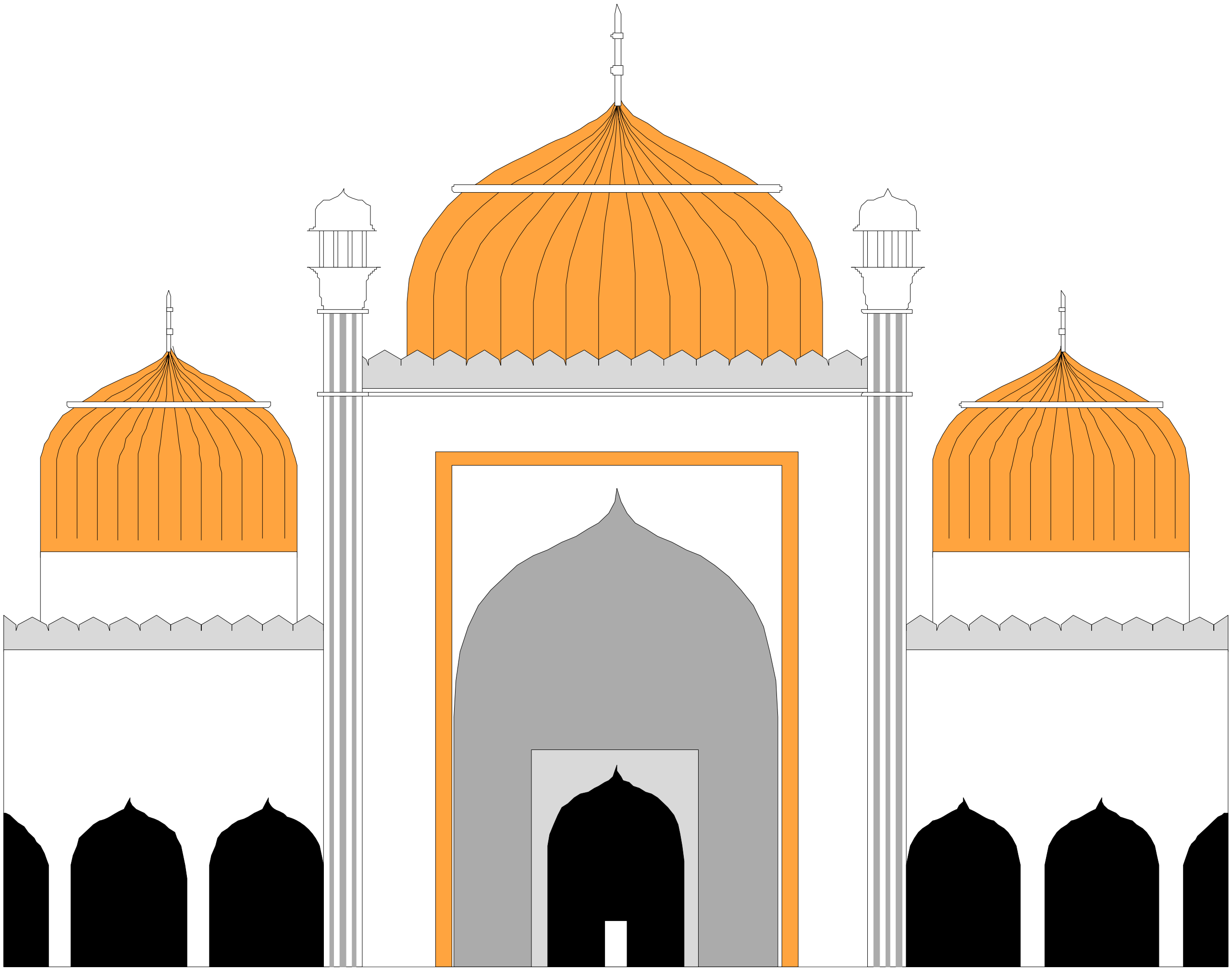
RAMADAN



നോമ്പും നോമ്പിനെ ബാധിക്കുന്ന കെടുതികളും

ആസക്തികളുടെയും ദേഹേഛകളുടെയും ദുഃസ്വാധീനം മനുഷ്യൻെറ അന്തരംഗത്ത് ദൈവസ്മൃതി ഉളവാക്കും.നിയമപരിധികളെക്കുറിച്ച് അശ്രദ്ധ സൃഷ്ടിക്കും. ഇത് പരിഹരിക്കാനാണ് ദൈവം വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തെ ഒരു ആരാധനാകർമമായി നിശ്ചയിച്ചത്.ഈ ആരാധനയുടെ അടയാളങ്ങൾ എല്ലാ പൂർവമതങ്ങളിലും കാണപ്പെടുന്നുണ്ട്.ആത്മസംസ്കരണത്തിനുവേണ്ടി ലോകത്ത് ഇന്നോളം ആവിഷ്കരിക്കപ്പെട്ട എല്ലാ മാർഗങ്ങളിലും -അവ ശരിയോ തെറ്റോ ആവട്ടെ- ഈ ആരാധനക്ക് വലിയ പ്രാധാന്യം കൽപിക്കപ്പെട്ടിരുന്നു. മതങ്ങളെക്കുറിച്ച് പഠിക്കുമ്പോൾ ഒരു കാര്യംകൂടി മനസ്സിലാകുന്നുണ്ട്. പഴയ മതങ്ങളിൽ ഉപവാസത്തിൻെറ ചട്ടങ്ങളും നിബന്ധനകളും ഇസ്ലാമിനെ അപേക്ഷിച്ച് കൂടുതൽ കഠിനവും കർക്കശവുമായിരുന്നു. ഇസ്ലാം പ്രകൃതിയുടെ മതമായതിനാൽ ഈ തീവ്രതയിൽ അൽപം അയവു വരുത്തിയിരിക്കുകയാണ്. പഴയ മതങ്ങളിലെ ചിട്ടകളും നിബന്ധനകളും മനുഷ്യൻെറ പൊതുവായ സഹനശേഷിക്ക് അപ്പുറമുള്ളതായിരുന്നു. വിശിഷ്ടരിൽ വിശിഷ്ടരായ ചിലർക്കു മാത്രമേ അത് താങ്ങാൻ കഴിയുമായിരുന്നുള്ളു.

മറ്റു ആരാധനകളെ അപേക്ഷിച്ച് ശരീരത്തിന് കൂടുത ക്ലേശമുണ്ടാക്കുന്നതാണ് നോമ്പ്. അതിനു കാരണം മനുഷ്യമനസ്സിനെ സംസ്കരിക്കുകയും ശുദ്ധീകരിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നുള്ള അതിൻെറ ജോലി ഏറെ പ്രയാസകരമാണെന്നതാണ്. മനുഷ്യൻെറ ഏറ്റവും ശക്തമായ ആസക്തികളെയാണ് അതിന് നിയന്ത്രിക്കാനും മെരുക്കാനുമുള്ളത്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ അത് കഠിനവും പരുഷവുമാവുകയെന്നത് സ്വാഭാവികമാണ്.

