ലല്ലോ എന്നു ചിന്തിച്ചും നോമ്പുകൾ പിന്നീട് നോറ്റുവീട്ടുന്നതിലെ പ്രയാസം ഓർത്തും (ശരീരം ക്ഷീണിച്ച അവസ്ഥയിൽ ആയിരിക്കുമ്പോഴും) ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിന്റെ വളർച്ചയെയും മാതാവിന്റെ recovery period ഉം പരിഗണിക്കാതെ പൂർണമായും നോമ്പെടുക്കാറുണ്ട്. പിന്നീട് അതുമൂലമുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ അവർക്ക് അനുഭവിക്കേണ്ടിയും വരും. രോഗം മൂർഛിച്ചാലും നോമ്പെടുക്കുന്നതിലാണ് അല്ലാഹുവിന്റെ തൃപ്തി എന്നു തെറ്റിദ്ധരിച്ച് സ്വശരീരത്തെ പീഡിപ്പിക്കുന്നത് ശരിയല്ല.

‘ഒരാളോടും അയാളുടെ കഴിവിൽ പെട്ടതല്ലാതെ ചെയ്യാൻ അല്ലാഹു നിർബന്ധിക്കുകയില്ല’ എന്ന് (ഖുർആൻ 2:286) അല്ലാഹു നമ്മെ അറിയിച്ചിട്ടുള്ളത് ഓർക്കുക. അതിനാൽ അവനവന്റെ രോഗത്തിന്റെയും ക്ഷീണത്തിന്റെയും തീവ്രത മനസ്സിലാക്കി ഇളവുകൾ സ്വീകരിക്കലാണ് അല്ലാഹുവിന്റെ പ്രീതി കാംക്ഷിക്കുന്നവർ ചെയ്യേണ്ടത്.

ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും ശരീരാവസ്ഥ വ്യത്യസ്തമായതിനാൽ, നോമ്പുകാല ഭക്ഷണക്രമവും വ്യക്തിഗതമായി ക്രമീകരിക്കപ്പെടണം. ഡോക്ടറുടെയും പോഷകാഹാരവിദഗ്ധന്റെയും നിർദേശങ്ങൾ പാലിച്ച് അനുഷ്ഠിക്കുന്ന നോമ്പ് ആത്മീയാനുഭവത്തിനൊപ്പം ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിനും വലിയ സഹായമാകും. ■

മുഹമ്മദ് നബി;
അധ്യാപനത്തിലെ മനഃശാസ്ത്ര പാഠങ്ങൾ

ഡോ. ശുറൈഹ് സലഫി
: 94968 09644

ലോകം കണ്ട ഏറ്റവും വലിയ പരിഷ്കർത്താവും വിപ്ലവകാരിയും നേതാവും മാത്രമല്ല മുഹമ്മദ് നബി (സ്വ), അദ്ദേഹം മനുഷ്യചരിത്രത്തിലെ ഏറ്റവും മികച്ച അധ്യാപകൻ കൂടിയായിരുന്നു.. വിജ്ഞാന കൈമാറ്റത്തിൽ മനുഷ്യന്റെ മനഃശാസ്ത്രം കൃത്യമായി മനസ്സിലാക്കി പ്രവർത്തിച്ച അതുല്യനായ ഒരു അധ്യാപകൻ. കേവലം വിവരങ്ങൾ കൈമാറുന്ന ഒരാളായിരുന്നില്ല അവിടുന്ന്, മനുഷ്യരെ സംസ്കരിക്കുകയും അവരുടെ ബുദ്ധിയെ ഉണർത്തുകയും ചെയ്ത ഒരു 'സൈക്കോളജിക്കൽ എഡ്യൂക്കേറ്റർ' കൂടിയായിരുന്നു.

ലോകത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ അധ്യാപകനാണ് പ്രവാചകൻ. കേവലം ഗുരു-ശിഷ്യാധ്യാപനം മാത്ര മല്ല, സ്രഷ്ടാവിൻറെ അധ്യാപനങ്ങൾ സൃഷ്ടികൾക്ക് കൈമാറുന്നതിനും അവരെ നേർവഴി നടത്തുന്നതിനും അല്ലാഹു നിയോഗിച്ച അന്തിമദൂതനും കൂടിയായിരുന്നു പ്രവാചകൻ. അതുകൊണ്ട് തന്നെ അതിൻറെ മനഃശാസ്ത്ര രീതികളും അല്ലാഹു തന്നെയാണ് പ്രവാചകനെ പഠിപ്പിച്ചത്.

ആധുനിക വിദ്യാഭ്യാസ മന:ശാസ്ത്രം ഉയർത്തിപ്പിടിക്കുന്ന പല സിദ്ധാന്തങ്ങളും മൂല്യങ്ങളും നബി (സ്വ) തന്റെ അധ്യാപനത്തിലൂടെ നൂറ്റാണ്ടുകൾക്കുമുമ്പേ ലോകത്തിന് പരിചയപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. അതിനാൽ നബി(സ്വ)യുടെ അധ്യാപന ശൈലി പഠിക്കുന്നത് മതപഠന മേഖലയിലുള്ളവർക്കും ഭൗതിക വിദ്യാഭ്യാസ മേഖലയിലുള്ളവർക്കും ഒരുപോലെ ഉപകാരപ്പെടുമെന്നതിൽ സംശയമില്ല.

നബി(സ്വ) അനുചരന്മാരെ മനഃശാസ്ത്രപരമായി പഠിപ്പിച്ച അധ്യാപകനായിരുന്നു. ശിഷ്യഗണങ്ങൾക്കെല്ലാം ഇഷ്ടപ്പെട്ട സ്വഭാവത്തിനുടമയുമായിരുന്നു. ഏറ്റവും മഹത്തായ സ്വഭാവത്തിനുടമയായിരുന്ന പ്രവാചകൻ അങ്ങനെത്തന്നെയാണ് എല്ലാവരോടും എപ്പോഴും പെരുമാറിയത്.

അല്ലാഹു പറയുന്നു: "നിശ്ചയം, താങ്കൾ മഹത്തായ സ്വഭാവത്തിലാകുന്നു" (ക്വുർആൻ 68:4).

ഏറെ വഴികേടിലായിരുന്ന ജാഹിലിയ്യ അറബികളെ സംസ്കാരത്തിന്റെ ഉത്തുംഗതയിലേക്ക് നബി (സ്വ) നയിച്ചത് മാതൃകാപരമായ അധ്യാപനത്തിലൂടെയായിരുന്നു. സമൂഹത്തിന്റെ വ്യത്യസ്ത ശ്രേണിയിൽ ഉണ്ടായിരുന്നവരെ കൃത്യമായി മനസ്സിലാക്കി മാറ്റങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ച അധ്യാപകൻ. അല്ലാഹു പറയുന്നു:

"അക്ഷരജ്ഞാനമില്ലാത്തവർക്കിടയിൽ, തന്റെ ദൃഷ്ടാന്തങ്ങൾ അവർക്ക് വായിച്ചുകേൾപിക്കുകയും അവരെ സംസ്കരിക്കുകയും അവർക്ക് വേദഗ്രന്ഥവും തത്ത്വജ്ഞാനവും പഠിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യാൻ അവരിൽ നിന്നുതന്നെയുള്ള ഒരു ദൂതനെ നിയോഗിച്ചവനാകുന്നു അവൻ. തീർച്ചയായും അവർ മുമ്പ് വ്യക്തമായ വഴികേടിലായിരുന്നു" (62:2).

ആ പ്രവാചകൻ തന്റെ പത്നിമാരോടും അയൽവാസികളോടും കുടുംബക്കാരോടും വളരെ മാന്യമായി പെരുമാറി, എല്ലാവർക്കും ഉദാത്തമായ സ്വഭാവം പരിചയപ്പെടുത്തിക്കൊടുത്തു.

ആഇശ(റ) നബി(സ്വ)യുടെ സ്വഭാവത്തെ കുറിച്ച് പറയുകയാണ്: "അദ്ദേഹം വൃത്തികേട് പറയുന്നയാളോ അശ്ലീലത കാണിക്കുന്നയാളോ ആയിരുന്നില്ല, മാർക്കറ്റുകളിൽ ശബ്ദകോലാഹനങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നവരുമായിരുന്നില്ല. തിന്മയോട് തിന്മകൊണ്ട് പ്രതികരിക്കുന്നവരും ആയിരുന്നില്ല; മറിച്ച് അദ്ദേഹം ക്ഷമിക്കുകയും മാപ്പ് നൽകുകയും ചെയ്യുകയാണ് പതിവ്."

ആളുകളെ പ്രയാസപ്പെടുത്താത്ത, പോരായ്മകൾ എടുത്തുപറയാത്ത, കുറ്റപ്പെടുത്താത്ത, ഗുണ കാംക്ഷിയായ, പ്രയാസങ്ങൾ ലഘൂകരിച്ചുകൊടുക്കുന്ന ഒരു മാതൃകാ അധ്യാപകനായിരുന്നു പ്രവാചകൻ(സ്വ).

ജാബിർ ഇബ്നു അബ്ദുല്ല(റ) റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യുന്നു: "നബി(സ്വ) പറഞ്ഞു: "അല്ലാഹു എന്നെ ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാക്കുന്നവനായിട്ടും മറ്റുള്ളവരുടെ പോരായ്മകൾ ചികയുന്നനായിട്ടുമല്ല അയച്ചത്; മറിച്ച് പഠിപ്പിക്കുകയും കാര്യങ്ങൾ എളുപ്പമാക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരധ്യാപകനായിട്ടാണ് എന്നെ അയച്ചത്."

ബോധന രീതികളിൽ പ്രവാചകൻ(സ്വ) സ്വീകരിച്ച മനഃശാസ്ത്രപരമായ രീതികൾ

ആധുനിക വിദ്യാഭ്യാസ ശാസ്ത്രത്തെപ്പോലും അത്ഭുതപ്പെടുത്തുന്നതാണ്.

കാരുണ്യത്തിന്റെ അധ്യാപന ശൈലി The Pedagogy of Mercy)

ഒരു അധ്യാപകൻ തന്റെ വിദ്യാർഥിയോട് കാണിക്കേണ്ട ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട ഗുണം കാരുണ്യമാണെന്ന് നബി(സ്വ) പഠിപ്പിച്ചു. പരുഷമായ പെരുമാറ്റം പഠിതാവിനെ അറിവിൽനിന്ന് അകറ്റുമെന്ന് ക്വുർആൻ മുന്നറിയിപ്പ് നൽകുന്നു:

"(നബിയേ,) അല്ലാഹുവിങ്കൽനിന്നുള്ള കാരുണ്യം കൊണ്ടാണ് നീ അവരോട് സൗമ്യമായി പെരുമാറിയത്. നീ ഒരു പരുഷസ്വഭാവിയും കഠിനഹൃദയനുമായിരുന്നുവെങ്കിൽ നിന്റെ ചുറ്റിൽനിന്നും അവർ പിരിഞ്ഞ് പോയിക്കളയുമായിരുന്നു" (3:159).

തെറ്റുകൾ തിരുത്തുന്നതിലെ മനഃശാസ്ത്രം

ഒരു വ്യക്തി തെറ്റ് ചെയ്യുമ്പോൾ അയാളെ തകർക്കുന്നതിന് പകരം, ആ തെറ്റ് തിരുത്താനുള്ള മാനസികാവസ്ഥ വളർത്തുകയാണ് പ്രവാചകൻ ചെയ്തത്. പള്ളിയിൽ മൂത്രമൊഴിച്ച അഅ്റാബിയുടെ സംഭവം ഇതിന് ഉത്തമ ഉദാഹരണമാണ്. സ്വഹാബിമാർ ദേഷ്യത്തോടെ അയാളെ തടയാൻ ശ്രമിച്ചപ്പോൾ നബി(സ്വ) എങ്ങനെയാണ് പ്രതികരിച്ചതെന്ന് അബൂഹുറയ്റ(റ) പറഞ്ഞുതരുന്നു:

"ഒരു ഗ്രാമവാസി (അഅ്റാബി) പള്ളിയിൽ എഴുന്നേറ്റ് മൂത്രമൊഴിച്ചു. അത് കണ്ട ആളുകൾ അയാളെ തടയാൻ തുടങ്ങി. അപ്പോൾ നബി(സ്വ) പറഞ്ഞു: 'അദ്ദേഹത്തെ വിട്ടേക്കൂ. അദ്ദേഹം മൂത്രമൊഴിച്ച സ്ഥലത്ത് ഒരു പാത്രം വെള്ളം ഒഴിക്കുക. നിങ്ങളെ നിയോഗിച്ചിരിക്കുന്നത് കാര്യങ്ങൾ എളുപ്പമാക്കാനാണ്; ബുദ്ധിമുട്ടാക്കാനല്ല'' (സ്വഹീഹുൽ ബുഖാരി).

ഏറെ വഴികേടിലായിരുന്ന ജാഹിലിയ്യ അറബികളെ സംസ്കാരത്തിന്റെ ഉത്തുംഗതയിലേക്ക് നബി (സ്വ) നയിച്ചത് മാതൃകാപരമായ അധ്യാപനത്തിലൂടെയായിരുന്നു. സമൂഹത്തിന്റെ വ്യത്യസ്ത ശ്രേണിയിൽ ഉണ്ടായിരുന്നവരെ കൃത്യമായി മനസ്സിലാക്കി മാറ്റങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ച അധ്യാപകൻ. ആളുകളെ പ്രയാസപ്പെടുത്താത്ത, പോരായ്മകൾ എടുത്തു പറയാത്ത, കുറ്റപ്പെടുത്താത്ത, ഗുണ കാംക്ഷിയായ, പ്രയാസങ്ങൾ ലഘൂകരിച്ചുകൊടുക്കുന്ന ഒരു മാതൃകാ അധ്യാപകനായിരുന്നു പ്രവാചകൻ(സ്വ).

മറ്റൊരു സംഭവത്തിൽ നബി(സ്വ) എന്ന അധ്യാപകന്റെ സ്വഭാവ മഹിമയെ കുറിച്ച് ഒരു ശിഷ്യന്റെ സാക്ഷ്യം ഇങ്ങനെയാണ്:

മുആവിയതുബ്നുൽ ഹകം അസ്സുലമി(റ) പറയുന്നു: "ഞാൻ ഒരിക്കൽ അല്ലാഹുവിന്റെ റസൂലിനോടൊപ്പം നമസ്കരിക്കുകയായിരുന്നു. അപ്പോൾ ഒരാൾ തുമ്മി. ഞാൻ പറഞ്ഞു: 'അല്ലാഹു നിന്നെ അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ.' അപ്പോൾ എല്ലാവരും എന്നെ കടുപ്പത്തോടെ നോക്കി. ഞാൻ പറഞ്ഞു: 'എന്റെ ഉമ്മയ്ക്ക് എന്നെ നഷ്ടപ്പെട്ടല്ലോ! നിങ്ങളെന്തിനാണ് എന്നെ നോക്കുന്നത്?' അപ്പോൾ അവർ അവരുടെ കൈകൾ തോളുകളിൽ അടിക്കാൻ തുടങ്ങി. അവർ എന്നോട് മിണ്ടാതിരിക്കാൻ സൂചന നൽകുന്നതായി ഞാൻ മനസ്സിലാക്കിയപ്പോൾ, ഞാൻ മൗനം പാലിച്ചു. നബി(സ്വ) നമസ്കാരം പൂർത്തിയാക്കിയപ്പോൾ-എന്റെ പിതാവും മാതാവും അദ്ദേഹത്തിനായി സമർപ്പണമാകട്ടെ, അദ്ദേഹത്തെക്കാൾ ഇത്ര നല്ല രീതിയിൽ പഠിപ്പിക്കുന്ന ഒരു അധ്യാപകനെ ഇതിനു മുമ്പും ശേഷവും ഞാൻ കണ്ടിട്ടില്ല- അല്ലാഹു തന്നെയാണ് സത്യം! അദ്ദേഹം എന്നെ ശാസിച്ചില്ല, അടിച്ചില്ല, അപമാനിച്ചില്ല.'

നബി(സ്വ) (അദ്ദേഹത്തോട്) പറഞ്ഞു: 'നമസ്കാരത്തിൽ മനുഷ്യരുടെ സംസാരത്തിന് യാതൊരു സ്ഥാനവുമില്ല. തീർച്ചയായും അതിലുള്ളത് പ്രകീർത്തനവും (സുബ്ഹാനല്ലാഹ്), മഹത്ത്വപ്പെടുത്തലും (അല്ലാഹു അക്ബർ), ക്വുർആൻ പാരായണവുമൊക്കെയാണ്."

മറ്റൊരു സംഭവത്തിന്റെ ചുരുക്കം ഇങ്ങനെയാ

ണ്: അബൂ ഉമാമ അൽബാഹിലി(റ) പറയുന്നു: "ഒരു യുവാവ് നബി(സ്വ)യുടെ അടുത്തേക്ക് വന്നു പറഞ്ഞു: 'അല്ലാഹുവിന്റെ പ്രവാചകരേ, എനിക്ക് വ്യഭിചരിക്കാൻ അനുവാദം തരാമോ?' അപ്പോൾ ആളുകൾ അദ്ദേഹത്തിന് നേരെ അട്ടഹസിച്ചു. നബി(സ്വ) പറഞ്ഞു: 'അദ്ദേഹത്തെ എന്റെ അടുത്തേക്ക് കൊണ്ടുവരൂ.' അദ്ദേഹം അടുത്തുവന്ന് നബി(സ്വ)യുടെ മുന്നിൽ ഇരുന്നു. അപ്പോൾ നബി(സ്വ) ചോദിച്ചു: 'താങ്കളുടെ ഉമ്മയെ ഒരാൾ വ്യഭിചരിക്കുന്നത് താങ്കൾക്ക് ഇഷ്ടമാകുമോ?' അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു: 'ഇല്ല, അല്ലാഹു എന്നെ താങ്കൾക്ക് സമർപ്പിക്കട്ടെ.' നബി(സ്വ) പറഞ്ഞു: 'അപ്രകാരം തന്നെ; മറ്റുള്ളവരും അവരുടെ ഉമ്മമാരെ വ്യഭിച രിക്കുന്നത് ഇഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല.' തുടർന്ന് നബി(സ്വ) താങ്കളുടെ മകളെയും സഹോദരിയെയും ഉപ്പയുടെ സഹോദരിയെയും ഉമ്മയുടെ സഹോദരിയെയും ആരെങ്കിലും വ്യഭിചരിക്കുന്നത് താങ്കൾ ഇഷ്ടപ്പെടുമോ എന്ന് ചോദിച്ചു. 'ഇല്ല' എന്ന മറുപടിയായിരുന്നു അദ്ദേഹത്തിന് പറയാനുണ്ടായിരുന്നത്. നബിയുടെ പ്രതികരണവും ആദ്യം പ്രതികരിച്ച പോലെ തന്നെയായിരുന്നു. ഒരാളും തന്നെ തന്റെ വേണ്ടപ്പെട്ടവർ വ്യഭിചരിക്കപ്പെടുന്നത് ഇഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല എന്നർഥം. അതിനുശേഷം നബി(സ്വ) അദ്ദേഹത്തിന്റെ നെഞ്ചിനു മീതെ കൈവച്ചു പ്രാർഥിച്ചു: 'അല്ലാഹുവേ!

