FRIDAY SERMON / വെള്ളിയാഴ്ച ഖുത്തുബ

HAZRAT KHALIFATHULLAH MUNIR AHMAD AZIM (A)

24 APRIL 2020
30 SHABAAN 1441 AH

WHY FASTING ? THE VIRTUES OF RAMADAN!
വ്രതാനുഷ്ഠാനം എന്തിന്? റമദാന്റെ മൂല്യങ്ങൾ!

സലാമിനു ശേഷം ഹസ്രത് ഖലീഫത്തുല്ലാഹ് തശഹ്ഹുദ്, തഅവ്വുദ്, സൂറ:അൽഫാതിഹ ഓതിയ ശേഷം **വ്രതാനുഷ്ഠാനം എന്തിന്? റമദാന്റെ മൂല്യങ്ങൾ!** എന്ന വിഷയത്തെ ആസ്പദമാക്കി വെള്ളിയാഴ്ച ഖുത്തുബ ആരംഭിക്കുകയുണ്ടായി.

വിശ്വാസികളേ! നിങ്ങൾക്കു മുമ്പുള്ളവർക്ക് നിർബന്ധമാക്കപ്പെട്ടിരുന്നതുപോലെ നിങ്ങൾക്കും വ്രതാനുഷ്ഠാനം നിർബന്ധമാക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. നിങ്ങൾ ധാർമ്മികവും ആത്മീയവുമായ ന്യൂനതകളിൽ നിന്നും സുരക്ഷിതരാകും വിധം ദോഷബാധയെ സൂക്ഷിക്കുവാൻ വേണ്ടി (അൽബഖറ 2:184)

ലോകത്തെമ്പാടുമുള്ള, ഒരു ലക്ഷം കോടിയിലധികം മുസ്ലിംകൾ ഓരോ വർഷവും ഒരു മാസം വ്രതമനുഷ്ഠിക്കുന്നു. പ്രഭാതം മുതൽ പ്രദോഷം വരെയുള്ള ഈ വ്രതാനുഷ്ഠാന സമയങ്ങളിൽ അവർ എല്ലാവരും തന്നെ, മറ്റുവിധിപ്രകാരമുള്ള വിലക്കുകളോടൊപ്പം ഭക്ഷണ പാനീയങ്ങളിൽ നിന്നും, ഭാര്യാഭർത്തൃ സംസർഗങ്ങളിൽ നിന്നും സ്വയം അകന്നു നില്ക്കുന്നു. എന്തുകൊണ്ടാണ് ഇങ്ങനെ?

ഒന്നാമത്, വ്രതാനുഷ്ഠാനം എന്തല്ല? മറ്റുമതങ്ങളിൽ വിധിച്ചിരിക്കുന്നതുപോലെ ഇത് പ്രായശ്ചിത്ത സ്വഭാവമുള്ള ഒന്നല്ല.

ഇസ്ലാമിക വീക്ഷണത്തിൽ വ്രതാനുഷ്ഠാനം, ഇസ്ലാമിൽ നിർബന്ധമാക്കിയിരിക്കുന്നു. അനുഷ്ഠാനങ്ങളിൽ വച്ച് ഈശ്വരസാന്നിധ്യ

വും, സാമീപ്യവും അനുഗ്രഹവും നേടിത്തരുന്ന ഒന്നാണ് ഇത്. മാനസിക, ശാരീരകേച്ഛകളിൽ നിന്നും ബോധപൂർവ്വമുള്ള ഒരു ഒഴിഞ്ഞു നില്ക്കലിനെ പ്രാവർത്തികമാക്കി കാണിയ്ക്കൽ ആകുന്നു. തീർച്ചയായും, അല്ലാഹു നമുക്ക് കനിഞ്ഞനുഗ്രഹിച്ച് നല്കിയിരിക്കുന്ന നമ്മുടെ തലച്ചോറും, മനസ്സും, ശരീരവും ഒക്കെ അനന്തമായ അത്ഭുതമുളവാക്കുന്ന സംഗതികളാണ്. നമ്മുടെ ആത്മാവ് നമ്മുടെ മനസ്സിനെയും, ശരീരത്തെയും, ചിന്തകളെയും നിയന്ത്രിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ആത്മാവിന് എത്ര നല്ല മേന്മയേറിയ, മൂല്യമേറിയ ഭക്ഷണം നമ്മൾ നല്കുന്നുവോ, അതിനനുസരിച്ച് നമ്മുടെശേഷികളും, വിധി ന്യായത്തിനുള്ള കഴിവുകളും, മൂല്യനിർണ്ണയ വൈദഗ്ധ്യവും മെച്ചപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ചുരുക്കത്തിൽ വ്രതാനുഷ്ഠാനമെന്നത് അല്ലാഹുവിനോടുള്ള നമ്മുടെ സമ്പൂർണ്ണ സമർപ്പണമാണ്.

നമുക്ക് വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തോട് അനുബന്ധിച്ച് ആഹാരപാനീയങ്ങളിൽ നിന്നും ഒഴിഞ്ഞു നില്ക്കുന്നത് നമ്മുടെ ശരീരത്തെയും, നമ്മുടെ മാനസികവും വൈകാരികവുമായ കഴിവുകളെയും അതു വഴി നമ്മുടെ മനസ്സിനെയും എങ്ങനെ ബാധിക്കുന്നു എന്ന് നോക്കാം.