തൃഷ്ണകളും ആസക്തികളുമാണ് മനുഷ്യമനസ്സിൻെറ പ്രബലമായ വശങ്ങൾ.കത്തിപ്പടരലും തിളച്ചുമറിയലും കുതിച്ചുതുള്ളലുമൊക്കെ ഇവയുടെ പ്രകൃതത്തിൽതന്നെയുള്ളതാണ്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ അവയെ നിയന്ത്രിക്കാൻ ഇഛയെ അഭ്യസിപ്പിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഏറെ കഠിനവും മനം മടുപ്പിക്കുന്നതുമായ ജോലിയാണിത്.പഴയ മതങ്ങളുടെ ചരിത്രം പരിശോധിച്ചാൽ മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിയും ആത്മസംസ്കരണം കൊതിച്ച പലരും ഒടുവിൽ നിരാശരായിട്ടുണ്ട്. ഈ വികാരങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയുമെന്ന പ്രതീക്ഷപോലും ഒടുവിൽ അവർക്ക് നഷ്ടപ്പെട്ട് പോയിരിക്കുന്നു. അതിനാൽ അവയെ നിയന്ത്രിക്കുകയും മെരുക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനു പകരം അവയെ പാടേ നശിപ്പിക്കാനുള്ള നടപടികളാണ് അവർ ചിന്തിച്ചതും തെരഞ്ഞെടുത്തതും. എന്നാൽ ഇസ്ലാം പ്രകൃതിമതമാണ്. ഈ വികാരങ്ങളാകട്ടെ

മനുഷ്യപ്രകൃതിയുടെ അനിവാര്യ ഘടകങ്ങളുമാണ്. അവയെ കൂടാതെ മനുഷ്യൻെറ വ്യക്തിപരവും വർഗപരവുമായ താൽപര്യങ്ങഠം പൂർത്തീകരിക്കപ്പെടുകയില്ല. അതിനാൽ അവയെ ഹനിച്ചുകളയാൻ ഇസ്ലാം അനുവദിക്കുന്നില്ല. മറിച്ച് അവയെ നിയന്ത്രിച്ച് ശരിയായ മാർഗത്തിലൂടേ അവയെ തിരിച്ചുവിടാനാണ് ഇസ്ലാം അനുശാസിക്കുന്നത്. എന്നാൽ അവയെ ഹനിച്ചു കളയുന്നതിനേക്കാഠം പ്രയാസകരമാണ് നിയന്ത്രിച്ചു നിർത്തുന്നത്. വിളറി പിടിച്ച കുതിരയെ കൊന്നുകളയുക എളുപ്പമാണ്. അതിന് കാര്യമായ നടപടികളൊന്നും ആവശ്യമില്ല. കേവലം ഒരു വെടിയുണ്ട കൊണ്ട് അതിൻെറ കഥ കഴിക്കാൻ പറ്റും. എന്നാൽ അതിനെ മെരുക്കി സവാരിക്ക് സന്നദ്ധമാക്കുക അത്ര എളുപ്പമല്ല. വിദഗ്ധനായ ഒരു കുതിരക്കാരണ് നല്ല മെയ്യഭ്യാസത്തോടും ക്ലേശത്തോടൂം അപകടങ്ങളെ തരണം ചെയ്തും മാത്രം ചെയ്യാൻ സാധിക്കുന്ന ഒന്നാണത്.

മനുഷ്യ മനസ്സിൻെറ ഈ ധിക്കാര പ്രവണതയെ ദുർബലപ്പെടുത്തി സന്തുലിതമായ ഒരവസ്ഥയിൽ അതിനെ നിലനിർത്താൻ വേണ്ടിയാണ് ഇസ്ലാം നോമ്പ് നിർബന്ധമാക്കിയത്.അതോടൊപ്പം മനസ്സിനെ നിയന്ത്രിച്ച് ദൈവത്തിൻെറ നിയമപരിധികഠംക്ക് വിധേയമാക്കാൻ മനുഷ്യൻെറ ഇഛാശക്തിക്ക് ശക്തിപകരുകയെന്നതും അതിൻെറ ലക്ഷ്യമാണ് ഈ ഇരട്ട ധർമം നിർവഹിക്കാനുള്ളതുകൊണ്ട് ആത്മസംസ്കരണത്തിൻെറ വീക്ഷണത്തിൽ നോമ്പിന് വലിയ പ്രാധാന്യമാണുള്ളത്. നോമ്പിൻെറ അനുഗ്രഹങ്ങഠംക്കാകട്ടെ ഒരറ്റവുമില്ല. ഇവിടെ, നോമ്പിൻെറ അനുഗ്രഹങ്ങഠം ചുരുക്കി വിവരിക്കാം. അതിനുശേഷം നോമ്പിനെ ബാധിക്കുന്ന ആപത്തുകഠം വിശദീകരിക്കുന്നതാണ്.