അവന്റെ ഹൃദയം ശുദ്ധീകരിക്കേണമേ, അവന്റെ പാപം ക്ഷമിക്കേണമേ, അവന്റെ ലൈംഗികാവയവത്തെ സംരക്ഷിക്കേണമേ.'

ഈ സംഭവത്തിനുശേഷം, വ്യഭിചാരത്തെക്കാൾ അദ്ദേഹത്തിന് വെറുപ്പുള്ള മറ്റൊന്നും ഉണ്ടായിരുന്നില്ല എന്ന് സ്വഹാബത്ത് സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു.

ജിജ്ഞാസയുണർത്തി ശ്രദ്ധക്ഷണിക്കൽ

പഠിതാവിന്റെ ജിജ്ഞാസയുണർത്താൻ ചോദ്യങ്ങൾ ചോദിക്കുന്ന രീതി പ്രവാചകൻ അവലംബിച്ചിരുന്നു. നേരിട്ട് കാര്യം പറയുന്നതിന് പകരം അവരെക്കൊണ്ട് ചിന്തിപ്പിക്കുകയായിരുന്നു ലക്ഷ്യം.

അബൂഹുറയ്റ(റ) ഉദ്ധരിക്കുന്നു: നബി(സ്വ) സ്വഹാബത്തിനോട് ചോദിച്ചു: 'ആരാണ് പാപ്പരായവൻ എന്ന് നിങ്ങൾക്കറിയാമോ?'

'ദീനാറും ദിർഹമുമില്ലാത്തവനാണ് പാപ്പരായവൻ' എന്ന് അവർ മറുപടി പറഞ്ഞപ്പോൾ നബി(സ്വ) പറഞ്ഞു: 'എന്റെ സമുദായത്തിൽപെട്ട പാപ്പരായവൻ അന്ത്യനാളിൽ നമസ്കാരവും നോമ്പും സകാത്തും കൊണ്ട് വരുന്നവനാണ്. എന്നാൽ അവൻ ഒരാളെ അധിക്ഷേപിച്ചിട്ടുണ്ടാകും, മറ്റൊരാളെക്കുറിച്ച് അപവാദം പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടാകും, മറ്റൊരാളുടെ ധനം അന്യായമായി കൈക്കലാക്കിയിട്ടുണ്ടാകും, ഒരാളുടെ രക്തം അന്യായമായി ചിന്തിയിട്ടുണ്ടാകും, മറ്റൊരാളെ മർദിച്ചിട്ടുണ്ടാകും. അപ്പോൾ ഇവർക്കൊക്കെയും അവന്റെ സൽകർമങ്ങളിൽനിന്ന് എടുത്തുകൊടുക്കപ്പെടും. അവർക്കുള്ള അവകാശങ്ങൾ തീർക്കുന്നതിന് മുമ്പേ അവന്റെ സൽകർമ

ങ്ങൾ തീർന്നാൽ, അവരുടെ പാപങ്ങളിൽനിന്ന് എടുത്ത് അവന്റെ മേൽ ചുമത്തപ്പെടും. എന്നിട്ട് അവൻ നരകത്തിലേക്ക് എറിയപ്പെടും.''

ഈ ശൈലിയിലുള്ള അധ്യാപനം പഠിതാക്കളുടെ ശ്രദ്ധ (Attention) പൂർണമായും അധ്യാപകനിലേക്ക് കേന്ദ്രീകരിക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു. ആധുനിക മനഃശാസ്ത്രം ഇതിനെ 'Active Learning' എന്ന് വിളിക്കുന്നു.

ദൃശ്യവൽക്കരണവും ചിത്രീകരണവും (Visual Aids)

വാക്കുകൾ കൊണ്ട് വിശദീകരിക്കുന്നതിനെക്കാൾ കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിൽ തങ്ങുക ദൃശ്യരൂപങ്ങളാണെന്നതിൽ സംശയമില്ല. പ്രവാചകൻ(സ്വ) അങ്ങനെയും ശിഷ്യന്മാരെ പഠിപ്പിച്ചതായി കാണാം.

അബ്ദുല്ലാഹിബ്നു മസ്ഊദ്(റ) പറയുന്നു: "ഒരിക്കൽ പ്രവാചകൻ(സ്വ) മണ്ണിൽ ഒരു ചതുരം വരച്ചു. അതിന്റെ നടുവിൽ ഒരു വരയും പുറത്തേക്ക് നീളുന്ന മറ്റൊരു വരയും വരച്ചു. എന്നിട്ട് പറഞ്ഞു: 'ഈ ചതുരത്തിനുള്ളിലുള്ള നേർരേഖയാണ് മനുഷ്യൻ; ചതുരപ്പെട്ടി അവന്റെ ആയുസ്സും. എന്നാൽ ചതുരത്തിനു പുറത്തു കിടക്കുന്നത് മനുഷ്യന്റെ ആഗ്രഹങ്ങളാണ്. ചതുരപ്പെട്ടിക്ക് ഉള്ളിലുള്ള രേഖയിൽ വലതും ഇടതും കാണുന്ന വരകൾ മനുഷ്യന്റെ ജീവിതത്തിൽ അവൻ അനുഭവിക്കാനിരിക്കുന്ന ദുരിതങ്ങളാണ്. ഒന്നിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെട്ടാൽ മറ്റൊന്ന് അവനെ പിടിക്കും." (ഇങ്ങനെ പ്രയാസങ്ങളിൽ ജീവിച്ച് ആഗ്രഹങ്ങൾ ബാക്കിവെച്ച് മനുഷ്യൻ മരണത്തെ പുൽകുമെന്നർഥം).

മറ്റൊരു സംഭവം ഇബ്നു

കുട്ടികളുടെ പ്രായത്തിനനുസരിച്ചുള്ള ഭാഷയും സ്നേഹവും ഉപയോഗിച്ചാണ് അവിടുന്ന് അവരിലേക്ക് അറിവ് എത്തിച്ചത്. നബി(സ്വ) കുട്ടികൾക്ക് ഭക്ഷണ മര്യാദകൾ പഠിപ്പിച്ചുകൊടുക്കുന്നതും, അവരുടെ കൂടെ കളിക്കുന്നതും, അവർക്ക് വലിയ പരിഗണന നൽകി സലാം പറയുന്നതും, അവരെ ചേർത്തുപിടിച്ചതുമെല്ലാം ചരിത്രത്തിൽ രേഖപ്പെട്ടുകിടക്കുന്നു.

മസ്ഊദ്(റ) ഉദ്ധരിക്കുന്നു: "അല്ലാഹുവിന്റെ റസൂൽ(സ്വ) ഞങ്ങൾക്ക് മുന്നിൽ ഒരു വര വരച്ചു. പിന്നെ അതിന്റെ വലതുവശത്തും ഇടതുവശത്തും പല വരകൾ കൂടി വരച്ചു. തുടർന്ന് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു: 'ഇതാണ് അല്ലാഹുവിന്റെ വഴി. ഇവയാണ് മറ്റു വഴികൾ. അവയിൽ ഓരോ വഴിയിലും അതിലേക്കു വിളിക്കുന്ന ഒരു ശൈത്വാൻ ഉണ്ട്.' പിന്നീട് അദ്ദേഹം ഈ ആയത്ത് പാരായണം ചെയ്തു: 'ഇതാണെന്റെ നേരായ മാർഗം; അതിനെ പിന്തുടരുക. മറ്റു വഴികളെ പിന്തുടരരുത്'' (6:153).

മനുഷ്യൻ നിത്യവും കാണുന്ന ഉദാഹരണങ്ങളിലൂടെ വലിയ വലിയ യാഥാർഥ്യങ്ങൾ തന്റെ ശിഷ്യന്മാരെ ബോധ്യപ്പെടുത്താൻ നബി(സ്വ) ഉപയോഗപ്പെടുത്തി.

ജാബിർ ബിൻ അബ്ദില്ലാഹ്(റ) നിവേദനം ചെയ്യുന്നു: "അല്ലാഹുവിന്റെ ദൂതൻ(സ്വ) ഉയർന്ന പ്രദേശത്തുനിന്നും അങ്ങാടിയിലേക്കു പ്രവേശിച്ച് അതിലൂടെ കടന്നുപോകുമ്പോൾ ചെവിയില്ലാത്ത ഒരു ചത്ത ആട്ടിൻകുട്ടിയെ കണ്ടു. അപ്പോൾ അവിടുന്ന് അതിനെ എടുത്ത് അതിന്റെ ചെവിയുടെ ഭാഗത്ത് പിടിച്ച് പറഞ്ഞു: 'നിങ്ങളിൽ ആരെങ്കിലും ഇതിനെ ഒരു ദിർഹമിന് സ്വന്തമാക്കാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുമോ?'

അവർ പറഞ്ഞു: 'ഇത് ഞങ്ങൾക്ക് വെറുതെ തന്നാലും ഞങ്ങൾക്ക് വേണ്ട; ഇതുകൊണ്ട് എന്ത് ചെയ്യാനാണ്?'

അപ്പോൾ നബി(സ്വ) വീണ്ടും ചോദിച്ചു: "ഇത് നിങ്ങൾക്ക് സ്വന്തമാകുന്നത് നിങ്ങൾക്ക് ഇഷ്ടമാണോ?'

അവർ പറഞ്ഞു: 'ഇല്ല.'

നബി(സ്വ) ഇത് മൂന്നു പ്രാവശ്യം ആവർത്തിച്ചു. അവർ പറഞ്ഞു: 'അല്ലാഹുവിൽ സത്യം! ഇതിന് ജീവനുണ്ടായിരുന്നെങ്കിൽ തന്നെ പോരായ്മയുള്ളതാണ്; ഇതിന് ചെവിയില്ലല്ലോ. അപ്പോൾ ഇത് ചത്തത് കൂടിയായിരിക്കെ എങ്ങനെ ഞങ്ങൾക്ക് ഇഷ്ടപ്പെടും?'

അപ്പോൾ നബി(സ്വ) പറഞ്ഞു: 'അല്ലാഹുവാണെ

സത്യം! ഇഹലോകം അല്ലാഹുവിന്റെയടുക്കൽ നിങ്ങൾക്ക് ഈ ചത്ത ആട്ടിൻകുട്ടിയോടുള്ള മനോഭാവത്തെക്കാൾ നിസ്സാരമാണ്.''

ഇഹലോകത്തിന്റെ നിസ്സാരതയും നൈമിഷികതയും പെട്ടെന്നുതന്നെ ബോധ്യപ്പെടാൻ ഇതിലേറെ മികച്ച എന്ത് ഉദാഹരണമാണുള്ളത്!

തനിക്കു ശേഷം വരാനിരിക്കുന്ന കുഴപ്പങ്ങളെക്കുറിച്ച് സന്ദർഭോചിതം നബി(സ്വ) പ്രവചിക്കുന്നത് കാണുക: അബു മൂസൽ അശ്അരി(റ) പറയുന്നു: "ഒരു ദിവസം ഞങ്ങൾ മഗ്‌രിബ് നമസ്കാരം കഴിഞ്ഞ് ഇരിക്കുമ്പോൾ നബി(സ്വ) ആകാശത്തിലെ നക്ഷത്രങ്ങളെ ചൂണ്ടിക്കൊണ്ട് ഞങ്ങളോട് പറഞ്ഞു: 'നക്ഷത്രങ്ങൾ ആകാശത്തിന് സുരക്ഷയാണ്. നക്ഷത്രങ്ങൾ നശിച്ചു പോയാൽ ആകാശത്തിന് വാഗ്ദാനം ചെയ്തിരിക്കുന്നതു (അന്ത്യനാൾ) സംഭവിക്കും. ഞാൻ എന്റെ സ്വഹാബികൾക്ക് സുരക്ഷയാണ്. ഞാൻ പോയാൽ, അവർക്ക് വാഗ്ദാനം ചെയ്തിരിക്കുന്നത് (കുഴപ്പങ്ങൾ) വന്നു ഭവിക്കും. എന്റെ സ്വഹാബികൾ എന്റെ ഉമ്മത്തിന് സുരക്ഷയാണ്. സ്വഹാബികൾ പോയാൽ, എന്റെ ഉമ്മത്തിന് വാഗ്ദാനം ചെയ്തിരിക്കുന്നത് (കുഴപ്പങ്ങൾ) വന്നു ഭവിക്കും...'' (മുസ്‌ലിം)

പ്രായോഗിക പരിശീലനം

തന്റെ പ്രിയപ്പെട്ട ശിഷ്യന്മാർക്ക് കർമശാസ്ത്ര വിഷയങ്ങൾ പലപ്പോഴും നബി(സ്വ) പഠിപ്പിച്ചു കൊടുത്തത് പ്രയോഗതലത്തിൽ കാണിച്ചുകൊണ്ടായിരുന്നു. അവിടുന്ന് സ്വഹാബത്തിന് നമസ്കരിച്ചു കാണിച്ചുകൊടുത്തുകൊണ്ട് 'ഞാൻ എപ്രകാരം നമസ്കരിക്കുന്നതിയി നിങ്ങൾ കണ്ടുവോ അപ്രകാരം നിങ്ങൾ നമസ്കരിക്കണം' എന്നു കൽപിക്കുകയുണ്ടായി.

ഹജ്ജിന്റെ കർമങ്ങൾ ചെയ്തു കാണിച്ചുകൊടുത്ത് ഈ കർമങ്ങൾ നിങ്ങൾ എന്നിൽനിന്നും പഠിച്ചെടുക്കണം എന്ന് നബി(സ്വ) പറഞ്ഞത് നാം ഹദീസ് ഗ്രന്ഥങ്ങളിൽ കാണുന്നു. അംഗശുദ്ധി വരുത്തുവാൻ പഠിപ്പിച്ചു കൊടുത്തത്, തയമ്മും ചെയ്യാൻ പഠിപ്പിച്ചത് എല്ലാം ഇപ്രകാരമായിരുന്നു

അബ്ദുല്ലാഹിബ്നു അംറ്(റ) പറയുന്നു: "ഒരു മനുഷ്യൻ നബി(സ്വ)യുടെ അടുക്കൽ വന്ന് ചോദിച്ചു: 'അല്ലാഹുവിന്റെ പ്രവാചകരേ, എങ്ങനെയാണ് വുദൂഅ് ചെയ്യുക?'

നബി(സ്വ) ഒരു പാത്രത്തിൽ വെള്ളം കൊണ്ടുവരാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടു. അദ്ദേഹം ആദ്യം കൈകൾ മൂന്നു പ്രാവശ്യം കഴുകി. പിന്നീട് മുഖം മൂന്നു പ്രാവശ്യം കഴുകി. അതിനുശേഷം ഇരു കൈകളും (മുട്ട് ഉൾപ്പെടെ) മൂന്നു പ്രാവശ്യം കഴുകി. ശേഷം വുദൂഇന്റെ പൂർണരൂപം കാണിച്ചുകൊടുത്തു. എന്നിട്ട് പറഞ്ഞു: 'ഇതാണ് വുദൂഅ്. ഇതിൽ കൂടുതലാക്കുകയോ കുറയ്ക്കുകയോ ചെയ്താൽ, അവൻ തെറ്റു ചെയ്യുകയും അന്യായം പ്രവർത്തിക്കുകയും ചെയ്തിരിക്കുന്നു.'

കുട്ടികളോടുള്ള മനഃശാസ്ത്രപരമായ സമീപനം

കുട്ടികളെ പരിഗണിക്കുകയും അവർക്ക് ആത്മവിശ്വാസം നൽകുകയും ചെയ്യുന്നതായിരുന്നു പ്രവാചക ശൈലി. ഇബ്നു അബ്ബാസ്(റ) പറയുന്നു: "ഒരിക്കൽ ഞാൻ പ്രവാചകന്റെ പിന്നിൽ വാഹനത്തിൽ ഇരിക്കുമ്പോൾ അദ്ദേഹം എന്നോട് പറഞ്ഞു: 'കുഞ്ഞേ, ഞാൻ നിനക്ക് ചില കാര്യങ്ങൾ പഠിപ്പിച്ചു തരട്ടെയോ?' എന്നിട്ട് നബി(സ്വ) പറഞ്ഞു: 'കുഞ്ഞേ, നീ അല്ലാഹുവിനെ സൂക്ഷിക്കുക, അവൻ നിന്നെയും സൂക്ഷിക്കും...''

കുട്ടികളുടെ പ്രായത്തിനനുസരിച്ചുള്ള ഭാഷയും സ്നേഹവും ഉപയോഗിച്ചാണ് അവിടുന്ന് അവരിലേക്ക് അറിവ് എത്തിച്ചത്.

നബി(സ്വ) കുട്ടികൾക്ക് ഭക്ഷണ മര്യാദകൾ പഠിപ്പിച്ചു കൊടുക്കുന്നതും, അവരുടെ

കൂടെ കളിക്കുന്നതും, അവർക്ക് വലിയ പരിഗണന നൽകി സലാം പറയുന്നതും, അവരെ ചേർത്തുപിടിച്ചതുമെല്ലാം ചരിത്രത്തിൽ രേഖപ്പെട്ടുകിടക്കുന്നു.

വ്യക്തിപരമായ വ്യത്യാസങ്ങൾ (Individual Differences**)**

ബോധനരീതികളിൽ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട ഒന്നാണ് വിദ്യാർഥിയെ നന്നായി മനസ്സിലാക്കി അവർക്ക് വേണ്ട നിർദേശങ്ങൾ നൽകുക എന്നത്. ഓരോ വിദ്യാർഥിക്കും വ്യത്യസ്ത കഴിവുകളും ബുദ്ധിയുമാണ് ഉണ്ടാവുക. അത് തിരിച്ചറിഞ്ഞ് അവരെ ആ വഴിയിലേക്ക് എത്തിക്കുക എന്നുള്ളത് ഒരു അധ്യാപകനെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഉത്തരവാദിത്തമാണ്. അതുപോലെ തന്നെ വിദ്യാർഥികൾ ഒഴിവാക്കേണ്ട ദുശ്ശീലങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുവാനായി, അവരുടെ ഗുണകാംക്ഷിയാ ണെന്ന് അവർക്ക് ബോധ്യപ്പെടുംവിധം മനസ്സുകളിലേക്ക് ഇറങ്ങിച്ചെല്ലും വിധം ഉപദേശിക്കുക എന്നതും ഒരു നല്ല അധ്യാപകന്റെ വിശേഷണമാണ്.

നബി(സ്വ) തന്റെ ശിഷ്യന്മാരെ കൃത്യമായി മനസ്സിലാക്കി അവർക്ക് വേണ്ട ഉപദേശങ്ങളാണ് നൽകിയത്. എല്ലാവർക്കും ഒരേ ഉപദേശം നൽകേണ്ടപ്പോൾ അത് നൽകും. വ്യക്തികളോടാകുമ്പോൾ ഓരോരുത്തരെയും മനസ്സിലാക്കി അവർക്ക് വേണ്ട ഉപദേശങ്ങൾ നൽകി.