THE IMPORTANCE OF FOOD AND DRINK
ആഹാരപാനീയങ്ങളുടെ പ്രാധാന്യം

നമ്മുടെ ജീവിതത്തിൽ ചില ഘട്ടങ്ങളിലെങ്കിലും നാം കരുതിയിട്ടുണ്ടാവും മനുഷ്യന്റെ നിലനില്പിന്റെ അടിസ്ഥാന ഘടകം ആഹാരപാനീയങ്ങളാണ് എന്ന്. മറ്റൊന്നും തന്നെ നമ്മുടെ നിലനില്പ്പിന് ഇത്രമേൽ ആവശ്യമായി വരുന്നില്ല. എന്നിട്ടും, സ്രഷ്ടാവായ അല്ലാഹു നമ്മോട്, ഒരു മാസം തുടർച്ചയായി നാം ഉണർന്നിരിക്കുന്ന സമയമായ പ്രഭാതം മുതൽ പ്രദോഷം വരെയുള്ള സമയത്ത് വ്രതമനുഷ്ഠിക്കുവാൻ കല്പിച്ചിരിക്കുന്നു. ഒറ്റനോട്ടത്തിൽ ഒരാൾക്ക് ഇത് തീർത്തും ഘടകവിരുദ്ധം എന്നു തോന്നിയേക്കാം.

സത്യത്തിൽ പുറമേയുള്ള അപഗ്രഥനങ്ങളാണ് നമ്മെ ഇങ്ങനെയൊരു നിഗമനത്തിലെത്തിയ്ക്കുന്നത്. ഘടകവിരുദ്ധം ആണോ അത്?

ഞാൻ ഈ സന്ദർഭത്തിൽ ഇസ്ലാമിലെ ഒരു പണ്ഡിതശ്രേഷ്ഠനും അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഉപദേഷ്ടാവും തമ്മിലുണ്ടായ സംഭാഷണം നിങ്ങളുമായി പങ്കുവെക്കുകയാണ്. പണ്ഡിത ശ്രേഷ്ഠന്റെ പേര് ഞാനോർക്കുന്നില്ല. 15-ഓ 16-ഓ വയസ് പ്രായമുള്ള സമയത്ത് ഞാൻ വായിച്ച ഒരു സംഭവകഥയാണിത്. ഈ കഥയിൽ ഉപദേഷ്ടാവിന്റെ വാക്കുകളിൽ ഭക്ഷണത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം തെളിഞ്ഞു കിടക്കുന്നത് നമുക്ക് കാണാവുന്നതാണ്. കഥാസാരാംശം ഇങ്ങനെ പോകുന്നു.

യോഗി തന്റെ ഉപദേഷ്ടാവിനോട് അല്പം വെള്ളം കുടിയ്ക്കുവാനായി ചോദിച്ചു. ആ അവസരത്തിൽ രണ്ടാമൻ യോഗിയോട് ചോദിയ്ക്കുകയാണ്. അല്ലയോ, ഗുരുശ്രേഷ്ഠാ! ഈ പാനീയം അങ്ങയ്ക്ക് നിരസിക്കപ്പെട്ടിരുന്നുവെങ്കിൽ താങ്കൾ എന്തു ചെയ്യുമായിരുന്നു?

എനിയ്ക്കുള്ളതെല്ലാം കൊടുത്ത് ഞാനത് വാങ്ങും-യോഗി പറഞ്ഞു.

വീണ്ടും ആ ഉപദേഷ്ടാവ് ചോദിച്ചു. "താങ്കളുടെ ശരീരത്തിൽ നിന്നും വെള്ളത്തെ മാറ്റിവെയ്ക്കാൻ താങ്കൾക്കു കഴിയുന്നില്ലായെങ്കിൽ പിന്നെ എന്തു ത്യാഗമാണ് താങ്കൾക്ക് ചെയ്യാൻ സാധിക്കുക"?

യോഗി പിന്നെയും ആദ്യത്തെ ഉത്തരം തന്നെ ആവർത്തിച്ചു.

ഞാൻ എനിയ്ക്കുള്ളതെല്ലാം നല്കും. ഇതുകേട്ട ഉപദേഷ്ടാവ് അദ്ദേഹത്തോട് ചോദിച്ചു. നമ്മുടെ കയ്യിലുള്ള ധനമെല്ലാം കൂട്ടിയെടുത്താലും അതിന് നാലഞ്ചു കവിൾത്തടം വെള്ളത്തിന്റെ വിലയില്ല എങ്കിൽ പിന്നെ നമുക്കൊക്കെ എങ്ങനെ ധനാഢ്യനാണ് എന്ന് ആർത്തു വിളിച്ച് നടക്കാൻ പറ്റും?

ഈ സംഭവകഥ ഒരുപാടു ചോദ്യങ്ങൾ ഉയർത്തുന്നുണ്ട്. എന്നിരിക്കുകിലും, ഇത് ഭക്ഷണം നമുക്ക് ആവശ്യമാണ് എന്ന സംഗതിയെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. നമുക്കൊരു നീണ്ട സമയത്തേക്ക് ഭക്ഷണം കിട്ടാതെ വരുമ്പോൾ, നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ ഒരു സംഭ്രമം ഉടലെടുക്കുന്നു. ഇത് ഒരു സുരക്ഷാസംവിധാനം പോലെ പ്രവർത്തിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. ഈ സുരക്ഷാ സംവിധാനം വിശപ്പ്, ദാഹം,

ദേഷ്യം, അലസത തുടങ്ങിയവയിലൂടെ പ്രത്യക്ഷിഭവിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

പോഷകാഹാര വിദഗ്ദ്ധരുടെ അഭിപ്രായത്തിൽ ഒരു ദീർഘ കാലയളവിൽ നമ്മുടെ, ശരീരത്തിലേക്ക് ആഹാരമൊന്നും ലഭിക്കാതെ വന്നാൽ നമ്മുടെ ഭാരത്തിൽ 30%വരെ കുറവുണ്ടാക്കുമെന്നാണ്. ഇങ്ങനെയുള്ള ഭക്ഷണമില്ലായ്മ കുറേക്കാലത്തേക്ക് നീണ്ടുനില്ക്കുമ്പോൾ ശരീരഭാരത്തിന്റെ 40%ലേറെ കുറവുണ്ടാവുകയും, പിന്നീട് വിശപ്പുകൊണ്ട് നാം മരണം വരിയ്ക്കുകയും ചെയ്യുമത്രേ. മരണമെത്തുന്നതിനു മുമ്പ് ശരീരകോശങ്ങൾ വിശപ്പുതാങ്ങാനാകാതെ പരസ്പരം തിന്നു നശിപ്പിക്കുന്ന അവസ്ഥ സംജാതമാകുകയും, അത് മാനസിക വിഭ്രാന്തിയിലേക്ക് നയിക്കുകയും ചെയ്യും.