നോമ്പിൻെറ അനുഗ്രഹങ്ങഠം.

മനുഷ്യൻെറ ആത്മീയ ചൈതന്യത്തെ ദേഹേഛകളുടെ സമ്മർദത്തിൽനിന്ന് വലിയൊരളവോളം മോചിപ്പിക്കുന്നു എന്നതാണ് നോമ്പിൻെറ ഏറ്റവും വലിയ അനുഗ്രഹം. നമ്മുടെ ആത്മീയ പ്രകൃതിയുടെ യഥാർഥ ആഭിമുഖ്യം ഉപരിലോകത്തേക്കാണ്. അത് സഹജമായിതന്നെ ദൈവസാമീപ്യത്തിനും മലക്കുകളുമായുള്ള (മാലാഖമാർ) താദാത്മ്യത്തിനും കൊതിക്കുന്നു. അധമ പ്രവണതകളിൽനിന്ന് മോചനം ആഗ്രഹിക്കുന്നു. ഭൗതിക ജീവിതത്തിൻെറ താൽപര്യങ്ങളിൽ ബന്ധിതമായിരിക്കെത്തന്നെ ഉന്നതവും ധാർമികവുമായ ലക്ഷ്യങ്ങളിലേക്ക് പറന്നുയരാൻ അഭിലഷിക്കുന്നു. ആത്മാവിൻെറ താൽപര്യങ്ങഠംക്കും ശരീരത്തിൻെറ ആസക്തികഠംക്കുമിടയിൽ തികഞ്ഞ വൈരു

ധ്യമുണ്ട്. അവ രണ്ടും സദാ സംഘട്ടനത്തിലാണ്. സംഘട്ടനത്തിൽ ജയിക്കുന്നത് മിക്കപ്പോഴും ശരീരത്തിൻെറ ആസക്തികളായിരിക്കും. അതിനു കാരണമുണ്ട്.ശരീരത്തിലെ ആസക്തികൾ പൂർത്തീകരിക്കുന്നതിൻെറ സുഖാനുഭൂതികൾ മനുഷ്യന് പെട്ടന്നുതന്നെ ലഭിക്കുന്നു. എന്നാൽ ആത്മാവിൻെറ താൽപര്യങ്ങൾ പൂർത്തീകരിക്കുന്നതിലൂടെ പെട്ടെന്നുള്ള യാതൊരു സുഖവും ലഭിക്കുന്നില്ല. എന്നല്ല, ശാരീരികമായ ധാരാളം സുഖങ്ങളെയും അനുഭൂതികളെയും അതിനുവേണ്ടി ബലികൊടുക്കേണ്ടതുമുണ്ട്.

ആത്മാവിൻെറ സ്വാഭാവികമായ താൽപര്യങ്ങൾക്ക് തികച്ചും വിപരീതമാണ് ഈ സ്ഥിതിവിശേഷം എന്നത് വ്യക്തമാണല്ലോ. ഈയവസ്ഥ കുറെക്കാലം തുടർന്നുപോയാൽ ആത്മാവിന് ഇഷ്ടപ്പെട്ട മേഖലകളിൽ വിഹരിക്കാൻ അവസരം ലഭിക്കാതെ വരും. അതോടെ ഉയർന്നു പറക്കാനുള്ള ആത്മാവിൻെറ ശക്തിയെ തളർച്ച പിടികൂടുന്നു. അങ്ങനെ പതുക്കെപ്പതുക്കെ ആ കഴിവ് തീരെ നശിച്ചുപോവുകയും ചെയ്യുന്നു.