നബി(സ്വ)യോട് എനിക്കൊരു ഉപദേശം തരണം എന്ന് ചോദിച്ച വ്യക്തിയോട് മൂന്നുതവണയും നീ കോപിക്കരുത്, നീ കോപിക്കരുത്, നീ കോപിക്കരുത് എന്നാണ് പറഞ്ഞത്. അദ്ദേഹം വലിയ ദേഷ്യക്കാരനായിരുന്നു എന്ന് ഹദീസിന്റെ വിശദീകരണങ്ങളിൽ കാണാം.

എന്നെ ഉപദേശിക്കണം എന്ന് പറഞ്ഞ മറ്റൊരു സഹാബിയോട് നബി(സ്വ) പറഞ്ഞു: 'ഞാൻ അല്ലാഹുവിൽ വിശ്വസിക്കുന്നു എന്ന് നീ പറയുക. എന്നിട്ട് നേരെ ചൊവ്വേ അതിനനുസരിച്ച് ജീവിക്കുക.'

പ്രവാചകന് ഏറെ ഇഷ്ടപ്പെട്ട സ്വഹാബിയായിരുന്നു അബൂദർറ്(റ). അദ്ദേഹം 'എന്നെ ഒരു പ്രദേശ ത്തിന്റെ ഗവർണറായി നിശ്ചയിച്ചുകൂടേ' എന്ന് നബി(സ്വ)യോട് ചോദിച്ചു. അദ്ദേഹത്തിന്റെ കഴിവും കഴിവില്ലായ്മയും തൊട്ടറിഞ്ഞ ആ പ്രിയ ഗുരുനാഥൻ പറഞ്ഞു: 'അബൂദർറേ, തീർച്ചയായും നീ ദുർബലനാണ്. ഈ പദവി (നേതൃത്വം) എന്നത് ഒരു ഉത്തരവാദിത്തമാണ് (അമാനത്ത്). അത് അർഹമായ രീതിയിൽ ഏറ്റെടുക്കുകയും അതിൽ തന്നിൽ നിക്ഷിപ്തമായ കടമകൾ കൃത്യമായി നിർവഹിക്കുകയും ചെയ്തവരൊഴികെ, മറ്റുള്ളവർക്ക് അന്ത്യനാളിൽ അത് വലിയ അപമാനവും ഖേദവുമായിരിക്കും' (സ്വഹീഹു മുസ്‌ലിം).

ഇതിനെയാണ് ആധുനിക വിദ്യാഭ്യാസ ശാസ്ത്രം Differentiation എന്ന് വിളിക്കുന്നത്.

ശരീര ഭാഷയുടെയും സ്പർശനത്തിന്റെയും സ്വാധീനം

നബി(സ്വ) ശിഷ്യന്മാരെ പഠിപ്പിക്കുമ്പോൾ അവരുടെ തോളിൽ കൈവച്ചും കൈകൾ കൂട്ടിപ്പിടിച്ചും സംസാരിക്കുമായിരുന്നു. ഇബ്നു ഉമർ(റ) പറയുന്നു: 'നബി(സ്വ) എന്റെ തോളിൽ പിടിച്ചുകൊണ്ട് പറഞ്ഞു: നീ ഈ ദുൻയാവിൽ ഒരു അപരിചിതനെപ്പോലെയോ വഴിപോക്കനെപ്പോലെയോ ആയിരിക്കുക.'

ഈ ശാരീരിക സ്പർശനം പഠിതാവിൽ വലിയൊരു സുരക്ഷിതബോധവും അധ്യാപകനോട് ഇഷ്ടവും ബഹുമാനവുമുണ്ടാക്കുന്നു.

വ്യക്തതയും മിതത്വവും

നബി(സ്വ) സംസാരിക്കുമ്പോൾ വാക്കുകൾക്കിടയിൽ കൃത്യമായ ഇടവേളകൾ നൽകുമായിരുന്നു. ആർക്കെങ്കിലും ആ വാക്കുകൾ എണ്ണണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ എണ്ണാൻ കഴിയുന്നത്ര വ്യക്തത അതിനു ണ്ടായിരുന്നു.

"കേൾക്കുന്നവർക്കെല്ലാം മനസ്സിലാകുന്ന രീതിയിൽ വേർതിരിഞ്ഞ വാക്കുകളിലായിരുന്നു പ്രവാചകൻ(സ്വ) സംസാരിച്ചിരുന്നത്" (അബൂദാവൂദ്).

വിദ്യാർഥികൾക്ക് മടുപ്പുണ്ടാകാതിരിക്കാൻ അദ്ദേഹം ഇടവേളകൾ നൽകി. 'നബി(സ്വ) ഞങ്ങൾക്ക് മടുപ്പുണ്ടാകുമെന്നു ഭയന്ന് ഇടയ്ക്കിടക്ക് മാത്രമാണ് ഉപദേശങ്ങൾ നൽകിയിരുന്നത്' എന്ന് സ്വഹാബികൾ സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നു. ഈ മഹാനായ അധ്യാപകൻ ലോകത്തിന് നൽകിയ ഏറ്റവും വലിയ പാഠം 'ഹൃദയങ്ങൾ കീഴടക്കി വിജ്ഞാനം പകരുക' എന്നതാണ്. ആധുനിക അധ്യാപകർക്ക് തങ്ങളുടെ ക്ലാസ്സ് റൂമുകൾ കൂടുതൽ സജീവവും ഫലപ്രദവുമാക്കാൻ പ്രവാചകന്റെ ഈ മനഃശാസ്ത്ര പാഠങ്ങൾ ഇന്നും വഴികാട്ടിയാണ്.

അല്ലാഹു പറഞ്ഞു: "തീർച്ചയായും നിങ്ങൾക്ക് അല്ലാഹുവിന്റെ ദൂതനിൽ ഉത്തമമായ മാതൃകയുണ്ട്" (ക്വുർആൻ 33:21)

മരണത്തെ കൊതിക്കുകയല്ല, നല്ല കാര്യങ്ങൾ ചെയ്ത് മരണത്തിനായി കാത്തിരിക്കുകയാണ് വിശ്വാസികൾ ചെയ്യേണ്ടത്.

ഞാൻ മരിച്ചാൽ നീ കരയുമോ?

നസീമ വാടാനപ്പള്ളി

അവൾ എന്റെ അടുത്ത കൂട്ടുകാരിയാണ്. ഇടയ്ക്കിടെ കണ്ടുമുട്ടും, വിശേഷങ്ങൾ കൈമാറും. ഫോൺ വിളിച്ച് കാര്യങ്ങൾ അന്വേഷിക്കും. കണ്ടില്ലെങ്കിൽ തിരഞ്ഞുവരുന്ന കൂട്ടുകാരികളിൽ ഒരാൾ.

ഒരു ദിവസം സംസാരത്തിനിടെ അവൾ ചോദിച്ചു: 'ഞാൻ മരിച്ചാൽ നീ കരയുമോ?' ആ ചോദ്യത്തിന് ഉത്തരം തിരയുകയായിരുന്നില്ല ഞാൻ, മറിച്ച് മരണമെന്ന യാഥാർഥ്യം എല്ലാവരുടെയും കൂടെയുണ്ടല്ലോ എന്ന ചിന്തയിൽ സ്തംഭിച്ചു നിൽക്കുകയായിരുന്നു. എല്ലാ ആസ്വാദനങ്ങളെയും മുറിച്ചു കളയുന്ന മരണം!

പൊടുന്നനെ ചിന്തയിൽനിന്ന് ഉണർന്നപ്പോൾ ഞാൻ അവളോടു പറഞ്ഞു: 'നീ മരിച്ചാൽ സ്വാഭാവികമായും ഞാൻ കരയും. കാരണം നീ എന്റെ നല്ല കൂട്ടുകാരിയാണ്. കരഞ്ഞാൽതന്നെ അതിന് എത്ര നേരത്തെ ദൈർഘ്യമുണ്ടാകും? ഒരുപക്ഷേ, ജനാസ വീട്ടിൽനിന്ന് കൊണ്ടുപോകും വരെ. സ്വന്തം മക്കൾ മരണപ്പെട്ടവർ കരയാറുണ്ട്. മാതാപിതാക്കൾ മരണപ്പെട്ടാൽ മക്കൾ കരയാറുണ്ട്. ഭാര്യ മരിച്ചാൽ ഭർത്താവും ഭർത്താവ് മരിച്ചാൽ ഭാര്യയും കരയും. ആ കരച്ചിലും സങ്കടവുമൊന്നും ഏറെ കാലം നീണ്ടു നിൽക്കുന്നവയല്ല. വൈകാതെ എല്ലാവരും അവരവരുടെ ജീവിതമായി പൊരുത്തപ്പെടും. സഹോദരീ.. നാം മരിച്ചാൽ പിന്നെ തനിച്ചാണ്. ഒറ്റപ്പെടുന്ന ആ ലോകത്ത് കരയേണ്ടി വരുമോ എന്ന് ചിന്തിക്കുകയും കരയാതിരിക്കാൻ പ്രവർത്തിക്കുകയും ചെയ്യുക, അതിലാണ് വിജയം.'

ഈ വാക്കുകൾ കൂട്ടുകാരിയുടെ കണ്ണുകളെ ഈറനണിയിച്ചു. ഞാൻ അവളെ ആശ്ലേഷിച്ച് ആശ്വസിപ്പിച്ചു.

പ്രിയ വായനക്കാരേ, മരണം എന്നത് ജീവിതത്തിന്റെ അവസാനമല്ല, മറിച്ച് അനശ്വരമായ മറ്റൊരു ജീവിതത്തിലേക്കുള്ള വാതിലാണ് എന്നാണ് ഇസ്‌ലാം പഠിപ്പിക്കുന്നത്. മരണം ഒരു യാഥാർഥ്യമാണെന്ന് വിശുദ്ധ ഖുർആൻ വ്യക്തമാക്കുന്നു: 'ഓരോ ആത്മാവും മരണം രുചിക്കുക തന്നെ ചെയ്യും' (3:185).

സമ്പത്തോ പദവിയോ ഒന്നും മരണത്തിൽനിന്ന് മനുഷ്യനെ രക്ഷിക്കില്ല. ഈ ചിന്ത ജീവിതത്തിൽ എളിമ നിലനിർത്താൻ വിശ്വാസിയെ സഹായിക്കുന്നു. ലോകം ഒരു പരീക്ഷണാലയമാണ്. മനുഷ്യൻ ഈ ഭൂമിയിൽ അയക്കപ്പെട്ടത് പരീക്ഷണത്തിനായാണ്. ആര് നന്നായി പ്രവർത്തിക്കുന്നു എന്ന് നോക്കാനാണ് ജീവിതവും മരണവും അല്ലാഹു സൃഷ്ടിച്ചതെന്ന് ഖുർആൻ (67:2) അറിയിക്കുന്നു.

ഒരു വിശ്വാസി മരണ വാർത്ത കേട്ടാൽ, അല്ലെങ്കിൽ ഒരു വിപത്തുണ്ടാകുമ്പോൾ ചൊല്ലേണ്ടത് 'ഇന്നാ ലില്ലാഹി വ ഇന്നാ ഇലൈഹി റാജിഊൻ' (നിശ്ചയമായും നാം അല്ലാഹുവിന്റേതാണ്, അവനിലേക്കുതന്നെയാണ് നമ്മുടെ മടക്കവും) എന്നാണ്. ഇത് മരണം എന്നത് സ്രഷ്ടാവിലേക്കുള്ള തിരിച്ചുപോക്കാണെന്ന ആശ്വാസകരമായ ബോധം നൽകുന്നു.

മരണത്തെക്കുറിച്ച് എപ്പോഴും ചിന്തിക്കുന്നത് ജീവിതത്തിലെ തെറ്റുകൾ കുറയ്ക്കാനും സൽപ്രവൃത്തികൾ വർധിപ്പിക്കാനും സഹായിക്കുമെന്ന് നബി(സ്വ) പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്. അത് ജീവിതത്തോടുള്ള വിരക്തിയല്ല, മറിച്ച് ജീവിതത്തെ കൂടുതൽ അർഥവത്തായ രീതിയിൽ ക്രമീകരിക്കാനുള്ള വഴിയാണ്.

മരണത്തെ കൊതിക്കുകയല്ല, നല്ല കാര്യങ്ങൾ ചെയ്ത് മരണത്തിനായി കാത്തിരിക്കുകയാണ് വിശ്വാസികൾ ചെയ്യേണ്ടത്. ■

തറാവീഹ്:

ഇമാം സുയൂത്വി പറഞ്ഞതിനെയും വിവാദമാക്കുന്നവരോട്

ശമീർ മദീനി
: 9048 221 212

കഴിഞ്ഞ റമദാനിനോടനുബന്ധിച്ച് പീസ് റേഡിയോ സംശയനിവാരണ പരിപാടിയിൽ സംബ സ്ധിച്ചുകൊണ്ട് തറാവീഹുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചർച്ചയിൽ ഇമാം സുയൂത്വി(റഹി) തന്റെ 'അൽഹാവി'യിൽ പറഞ്ഞ ചില കാര്യങ്ങളും ഞാൻ പരാമർശിച്ചിരുന്നു. അതിൽ പ്രധാനമായും പറയാൻ ശ്രമിച്ചത്; തറാവീഹ് നമസ്കാരത്തിന്റെ എണ്ണത്തെക്കുറിച്ച് വിവാദങ്ങളും കക്ഷിത്വങ്ങളും സൃഷ്ടിക്കുന്നതിനപ്പുറം പ്രമാണങ്ങൾ എന്ത് പറയുന്നു, നബി(സ്വ) എന്ത് ചെയ്തു, സ്വഹാബത്തിന്റെ രീതി എന്തായിരുന്നു എന്നൊക്കെ പരിശോധിച്ചാൽ ഇന്ന് പൊതുവിൽ നാട്ടിൽ നടക്കുന്നതുപോലെ പെട്ടെന്നവസാനിക്കുന്ന രീതിയിലുള്ള തറാവീഹ് നമസ്കാരമായിരുന്നില്ല നടന്നു പോന്നിരുന്നത് എന്ന് മനസ്സിലാകുകയും സത്യം പിൻപറ്റാൻ എഴുപ്പത്തിൽ സാധിക്കുകയും ചെയ്യും എന്നായിരുന്നു. നബി(സ്വ) 23 റക്അത്ത് നമസ്കരിച്ചു എന്നു പറയുന്ന ഒറ്റ റിപ്പോർട്ടും സ്ഥിരപ്പെട്ടിട്ടില്ല എന്നും റമദാനിലും അല്ലാത്തപ്പോഴും അവിടുന്ന് തന്റെ രാത്രി നമസ്കാരം പതിനൊന്ന് റക്അത്തിലധികം നിർവഹിച്ചിട്ടില്ല എന്ന, ആഇശ(റ) നിവേദനം ചെയ്ത

റിപ്പോർട്ടാണ് ആ വിഷയത്തിൽ ഏറ്റവും പ്രബലമായത് എന്നും തെളിവുകൾ ഉദ്ധരിച്ച് വിശദീകരിച്ചു. കൂട്ടത്തിൽ 23ന്റെ വക്താക്കളായി നമ്മുടെ നാട്ടിൽ അറിയപ്പെടുന്ന സമസ്തക്കാർ അംഗീകരിക്കുന്ന ഒരു പണ്ഡിതൻ എന്നുള്ള നിലയിൽ ഇമാം സുയൂത്വി(റഹി)യുടെ വാക്കുകളും പരാമർശിക്കുകയുണ്ടായി. തന്റെ 'അൽഹാവിലിൽ ഫതാവ' എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ അദ്ദേഹം പറഞ്ഞ കാര്യങ്ങൾ പരാമർശിച്ചത് പലരെയും അസ്വസ്ഥരാക്കുകയുണ്ടായി എന്ന് പിന്നീടുള്ള പ്രതികരണങ്ങളിൽ നിന്നും മനസ്സിലായി. എനിക്ക് നേരിട്ട് ഫോൺ ചെയ്തും അല്ലാതെയും തങ്ങളുടെ വികാരപ്രകടനങ്ങൾ പലരും നടത്തുകയുണ്ടായി.

അതുപോലെ പലരും പലവിധത്തിൽ സോഷ്യൽ മീഡിയകളിലൂടെയും അല്ലാതെയും വിമർശനമായി ഉന്നയിച്ചത് ശ്രദ്ധയിൽപ്പെട്ടതുകൊണ്ട് കൂടിയാണ് ഇങ്ങനെയൊരു കുറിപ്പ് എഴുതാൻ തീരുമാനിച്ചത്. ഞാൻ കിതാബിൽ തിരിമറി കാണിച്ചു എന്ന് പറയുന്ന മുസ്‌ലിയാക്കൾക്ക് ഇമാം സുയൂത്വിയുടെ അൽഹാവിയിലെ പ്രസ്തുത ഭാഗം മലയാളത്തിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കാൻ ധൈര്യമുണ്ടോ എന്നാണ് ഒന്നാമതായി ചോദിക്കാനുള്ളത്.

എന്താണ് സയൂത്വി(റഹി) പറഞ്ഞത് എന്ന് നോക്കാം: "ഇന്ന് നമ്മൾ കാണുന്നതുപോലെ നബി (സ്വ) തറാവീഹ് 20 റക്അത്ത് നിസ്കരിച്ചിരുന്നോ എന്ന് പലരും പല പ്രാവശ്യമായി എന്നോട് ചോദിക്കുകയുണ്ടായി. ഇല്ല എന്ന് ഞാൻ മറുപടി നൽകിയെങ്കിലും പലർക്കും അത് തൃപ്തികരമായില്ല. അതിനാൽ ആ വിഷയകമായി ഒന്ന് വിശദമായി പറയാനാണ് ഞാൻ ഉദ്ദേശിക്കുന്നത്" (വാള്യം 2, പേജ് 72).