അങ്ങനെയാണെങ്കിൽ അല്ലാഹു വിശ്വാസികളോട് 29 അല്ലെങ്കിൽ 30 ദിവസങ്ങൾ നോമ്പനുഷ്ഠിയ്ക്കുവാൻ കല്പന നല്കിയത് എന്തുകൊണ്ടാവും? അത് ഒരു ഘടകവിരുദ്ധമായ കാര്യമാണോ? ദൈവത്തിൽ നിന്നുള്ള വൈരുദ്ധ്യാത്മകതയോ?

മനുഷ്യശരീരത്തെ മാത്രം പരിഗണിയ്ക്കുകയാണെങ്കിൽ അവിടെയൊരു വൈരുദ്ധ്യാത്മകത നമുക്ക് അനുഭവപ്പെടും. എന്നാൽ അത് ലോകത്ത് നിലനില്ക്കുന്ന ഭൗതീകമായ കാഴ്ചപ്പാടുകളെ മാത്രം ആധാരമാക്കുമ്പോഴുള്ള ചിന്താഗതിയാണ്. പക്ഷേ, എല്ലാവർക്കും അറിയാവുന്നതുപോലെ ഒരു മനുഷ്യനെന്നത് അവന്റെ ശരീരം മാത്രമല്ല. കാരണം മനുഷ്യൻ ഒരു ശരീരം മാത്രമായിരുന്നുവെങ്കിൽ, ഒരാൾക്ക് തന്റെ പ്രിയപ്പെട്ടവർ മരിയ്ക്കുമ്പോൾ അത്ര ദുഃഖം അനുഭവപ്പെടുകയില്ലല്ലോ, കാരണം ആ മരിച്ചയാളുടെ ജീവൻ (ആത്മാവ്) മാത്രമേ പോയുള്ളു. ഭൗതീകശരീരം അവിടെ അയാളുടെ അടുത്തു തന്നെ കിടക്കുകയല്ലേ. ആത്മാവിനെ ശരീരത്തിൽ നിന്നും അകറ്റിയ പുറമേയുള്ള വേറിട്ട ഘടകം ആയി കാണുമ്പോൾ നമുക്ക് വേദന അനുഭവപ്പെടേണ്ടതല്ലല്ലോ. പക്ഷേ, വാസ്തവത്തിൽ അങ്ങനെയാണോ? ഇതുപോലെ, വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തിന്റെ മഹനീയ ഗുണങ്ങൾ എന്താണെന്ന് മനസ്സിരുത്തി വിശകലനം ചെയ്യുമ്പോൾ വ്രതാനുഷ്ഠനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് മനസ്സിൽ കടന്നു വരുന്ന

ഘടകവിരുദ്ധമായ ചിന്താകളൊക്കെ അലിഞ്ഞലിഞ്ഞില്ലാതായിക്കൊള്ളും.

വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തിന്റെ ഗുണങ്ങൾ

വ്രതാനുഷ്ഠാനവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട്, പ്രാഥമികമായി നാം ഓർക്കേണ്ട കാര്യം, മുഹമ്മദ് നബി(സ) ഇളവില്ലാതെ വ്രതമനുഷ്ഠിക്കുന്നതിനെ വിലക്കിയിരിക്കുന്നു എന്നുള്ളതാണ്. അല്ലാഹുവും അവന്റെ പ്രവാചകനും(സ) അനുശാസിച്ചിരിക്കുന്ന പ്രകാരമുള്ള സമയത്തും, രീതിയിലും നോമ്പനുഷ്ഠിച്ചില്ലെങ്കിൽ മാത്രമേ ഒരു വിശ്വാസിക്ക് നോമ്പിന്റെ സദ്ഗുണങ്ങൾ സ്വാംശീകരിക്കുന്നതിന് സാധിക്കുകയുള്ളു.

ഒന്നാമത്, വ്രതാനുഷ്ഠാനം വഴി വിശ്വാസിയ്ക്ക് തന്റെ സമ്പൂർണ്ണ ആശ്രയം ദൈവത്തിലും അവൻ തനിയ്ക്ക് കനിഞ്ഞരുളിയ അവനിൽ നിന്നുള്ള അനുഗ്രഹങ്ങളിലും മാത്രമാണ് എന്ന് ദൈവം മനസ്സിലാക്കിക്കൊടുക്കുന്നു. ഈ പാഠം അവനിൽ വിനയവും ദൈവത്തോടുള്ള വിധേയത്വവും, സ്വയം തിരിച്ചറിയലും വളർത്താൻ സഹായിക്കുന്നു.