വ്രതാനുഷ്ഠാനം ഈ അവസ്ഥയിൽ ക്രമേണ മാറ്റം വരുത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കും. ദേഹേഛകളെ ശക്തിപ്പെടുത്തുന്ന ഘടകങ്ങളുടെ മേൽ നോമ്പ് നിയന്ത്രണമേർപ്പെടുത്തുന്നു.നോമ്പനുഷ്ഠിക്കുമ്പോൾ മനുഷ്യൻെറ തീറ്റയും കുടിയും ഉറക്കവുമെല്ലാം കുറയുന്നു. മറ്റുള്ള സുഖാസ്വാദനങ്ങൾക്കു മേലും ചില നിയന്ത്രണങ്ങൾ വന്നുചേരുന്നു. തന്മൂലം ദേഹേഛകളുടെ സ്വൈരവിഹാരം ഗണ്യമായി കുറയുന്നു. അങ്ങനെ അത്മാവിന് അതിൻെറ ഇഷ്ടമേഖലകളിൽ വിഹരിക്കാൻ ധാരാളം അവസരം ലഭിക്കുന്നു.

ഇങ്ങനെയൊരു സവിശേഷത നോമ്പിനുള്ളതുകൊണ്ടാണ് അത് തനിക്കുള്ളതാണെന്ന് ദൈവം പ്രത്യേകമായി എടുത്തുപറഞ്ഞിരിക്കുന്നത്. നോമ്പ് അനുഷ്ഠിക്കുന്നവർക്ക് പ്രത്യേകമായ പ്രതിഫലവും അവൻ വാഗ്ദാനം ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ഇസ്ലാമിലെ എല്ലാ അനുഷ്ടാന കർമ്മങ്ങളും ദൈവത്തിനുള്ളതാണ്. എന്നാൽ വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തിൻെറ പ്രത്യേകത ഇതാണ്. ഭൗതികമായ എല്ലാ സുഖഭോഗങ്ങളും ത്യജിച്ച് ദൈവത്തോട് അടുക്കാനും മലക്കുകളോട് സാദൃശ്യം നേടാനുമുള്ള പരിശ്രമമാണ് അതിൽ നടത്തപ്പെടുന്നത്. ഇതിനുവേണ്ടി വളരെയധികം കഷ്ടപ്പാടുകൾ അവൻ സഹിക്കുന്നുണ്ട്. ഇത്ര ക്ലേശം മറ്റൊരനുഷ്ഠാനത്തിലും സഹിക്കേണ്ടിവരുന്നില്ല. ദാരിദ്ര്യം, സന്യാസം, വിരക്തി, നിസ്സംഗത, ഭൗതിക പരിത്യാഗം, ദൈവത്തിലേക്കുള്ള ആഭിമുഖ്യം മുതലായ ഗുണങ്ങൾ മറ്റൊരനുഷ്ഠാനത്തിലും ഇത്രയധികം പ്രകടമാകുന്നില്ല. ഇസ്ലാം അനുവദിച്ച പരിധിയിലുള്ള സന്യാസമാണ് അതെന്ന് പറഞ്ഞാലും തെറ്റാവുകയില്ല.അല്ലെങ്കിൽ ആത്മാവിൻെറ ശിക്ഷണത്തിന് ഇസ്ലാം അഭികാമ്യമായി കാണുന്ന അളവിലുള്ള സന്യാസത്തിൻെറ സാക്ഷാത്കാരമാണ് അതെന്നു പറയാം. ഭൗതിക ലോക