'സ്വഹീഹും ഹസനും ദഈഫുമായി ധാരാളം ഹദീസുകൾ റമദാനിലെ രാത്രി നമസ്കാരത്തിനുള്ള കൽപനയും പ്രേരണയുമൊക്കെയായി വന്നിട്ടുണ്ട്. അവയിൽ ഒന്നും പ്രത്യേകമായ ഒരു എണ്ണം പറയുന്നില്ല. നബി(സ്വ) 20 റക്അത്ത് നമസ്കരിച്ചതായി സ്ഥിരപ്പെട്ടുവന്നിട്ടില്ല. നബി(സ്വ) ഏതാനും രാത്രികൾ മാത്രമാണ് തറാവീഹ് സംഘടിതമായി നിസ്കരിച്ചത്. അവയിലെ റക്അത്തുകളുടെ എണ്ണം പറയുന്നുമില്ല. ആ നമസ്കാരം നിർബന്ധമാക്കപ്പെട്ടുമോ എന്ന് ഭയന്നതിനാൽ നാലാമത്തെ ദിവസം നബി(സ്വ) സംഘടിത നിസ്കാരത്തിന് പോകാതിരിക്കുകയായിരുന്നു' എന്നൊക്കെ വിവരിച്ച ശേഷം അദ്ദേഹം ഇബ്നു അബീ ശൈബയുടെ റിപ്പോർട്ടിനെ കുറിച്ച് പറയുന്നത് കാണുക: "നബി (സ്വ) റമദാനിൽ 20 റക്അത്തും വിത്റും നമസ്കരിച്ചു എന്ന് പറയുന്ന, ഇബ്നു അബ്ബാസി(റ)ൽനിന്നുള്ള പ്രസ്തുത റിപ്പോർട്ട് അബ്ദുബ്നു ഹുമൈദ് തന്റെ മുസ്നദിലും ബഗവിയും ത്വബ്റാനിയും തങ്ങളുടെ മുഅ്ജമുകളിലും ഉദ്ധരിക്കുന്നുണ്ട്. എന്നാൽ ഞാൻ പറയട്ടെ, ഈ ഹദീസ് അങ്ങേയറ്റം ദുർബലമാണ്; അത് തെളിവിന് കൊള്ളുകയില്ല. ഇതിന്റെ പരമ്പരയിലുള്ള ഇബ്റാഹീം ഇബ്നു ഉസ്മാൻ എന്ന വ്യക്തിയെക്കുറിച്ച് ഇമാം ദഹബി(റഹി) തന്റെ മീസാനിൽ പറയുന്നത് കാണുക: 'ഇമാം ശുഅ്ബ(റഹി) അയാളെക്കുറിച്ച് വ്യാജവാദി എന്ന് പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു. അയാൾ വിശ്വസ്തനല്ല.' ഇമാം അഹ്മദ്(റഹി) പറയുന്നു: 'അയാൾ ദുർബലനാണ്." തുടർന്ന് ഇമാം ബുഖാരി(റഹി), നസാഈ(റഹി) തുടങ്ങിയ ഹദീസ് നിരൂപണ പണ്ഡിതന്മാരിൽനിന്നും പ്രസ്തുത റിപ്പോർട്ടിനെ കുറിച്ചുള്ള വിമർശനങ്ങൾ സുയൂത്വി(റഹി) ഉദ്ധരിക്കുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്.

നബി(സ്വ) റമദാനിൽ 20 റക്അത്തും വിത്റും നമസ്കരിച്ചു

റമദാനിലെ രാത്രി നമസ്കാരത്തിന്റെ റക്അത്തുകളുടെ എണ്ണത്തിൽ ഇമാം ശാഫിഈ(റഹി) ഒരു പരിധി നിർണയിക്കുന്നില്ല; കാരണം അത് ഐച്ഛികമായ ഒരു നമസ്കാരമാണ്, അതിനാൽ എത്രയും നിസ്കരിക്കാം എന്നതാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ വീക്ഷണം. അതിനാൽ, 23 റക്അത്തിൽ കടിച്ചുതൂങ്ങുന്ന സമസ്തക്കാർ നബി(സ്വ)യും സ്വഹാബത്തും നമസ്കരിച്ച 11 റക്അത്ത് നമസ്കരിക്കുന്ന മുജാഹിദുകളെ കുറിച്ചുള്ള ആക്ഷേപങ്ങളും വിമർശനങ്ങളും അവസാനിപ്പിക്കാൻ ഇനിയെങ്കിലും തയ്യാറാകണം.

എന്ന് പറയുന്ന റിപ്പോർട്ട് അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഏറ്റവും ദുർബലമായ, വിശ്വാസയോഗ്യമല്ലാത്ത റിപ്പോർട്ടിന് ഉദാഹരണമായി പല പണ്ഡിതന്മാരും ഉദ്ധരിച്ചത് സുയൂതി(റഹി) തുടർന്ന് കൊടുക്കുന്നുമുണ്ട്. പ്രസ്തുത റിപ്പോർട്ടിനെ കുറിച്ച് നിരവധി പണ്ഡിതന്മാരുടെ നിരൂപണങ്ങളും വിമർശനങ്ങളും ഉദ്ധരിച്ച ശേഷം ഇമാം സ്വയൂത്വി പറയുന്നു: "ഇത്രയും പറഞ്ഞത് തന്നെ ആ റിപ്പോർട്ട് തള്ളാൻ എമ്പാടും മതിയായതാണ്. എന്നാൽ മറ്റൊരു വിധത്തിൽ പറഞ്ഞാൽ സ്വഹീഹുൽ ബുഖാരിയിലും മറ്റും സ്ഥിരപ്പെട്ടു വന്നത് ഇപ്രകാരമാണ്: ആഇശ(റ)യോട് നബി(സ്വ)യുടെ രാത്രി നമസ്കാരത്തെ കുറിച്ച് ചോദിച്ചപ്പോൾ അവർ പറഞ്ഞു; നബി(സ്വ) റമദാനിലും അല്ലാത്തപ്പോഴും രാത്രി നമസ്കാരം 11 റക്അത്തിൽ കൂടുതൽ അധികരിപ്പിച്ചിരുന്നില്ല."

ഇപ്പറഞ്ഞ കാര്യങ്ങളൊക്കെ കേരളത്തിലെ സമസ്തക്കാർക്ക് അംഗീകരിക്കാൻ പറ്റുമോ? പിന്നെയും വെറുതെ വിവാദങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കി വിശ്വാസികളുടെ ഇബാദത്തുകളെ കുഴപ്പത്തിലാക്കുന്ന പ്രവൃത്തി എന്തിന് ചെയ്യുന്നു എന്നത് പടച്ച റബ്ബിനെ മുൻനിർത്തി അവർ സ്വയം ചിന്തിക്കട്ടെ!

തുടർന്ന് ഇമാം സുയൂത്വി(റഹി) പറയുന്നത് കാണുക: "പണ്ഡിതന്മാർക്കിടയിൽയിൽ തറാവീഹ് നമസ്കാരത്തിന്റെ റക്അത്തുകളുടെ എണ്ണത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ വ്യത്യസ്ത അഭിപ്രായങ്ങൾ ഉണ്ട്. നബി (സ്വ) 20 റക്അത്ത് നമസ്കരിച്ചു എന്ന് സ്ഥിരപ്പെട്ടിരുന്നുവെങ്കിൽ അങ്ങനെ ഉണ്ടാകുമായിരുന്നില്ല."

'ഈ വിഷയത്തിൽ തനിക്ക് പറയാനുള്ള മറുപടി ഇതാണ്' എന്ന് പറഞ്ഞ ശേഷം അദ്ദേഹം പറയുന്നു: "എന്നാൽ പിന്നീട് ഇബ്നു ഹജർ(റഹി) ചർച്ച ചെയ്ത ഒരു ഹദീസ് ഞാൻ കാണുകയുണ്ടായി. നബി (സ്വ) രണ്ട് രാത്രി ജനങ്ങൾക്ക് ഇമാമായി 20 റക്അത്ത് നിസ്കരിച്ചു എന്ന പ്രസ്തുത റിപ്പോർട്ട് ഉദ്ധരിച്ച ശേഷം ഇബ്നു ഹജർ(റഹി) തന്നെ പറയുന്നു; രാത്രി നമസ്കാരത്തിന്റെ റകഅത്തുകളുടെ എണ്ണത്തെക്കുറിച്ച് ഇബ്നു ഹിബ്ബാൻ(റഹി) തന്റെ സ്വഹീഹിൽ ജാബിറി(റ)ന്റെ റിപ്പോർട്ടായി ഉദ്ധരിച്ചത് 8 റക്അത്തും വിത്റും എന്നാണ്.'

ശേഷം സുയൂത്വി(റഹി) തുടരുന്നു: "ചുരുക്കത്തിൽ 20 റക്അത്ത് നബി(സ്വ) നമസ്കരിച്ചതായി സ്ഥിരപ്പെട്ടു വന്നിട്ടില്ല. മറിച്ച് പരമാവധി നമുക്ക് കിട്ടുന്നത് ഇബ്നു ഹിബ്ബാൻ(റഹി) ഉദ്ധരിച്ചതും സ്വഹീഹുൽ ബുഖാരിയിൽ ആഇശ(റ)യിൽനിന്ന് സ്ഥിരപ്പെട്ടു വന്നതുമായ സംഗതി നബി(സ്വ) റമദാനിലും അല്ലാത്തപ്പോഴും 11 റക്അത്തിൽ അധികം നിസ്കരിച്ചിട്ടില്ല എന്നതാണ്. അതായത് അവിടുന്ന് എട്ടു റക്അത്ത് തറാവീഹും മൂന്ന് റക്അത്ത് വിത്റും എന്നിങ്ങനെ 11 റക്അത്തായിരുന്നു നമസ്കരിച്ചിരുന്നത്. അപ്രകാരം തന്നെ അത് ബലപ്പെടുത്തുന്ന മറ്റൊരു കാര്യമാണ് നബി(സ്വ) ഒരു കാര്യം ചെയ്താൽ അത് സ്ഥിരമായി ചെയ്തു വരുമായിരുന്നു എന്നത്; നബി(സ്വ) സ്ഥിരമായി നമസ്കരിച്ചു വന്ന രണ്ട് റക്അത്ത് നമസ്കാരം ഒരുതവണ അസ്ർ നമസ്കാരത്തിന് ശേഷം ഖദാ വീട്ടിയതായി വന്നതുപോലെ. പ്രസ്തുത സമയം പൊതുവിൽ നമസ്കാരം വിലക്കപ്പെട്ട സമയമായിരുന്നിട്ടുകൂടി നബി(സ്വ) അപ്രകാരം നിർവഹിച്ചു. അതിനാൽ 20 റക്അത്ത് ഒരിക്കലെങ്കിലും നബി(സ്വ) നമസ്കരിച്ചിരുന്നുവെങ്കിൽ അത് അവിടുന്ന് ഒഴിവാക്കുമായിരുന്നില്ല. പ്രവാചകൻ(സ്വ) അപ്രകാരം ചെയ്തിരുന്നുവെങ്കിൽ അത് ആഇശ(റ) അടക്കമുള്ളവർക്ക് അറിയാതെ പോവുകയും മേൽപ്പറഞ്ഞ രൂപത്തിൽ അവർ പ്രസ്താവിക്കുകയും ചെയ്യുമായിരുന്നില്ല. അല്ലാഹു അഅ്ലം'' (അൽഹാവിലിൽ ഫതാവാ, പേജ് 75).

ഉമറി(റ)ന്റെ കാലത്ത് 20 റകഅത്തോ?

നബി(സ്വ) 20 റക്അത്ത് തറാവീഹ് നമസ്കരിച്ചതായി തെളിയിക്കാൻ സാധിക്കുകയില്ല എന്ന് വരുമ്പോൾ പിന്നെ മുസ്‌ലിയാക്കന്മാർ കൊണ്ടുവരാറുള്ള ഒരു പുൽക്കൊടിയാണ് ഉമർ(റ)വിന്റെ കാലത്ത് 20 നമസ്കരിച്ചു എന്ന റിപ്പോർട്ട്. എന്നാൽ ഉമർ(റ)വിന്റെ കാലത്ത് ആര് നിർവഹിച്ചു എന്ന് പറയാറുമില്ല.

ഇമാം സുയൂത്വി(റഹി) തന്നെ ഉദ്ധരിക്കുന്നു: "സഈദ്ബ്നു മൻസൂർ(റഹി) തന്റെ സുനനിൽ മുഹമ്മദ് ബ്നു യൂസുഫി(റ)ൽനിന്ന് ഉദ്ധരിക്കുന്നു: സാഇബ്ന്നു യസീദ്(റ) പറയുന്നതായി ഞാൻ കേട്ടു: 'ഞങ്ങൾ ഉമറുബ്നുൽ ഖത്വാബി(റ)ന്റെ കാലത്ത് 11 റക്അത്ത് തറാവീഹ് നമസ്കരിച്ചിരുന്നു. ഓരോ റക്അത്തിലും നൂറുകണക്കിന് ആയത്തുകൾ ഞങ്ങൾ ഓതിയിരുന്നു. ദീർഘമായ നിറുത്തം കാരണം ഞങ്ങൾ വടിയിൽ ഊന്നി നിൽക്കുമായിരുന്നു.' ഈ റിപ്പോർട്ട് ആഇശ(റ) പറഞ്ഞ ഹദീസിനോട് യോജിക്കുന്നതാണ്. 'ഉമർ(റ)വിന്റെ കാലത്ത് ഞങ്ങൾ 20 റക്അ

ത്ത് നിസ്കരിച്ചിരുന്നു' എന്ന് സാഇബ് ബ്നു യസീദ്(റഹി) പറയുന്നതായ, ഇമാം ബൈഹഖി ഉദ്ധരിച്ച റിപ്പോർട്ടിനെ അവലംബിച്ചുകൊണ്ട് ശാഫിഈ മദ്ഹബിന്റെ വീക്ഷണം സുബ്കി പറഞ്ഞതും ഉദ്ധരിച്ച ശേഷം സുയൂത്വി സുബ്കിയിൽ നിന്നുതന്നെ ഉദ്ധരിക്കുന്നു: "ബൈഹഖിയിലെ റിപ്പോർട്ടിന്റെ സനദ് ഞാൻ കണ്ടു. എന്നാൽ മുവത്ത്വയിലും സഊദ് ബിൻ മൻസൂറിന്റെ ഗ്രന്ഥത്തിലും സാഇബ് ബ്നു യസീദിൽ നിന്നും ഉദ്ധരിക്കുന്ന ഏറ്റവും പ്രബലമായ റിപ്പോർട്ടിലുള്ളത് 11 റക്അത്ത് എന്നാണ് (പേജ് 77). നമ്മുടെ പണ്ഡിതന്മാരിൽ പെട്ട ജൂരി ഇമാം മാലിക്(റഹി) പറഞ്ഞതായി ഇപ്രകാരം ഉദ്ധരിക്കുന്നു: 'ഉമർ(റ) ജനങ്ങളെ സംഘടിപ്പിച്ച് നമസ്കരിച്ചതായ 11 റക്അത്താണ് നമുക്ക് ഏറ്റവും പ്രിയങ്കരമായത്. അതാണ് നബി(സ്വ)യുടെ നമസ്കാരം. അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു; 'എവിടെ നിന്നാണ് ഈ അധികരിച്ച റക്അത്തുകൾ പുതിയതായി കടത്തിക്കൂട്ടപ്പെട്ടത് എന്ന് എനിക്കറിഞ്ഞുകൂടാ' (പേജ് 77).

റമദാനിലെ രാത്രി നമസ്കാരത്തിന്റെ റക്അത്തുകളുടെ എണ്ണത്തിൽ ഇമാം ശാഫിഈ(റഹി) ഒരു പരിധി നിർണയിക്കുന്നില്ല; കാരണം അത് ഐച്ഛികമായ ഒരു നമസ്കാരമാണ്, അതിനാൽ എത്രയും നിസ്കരിക്കാം എന്നതാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ വീക്ഷണം. അതിനാൽ, 23 റക്അത്തിൽ കടിച്ചുതൂങ്ങുന്ന സമസ്തക്കാർ നബി(സ്വ)യും സ്വഹാബത്തും നമസ്കരിച്ച 11 റക്അത്ത് നമസ്കരിക്കുന്ന മുജാഹിദുകളെ കുറിച്ചുള്ള ആക്ഷേപങ്ങളും വിമർശനങ്ങളും അവസാനിപ്പിക്കാൻ ഇനിയെങ്കിലും തയ്യാറാകണം. റബ്ബ് അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ! ■

ലേഖനം

നിങ്ങൾ സമ്മാനം നൽകാറുണ്ടോ?

സമീർ മുണ്ടേരി

ക്ലാസുകഴിഞ്ഞ് വീട്ടിലെത്തിയ അഞ്ചുവയസ്സുകാരി അവൾക്ക് അന്ന് ലഭിച്ച സമ്മാനങ്ങൾ തന്റെ മാതാപിതാക്കളെ കാണിക്കുമ്പോൾ ആ കുഞ്ഞു മുഖത്തെ സന്തോഷം ഒന്നു കാണേണ്ടതു തന്നെയായിരുന്നു.അവളുടെ കൈകളിലുള്ള സമ്മാനങ്ങൾ വിലപിടിപ്പുള്ള വസ്തുക്കളല്ല. പക്ഷേ, തന്റെ ക്ലാസിലെ കുട്ടികൾക്ക് മുന്നിൽ വെച്ച് ലഭിച്ച ആ സമ്മാനത്തിന് വലിയ വിലയുണ്ട് അവളുടെ മനസ്സിൽ. സമ്മാനങ്ങൾ ചെറുതാകട്ടെ, വലുതാകട്ടെ അത് ലഭിക്കുന്നവർക്കുണ്ടാകുന്ന സന്തോഷം ഏറെ വലുതാണ്. അതിന് പ്രായത്തിന്റെ വ്യത്യാസമില്ല. തനിക്ക് ലഭിച്ച ഒരു ചെറിയ സമ്മാനം പാതിരാത്രിൽ എടുത്തുനോക്കിയ കാര്യം പ്രിയപ്പെട്ട ജ്യേഷ്ഠ സഹോദരൻ പറഞ്ഞത് ഈ സന്ദർഭത്തിൽ ഓർക്കുകയാണ്.

ഇസ്ലാമും സമ്മാനവും

പരിശുദ്ധ ഇസ്‌ലാം മാനവസമൂഹത്തിനുള്ള അല്ലാഹുവിന്റെ സമ്മാനമാണ്. മറ്റുള്ളവർക്ക് സമ്മാനം കൊടുക്കാൻ ഇസ്‌ലാം പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. മുഹമ്മദ് നബി(സ്വ) ദാനമായി ലഭിക്കുന്നത് ഭക്ഷിക്കുമായിരുന്നില്ലെന്നും സമ്മാനമായി ലഭിക്കുന്നത് സ്വീകരിച്ചിരുന്നുവെന്ന് പ്രമാണങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്.

ആഇശ(റ) ഉദ്ധരിച്ച ഹദീസിൽ ഇങ്ങനെ കാണാം: "നബി(സ്വ) സമ്മാനം സ്വീകരിക്കുകയും സമ്മാനം ലഭിക്കുമ്പോൾ പ്രത്യുപ

കാരമായി എന്തെങ്കിലും നൽകുകയും ചെയ്യും" (ബുഖാരി).

അബൂഹുറയ്റ(റ) ഉദ്ധരിക്കുന്നു: "നബി(സ്വ) യുടെ സദസ്സിലേക്ക് ഭക്ഷണം കൊണ്ടുവരപ്പെട്ടാൽ അദ്ദേഹം ചോദിക്കും; ഇത് സമ്മാനമാണോ? ദാനമാണോ? അത് ദാനമാണ് എന്നു പറയപ്പെട്ടാൽ അനുചരന്മാരോട് അത് ഭക്ഷിക്കുവാൻ നബി(സ്വ) കൽപിക്കും. സമ്മാനമാണ് എന്ന് പറയപ്പെട്ടാൽ നബി(സ്വ) യും അവരോടൊപ്പം ഭക്ഷിക്കും" (ബുഖാരി).