നമ്മുടെ ചുറ്റുപാടുമുള്ള പാവങ്ങൾ (ദരിദ്രർ) അനുഭവിച്ച വിശപ്പിന്റെയും, ദാഹത്തിന്റെയും ആഴം അറിയുവാൻ നോമ്പനുഷ്ഠാനത്തെക്കാളും മെച്ചമായ മറ്റൊന്നും ഇല്ല. ഇത് ദരിദ്രരോട് സഹാനുഭൂതി വളർത്തുവാൻ സഹായിക്കുന്നു. അങ്ങനെ വിശപ്പിന്റെ വില എന്താണെന്നും, വേണ്ടത്ര ഭക്ഷണമില്ലാതെ പണിയെടുക്കേണ്ടിവരുന്നവരുടെ അവസ്ഥയെന്താണെന്നറിയുന്നതിനും സഹായിക്കുന്നു. നോമ്പനുഷ്ഠാനം ഒരു വിശ്വാസിയെ മറ്റൊരു ബാഹ്യപ്രേരണ കൂടാതെ തന്നെ വിശക്കുന്നവന്റെയും, ദാരിദ്ര്യത്തിലകപ്പെട്ടവന്റേയും അവസ്ഥ മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളിലേർപ്പെടുവാൻ പ്രേരിതനാക്കുന്നു.

മാത്രവുമല്ല 11 മാസമായി നാം കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിലൂടെ അനേകം ടോക്സിനുകൾ (വിഷപദാർത്ഥങ്ങൾ) നമ്മുടെ ശരീരാവയവങ്ങളിൽ ശേഖരിയ്ക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. റമദാൻ നമ്മുടെ ദഹനവ്യവസ്ഥയ്ക്ക് വേണ്ടത്ര വിശ്രമം നല്കി, ശരീരത്തിലടിഞ്ഞുകൂ

ടിയ വിഷപദാർത്ഥങ്ങളെ പുറന്തള്ളി ശരീരത്തെ പരിശുദ്ധമാക്കുന്നു.

റമദാന്റെ എടുത്തു പറയാവുന്ന രണ്ടാമത്തെ സദ്ഗുണം അതിന്റെ ഏകീകരണ സ്വഭാവം തന്നെയാണ്. ലോകമെമ്പാടുമുള്ള ഒരു ദശലക്ഷം കോടിയിലേറെയുള്ള മുസ്ലിം ജനത പാവപ്പെട്ടവനെന്നോ, പണക്കാരനെന്നോ, കറുത്തവനെന്നോ, വെളുത്തവനെന്നോ ഉള്ള വ്യത്യാസം കൂടാതെ റമദാനിൽ ഒരേ സമയം, ഒരേ പോലെ നോമ്പനുഷ്ഠിക്കുന്നു. പരമാധികാരിയായ, പ്രപഞ്ച സ്രഷ്ടാവായ അല്ലാഹുവിന്റെ മുമ്പിൽ ഒരേസമയം സമർപ്പിക്കുന്നതു മുഖേന അനുഭവവേദ്യമാകുന്ന സമഭാവനയും ഐക്യബോധവും ഈ വ്രതാനുഷ്ഠാനവേളയിൽ നമ്മിൽ ഉടലെടുക്കുന്നു.

റമദാന്റെ അടുത്ത ഗുണത്തിലേക്ക് വിശദമായി കടക്കുന്നതിനു മുമ്പായി, റമദാന്റെ അറിയപ്പെടാത്ത ഒരു വസ്തുത കൂടി പറയാം.

ഒരു മാസം നീണ്ട വ്രതാനുഷ്ഠാനങ്ങൾക്കു ഉറക്കം, ഭക്ഷണം, ഭാര്യഭർത്ത്യസംസർഗം തുടങ്ങിയവ വ്യക്തിയുടെ അവകാശ നിഷേധങ്ങൾക്കും ശേഷം നാം യാന്ത്രികമായി നിത്യേന ചെയ്തു കൊണ്ടിരുന്ന പല പ്രവൃത്തികൾക്കും ഒരു പുതിയ മാസം വരുന്നതായി നമുക്ക് അനുഭവപ്പെട്ടു തുടങ്ങി. അതാണ് നിത്യേന നാം ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്ന പലതും അവന്റെ അവകാശമാണ് എന്ന രീതിയിൽ കണ്ടുകൊണ്ടിരുന്ന നമ്മുടെ മനോഭാവം വ്രതാനുഷ്ഠാനാന്തരം പുതിയ ഒരു തലത്തിലേക്ക് മാറി. അനുഭവങ്ങൾ മാറി അതിനനുസരിച്ച് നമ്മുടെ കാഴ്ചപ്പാടിന്റെ ആഴവും പരപ്പും ഏറി. ഉദാ; നല്ല വേനലിൽ, ഒരു ഗ്ലാസ്സ് തണുത്ത പാനീയം ശരീരത്തിനും മനസ്സിനും നല്കുന്ന കുളിർമ ഒരു മാസത്തെ വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തിനു ശേഷം കൂടുതൽ അനുഭവവേദ്യമായിത്തുടങ്ങി. നോമ്പുകാലത്ത് അത് വേണമെന്ന് മനസ്സ് ആഗ്രഹിയ്ക്കുമ്പോൾ, പാടില്ല എന്ന് മനസ്സിനെ പഠിപ്പിച്ച് അത് ശീലമാക്കി. ഇപ്പോൾ ആ ശീലം മറന്നു നാം, പുതുതായി ചെറിയ ഒരു അനുഭവം പോലും ഉണ്ടാകുമ്പോൾ അതെത്ര നിസ്സാരമാണെങ്കിലും, അല്ലാഹുവിന്റെ അനുഗ്രഹമായി കണ്ട് അവനെ സ്തുതിയ്ക്കുവാൻ തുടങ്ങി, ഇതേപോലെത്തന്നെ പ്രഭാത ഭക്ഷണവേളയിലും, നിത്യഭക്ഷണസമയങ്ങളിലും ഒക്കെ മനസ്സറിഞ്ഞ്