അനസ്(റ) നിവേദനം: "നബി(സ) സുഗന്ധദ്രവ്യം സമ്മാനമായി ലഭിച്ചാൽ അതൊരിക്കലും നിരസിക്കാറുണ്ടായിരുന്നില്ല"(ബുഖാരി).

ജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാ മേഖലകളിലും മാതൃക കാണിച്ച നബി(സ്വ) സമ്മാനം കൊടുക്കുന്ന വിഷയത്തിലും വാങ്ങുന്ന വിഷയത്തിലും നമുക്ക് മാതൃക കാണിച്ചതായി മുകളിൽ കൊടുത്ത ഹദീഥുകൾ നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നു.

ക്വുർആൻ സുലൈമാൻ നബി(അ)യുടെയും ബൽക്വീസ് രാജ്ഞിയുടെയും കഥ പറയുമ്പോൾ സമ്മാനത്തെക്കുറിച്ച് സൂചിപ്പിക്കുന്നത് കാണാം: "ഞാൻ അവർക്ക് ഒരു പാരിതോഷികം കൊടുത്തയച്ചിട്ട് എന്തൊരു വിവരവും കൊണ്ടാണ് ദൂതൻമാർ മടങ്ങിവരുന്നതെന്ന് നോക്കാൻ പോകുകയാണ്" (സൂറതുന്നംല്: 35).

ഇസ്‌ലാമികലോകത്തെ പണ്ഡിതന്മാരുടെ വീക്ഷണ പ്രകാരം സമ്മാനം നൽകൽ സുന്നത്തായ കാര്യ മാണ്. എന്നാൽ സമ്മാനം ചോദിച്ചുവാങ്ങേണ്ട ഒന്നല്ല, മനസ്സറിഞ്ഞ് മറ്റുള്ളവരിൽ നിന്നു ലഭിക്കേണ്ടതാണ്. ലഭിക്കുന്നത് എത്ര നിസ്സാരമായാലും അത് സ്വീകരിക്കാതിരിക്കരുത്.

അബൂഹുറയ്റ(റ) നിവേദനം; നബി(സ) അരുളി: "അല്ലയോ മുസ്‌ലിം സ്ത്രീകളേ, ഒരു അയൽവാസിനി മറ്റേ അയൽവാസിനിക്ക് വല്ലതും സമ്മാനിച്ചാൽ അതിനെ അവൾ താഴ്ത്തിക്കാണിക്കരുത്. പാരിതോഷിക മായി നൽകിയത് ഒരു ആടിന്റെ കുളമ്പാണെങ്കിലും ശരി" (ബുഖാരി).

സമ്മാനം കൊടുത്തുത് തിരിച്ചുവാങ്ങരുത്

കൊടുത്തത് തിരിച്ചുവാങ്ങുന്നത് നികൃഷ്ടമായ പ്രവൃത്തിയായിട്ടാണ് ഇസ്‌ലാം പഠിപ്പിക്കുന്നത്. അബൂ ഹുറയ്റ(റ) ഉദ്ധരിക്കുന്ന ഹദീഥിൽ "കൊടുത്ത സാധനം തിരിച്ചുവാങ്ങുന്നവന്റെ ഉപമ ഒരു നായയെ പോലെയാണ്. അത് വയറുനിറച്ച് ഭക്ഷണം കഴിച്ചു. എന്നിട്ടത് ഛർദിച്ചു. വീണ്ടും അത് തിന്നുന്നു. (അതു പോലെയാണ് സമ്മാനം നൽകിയത് തിരിച്ചു വാങ്ങുന്നവർ)" എന്ന് കാണാം.

സർപ്രൈസ് ഗിഫ്റ്റ് കൊടുക്കുക എന്ന പേരിൽ പ്രവാസലോകത്തുള്ളവർ വീട്ടുകാരോട് പറയാതെ ചെല്ലുകയും അത് വീഡിയോ എടുത്ത് സോഷ്യൽ മീഡിയകളിൽ പ്രചരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് കണ്ടിട്ടുണ്ട്. അത്തരം പ്രവൃത്തികൾ പ്രവാചസുന്നത്തിന് എതിരാണ്. തന്റെ വീട്ടിലേക്ക് പ്രവാചക തിരുമേനി ചെല്ലുകയാണെങ്കിൽ അവർക്ക് വിവരം കൊടുക്കുമായിരുന്നു എന്നറിയിക്കുന്ന ധാരാളം സംഭവങ്ങൾ കാണാൻ കഴിയും.

നമ്മുടെ വിശ്വാസത്തിന് എതിരു നിൽക്കുന്ന സമ്മാനങ്ങൾ ആരെങ്കിലും നമുക്കു നൽകിയാൽ നമുക്കത് സ്വീകരിക്കാൻ പാടില്ലെന്ന് അവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്തി സ്വീകരിക്കാതിരിക്കൽ നമ്മുടെ കടമയാണ്. അല്ലാഹു അല്ലാത്തവരുടെ പേരിൽ അറുത്തത് വിശ്വാസികൾക്ക് കഴിക്കാൻ പാടില്ല. അത്തരം മാംസം നമുക്ക് സമ്മാനമായി ലഭിച്ചാൽ അതവരെ ബോധ്യപ്പെടുത്താൻ നമുക്ക് കഴിയണം. ഇസ്‌ലാം നിരോധിച്ച എല്ലാ വസ്തുക്കളിലും ഈ മാനദണ്ഡം നാം സ്വീകരിക്കണം. വസ്ത്രങ്ങളുടെ കൂട്ടത്തിൽ പട്ട് ഇസ്‌ലാം പുരുഷന്മാർക്ക് നിരോധിച്ചതാണ്. അത് ധരിക്കാൻ പാടില്ല.

അബൂമൂസ(റ)യിൽനിന്ന് നിവേദനം; റസൂൽ(സ്വ) അരുളി: "പട്ടും സ്വർണവും അണിയൽ എന്റെ സമുദായത്തിലെ പുരുഷൻമാർക്ക് നിഷിദ്ധവും സ്ത്രീകൾക്ക് അനുവദനീയവുമാണ്"(തിർമിദി).

വിവാഹദിവസം പെൺകുട്ടിയുടെ മാതാവ് സമ്മാനമായി സ്വർണമോതിരം വരന്റെ വിരലിൽ അണിയി ക്കുന്ന സമ്പ്രദായം നമ്മുടെ നാട്ടിൽ നിലവിലുണ്ട്. പുരുഷന് സ്വർണം നിഷിദ്ധമാണ് എന്നു പഠിച്ചിട്ടും സമ്മാനമായി ലഭിക്കുന്നത് ധരിക്കുന്ന എത്രയോ സഹോദരങ്ങളുണ്ട്.

സമ്മാനം നൽകുക എന്നത് പരസ്പരം സ്നേഹം വർധിക്കുവാനുള്ള കാരണമായി ഇസ്‌ലാം പഠിപ്പിക്കു ന്നുണ്ട്. ഇമാം ബുഖാരി തന്റെ 'അദബുൽ മുഫ്‌റദി'ൽ രേഖപ്പെടുത്തിയ ഹദീസിൽ ഇങ്ങനെ കാണാം: നബി(സ്വ) പറഞ്ഞു: "നിങ്ങൾ സമ്മാനം കൊടുക്കുക, എങ്കിൽ നിങ്ങളുടെ ഇടയിൽ സ്നേഹം ഉണ്ടാകും."

പ്രിയപ്പെട്ട മാതാപിതാക്കളെ, നിങ്ങളുടെ മക്കൾക്ക് മദ്റസയിൽ നിന്നും സ്കൂളിൽ നിന്നും മാത്രമല്ല സമ്മാനങ്ങൾ ലഭിക്കേണ്ടത്; വീടും സമ്മാനങ്ങൾ ലഭിക്കുന്ന സ്ഥലമായി അവർക്ക് അനുഭവപ്പെടണം. ഉപ്പയുടെ, ഉമ്മയുടെ, സഹോദരങ്ങളുടെ വകയായി സമ്മാനങ്ങൾ ലഭിക്കുമ്പോൾ മക്കൾക്കത് വലിയ പ്രചോദനമായിരിക്കും. ■

സൂറതുന്നംല്

ഉറുമ്പ്

(മക്കയിൽ അവതരിച്ചത്)

അധ്യായം 27

അബ്ദുർറഹ്മാനുബ്നു നാസിറുസ്സഅ്ദി
വിവർത്തനം: ഹാരിസ് ബിൻ സലീം
:95444 92089

وَتَفَقَّدَ الطَّيْرَ فَقَالَ مَا لِيَ لَا أَرَى الْهُدْهُدَ أَمْ كَانَ مِنَ الْغَائِبِينَ ﴿٢٠﴾

20 അദ്ദേഹം പക്ഷികളെ പരിശോധിക്കുകയുണ്ടായി. എന്നിട്ട് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു: 'എന്തുപറ്റി? മരംകൊത്തിയെ ഞാൻ കാണുന്നില്ലല്ലോ! അഥവാ അത് സ്ഥലം വിട്ടുപോയ കൂട്ടത്തിലാണോ?'

20). സുലൈമാൻ നബി(അ) പക്ഷികളോട് സംസാരിച്ചത് എങ്ങനെയെന്ന് വിവരിച്ചുകൊണ്ടാണ് തുടർന്ന് പറയുന്നത്: (അദ്ദേഹം പക്ഷികളെ പരിശോധിക്കുകയുണ്ടായി) അത് അദ്ദേഹത്തിന്റെ ദൃഢ നിശ്ചയത്തെയും നിയന്ത്രണത്തെയും തന്റെ സൈന്യത്തെ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിലുള്ള വ്യവസ്ഥാ പിതത്വത്തെയും സൂചിപ്പിക്കുന്നു. ഒരു വിഷയത്തെയും അവഗണിക്കാതെ ചെറുതും വലുതുമായ കാര്യങ്ങൾ എങ്ങനെ കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നു എന്നതും കാണിക്കുന്നു. പക്ഷികളെ പരിശോധിച്ചു. അവയെല്ലാം അവിടെ ഉണ്ടോ അതോ അവയിൽ ആരെയെങ്കിലും കാണാതായോ എന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുന്നു. ഇതാണ് ഈ വാക്യത്തിൽനിന്ന് മനസ്സിലാകുന്നത്. ഈ കാര്യം പോലും അദ്ദേഹം അവഗണിച്ചില്ല എന്നർഥം.

പക്ഷികളെ അന്വേഷിച്ചു എന്ന് പറഞ്ഞതുകൊണ്ട് ഉദ്ദേശിക്കുന്നത് അവയെല്ലാം ഉണ്ടോ അതോ ഏതെങ്കിലും നഷ്ടപ്പെട്ടുപോയോ എന്നതാണ്. ഇതാണ് ഈ വചനത്തിന്റെ താൽപര്യം. ഹുദ്ഹുദ് എവിടെയെന്ന് നോക്കാനാണ് പരിശോധന നടത്തിയത് എന്ന് പറയുന്നത് ശരിയല്ല. 'ഹുദ്ഹുദിന് വെള്ളം ദൂരെയാണോ അടുത്താണോ എന്ന് കണ്ടെത്താനും ഏത് കടുകട്ടിയുള്ള ഭൂമിയിലും താഴ്ചയിൽ വെള്ളമുണ്ടോ എന്ന് മനസ്സിലാക്കാനും കഴിയും, അതിനു വേണ്ടിയാണ് അതിനെ അന്വേഷിച്ചത്' എന്ന വാദത്തെ സ്ഥാപിക്കാൻ ബുദ്ധിപരമായോ പ്രാമാണികമായോ തെളിവ് കാണുന്നില്ല. ആ വാദം നിരഥകമാണ്.

ബുദ്ധിപരമായ തെളിവ് എന്നതുകൊണ്ട് ഉദ്ദേശ്യം, പതിവ് സമ്പ്രദായങ്ങളുടെയും അനുഭവങ്ങളുടെയും കാഴ്ചപ്പാടുകളുടെയും അടിസ്ഥാനത്തിൽ കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുക എന്നതാണ്. എന്നാൽ ഈ ജീവികൾ ഒന്നുംതന്നെ അസാധാരണ കാഴ്ചയുള്ളവരായും കട്ടിയുള്ള ഭൂമിക്ക് അടിയിലെ വെള്ളം കണ്ടെത്തുന്നതിന് കഴിവുള്ളവയായും അറിയപ്പെടുന്നില്ല. അങ്ങനെ ഉണ്ടായിരുന്നുവെങ്കിൽ അല്ലാഹു അത് പറയുമായിരുന്നു. കാരണം അത് അത്രയും വലിയ ഒരു ദൃഷ്ടാന്തമാകുമായിരുന്നു.

ഈ പദത്തിൽനിന്നും ഇങ്ങനെ ഒരു ആശയം ലഭിക്കുന്നില്ല. ഈ അർഥം ഉദ്ദേശിച്ചിരുന്നുവെങ്കിൽ പറയേണ്ടത് ഇങ്ങനെയായിരുന്നു: 'അദ്ദേഹം വെള്ളം കണ്ടെത്താൻ വേണ്ടി ഹുദ്ഹുദിനെ തിരഞ്ഞു.' അല്ലെങ്കിൽ 'ഹുദ്ഹുദിനെ തിരഞ്ഞു'വെ ന്നോ 'അദ്ദേഹം അതിനെ അന്വേഷിച്ചു' എന്നോ പറയേണ്ടിയിരുന്നു. പകരം, പക്ഷികളെ പരിശോധിച്ചു എന്നാണ് ഇവിടെ പറഞ്ഞത്. അതായത് ഉള്ളവയെയും

ഇല്ലാത്തവയെയും മനസ്സിലാക്കാൻ വേണ്ടി അവരുടെ സ്ഥാനങ്ങളിൽ അവ ഉണ്ടോ എന്ന് ഉറപ്പുവരുത്താൻ. മാത്രവുമല്ല, സുലൈമാൻ നബിക്ക് വെള്ളം ആവശ്യമുണ്ടായിരുന്നില്ല. പിന്നെയെങ്ങനെയാണ് വെള്ളം കണ്ടെത്താൻ ഹുദ്ഹുദിനെ ആവശ്യപ്പെടുന്നത്? അദ്ദേഹത്തിന്റെ അടുക്കൽ ശക്തരായ ജിന്നുകളും പിശാചുക്കളും ഉണ്ടായിരുന്നു. എത്ര ആഴമുള്ള സ്ഥലത്തും വെള്ളത്തിനു വേണ്ടി കുഴിക്കാൻ അവർക്ക് കഴിയുമായിരുന്നു. അല്ലാഹു കാറ്റിനെയും അദ്ദേഹത്തിന് കീഴ്പെടുത്തി. അതിന്റെ പ്രഭാത സഞ്ചാരം ഒരു മാസത്തെ ദൂരവും അതിന്റെ സായാഹ്ന സഞ്ചാരം ഒരു മാസത്തെ ദൂരവും ആകുന്നു. ഇതെല്ലാം ഉണ്ടാകുമ്പോൾ ഹുദ്ഹുദിന്റെ ആവശ്യമെന്താണ്?

ചില തഫ്സീറുകളിൽ കാണുന്നതും വ്യാപകമായി പ്രചരിപ്പിക്കപ്പെടുന്നതുമായ ഈ വ്യാഖ്യാനങ്ങൾ ഇസ്രായേൽ സന്തതികളുടെ വീക്ഷണങ്ങളിൽനിന്ന് കൈമാറ്റം ചെയ്യപ്പെട്ടു വന്നതാണ്. എന്നാൽ അവ യാഥാർഥ്യങ്ങൾക്ക് നിരക്കാത്തതും ശരിയായ ആശയങ്ങൾക്ക് വിരുദ്ധവുമാണ് എന്നത് അവർ ശ്രദ്ധിച്ചില്ല. ആ പഴയ വ്യാഖ്യാനങ്ങൾ മുസ്‌ലിം തലമുറകൾ കൈമാറിപ്പോന്നു. അങ്ങനെ അത് സത്യമാണെന്ന് തെറ്റിദ്ധരിച്ചു.

എന്നാൽ അറിവുള്ളവരെയും ഇല്ലാത്തവരെയും ഒരുപോലെ അഭിസംബോധന ചെയ്യുന്ന ക്വുർആൻ വ്യക്തമായ അറബി ഭാഷയിലാണ്. അതിന്റെ അർഥം ശരിയായി മനസ്സിലാക്കാനും അറബി ഭാഷ അനുസരിച്ച് അറബി പദങ്ങളെ വിശകലനം ചെയ്തു മനസ്സിലാക്കാനും സമർഥരും ബുദ്ധിയുള്ളവരുമായ അറബികൾക്ക് പ്രയാസമില്ല. അതിനാൽ പ്രവാചകന്റേതല്ലാത്ത വചനങ്ങൾ കണ്ടാൽ അതിന്റെ അടിസ്ഥാനം പരിശോധിക്കണം. അവ അതിനോട് യോജിച്ചതാണെങ്കിൽ, അവ സ്വീകരിക്കാവുന്നതാണ്. കാരണം വാചകത്തിന്റെ വാക്കുകൾ അത് സൂചിപ്പിക്കുന്നു. എന്നാൽ ആശയത്തിലോ പദത്തിലോ അത് വിരുദ്ധമാണെന്ന് കണ്ടാൽ അത് തള്ളിക്കളയുകയും കളവാണെന്ന് ഉറപ്പിക്കുകയും വേണം. അതിന് വിരുദ്ധമായി സ്വീകാര്യയോഗ്യമായ അറിവ് വന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അത് വാചകത്തിൽനിന്നും അതിന്റെ അർഥത്തിൽനിന്നും വ്യക്തമാകും.

സുലൈമാൻ നബി(അ) പക്ഷികളെ പരിശോധിച്ചതും ഹുദ്ഹുദിനെ കാണാനില്ലെന്നതും സൂചിപ്പിക്കുന്നത് അവയെല്ലാം അദ്ദേഹത്തിന്റെ പൂർണ നിയന്ത്രണത്തിലാണെന്നും തന്റെ ആവശ്യം കൈകാര്യം ചെയ്യുന്നതിൽ അദ്ദേഹത്തിന് തികഞ്ഞ വൈദഗ്ധ്യം ഉണ്ടെന്നുമാണ്. ഇത്ര ചെറിയൊരു പക്ഷിയുടെ അസാന്നിധ്യം പോലും അദ്ദേഹം മനസ്സിലാക്കി. അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു: (എന്തുപറ്റി? മരംകൊത്തിയെ ഞാൻ കാണുന്നില്ലല്ലോ! അഥവാ അത് സ്ഥലം വിട്ടുപോയ കൂട്ടത്തിലാണോ?) ഞാനെന്താണ് അവനെ കാണാത്തത്? ഈ വലിയ സമൂഹത്തിൽ അവൻ മറഞ്ഞിരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് എനിക്ക് കാണാൻ കഴിയാതായതാണോ? അതോ എന്റെ നിർദേശമോ അനുവാദമോ കൂടാതെ അപ്രത്യക്ഷനായതുകൊണ്ടാണോ കാണാത്തത്?

21

لَأُعَذِّبَنَّهُۥ عَذَابًا شَدِيدًا أَوْ لَأَا۟ذْبَحَنَّهُۥٓ أَوْ لَيَأْتِيَنِّى بِسُلْطَٰنٍ مُّبِينٍ ﴿٢١﴾

‘ഞാനതിന് കഠിനശിക്ഷ നൽകുകയോ, അല്ലെങ്കിൽ അതിനെ അറുക്കുകയോ തന്നെ ചെയ്യും. അല്ലെങ്കിൽ വ്യക്തമായ വല്ല ന്യായവും അതെനിക്ക് ബോധിപ്പിച്ചു തരണം.’

21). അപ്പോൾ അദ്ദേഹം മരക്കൊത്തിയോട് ദേഷ്യപ്പെടുകയും അതിനെ ഭീഷണിപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്തു. (ഞാനതിന് കഠിന ശിക്ഷ നൽകുകയോ) അതായത് കൊല്ലാതെ. (അല്ലെങ്കിൽ അതിനെ അറുക്കുകയോ തന്നെ ചെയ്യും. അല്ലെങ്കിൽ വ്യക്തമായ വല്ല ന്യായവും അതെനിക്ക് ബോധിപ്പിച്ചു തരണം) എത്താതിരുന്നതിനുള്ള വ്യക്തമായ തെളിവ് നൽകണം. ഇത് അദ്ദേഹത്തിന്റെ തികഞ്ഞ ഭക്തിയെയും നീതിയെയും സൂചിപ്പിക്കുന്നു. അതിനെ കൊല്ലാനോ ശിക്ഷിക്കാനോ അദ്ദേഹം ശപഥം ചെയ്തില്ല. അങ്ങനെ ശപഥം ചെയ്യണമെങ്കിൽ അത് വല്ല തെറ്റും ചെയ്തിരിക്കണം. അതിന്റെ അസാന്നിധ്യത്തിന് വ്യക്തമായ കാരണം ഉണ്ടാകുമല്ലോ. അതിനാൽ തന്റെ സൂക്ഷ്മത കൊണ്ടും ബുദ്ധികൊണ്ടും അദ്ദേഹം അതിനെ ഒഴിവാക്കി.

فَمَكَثَ غَيْرَ بَعِيدٍ فَقَالَ أَحَطتُ بِمَا لَمْ تُحِطْ بِهِ وَجِئْتُكَ مِن سَبَإٍ بِنَبَإٍ يَقِينٍ ﴿٢٢﴾

22 എന്നാൽ അത് എത്തിച്ചേരാൻ അധികം താമസിച്ചില്ല. എന്നിട്ട് അത് പറഞ്ഞു: താങ്കൾ സൂക്ഷ്മമായി അറിഞ്ഞിട്ടില്ലാത്ത ഒരു കാര്യം ഞാൻ സൂക്ഷ്മമായി മനസ്സിലാക്കിയിട്ടുണ്ട്. സബഇൽ നിന്ന് യഥാർഥമായ ഒരു വാർത്തയും കൊണ്ടാണ് ഞാൻ വന്നിരിക്കുന്നത്.

22). (എന്നാൽ അത് എത്തിച്ചേരാൻ അധികം താമസിച്ചില്ല) ഇതിൽനിന്ന് സുലൈമാൻ നബിയെ അദ്ദേഹത്തിന്റെ സൈന്യം എത്രത്തോളം ഭയപ്പെടുന്നു എന്ന് മനസ്സിലാക്കാം; അദ്ദേഹത്തിന്റെ കൽപനകൾ അവർ നന്നായി പാലിച്ചിരുന്നു എന്നതും. വൈകാൻ മരക്കൊത്തിക്ക് വ്യക്തമായ കാരണമുണ്ടായിട്ടും അധികം വൈകാതെ തന്നെ അത് ഹാജരായി. (എന്നിട്ട് അത് പറഞ്ഞു) സുലൈമാനോട്. (താങ്കൾ സൂക്ഷ്മമായി അറിഞ്ഞിട്ടില്ലാത്ത ഒരു കാര്യം ഞാൻ സൂക്ഷ്മമായി മനസ്സിലാക്കിയിട്ടുണ്ട്) താങ്കൾക്ക് വലിയ അറിവും ഉയർന്ന സ്ഥാനവും ഉണ്ടായിട്ടും അറിയാത്ത ചില അറിവുകൾ എനിക്കുണ്ട്. (സബഇൽനിന്ന് ഞാൻ താങ്കളുടെ അടുക്കൽ വന്നു) യമനിലെ പ്രസിദ്ധമായ ഒരു ഗോത്രമാണ് സബഅ്. (യഥാർഥമായ ഒരു വാർത്ത) ഉറച്ച് വിശ്വസിക്കാവുന്ന ഒരു വാർത്ത.

إِنِّي وَجَدتُّ امْرَأَةً تَمْلِكُهُمْ وَأُوتِيَتْ مِن كُلِّ شَيْءٍ وَلَهَا عَرْشٌ عَظِيمٌ ﴿٢٣﴾

23 ഒരു സ്ത്രീ അവരെ ഭരിക്കുന്നതായി ഞാൻ കണ്ടെത്തുകയുണ്ടായി. എല്ലാകാര്യങ്ങളിൽ നിന്നും അവൾക്ക് നൽകപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. അവൾക്ക് ഗംഭീരമായ ഒരു സിംഹാസനവുമുണ്ട്.

23) എന്നിട്ട് ആ വാർത്ത എന്താണെന്ന് വിശദീകരിക്കുന്നു: (ഒരു സ്ത്രീ അവരെ ഭരിക്കുന്നതായി ഞാൻ കണ്ടെത്തുകയുണ്ടായി) അതായത് ഗോത്രത്തെ ഭരിക്കുന്നത് ഒരു സ്ത്രീയാണ്. (എ ല്ലാ കാര്യങ്ങളിൽനിന്നും അവർക്ക് നൽകപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്) രാജാക്കന്മാർക്ക് നൽകപ്പെടുന്ന സമ്പത്ത്, ആയുധങ്ങൾ, സേനകൾ, കോട്ടകൾ അങ്ങനെ പലതും. (അവൾക്ക് ഗംഭീരമായ ഒരു സിംഹാസനവും ഉണ്ട്) അത് വലുതും ഗംഭീരവുമാണ്. സിംഹാസനത്തിന്റെ വലുപ്പം വലിയ ആധിപത്യത്തെയും ശക്തിയെയും സൂചിപ്പിക്കുന്നു. അതുപോലെതന്നെ ഭരണാധികാരിക്ക് ധാരാളം ഉപദേശകർ ഉണ്ടെന്നും സൂചിപ്പിക്കുന്നു.

وَجَدتُّهَا وَقَوْمَهَا يَسْجُدُونَ لِلشَّمْسِ مِن دُونِ اللَّهِ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَالَهُمْ فَصَدَّهُمْ عَنِ السَّبِيلِ فَهُمْ لَا يَهْتَدُونَ ﴿٢٤﴾

24 അവളും അവളുടെ ജനതയും അല്ലാഹുവിന് പുറമെ സൂര്യന് പ്രണാമം ചെയ്യുന്നതായിട്ടാണ് ഞാൻ കണ്ടെത്തിയത്. പിശാച് അവർക്ക് തങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഭംഗിയായി തോന്നിക്കുകയും അവരെ നേർമാർഗത്തിൽനിന്ന് തടയുകയും ചെയ്തിരിക്കുന്നു. അതിനാൽ അവർ നേർവഴി പ്രാപിക്കുന്നില്ല.

(അവളും അവളുടെ ജനതയും അല്ലാഹുവിന് പുറമെ സൂര്യന് പ്രണാമം ചെയ്യുന്നതായിട്ടാണ് ഞാൻ കണ്ടെത്തിയത്). അവർ സൂര്യനെ ആരാധിക്കുന്ന ബഹുദൈവാരാധകരാകുന്നു. (പിശാച് അവർക്ക് തങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ ഭംഗിയായി തോന്നിപ്പിക്കുകയും ചെയ്തു) അതിനാൽ അവർ പിന്തുടരുന്നത് സത്യമാണെന്ന് അവർ കരുതി. (അവരെ നേർമാർഗത്തിൽനിന്ന് തടയുകയും ചെയ്തിരിക്കുന്നു. അതിനാൽ അവർ നേർവഴി പ്രാപിക്കുന്നില്ല) കാരണം, ഒരാൾ താൻ പിന്തുടരുന്നത് സത്യമാണെന്ന് കരുതുന്നുവെങ്കിൽ, അയാൾ തന്റെ വിശ്വാസങ്ങളിൽ മാറ്റം വരുത്തുന്നതുവരെ അയാൾ ക്ക് മാർഗനിർദേശം ലഭിക്കുമെന്ന് വലിയ പ്രതീക്ഷയില്ല.

ലേഖനം

വ്രതം:

ആത്മ നിയന്ത്രണത്തിന്റെ പരിശീലനക്കളരി

കെ. സജ്ജാദ്

‘എന്ത് ചെയ്യും? അങ്ങനെയൊക്കെ സംഭവിച്ചു പോയി! ആ സമയത്ത് എനിക്ക് എന്നെത്തന്നെ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല’ എന്തെങ്കിലും വീഴ്ച ജീവിതത്തിൽ സംഭവിക്കുമ്പോൾ നമ്മിൽ പലരും ഇങ്ങനെയൊക്കെ പറയാറുണ്ട്. ആയിരക്കണക്കിന് കിലോ ഭാരമുള്ള റോക്കറ്റുകളെ തന്റെ വിരൽതുമ്പുകൾ കൊണ്ട്നിയന്ത്രിച്ച് ലക്ഷ്യസ്ഥാനത്ത് എത്തിക്കുന്ന ശാസ്ത്രജ്ഞനും സുദീർഘമായമണിക്കൂറുകളിലൂടെ മനസ്സാന്നിധ്യം കൈവിടാതെ തന്റെ രോഗിയുടെ ആന്തരികാവയവങ്ങൾ മാറ്റിവെക്കുന്ന ഡോക്ടറും അതികഠിനമായ ചൂടിനെ അതിജീവിച്ച് കൃഷിയിടങ്ങളിൽപണിയെടുക്കുന്ന കർഷകനും അവരവരുടെ മേഖലകളിൽ മികവാർന്ന പ്രകടനങ്ങൾ കാഴ്ചവെക്കാൻ കഴിയുന്നുണ്ട്.

എന്നാൽ ഇത്ര ശക്തരും പ്രതിഭകളുമായ ആളുകൾ തന്നെ തികച്ചും ലളിതവുംനിസ്സാരവുമായ കാര്യങ്ങളുടെ പേരിൽസ്വയം നിയന്ത്രിക്കാനാവാതെ ക്ഷോഭിക്കുകയും

വർഷത്തിലൊരു മാസം മുസ്‌ലിം സമൂഹത്തിന് നിർബന്ധ കർമമായി നിശ്ചയിക്കപ്പെട്ട നോമ്പിലൂടെ ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും ആത്മനിയന്ത്രണവും അതുവഴിയുണ്ടാകുന്ന ആത്മീയ വിമലീകരണവുമാണ് മതം പ്രധാനമായും ലക്ഷ്യമിടുന്നത്. വ്യക്തിയെ പരിവർത്തിപ്പിക്കുകയും അതുവഴി അവനിലുണ്ടാകുന്ന വിശുദ്ധിയിലൂടെ സാമൂഹിക നവോത്ഥാനം സാക്ഷാത്കരിക്കുകയും ചെയ്യുകയെന്ന പ്രായോഗിക പദ്ധതി കൂടിയാണ് റമദാൻ വ്രതം.

പരാജയപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്ന അവസ്ഥ ഉണ്ടാവാറില്ലേ?

സംസ്കാര സമ്പന്നരെന്ന് അഹങ്കരിക്കുമ്പോഴും അടിപിടി, കൊലപാതകം, പീഡനംതുടങ്ങി നിരവധി കുറ്റകൃത്യങ്ങൾ നിത്യവും നമുക്കിടയിൽ സംഭവിക്കുന്നു എന്നത് യാഥാർഥ്യമല്ലേ?

മാന്യതയുടെ വേഷവും ഭാഷയും ബാഹ്യ ആവരണമായി സ്വീകരിക്കുന്ന പലരും തങ്ങളുടെ സ്വകാര്യ ജീവിതത്തിൽ ചിലപ്പോൾ ക്ഷുദ്രജീവികളായി മാറുന്നില്ലേ?

കായികമായി ശക്തരായവരും കഠിന പ്രയത്നങ്ങൾ കൊണ്ട് മാതൃകയാകുന്നവരുമായ ചിലർ ആത്മ നിയന്ത്രണത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ പരാജയപ്പെട്ടു പോകുന്നത് കാണാറില്ലേ? ആത്മനിയന്ത്രണവും ക്ഷമയും നഷ്ടപ്പെട്ട് അവിവേകത്തിലും അവിശുദ്ധ പ്രവർത്തനങ്ങളിലും അകപ്പെട്ട് പോകുന്നവരുടെ എണ്ണം നാൾക്കുനാൾ വർധിച്ചുവരികയാണ്.

ആവർത്തിച്ച് ചെയ്യുന്ന തിന്മകൾ മനസ്സിൽ നിന്നും മസ്തിഷ്ക്കത്തിൽ നിന്നും പറിച്ചെറിയാൻ ആഗ്രഹിച്ചിട്ടും അതിന് സാധിക്കാത്ത എത്രയോ മനുഷ്യരുണ്ട് നമുക്ക് ചുറ്റും. ഇവിടെയാണ് വ്രതത്തിന്റെ പ്രസക്തി വർധിക്കുന്നത്.

വർഷത്തിലൊരു മാസം മുസ്‌ലിം സമൂഹത്തിന് നിർബന്ധ കർമമായി നിശ്ചയിക്കപ്പെട്ട നോമ്പിലൂടെ ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും ആത്മനിയന്ത്രണവും അതുവഴിയുണ്ടാകുന്ന ആത്മീയ വിമലീകരണവുമാണ് മതം പ്രധാനമായും ലക്ഷ്യമിടുന്നത്.

വ്യക്തിയെ പരിവർത്തിപ്പിക്കുകയും അതുവഴി അവനിലുണ്ടാകുന്ന വിശുദ്ധിയിലൂടെ സാമൂഹിക നവോത്ഥാനം സാക്ഷാത്കരിക്കുകയും ചെയ്യുകയെന്ന പ്രായോഗിക പദ്ധതി കൂടിയാണ് റമദാൻ വ്രതം.

ഒരു നല്ല ശാസ്ത്രജ്ഞനും ഒരു മികച്ച ഡോക്ടർക്കും കഠിനാധ്വാനിയായ ഒരു കർഷകനും ഒരു ദിവസം കൊണ്ട് കിട്ടിയതല്ല അവരുടെ മേഖലയിലെ മികവുകൾ, മറിച്ച് കടുത്ത പരിശീലനങ്ങളിലൂടെയും കഠിനാധ്വാനങ്ങളിലൂടെയും വർഷങ്ങൾ കൊണ്ട് നേടിയെടുത്തതാണ് ഇതെല്ലാം.

ഇതുപോലെ തന്നെയാണ് ആത്മനിയന്ത്രണവും വിശുദ്ധമായ ജീവിതക്രമവും. നിരന്തര പരിശീലനത്തിലൂടെയും ആത്മീയ ബോധവൽക്കരണത്തിലൂടെയും സമ്പാദിക്കേണ്ടതാണ് അവ.

വ്രത ദിനങ്ങളിൽ നിർദേശിക്കപ്പെടുന്ന ചിട്ടകളും നിബന്ധനകളും ഒരുവ്യക്തിയെ ഈ പരിശീലനത്തിന് വിധേയമാക്കുന്നുണ്ടെന്ന് നമുക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയും.

സമൂഹത്തെ സാക്ഷിയാക്കി താൻ വിവാഹം കഴിച്ച, തന്റെ ജീവന്റെ പാതിയായി ചേർത്ത് നിർത്തിയ ഭാര്യയുമായുള്ള വൈകാരിക ലൈംഗിക ബന്ധത്തെ ദൈവ തൃപ്തിക്ക് വേണ്ടി വ്രതദിനത്തിന്റെസൂര്യോദയം മുതൽ അസ്തമയം വരെ ഒഴിവാക്കാൻവിശ്വാസിയോട് ഇസ്‌ലാം നിർദേശിക്കുന്നു. ലൈംഗികമായആഗ്രഹമുണ്ടെങ്കിലും തനിക്ക് അനുവദിക്കപ്പെട്ട ഇണയുമായുള്ള ബന്ധപ്പെടൽ ദൈവപ്രീതിക്ക് വേണ്ടി മാത്രംനോമ്പിന്റെ പകലിൽ ഒഴിവാക്കുന്ന ദമ്പതിമാർ ഒരു അന്യപുരുഷനെയോ സ്ത്രീയെയോ ഒരു നിലയ്ക്കും ആഗ്രഹിക്കാൻ പാടില്ല എന്ന സന്ദേശവും വ്രതം നമുക്ക് നൽകുന്നു.

ശക്തമായ വിശപ്പും ദാഹവും ഉണ്ടെങ്കിലും തന്റെ കഠിനാധ്വാനത്തിലൂടെ ഉണ്ടാക്കിയതും അനുവദിക്കപ്പെട്ടതുമായ ഭക്ഷണ പാനീയങ്ങൾ കൺമുന്നിൽ ഉണ്ടായിട്ടും ദൈവത്തി

ന്റെ ഇഷ്ടത്തിന് വേണ്ടി അത് കഴിക്കാതെ മാറ്റി വെക്കുന്ന ഒരു വ്യക്തിക്ക് തനിക്ക് അവകാശപ്പെടാത്ത സമ്പത്ത് തട്ടിയെടുക്കാൻ പാടില്ലെന്ന ഒരു മാനസിക ബോധം ലഭിക്കുന്നുണ്ട്.

റമദാനിന്റെ പകലിൽ ലൈംഗിക ബന്ധം നിഷിദ്ധമാണെന്ന് പറഞ്ഞു. ഇനി ഒരാൾ തന്റെ ഇണയുമായി അത്തരമൊരു ബന്ധം സ്ഥാപിച്ചാൽമതം നിർദേശിക്കുന്ന പ്രായശ്ചിത്തം അറുപത് അഗതികൾക്കുള്ള ഭക്ഷണമോ രണ്ടുമാസത്തെ തുടർച്ചയായവ്രതാനുഷ്ഠാനമോ ആണ്. നിമിഷങ്ങൾ മാത്രം ആയുസ്സുള്ള, ദൈവിക മാർഗ ദർശന ലംഘനത്തിന്നിർദേശിക്കപ്പെടുന്ന പരിഹാരം ദൈവിക നിയമ ലംഘനം എത്ര മാത്രം കടുത്തതാണെന്ന് നമ്മെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നു. എങ്കിൽ തീർത്തും നിഷിദ്ധമായ പരസ്ത്രീ-പുരുഷ ബന്ധത്തിന്റെ ശിക്ഷ എത്ര കഠിനമായിരിക്കുമെന്ന ബോധം കൂടി ഇത് നമുക്ക് നൽകുന്നുണ്ട്.