നമ്മുടെ സ്രഷ്ടാവിനെ സ്തുതിക്കുന്ന ശീലം വന്നു തുടങ്ങി. ഈ ഒരു അനുഭവം അങ്ങേയറ്റം നന്ദികേട് കാണിച്ചിരുന്ന ഒരു വ്യക്തിയിൽ പോലും നന്ദി എന്ന ഭാവം അല്ലാഹുവിനോട് കാണിയ്ക്കണം, അവൻ അളവറ്റ അനുഗ്രഹങ്ങൾ മനുഷ്യന് ചെയ്തിരിക്കുന്നു എന്ന തിരിച്ചറിവുണ്ടാക്കുന്നു. ഈ അനുഭവങ്ങൾ തന്റെ സ്രഷ്ടികൾക്ക് നല്കുക എന്നത് സ്രഷ്ടാവിൽ നിന്നുള്ള അതിമഹത്തായ വിവേകജ്ഞാനത്തിന്റെ ബഹിഷ്കരണം ആണ്. ചിന്തിക്കുന്ന ഏതൊരു വിശ്വാസിക്കും ഇതൊരു പുതിയ പാഠം പകർന്നു നല്കുകയും, അവന്റെ സ്രഷ്ടാവായ ദൈവത്തെ സ്തുതിയ്ക്കുന്നതിനുള്ള കാരണം ആവുകയും ചെയ്യും. നമ്മുടെ സ്രഷ്ടാവായ അല്ലാഹു അവന്റെ ഭക്തദാസർക്ക് നല്കുന്ന വിനയത്തിന്റെ പുതുപാഠം.

റമദാൻ നല്കുന്ന സദ്ഗുണങ്ങളെപ്പററി വിശാലമായൊരു പഠനമൊന്നും നടത്താൻ ഈയവസരത്തിൽ മുതിരുന്നില്ല. എങ്കിലും ഒരു പ്രധാന വസ്തുത ഞാൻ മുന്നോട്ടു വെയ്ക്കുകയാണ്. അതായത്, ഈ വ്രതാനുഷ്ഠാനം മുഖേന, അല്ലാഹു ഓരോ വ്യക്തിയേയും അയാളുടെ വ്രതാനുഷ്ഠാനവേളയിൽ അയാൾ കടന്നുപോകുന്ന വികാര, വിചാര, വിക്ഷോഭങ്ങളുടെ ചാഞ്ചല്യം അനുഭവിച്ചറിയിയ്ക്കുന്നതിനും അതു മുഖേന തങ്ങളെത്തന്നെ സ്വയം നിയന്ത്രിക്കാൻ പഠിയ്ക്കകുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരു പരിശീലനക്കളരി ഒരുക്കുകയാണ്. റമദാനിലെ ഈ വ്രതാനുഷ്ഠാനം അങ്ങേയറ്റം പ്രാധാന്യമർഹിയ്ക്കുന്ന ഒന്നാണ്. കാരണം ഇത് പുറംലോകവുമായും, നമ്മുടെ സഹജീവികളുമായും, നമുക്കുതന്നെയുമുള്ള ബന്ധങ്ങളെ ഊട്ടിയുറപ്പിക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്നു. വികാരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാൻ നാം പഠിക്കുന്നു എന്നതാണ് ഏറ്റവും പ്രധാനം. നാം നമ്മുടെ വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ ഘടന പരിശോധിക്കുകയാണെങ്കിൽ അതിന് നാല് തട്ടുകൾ ഉള്ളതായി കാണാം. അവ മനസ്, ശരീരം, വികാരങ്ങൾ, ആത്മാവ് എന്നിവയാണ്.

നമ്മുടെ ആത്മീയ ജീവിതമെന്നത്, മേൽപറഞ്ഞ വ്യക്തിത്വത്തിലെ വിവിധഘടകങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള തീവ്രപ്രതിപ്രവർത്തനത്തിന്റെ ആകെത്തുകയാണ്. അങ്ങനെ വരുമ്പോൾ ആത്മീയ

ജീവിതം ഒരേസമയം ഈ നാലുഘടകങ്ങളെ പരസ്പരം ബന്ധിപ്പിക്കുന്ന കണ്ണിയാലും, അവയുടെ പ്രതിപ്രവർത്തനത്തിന്റെ ഫലമായും (തുകയായും) മാറുന്നു.

റമദാനിൽ, ദൈവം വ്രതാനുഷ്ഠാനം മുഖേന എല്ലാ ഓരോ വ്യക്തിയും ചില ത്യാഗങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതിന് പ്രേരിപ്പിക്കുന്നു. ഈ ത്യാഗങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെടുന്നവ ശാരീരിക നിയന്ത്രണങ്ങൾ, മാനസികവും, ആത്മീയവും, വൈകാരികവുമായ നിയന്ത്രണങ്ങൾ എന്നീ നാലു ഘടകങ്ങളാണ്. ഈ നാലു നിയന്ത്രണങ്ങളും പരസ്പരം വേർതിരിക്കാനാവാത്തതും റമദാനിൽ അവയുടെ തനതായ സവിശേഷത ഉറപ്പുവരുത്തുകയും ചെയ്യുന്നതുമാണ്.

ശരീരത്തിന് വികാരങ്ങളിലൂടെ മനസ്സിനെ നിയന്ത്രിക്കാനുള്ള ശേഷിയുണ്ട് എന്ന് നമുക്കറിയാം. വികാരങ്ങൾക്ക് നമ്മെ വിറപ്പിക്കുന്നതിനും, ചിരിപ്പിക്കുന്നതിനും, കരയിപ്പിക്കുന്നതിനും, അങ്ങനെ നമ്മുടെ എല്ലാ തരത്തിലുള്ള മാനസികവസ്ഥയെയും മാറ്റി മറിക്കുന്നതിനും സാധിക്കും. അതിനാൽത്തന്നെ ദിനംപ്രതി നമ്മുടെ വികാരങ്ങൾ നമ്മുടെ മനസ്സിനെയും, നമ്മുടെ ജീവിതത്തെയും സ്വാധീനിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അതുപോലെ തിരിച്ചും, നമ്മുടെ ജീവിതരീതികളും നമ്മുടെ ചുറ്റുപാടുകളും, നമ്മുടെ വികാരങ്ങളെ വലിയൊരളവിൽ സ്വാധീനിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. ചുരുക്കത്തിൽ നമ്മുടെ ശരീരവും, വികാരങ്ങളും, ബുദ്ധിയും തമ്മിൽ അതിസങ്കീർണ്ണവും, അതിത്രീവവും, അതിവേഗതയാർന്നതുമായ പ്രതിപ്രവർത്തനങ്ങൾ സദാ നടന്നുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. നൊടിയിടയിൽ ഭാവം മാറുകയും, ക്ഷണ നേരം കൊണ്ട് അലിഞ്ഞില്ലാതാവുകയും ചെയ്യുന്ന സവിശേഷസ്വഭാവമുള്ള ഒന്നായതിനാൽ, വികാരങ്ങൾ നമ്മുടെ വ്യക്തിത്വത്തിലെ ഏറ്റവും അപകടകാരിയായതാണെന്നു പറയാം. മാനസിക വ്യാപാരം വസ്തുതകളെ ആധാരമാക്കിയുള്ളതും, വികാരങ്ങൾ അമൂർത്തമായ മുദ്രകളായ, സ്നേഹം, വെറുപ്പ്, സന്തോഷം, ഭയം, അസൂയ തുടങ്ങിയവയെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നവയും ആകുന്നു. ഇതെല്ലാം നാം നമ്മുടെ ജീവിതവ്യാപാരത്തിലൂടെ നാം ആർജ്ജിച്ചെടുക്കുന്നവയാണ്. ഉദാഹരണമായി, അസൂയ എന്ന വികാരം അത്

ആർജ്ജിച്ചെടുക്കുന്ന ഒന്നാണ്. അല്ലാതെ, അസൂയ എന്ന വികാരവുമായല്ല നമ്മൾ ജനിച്ചു വീഴുന്നത്. നമ്മുടെ വികാരങ്ങൾ സുഖവും, ദുഃഖവും കൊണ്ട് പാകപ്പെടുത്തപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. അവ എപ്പോഴും ദുഃഖകരമായതിനെ തഴഞ്ഞ്, സുഖപ്രദമായതിനെ സ്വീകരിക്കാനുള്ള വ്യഗതകാട്ടിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അതിനാൽ തന്നെ, മനുഷ്യനുമേൽ അവയ്ക്ക് അജയ്യമായ ഒരു ശക്തിയുണ്ട്. ഈ വികാരങ്ങളുടെ ശക്തി എത്രയെന്ന് പലപ്പോഴും നമുക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ സാധ്യമല്ല. അതുപോലെ തന്നെ അവ എത്രത്തോളം ഒരാളുടെ ജീവിതത്തെ ബാധിക്കും എന്നും നമുക്ക് ഉറപ്പിച്ചു പറയാനാവില്ല. നാം നമുക്ക് ചുറ്റും വികാരത്തിനടിമപ്പെട്ടു ജീവിക്കുന്ന ചിലരെയെങ്കിലും കാണാറുണ്ട്. അവരുടെ വികാരങ്ങൾ അവരുടെ ജീവിതത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നു. ചുരുക്കത്തിൽ ഉപരിപ്ലവമായ വികാരങ്ങൾ അധികൃതസിദ്ധാന്ത രൂപികരണത്തിനു കാരണമാവുകയും, നമുക്ക് നമ്മുടെ വിശ്വാസത്തിന്റെ അന്തഃസ്സത്ത നഷ്ടമാവുകയും ചെയ്യുന്ന അവസ്ഥ സംജാതമാവുകയും ചെയ്യുന്നു.

ഇതിനുള്ള പരിഹാരം ഇസ്ലാമിലുണ്ട്-കാരണം ഇസ്ലാം അല്ലാതെ മറ്റൊരു മതവും, മനുഷ്യവ്യക്തിത്വത്തിന്റെ പ്രത്യേകതയെക്കുറിച്ചും, മനുഷ്യന്റെ സ്വഭാവത്തിലെ ബലഹീനതയെക്കുറിച്ചും, ഇതുപോലെ കണക്കിലെടുക്കുന്നില്ല.

ഇസ്ലാമിൽ മാത്രമാണ്, വ്രതം, വിശ്വാസത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന സ്തംഭങ്ങളിലൊന്നാക്കി മാറ്റി, വിശ്വാസികൾക്ക് നിർബന്ധമാക്കിയിരിക്കുന്നത്. വ്രതം ശരീരത്തിന്റെ പുനഃക്രമീകരണവും, സന്തുലനവും, ഉറപ്പുവരുത്തുന്ന ഒരു പദ്ധതിയാണ്. വാസ്തവത്തിൽ, റമദാനിലെ വ്രതാനുഷ്ഠാനം മുഖേന മനുഷ്യശരീരത്തിന്റെ ഒരു വാർഷിക പുനഃക്രമീകരണമാണ് നടക്കുന്നത്.