വിശപ്പിന്റെ ഗൗരവം ബോധ്യപ്പെടുത്താനും വിശക്കുന്നവന്റെ അന്നം ഉറപ്പുവരുത്താനും വ്രത ദിനങ്ങൾ നമ്മെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്.

ഒരു പകൽ മുഴുവൻ ഭക്ഷണപാനീയങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുമ്പോൾ പട്ടിണിയുടെ വില എന്തെന്ന്മനുഷ്യർ അറിയുന്നു. വ്രതദിനങ്ങൾ അവസാനിച്ച് ഫിത്ർ പെരുന്നാളിന് അത്തർ പുരട്ടും മുൻപ് നിശ്ചിത അളവ് പാവപ്പെട്ടവർക്കും പട്ടിണിക്കാർക്കും നൽകാൻ നിർദേശിക്കുന്നതിലൂടെ ഇസ്‌ലാംനടപ്പിൽ വരുത്തുന്നത് ഈ ആശയമാണ്.

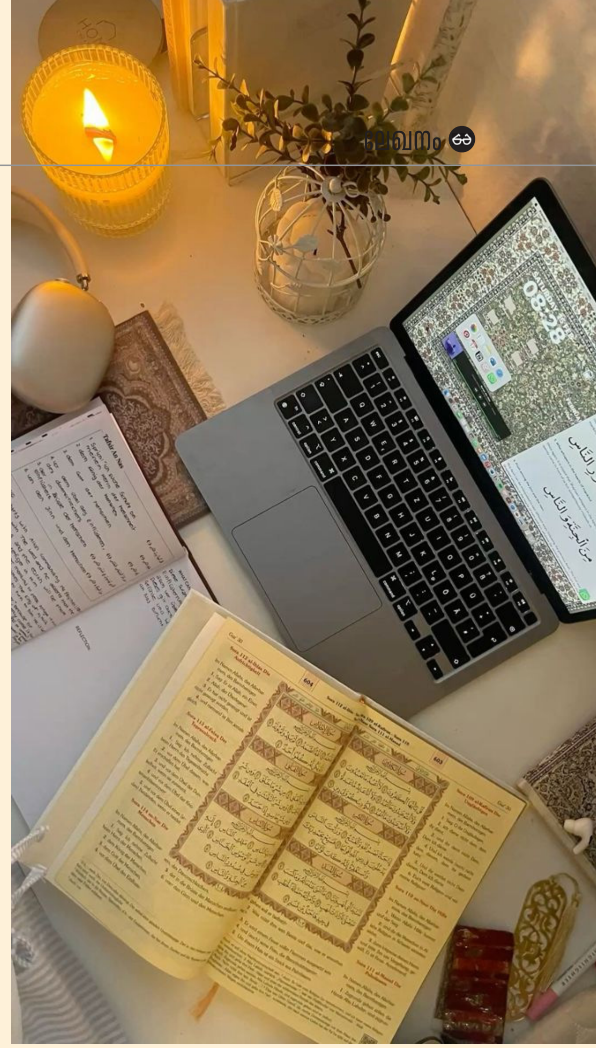
വ്രത ദിനങ്ങളിൽ കൂടുതൽ ഫലപ്രദമായ ക്ഷേമ പ്രവർത്തനങ്ങളും പരസഹായ പദ്ധതികളും നടപ്പിലാക്കാനുള്ള പ്രേരണകളും പ്രവാചകൻ(സ്വ) നൽകുന്നുണ്ട്.

ലോകം ശാന്തമായി ഉറങ്ങുന്ന രാവുകൾ ദീർഘ നേരം പ്രാർഥനക്കും പ്രകീർത്തനങ്ങൾക്കും വേണ്ടി മാറ്റി വെക്കുക വഴി തിന്മകൾ കൊണ്ട് പതക്കുന്നമനസ്സുകളിൽ ധർമചിന്തകളുടെ കുളിര് കോരിച്ചൊരിയുകയാണ് ഇസ്‌ലാം.

ദൈവിക വചനങ്ങളായ ക്വുർആനിന്റെ പഠനം, പാരായണം, പ്രചാരണം എന്നിവ വഴി ഹൃദയം ദൈവിക മാർഗത്തിൽ കീഴടങ്ങുന്നു!

ബദ്ർ പോരാട്ടങ്ങളുടെ ഓർമ പകരുന്ന റമദാൻ പ്രതിസന്ധികളെ മറികടന്ന് മുന്നോട്ട് കുതിക്കാനുള്ള കരുത്ത് പകർന്നു നൽകുന്നു. ചുരുക്കത്തിൽ എല്ലാം ദൈവത്തിലർപ്പിച്ച് ഒരു ആത്മീയ യാത്ര; ആത്മ നിയന്ത്രണം സാധ്യമാക്കുന്ന മനോഹര പ്രയാണം, അതത്രെ വിശുദ്ധ റമദാൻ.

ലേഖനം



വായിക്കുവാനും പഠിക്കുവാനും പ്രോത്സാഹനമേകിയാണ് വിശുദ്ധ ക്വുർആൻ അവതീർണമായിത്തുടങ്ങിയത് തന്നെ. പഠിക്കുവാനും പഠിപ്പിക്കുവാനും ഏറെ അർഹമായ ഗ്രന്ഥം ഈ ദൈവികഗ്രന്ഥം തന്നെ എന്നതിൽ സംശയമില്ല. വിശുദ്ധ ക്വുർആനിന്റെ പഠനത്തിന് വിവിധ മുഖങ്ങളുണ്ട്. അർഥമറിഞ്ഞ് കൊണ്ടുള്ള പഠനം, അവതരണ പശ്ചാത്തലം അന്വേഷിച്ചറിഞ്ഞുകൊണ്ടുള്ള പഠനം, വിവിധ വ്യാഖ്യാന ഗ്രന്ഥങ്ങൾ (തഫ്സീറുകൾ) അവലംബിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ആഴത്തിലുള്ള പഠനം തുടങ്ങിയവ ഉദാഹരണം.

വിശുദ്ധ ക്വുർആൻ ഹൃദിസ്ഥമാക്കുന്ന പഠനം ഇവയിൽനിന്നും ഏറെ വ്യത്യസ്തമാണ്. പല സന്ദർഭങ്ങളിലായി പലതും ഹൃദിസ്ഥമാക്കിയവരാണ് നമ്മൾ. ഗാനങ്ങൾ, കഥകൾ, മഹദ്‌വചനങ്ങൾ തുടങ്ങി ഒട്ടനേകം കാര്യങ്ങൾ. എന്നാൽ മറ്റു ഗ്രന്ഥങ്ങൾ മനഃപാഠമാക്കുന്നത് പോലെയല്ല

“

വിശുദ്ധ ക്വുർആനെ കൊണ്ട് അല്ലാഹു ചിലരെ ഉയർത്തുകയും ചിലരെ താഴ്ത്തുകയും ചെയ്യും

ക്വുർആൻ പഠിക്കുന്നവരുടെ മഹത്ത്വം

മുഹമ്മദ് ശാഫി ഒറ്റപ്പാലം

വിശുദ്ധ ക്വുർആൻ മനഃപാഠമാക്കുന്നത്. ക്വുർആൻ മനഃപാഠമാക്കുകയും നന്നായി പാരായണം ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്ന വ്യക്തിക്ക് ഏറെ പ്രത്യേകതകൾ ഉണ്ട് എന്നത് പ്രമാണങ്ങളിൽ സ്ഥിരപ്പെട്ടതാണ്. അത്തരം പ്രത്യേകതകളിൽ ചിലത് മാത്രം ഇവിടെ കുറിക്കുന്നു:

നമസ്കാരത്തിന് നേതൃത്വം കൊടുക്കുവാൻ അർഹൻ

ഇസ്‌ലാമിന്റെ അടിസ്ഥാന കർമങ്ങളിൽ ഏറെ പ്രാധാന്യമുള്ള ഒന്നാണ് നമസ്കാരം. ഏറെ പവിത്രതയും സ്ഥാനവുമുള്ള നമസ്കാരത്തിന് നേതൃത്വം നൽകുക എന്നത് വളരെ ശ്രേഷ്ഠമായ കാര്യമാണ്. ആരെയാണ് നമസ്കാരത്തിന്റെ നേതൃത്വം നൽകാൻ നിയമിക്കേണ്ടതെന്ന് പ്രവാചകൻ(സ്വ) പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്.

അബൂമസ്ഊദ്(റ) പറയുന്നു; നബി(സ്വ) പറഞ്ഞു: “ഏറ്റവും നന്നായി ക്വുർആൻ പാരായണം ചെയ്യുന്നവർ ജനങ്ങൾക്ക് ഇമാമായി നിൽക്കണം” (മുസ്‌ലിം).

മറമാടുന്നിടത്ത് മുൻഗണന

യുദ്ധം പോലുള്ള ചില സന്ദർഭങ്ങളിൽ ധാരാളം മരണം സംഭവിക്കുമ്പോൾ ഒന്നിലധികം വിശ്വാസികളെ ഒരുമിച്ച് ഒരു ക്വബ്‌റിൽ മറമാടാറുണ്ട്. ആ സമയത്ത് അവരിൽ ആരെയാണ് ആദ്യമായി ക്വബ്‌റിലേക്ക് ഇറക്കേണ്ടത് എന്ന സംശയം സ്വാഭാവികമാണ്. നബി(സ്വ) പഠിപ്പിക്കുന്നത് ഇങ്ങനെയാണ്:

ജാബിറുബ്നു അബ്ദില്ല(റ) നിവേദനം: “ഉഹ്ദ് യുദ്ധത്തിൽ രക്തസാക്ഷികളായ രണ്ടാളുകളെ പ്രവാചകൻ(സ്വ) ഒരു വസ്ത്രത്തിൽ ഒരുമിച്ചുകൂട്ടി. ശേഷം പ്രവാചകൻ(സ്വ) ചോദിച്ചു: ‘ഇവരിൽ ആരാണ് ക്വുർആൻ കൂടുതലായി പഠിച്ചിട്ടുള്ളത്?’’ അപ്പോൾ അവരിലൊരാളിലേക്ക് ചൂണ്ടിക്കാണിക്കപ്പെട്ടു. അദ്ദേഹത്തെയാണ് പ്രവാചകൻ(സ്വ) ആദ്യമായി ക്വബറിൽ വെച്ചത്’’ (ബുഖാരി).

നേതൃത്വത്തിൽ ആദ്യപരിഗണന

ക്വുർആൻ അറിയുന്നവരെയാണ് സമൂഹത്തിന്റെ നേതൃത്വം ഏൽപിക്കേണ്ടത് എന്ന് ഇസ്‌ലാമിക ചരിത്രം നമ്മെ അറിയിക്കുന്നു. മക്കയിലെ അമീറായ ഉമർ(റ)വിനെ നാഫിഅ്ബ്നു അബ്ദുൽ ഹാരിസ് അസ്ഫഹാനിൽ വെച്ച് കണ്ടുമുട്ടി. ഉമർ(റ) ചോദിച്ചു: ‘താഴ്‌വരയുടെ ആളുകളുടെ (ബദവികളുടെ) നേതൃത്വം ആരെയാണ് ഏൽപിച്ചത്?’ നാഫിഅ്(റ) പറഞ്ഞു: ‘ഇബ്നു അബ്സയെ.’ ഉമർ(റ) ചോദിച്ചു: ‘ആരാണ് ഇബ്നു അബ്സ?’ നാഫിഅ്(റ) പറഞ്ഞു: ‘ഞങ്ങളുടെ അടിമകളിൽപെട്ട ഒരാളാണ്.’ ഉമർ(റ) പറഞ്ഞു: ‘ഒരു അടിമയെയാണോ അവർക്ക് നേതൃത്വം നൽകുന്നവനായി നിയമിച്ചത്?’ നാഫിഅ്(റ) മറുപടി നൽകി: ‘അദ്ദേഹം ക്വുർആൻ പഠിച്ചവനും അനന്തരാവകാശത്തിൽ ആഴത്തിലറിവുള്ളവനുമാണ്.’ ഉമർ(റ) പറഞ്ഞു: ‘തീർച്ചയായും നിങ്ങളുടെ പ്രവാചകൻ(സ്വ) പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു; വിശുദ്ധ ക്വുർആനെ കൊണ്ട് അല്ലാഹു ചിലരെ ഉയർത്തുകയും ചിലരെ താഴ്ത്തുകയും ചെയ്യും’’ (മുസ്‌ലിം).

(തുടരും)

ക്വുർആനിലെ സാർവലൗകിക വിളികൾ 8

ഹലാലായ ആഹാരവും പിശാചിന്റെ കെണികളും

ഇഅ്ജാസ് ബിൻ ഇസ്മാഈൽ,
മസ്കത്ത്
:00968-98242217

വർത്തമാന കാലത്ത് ഭക്ഷണം എന്നത് വലിയൊരു ആഘോഷമാണ്. രുചിയുള്ളത് എവിടെ കിട്ടും എന്ന് അന്വേഷിച്ച് നടക്കുന്നവരാണ് പലരും. എന്നാൽ രുചിക്കും ഭംഗിക്കും അപ്പുറം, നാം കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണം നമ്മുടെ ഉള്ളിൽ എന്ത് മാറ്റമാണ് ഉണ്ടാക്കുന്നത് എന്ന് നാം ചിന്തിക്കാറുണ്ടോ?

മനുഷ്യന്റെ ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യത്തിനും നിനിൽപിനും ഭക്ഷണം അനിവാര്യമാണല്ലോ. 'നാം കഴിക്കുന്നതാണ് നാം' (You are what you eat) എന്നൊരു ചൊല്ലുതന്നെയുണ്ട്. കേവലം വിശപ്പടക്കുക എന്നതിലുപരി, ആഹാരത്തിന് ഒരു

നാം കഴിക്കുന്ന ആഹാരത്തിൽ നിന്നാണ് രക്തവും മാംസവും ഉണ്ടാകുന്നത്. തെറ്റായ സമ്പാദ്യത്തിലൂടെ (ഹറാം) ലഭിക്കുന്ന ഭക്ഷണം കഴിച്ചാൽ, ആ രക്തം ഓടുന്ന ശരീരത്തിന് നന്മകൾ ചെയ്യാൻ മടി തോന്നും. തിന്മകളോട് താൽപര്യവും കൂടും. 'ഹറാമായ ഭക്ഷണം കഴിച്ചു വളർന്ന ശരീരം നരകത്തിനാണ് കൂടുതൽ അർഹത' എന്ന പ്രവാചക വചനം ഇതിനോട് ചേർത്ത് വായിക്കണം. പ്രാർഥനകൾ സ്വീകരിക്കപ്പെടാതിരിക്കാനുള്ള പ്രധാന കാരണങ്ങളിലൊന്ന് വയറ്റിലെത്തുന്ന ഹറാമായ ഭക്ഷണമാണ്.

സംസ്കാരമുണ്ടെന്നും അത് മനുഷ്യന്റെ സ്വഭാവത്തെയും ആത്മീയതയെയും സ്വാധീനിക്കുമെന്നും പഠിപ്പിക്കുന്ന ഒരു ഖുർആൻ വചനം കാണുക:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ

"മനുഷ്യരേ, ഭൂമിയിലുള്ളതിൽനിന്ന് അനുവദനീയവും വിശിഷ്ടവുമായത് നിങ്ങൾ ഭക്ഷിച്ച് കൊള്ളുക. പിശാചിന്റെ കാലടികളെ നിങ്ങൾ പിന്തുടരാതിരിക്കുകയും ചെയ്യുക. അവൻ നിങ്ങളുടെ പ്രത്യക്ഷ ശത്രു തന്നെയാകുന്നു'' (ഖുർആൻ 2:168).

ശരീരത്തിന് ആരോഗ്യം മാത്രമല്ല, മനസ്സിന് വെളിച്ചവും കൂടി നൽകുന്ന ഭക്ഷണരീതിയെക്കുറിച്ചാണ് ഈ വചനം മാനവരാശിയോട് സംസാരിക്കുന്നത്.

അനുവദനീയവും വിശിഷ്ടവും

ഭക്ഷണത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ രണ്ട് നിബന്ധനകളാണ് അല്ലാഹു വെച്ചിരിക്കുന്നത്:

1. ഹലാൽ (അനുവദനീയമായത്): ഇത് ഭക്ഷണത്തിന്റെ നിയമപരമായ വശമാണ്. മതപരമായി നിഷിദ്ധമാക്കാത്ത വസ്തുക്കൾ ആയിരിക്കണം. അതോടൊപ്പം അത് സമ്പാദിച്ച വഴിയും നേരായതായിരിക്കണം. മോഷണമുതലോ അഴിമതിപ്പണമോ പലിശപ്പണമോ കൊണ്ട് വാങ്ങുന്ന ഭക്ഷണം എത്ര രുചികരമാണെങ്കിലും അത് ഹലാലല്ല.

കുറച്ചു കാലമായി നമ്മുടെ നാട്ടിൽ 'ഹലാൽ' എന്ന വാക്കിനെപ്പറ്റി തെറ്റുധാരണയുണ്ടാക്കുവാൻ ശ്രമം നടന്നുവരുന്നുണ്ട്. തുപ്പിയ ഭക്ഷണമാണ് ഹലാൽ എന്നൊക്കെ ആടിനെ പട്ടിയാക്കും വിധം ചിലർ സമൂഹത്തിൽ പ്രചരിപ്പിച്ചു. പക്ഷേ, ഏതൊരു വിഷയത്തിലും പോലെ ഇസ്‌ലാമിന് ഇത്തരം പ്രചാരണങ്ങളിൽ ഗുണമല്ലാതെ ദോഷമൊന്നും സംഭവിച്ചിട്ടില്ല; സംഭവിക്കുകയുമില്ല.

ഇസ്‌ലാം പഠിപ്പിക്കുന്ന ഹലാൽ എന്നത് അല്ലാഹു അനുവദിച്ചതും ശുദ്ധവും നല്ലതുമായതാണ്. അതിനെ അപഹസിക്കുന്നവരുടെ ഉദ്ദേശ്യം വേറെയാണ്. ഹലാൽ എന്നത് അല്ലാഹുവിന്റെ കാരുണ്യത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്; നമുക്ക് നല്ലത് മാത്രം അനുവദിക്കുകയും ദോഷകരമായത് തടയുകയും ചെയ്യുന്ന ദൈവിക നിയമം.

ത്വയ്യിബ് (വിശിഷ്ടമായത്/നല്ലത്): ഇത് ഭക്ഷണത്തിന്റെ ഗുണനിലവാരമാണ്. പഴകിയതോ, ശരീരത്തിന് ഹാനികരമായതോ, വിഷമയമായതോ ആയ ഭക്ഷണം ഹലാലായ സ്രോതസ്സിനിന്ന് വന്നതാണെങ്കിൽ പോലും അത് 'ത്വയ്യിബ്' ആകുന്നില്ല.