റമദാൻ വിശ്വാസികൾക്കുള്ളതാണ്. അല്ലാതെ ദൈവത്തിന്റെ പദവി ഉയർത്താനായി സ്ഥാപിച്ച ഒന്നല്ല. തന്റെ വ്യക്തിത്വം സന്തുലിതമാക്കാൻ ഒരു മനുഷ്യന് ലഭിക്കുന്ന അവിശ്വസനീയമായ അവസരമാണ് ഇത്. ശരീരം എതിർക്കുമെങ്കിലും സാധ്യമാക്കാവുന്ന ഒന്ന്.

ഭക്ഷണരീതിയിലുണ്ടാവുന്ന മാറ്റത്തിനെതിരെ ശരീരം ശക്ത

മായി പ്രതികരിക്കും. റമദാനിലെ ശാരീരകാവസ്ഥകളെയും, അനുഭവങ്ങളെയും പറ്റി വ്യക്തമായ ഒരു ധാരണ ലഭിക്കുന്നതിനായി, അത് നമുക്ക് നമ്മുടെ ജീവിതത്തിലുണ്ടായിട്ടുള്ള സമാനമായ മുന്നനുഭവങ്ങളെ ഓർത്തെടുക്കുവാൻ ശ്രമിക്കും.

നമുക്കറിയാം, നമ്മെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം, രാവിലെ വൈകിയുണർന്ന്, സമയത്തിനെത്തിച്ചേരുവാനുമായി, പോകുവാനിറങ്ങുന്നതിനു മുമ്പ് ഭക്ഷണം പോലും കഴിയ്ക്കാതെ ധൃതിപ്പെട്ട് പുറപ്പെടുന്ന ശീലം പലപ്പോഴും ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. അപ്പോൾ നമ്മുടെ ലക്ഷ്യം വിശന്നിരിക്കുക എന്നുള്ളതോ, ദൈവത്തിന്റെ പ്രീതി ലഭിക്കുവാനായി വ്രതമനുഷ്ഠിയ്ക്കുകയാണ് എന്നുള്ളതോ ഒന്നുമല്ല, മറിച്ച് സമയത്തിനെത്തുക എന്നതുമാത്രമാണ്. ചുരുക്കത്തിൽ ജീവിതത്തിലെ നമ്മുടെ കടമകൾ പൂർത്തിയാക്കുന്നതിനിടയിൽ മിക്കപ്പോഴും നാം കൃത്യസമയത്ത് ഭക്ഷണം കഴിയ്ക്കുന്നതിനെ മറന്നുപോകാറുണ്ട്. ആ സമയത്ത്, നമ്മുടെ ശരീരം വിശപ്പിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ പ്രകടിപ്പിയ്ക്കാറുമില്ല.

എന്നാൽ റമദാനിൽ വ്രതാനുഷ്ഠാനം തുടങ്ങിയ ആദ്യമണിയ്ക്കൂറുകളിൽ തന്നെ ശരീരം ശക്തമായി പ്രതികരിയ്ക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. അതുവരെയില്ലാത്തപോലെ, പലതരം നിർദ്ദേശങ്ങൾ മനസ്സ് മുന്നോട്ടു വയ്ക്കുന്നു. ഉദാഹരണത്തിന്, ഏറെ നാളുകൾക്കു ശേഷം ഒരു സുഹൃത്ത് നിങ്ങളെ കാണുകയും, ചായകുടിയ്ക്കാൻ ക്ഷണിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. നിങ്ങൾക്കാകട്ടെ, നിങ്ങൾ നോമ്പനുഷ്ഠിച്ചിരിക്കുകയാണ് എന്നു പറയുവാനും, പറയാതിരിക്കാനും വയ്യാത്ത അവസ്ഥയിലും, സുഹൃത്ത് ഒരു പക്ഷേ ഇതൊക്കെ പഴഞ്ചൻ രീതികളല്ലേ എന്നു പറഞ്ഞാൽ നാണക്കേടാവുമല്ലോ എന്ന് വിചാരിയ്ക്കുന്ന നിങ്ങൾ വിട്ടുപോയ നോമ്പ് റമദാൻ കഴിഞ്ഞ ശേഷം പിടിച്ചു വീട്ടുവാൻ ഖുർആൻ അനുവദിയ്ക്കുന്നുണ്ടല്ലോ അതിനാൽ അങ്ങനെ ചെയ്യാം എന്നു കരുതുന്നു.

അപ്പോൾ നിങ്ങളുടെ മനഃസ്സാക്ഷി നിങ്ങളോടു പറയും നിങ്ങൾ നിങ്ങളുടെ ദൈവത്തോട് (അല്ലാഹുവിലേക്ക്) ഇന്ന് വ്രതമനുഷ്ഠിയ്ക്കുന്നതാണെന്ന് വാഗ്ദാനം നല്കിയതല്ലേ. ഇപ്പോൾ

അതു തിരുത്തി അല്ലാഹുവിനെ വേണ്ട എന്നു വയ്ക്കുകയാണോ? അങ്ങനെ നമ്മുടെ മനഃസ്സാക്ഷി നമ്മുടെ ശരീരത്തെയും, വികാരങ്ങളെയും അതിജയിക്കും.

ചുരുക്കത്തിൽ അല്ലാഹു(ത) മനുഷ്യന് അവന്റെ ശാരീരികവും, മാനസികവും ആത്മീയവുമായ തലങ്ങളിലെ വ്യക്തിത്വരൂപികരണത്തിനും, അതിന്റെ പുനഃക്രമീകരണത്തിനുമുള്ള ഒരു സുവർണ്ണാവസരം, തന്റെ അപാരജ്ഞാനത്തിലൂടെ, സൃഷ്ടിച്ചു നല്കുകയാണ് റമദാനിൽ.