സമ്പാദ്യം ഹലാൽ ആണെങ്കിലും കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണം ത്വയ്യിബ് അല്ലെങ്കിൽ നമുക്ക് അനുവദനീയമല്ല. ഇസ്‌ലാം നമ്മോട് ആവശ്യപ്പെടുന്നത് ശരീരത്തിനും മനസ്സിനും ആത്മാവിനും ഗുണകരമായ ജീവിത രീതിയാണ്. അതുകൊണ്ടാണ് ഹലാൽ, ത്വയ്യിബ് എന്നീ രണ്ട് പദങ്ങൾ ഖുർആൻ ഒരുമിച്ച് ഉപയോഗിച്ചത്.

ചുരുക്കത്തിൽ, നിയമപരമായ ശുദ്ധിയും (Legal Purity)) ഗുണപരമായ ശുദ്ധിയും (Hygiene/Quality) ഒത്തുചേരുമ്പോഴേ ഉത്തമമായ ഭക്ഷണം ആകുന്നുള്ളൂ.

ഭക്ഷണം എങ്ങനെ സ്വഭാവത്തെ ബാധിക്കുന്നു?: നാം കഴിക്കുന്ന ആഹാരത്തിൽ നിന്നാണ് രക്തവും മാംസവും ഉണ്ടാകുന്നത്. തെറ്റായ സമ്പാദ്യത്തിലൂടെ (ഹറാം) ലഭിക്കുന്ന ഭക്ഷണം കഴിച്ചാൽ, ആ രക്തം ഓടുന്ന ശരീരത്തിന് നന്മകൾ ചെയ്യാൻ മടി തോന്നും. തിന്മകളോട് താൽപര്യവും കൂടും. 'ഹറാമായ ഭക്ഷണം കഴിച്ചു വളർന്ന ശരീരം നരകത്തിനാണ് കൂടുതൽ അർഹത' എന്ന പ്രവാചക വചനം ഇതിനോട് ചേർത്ത് വായിക്കണം. പ്രാർഥനകൾ സ്വീകരിക്കപ്പെടാതിരിക്കാനുള്ള പ്രധാന കാരണങ്ങളിലൊന്ന് വയറ്റിലെത്തുന്ന ഹറാമായ ഭക്ഷണമാണ്.

പിശാചിന്റെ കാലടികൾ: ഭക്ഷണത്തെക്കുറിച്ച് പറയുന്ന വചനത്തിൽ 'പിശാചിന്റെ കാലടികൾ പിന്തുടരരുത്' എന്ന് പറയാൻ കാരണമെന്താണ്?

പിശാച് പെട്ടെന്നു വന്ന് 'നീ പന്നിമാംസം കഴിക്കൂ' എന്നോ 'മദ്യം കുടിക്കൂ' എന്നോ പറയുകയല്ല ചെയ്യുക; അവന്റെ രീതി 'പടിപടിയായി' വഴിതെറ്റിക്കുക എന്നതാണ്.

ആദ്യം സംശയകരമായ കാര്യങ്ങളിൽ വീഴ്ത്തും. പിന്നെ ചെറിയ തെറ്റുകൾ ചെയ്യിക്കും. പതുക്കെ ഹറാമായ വരുമാന മാർഗങ്ങളെ നോർമലായി തോന്നിപ്പിക്കും. ഒടുവിൽ വൻപാപങ്ങളിലേക്ക് എത്തിക്കും.

പിശാച് നമുക്ക് ഗുണം വരുന്നതൊന്നും പറഞ്ഞുതരില്ല. അവൻ നമ്മുടെ 'പ്രത്യക്ഷ ശത്രു' (അദുവ്വുൻ മുബീൻ) ആണ്. മനുഷ്യന്റെ ആത്മീയവും ഭൗതികവുമായ തകർച്ചയാണ് അവൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ട്, അവൻ കാണിച്ചുതരുന്ന വഴികളിലൂടെ (അമിതാഹാരം, ധൂർത്ത്, ലഹരി, ഹറാമായ സമ്പാദ്യം പോലെ) സഞ്ചരിക്കാതിരിക്കുക എന്നത് ഓരോ മനുഷ്യന്റെയും ബാധ്യതയാണ്.

ഈ സൂക്തം വർത്തമാനകാലത്ത് വളരെ പ്രസക്തമാണ്. ഹലാൽ ഭക്ഷണം തിരഞ്ഞെടുക്കുക, ദോഷകരമായ ഭക്ഷണങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക. ഇത് ശാരീരിക ആരോഗ്യത്തോടൊപ്പം ആത്മീയ ശുദ്ധിയും ഉറപ്പാക്കുന്നു. ശൈത്വാൻ നമ്മെ ചെറിയ പ്രലോഭനങ്ങളിലൂടെ വഴിതെറ്റിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നു അതിനെതിരെ ജാഗ്രത വേണം.

ബോധപൂർവമുള്ള ഭക്ഷണരീതിയാണ് നാം സ്വീകരിക്കേണ്ടത്. വായയിലേക്ക് വെക്കുന്ന ഓരോ ഉരുളയും എവിടെ നിന്ന് വന്നു, അത് എന്റെ ശരീരത്തിനും മനസ്സിനും നല്ലതാണോ എന്നൊക്കെ ചിന്തിക്കാൻ ഈ വചനം നമ്മെ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. ശുദ്ധമായ ആഹാരം ശുദ്ധമായ മനസ്സിനെ വാർത്തെടുക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്നു. *(തുടരും)*

> വൈവിധ്യമാർന്ന ഭക്ഷണങ്ങൾ മൂക്കറ്റം തിന്നുന്ന ആചാരമായി നോമ്പുതുറ മാറി. ഓരോ നോമ്പുതുറ പാർട്ടിയിലും പാഴാക്കിക്കളയുന്ന ഭക്ഷണത്തിന്റെ കണക്കെടുത്താൽ മൂക്കത്ത് വിരൽവെച്ചു പോകും. ഈ അവസ്ഥ മാറേണ്ടതുണ്ട്. മാറ്റാൻ ആരും വരാനില്ല; സ്വയം മാറാൻ തയ്യാറാവുക.

ദൂരെ ദിക്കിൽ ജോലി ചെയ്യുന്നവർക്ക് വീടും കുടുംബവും ഏറെ മിസ് ചെയ്യുന്നതാണ് നോമ്പ് കാലം. ജോലി-പഠന ആവശ്യാർഥം വീടും നാടും വിട്ട് താമസിക്കുന്നവർക്ക് ഇത് പെട്ടെന്ന് മനസ്സിലാകും. വ്രതകാലത്ത് രാത്രി ജോലി ചെയ്യേണ്ടിവന്നപ്പോഴത്തെ അനുഭവങ്ങൾ മറക്കാൻ കഴിയില്ല. മൂന്ന് ജില്ലകളിലെ ജോലി, വീട്ടിൽ നിന്നകന്ന നോമ്പനുഭവങ്ങൾ നൽകിയിട്ടുണ്ട്.

വീട്ടിൽനിന്ന് വൈകുന്നേരം ജോലിക്ക് പോകാൻ സാധിച്ചിരുന്ന ദിവസങ്ങളിൽ ഈത്തപ്പഴവും പത്തിരിയും ഇറച്ചിക്കറിയും പാർസൽ കൊണ്ടുപോകും. വാഹന പരിശോധനക്കിടയിൽ നേരം

ഒളിത്താവളങ്ങളിലെ നോമ്പുതുറ

ഇബ്നു അലി എടത്തനാട്ടുകര

: 94461 51577

കണ്ടെത്തി വഴിയരികിൽ ഔദ്യോഗിക വാഹനത്തിലോ പുറത്തോ ഇരുന്ന് നോമ്പ് തുറക്കും. ഉള്ള ഭക്ഷണം കഴിക്കും. ചായ, തിരക്കൊഴിഞ്ഞ് വഴിയോര തട്ടുകടയിൽനിന്നോ ചെറുഹോട്ടലിൽ നിന്നോ കുടിക്കും. നേരം വൈകിയിട്ടാണെങ്കിലും ഒരു ഗ്ലാസ് ചുടുചായ കുടിക്കുന്നത്തിന്റ സന്തോഷം പറഞ്ഞറിയിക്കാൻ വയ്യ.

താമസ സ്ഥലത്തിനടുത്ത പള്ളിയിൽനിന്ന് ലഭിക്കുന്ന, കഴിച്ച് പരിചയമില്ലാത്ത ജീരകക്കഞ്ഞി, ചമ്മന്തി തുടങ്ങിയവ മടുക്കുമ്പോൾ, നോമ്പ് തുറക്കാൻ കൂടുതൽ മെച്ചപ്പെട്ട വിഭവങ്ങളുള്ള പള്ളി തെരഞ്ഞു പിടിച്ച് അവിടെ സ്ഥിരം അതിഥിയാവുക പതിവായിരുന്നു.

നികുതി വെട്ടിപ്പ് നടത്തുന്ന വാഹനങ്ങളെ വലയിൽ വീഴ്ത്താൻ വഴിയിൽ ഒളിത്താവളങ്ങളിൽ ചില രാത്രികൾ രഹസ്യമായി കിടക്കാറുണ്ട്. രഹസ്യവിവരം ലഭിക്കുന്ന മുറക്കും ഇത്തരം ഒളിവ് ഉണ്ടാകും. ഏറെനേരം മുമ്പ് ഒളിഞ്ഞുകിടന്ന്, യഥാസമയം പുറത്തിറങ്ങി ഇത്തരം വാഹനങ്ങൾ പിടിച്ച് നികുതിയും പിഴയും അടപ്പിക്കുകയാണ് പതിവ്. ഈ ഒളിവ് കാല അത്താഴം മറക്കാൻ കഴിയില്ല.

ഒളിവുനേരത്ത് കൈയിലുള്ള പാഥേയമായ ഏതാനും ഈത്തപ്പഴം കഴിച്ച് ഒരു കട്ടൻകാപ്പി കൂടി കിട്ടിയിരുന്നെങ്കിൽ എന്ന് അതിയായി ആഗ്രഹിച്ച കുറേ പുലരികൾ കഴിഞ്ഞു പോയിട്ടുണ്ട്. കൈയിൽ പണവും വാഹനവും ഓടിക്കാൻ ഡ്രൈവറും ഉണ്ടായിട്ടും ചൂടുള്ള ചായ പോലും കുടിക്കാൻ കിട്ടാത്തതിൽ ആത്മരോഷം തോന്നിയ നിമിഷങ്ങൾ കഴിഞ്ഞ് പോയിട്ടുണ്ട്.

ചൂടുള്ള രണ്ട് ദോശയും ഇത്തിരി ചട്ണിയും രണ്ട് മൂന്ന് ഗ്ലാസ് ചായയും കുടിക്കാനായി കിലോമീറ്ററുകൾ നടന്ന ഓർമകളും മാഞ്ഞിട്ടില്ല. വൈകുന്നേരം പാകം ചെയ്ത ഇഡ്‌ലി പുലർച്ചെ തണുത്ത് മരവിച്ച അവസ്ഥയിൽ കറിയുടെ അകമ്പടിയില്ലാതെ കഴിച്ച് പച്ച വെള്ളവും കുടിച്ച് കുറെ നോമ്പ് നോറ്റിട്ടുണ്ട്.

വിശപ്പിനും ദാഹത്തിനും അറുതി വരാത്ത അന്നേരം വീടിനെയും വീട്ടുകാരെയും കുറിച്ച് ഓർമ വരും. അവിടെ തീൻമേശയിൽ നിരത്തിവെച്ച പാനീയങ്ങളും പലഹാരങ്ങളും കൊതിപ്പിക്കുന്ന കറികളും അറിയാതെ മനസ്സിൽ തെളിയാറുണ്ട്. പ്രയാസത്തിനനുസരിച്ച് നോമ്പിന്റെ പ്രതിഫലം വർധിക്കുമല്ലോ യെന്ന് ആശ്വസിക്കാറാണ് പതിവ്.

കാലം ഏറെ മാറി. വൈവിധ്യമാർന്ന ഭക്ഷണങ്ങൾ മൂക്കറ്റം തിന്നുന്ന ആചാരമായി നോമ്പുതുറ മാറി. ഓരോ നോമ്പുതുറ പാർട്ടിയിലും പാഴാക്കിക്കളയുന്ന ഭക്ഷണത്തിന്റെ കണക്കെടുത്താൽ മൂക്കത്ത് വിരൽവെച്ചു പോകും. ഈ അവസ്ഥ മാറേണ്ടതുണ്ട്. മാറ്റാൻ ആരും വരാനില്ല; സ്വയം മാറാൻ തയ്യാറാവുക. ■

നോമ്പിൻ മാസം

ഉസ്മാൻ പാലക്കാഴി
: 9656 292 244

നോമ്പിൻ മാസം വന്നല്ലോ
റമദാൻ എന്നൊരു മാസമത്.
ഖുർആനിന്റെ മാസമത്
ആനന്ദത്തിൻ മാസമത്.
തെറ്റുകളൊക്കെയും വർജിച്ചാൽ,
ശരിയായ് നോമ്പത് നോറ്റെന്നാൽ,
റയ്യാൻ എന്ന കവാടത്തിൽ
സ്വർഗത്തോപ്പിൽ എത്താമെ.
വയറിനു മാത്രം അല്ലല്ലോ
നോമ്പെന്നറിയൂ കുട്ടികളേ...
കണ്ണിനും കാതിനും നോമ്പുണ്ട്,
കൈയിനും കാലിനും നോമ്പുണ്ട്.
കാണേണ്ടതു നാം കാണേണം,
കാണേണ്ടാത്തതു കാണരുതേ.
അതുതാൻ കണ്ണിൻ നോമ്പറിയൂ
അതു പാലിക്കണമെപ്പോഴും.
കേൾക്കേണ്ടതു നാം കേൾക്കേണം,
പാടില്ലാത്തത് കേൾക്കരുതേ.
അതുതാൻ കാതിൻ നോമ്പറിയൂ,
അതു പാലിക്കണമെപ്പോഴും.
കൈയാൽ തെറ്റുകൾ ചെയ്യരുതേ,
നല്ലതു മാത്രം ചെയ്യേണം.
അതുതാൻ കൈയിൻ നോമ്പറിയൂ,
അതു പാലിക്കണമെപ്പോഴും.
തെറ്റുകൾ ചെയ്യാൻ പോകുമ്പോൾ
കാലടി തെറ്റിൻ മാർഗത്തിൽ!
കാലാൽ തെറ്റുകൾ ചെയ്യരുതേ
അതു പാലിക്കണമെപ്പോഴും.
നല്ലതുമാത്രം പറയേണം
എങ്കിൽ നാവിൻ നോമ്പായി.
മിതമായ് മാത്രം ഭക്ഷിക്കാം
നല്ലത് മാത്രം ഭക്ഷിക്കാം.
ഖുർആൻ ഓതൽ പതിവാക്കാം
ആശയ പഠനം ശീലിക്കാം.
നിസ്കാരം അത് നിർബന്ധം
നഷ്ടക്കാർ, അത് വെടിയുന്നോർ.

Printed Published & owned by K Sajjad and printed at Sprint Offset Printers Kozhikide-19 & published at Kozhikode-02. Editor: Usman Palakkazhi

മൂല്യബോധമുള്ള തലമുറയ്ക്കായി
ജീവിത നൈപുണികളോടെ...

ശാന്തവും സുരക്ഷിതവുമായ പഠനാന്തരീക്ഷം.

GreenHome

Residential Campus For Boys & Girls

Std 5 to Std IX

2nd ADMISSION Selection Camp

11 2026 April Saturday 9:30AM-4PM

ഗ്രീൻ ഹോം പ്രത്യേകതകൾ:

- **അക്കാദമിക് മികവും മെന്ററിംഗും:**
  വ്യക്തിഗത ശ്രദ്ധ ഉറപ്പാക്കുന്ന മികച്ച മെന്ററിംഗ് സിസ്റ്റവും കൗൺസിലിംഗ് സൗകര്യങ്ങളും.
- **ധാർമിക വിദ്യാഭ്യാസം:**
  സ്കൂൾ പഠനത്തോടൊപ്പം ഖുർആൻ പഠനം, പ്രാർത്ഥനാ ശീലങ്ങൾ, മതബോധം എന്നിവയിൽ ഊന്നിയുള്ള ജീവിതക്രമം.
- **ഡിജിറ്റൽ ഡിറ്റോക്സ്:**
  മൊബൈൽ അഡിക്ഷനിൽ നിന്ന് മാറി നിൽക്കാം
- **സുരക്ഷിത ക്യാമ്പസ്:**
  സൽസ്വഭാവവും ആത്മവിശ്വാസവും വളർത്താനുതകുന്ന സ്വസ്ഥമായ താമസ-പഠന സൗകര്യം
- **കഴിവുകളുടെ വികാസം:**
  കല, കായികം, ലീഡർഷിപ്പ് പരിശീലനങ്ങൾ. കൂടാതെ പീസ് റേഡിയോയിലൂടെ ആശയവിനിമയ മികവ് വളർത്താൻ പ്രത്യേക അവസരം.

GREEN HOME RESIDENTIAL CAMPUS

GREEN VALLEY PUBLIC SCHOOL

91 9061 716 600
91 9061 786 600, 91 9061 746 600

Green Valley Campus, P.O.Nellikkaparamba, Mukkam, Kozhikode E-mail: info@greenvalleycampus.com | www.greenvalleycampus.com

RNI NO:KERMAL/2015/64152
Registered NO:
KL/CT/225/2025-27

Nerpatham Weekly
Published on
21 February 2026

Licensed to post without prepayment:
No. KL/PMG/NR/WPP/67/KKD/2025-27
Price: ₹10/-

ഹൃദ്രോഗ ചികിത്സാ രംഗത്തെ Peace Maker

Leadless pacemaker implantation

ചികിത്സ ഇന്ത്യയിൽ തന്നെ ഏറ്റവും കൂടുതൽ വിജയകരമായി പൂർത്തീകരിച്ച് മുൻനിരയിൽ എത്തിയിരിക്കുകയാണ് MICC. സങ്കീർണമായ ശസ്ത്രക്രിയയോ മുറിപ്പാടോ ഇല്ലാതെ നിങ്ങളുടെ ഹൃദയതാളം വീണ്ടെടുത്ത് സാധാരണ ജീവിതത്തിലേക്ക് പെട്ടെന്ന് മടങ്ങാൻ ഈ പേസ്മേക്കറുകൾ സഹായകരമാകുന്നു.

trueberry.in

MICC സാധ്യമാക്കുന്നു, ആശങ്കകളില്ലാത്ത ഹൃദ്രോഗ ചികിത്സ!

METROMED INTERNATIONAL CARDIAC CENTRE

NH-66, THONDAYAD BYPASS, CALICUT, KERALA, Pin: 673014, PH: 0495 6615555 | 8943083444 | 9048884441 | www.micc.in | micc india

OUR CENTRES - THALASSERY | TIRURANGADI | KALPATTA | MALAPPURAM | CHAVAKKAD | MANJERI | THRISSUR | KODUNGALLUR | FEROKE

MICC
all about heart