അങ്ങനെ 29 മുതൽ 30 ദിവസം വരെ നീളുന്ന റമദാൻ വ്രതാനുഷ്ഠാനമാകുന്ന പരിശീലന കാലയളവിൽ നമ്മുടെ ഇച്ഛാശക്തിയും, ഊർജ്ജസ്വലതയും കരുത്തുറ്റതാക്കപ്പെടുന്നു. നാം സദാ പ്രവർത്തനസജ്ജരായി മാറുന്നു. നാം നമ്മുടെ വികാരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനും, അവയെ അവയുടെ നിശ്ചിത അവസരങ്ങളിലേക്ക് പരിമിതപ്പെടുത്തുന്നതിനും പഠിക്കുന്നു. ക്രമേണ നാം നമ്മുടെ ജീവിതത്തിന്റെ നിയന്ത്രണം ഏറ്റെടുക്കാവാനും, നമ്മുടെ കർമ്മങ്ങളിലും, വ്യക്തിത്വത്തിലും വികാരങ്ങൾ വഹിച്ചിരുന്ന പങ്കിനെ ഗണ്യമായി കുറച്ച്, സ്വാശ്രയബോധത്തോടെ ജീവിക്കുവാനും പഠിച്ചു തുടങ്ങുന്നു. അങ്ങനെ ഒരു മാസക്കാലം നീളുന്ന മനസ്സിനെയും, ശരീരത്തെയും, അച്ചടക്കം പഠിപ്പിക്കുന്ന പരിശീലനത്തിലേർപ്പെട്ട വിശ്വാസി, പുതുവർഷത്തെ സ്വീകരിക്കുവാൻ സന്നദ്ധനാകുന്നു. അങ്ങനെ നമ്മുടെ വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ ഓരോ തലത്തെയും പുനഃസംതുലനത്തിന് വിധേയമാക്കുവാൻ പഠിക്കുന്നു. വാസ്തവത്തിൽ നാം നമ്മുടെ വികാരങ്ങളെ ഇല്ലാതാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. മറിച്ച്, അവയെ നിയന്ത്രിക്കാൻ പഠിക്കുകയാണ്. ഇങ്ങനെയുള്ള ഈ അച്ചടക്ക പരിശീലനം കടന്നുവരുന്ന വർഷത്തിൽ നമുക്ക് പ്രയോജനം ചെയ്യുകയും ചെയ്യും. ആത്മീയ മൂല്യങ്ങൾ ലക്ഷ്യമിട്ട് അന്നപാനീയങ്ങൾ നിയന്ത്രിക്കുക മുഖേന നമുക്ക് നമ്മുടെ ശരീരത്തെയും, മനസ്സിനെയും കരുത്തുള്ളതാക്കുന്നതിനും, പുനഃരുജ്ജീവിപ്പിക്കുന്നതിനും പ്രലോഭനങ്ങളെ നിയന്ത്രിച്ചു നിർത്തുന്നതിനും സാധിക്കും.

റമദാനിലെ അനുഗ്രഹീത ദിനങ്ങൾ ലോകത്ത് ശാന്തിയും, സമാധാനവും, ധർമ്മവും, നീതിയും,ഐക്യവും പകർന്നു നല്കുന്നതാകട്ടെ-മസ്ജിദ് മിനാരങ്ങളിൽ നിന്നും മുഴങ്ങുന്ന മുഅദ്ദിന്റെ പ്രശാന്തസുന്ദരവും, താളാത്മകവുമായ ബാങ്കുവിളിയുടെ നാദം, താഴ്വരയിലെ ലോകജനതയെ അല്ലാഹുവിന്റെ മുന്നിൽ സാഷ്ടാംഗം പ്രണമിപ്പിക്കുന്ന മനോഹരമായ ദൃശ്യം. അതൊരു നടക്കാത്ത സ്വപ്നംപോലെ (ഉട്ടോപ്യൻ ആശയം) തോന്നുന്നുവോ? ഇപ്പോൾ, ഒരു പക്ഷേ ശരിയായിരിക്കും. പക്ഷേ, ഈ അശാന്തിയുടെ മുഖമറയ്ക്കപ്പുറം, അത് നമ്മുടെ ഉള്ളിന്റെയുള്ളിലെ അദമ്യമായ ആഗ്രഹത്തിന്റെയും, ശാന്തിയുടെയും ബഹിർസ്ഫുരണം തന്നെയാണ്. അല്ലാഹുവാണ് ഏറ്റവും നന്നായി അറിയുന്നവൻ;

നമ്മുടെ ഭാവിയും, നിലനില്പുമെല്ലാം അവനെ (അല്ലാഹുവിനെ) ആശ്രയിച്ചിരിക്കുന്നു. നമുക്ക് അവനോടുള്ള ഭയഭക്തി ബഹുമാനങ്ങളും, ആത്മാർത്ഥതയും, സ്നേഹവും നമ്മെ ഐഹികലോകത്തും, പാരത്രികലോകത്തും മോക്ഷപ്രാപ്തി ലഭിക്കുന്നതിന് പ്രേരകഘടകങ്ങളായി വർത്തിക്കുകതന്നെ ചെയ്യും. ഇൻശാ അല്ലാഹ്.

എന്റെ എല്ലാ മുസ്ലിം സഹോദരീ സഹോദരങ്ങൾക്കും, കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും, വിശിഷ്യാ എന്റെ എല്ലാ പ്രിയ ശിഷ്യർക്കും

റമദാൻ മുബാറക്ക്, റമദാൻ കരീം!!

Translated By :
Mukarram R. Jamaludin Raother
Fauzia Jamal Zain & Fazil Jamal
Issued By :
Amir - Jamaat Ul Sahih Al Islam
South Zone - Kerala, India
E-mail : jamal.raother@gmail.com
Web : www.jamaat-ul-sahih-al-islam.com
Blog : www.sahih-al-islam.blogspot.in