ത്തിൻെറ കെട്ടുപാടുകളിൽനിന്ന് മോചനം നേടി ആത്മീയ ലോകത്തേക്ക് പറന്നു പൊങ്ങാൻ തൻെറ ആത്മാവിന് ശക്തി കൈവരണമെന്നും ദൈവ സാമീപ്യം ലഭിക്കണമെന്നുമുള്ള ആത്മാർഥമായ ഉദ്ദേശത്തോടു കൂടി ഒരാൾ വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തിൻെറ ക്ലേശങ്ങളത്രയും സഹിക്കുകയാണെങ്കിൽ ദൈവത്തിൻെറ പ്രത്യേകമായ സാമീപ്യത്തിനും നോമ്പിൻെറ പ്രതിഫലം ദൈവത്തിൽ നിന്ന് പ്രത്യേകമായി ലഭിക്കുന്നതിനും അയാൾ അർഹനായിത്തീരുമെന്ന കാര്യം തീർച്ചയാണ്. ഒരു പ്രവാചകവചനത്തിൽ ഇക്കാര്യം പറഞ്ഞതു കാണുക:

അബൂഹുറയ്റ(റ)യിൽനിന്ന് നിവേദനം: നബി(സ) പറഞ്ഞു: 'അല്ലാഹു അരുൾചെയ്തിട്ടുണ്ട്: മനുഷ്യൻെറ എല്ലാ കർമ്മങ്ങളും അവന് തന്നെയുള്ളതാണ്.എന്നാൽ നോമ്പ് എനിക്കുള്ളതാകുന്നു. ഞാനാണ് അതിനു പ്രതിഫലം നൽകുന്നത്. നോമ്പ് ഒരു പരിചയാകുന്നു. നോമ്പനുഷ്ഠിച്ചവൻ അശ്ലീലം പറയരുത്. വല്ലവരും വഴക്കിന് വന്നാൽ അവനോട്, ഞാൻ നോമ്പുകാരനാണെന്ന് പറഞ്ഞുകൊള്ളണം.മുഹമ്മദിൻെറ ആത്മാവ് ആരുടെ കൈയിലാണോ അവനാണ് സത്യം നോമ്പുകാരൻെറ വായയുടെ ഗന്ധം ദൈവത്തിങ്കൽ കസ്തൂരിയേക്കാളും സുഗന്ധമേറിയതാണ്. നോമ്പുകാരന് രണ്ടു സന്തോഷങ്ങളുണ്ട്. ഒന്ന് നോമ്പു തുറക്കുമ്പോൾ അവന് ലഭിക്കും. രണ്ടാമത്തേത് അവൻ ദൈവത്തെ കണ്ടുമുട്ടുമ്പോഴും.'

മറ്റൊരു നബിവചനത്തിൽ ഇതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചില യാഥാർഥ്യങ്ങൾ കൂടി വ്യക്തമാക്കിയിട്ടുണ്ട്. 'അല്ലഹു പറഞ്ഞു:മനുഷ്യൻ എനിക്കുവേണ്ടിയാണ് അന്നപാനീയങ്ങളും ലൈംഗികമോഹങ്ങളും ത്യജിക്കുന്നത്. നോമ്പ് എനിക്കുള്ളതാണ് ഞാനാണ് അതിന് പ്രതിഫലം നൽകുന്നത്. നന്മകൾക്ക് പത്തിരട്ടി പ്രതിഫലമുണ്ടാകും (മുസ്ലിമിൻെറ റിപ്പോർട്ടിൽ നന്മകൾക്ക് പത്തുമുതൽ എഴുനൂറ് ഇരട്ടിയെന്നാണുള്ളത്.) മനുഷ്യൻ അവൻെറ ഭക്ഷണവും പാനീയവും ലൈംഗികമോഹങ്ങളും എനിക്കുവേണ്ടിയാണ് ഉപേക്ഷിക്കുന്നത്. നോമ്പുകാരന് രണ്ടു സന്തോഷങ്ങളുണ്ട്: ഒന്ന് നോമ്പു തുറക്കുന്ന സമയത്താണ് ലഭിക്കുക. രണ്ടാമത്തെത് ദൈവവുമായി സന്ധിക്കുന്ന സമയത്തും. അവൻെറ വായയുടെ ഗന്ധം ദൈവത്തിങ്കൽ കസ്തൂരിയേക്കാൾ സുഗന്ധമുള്ളതായിരിക്കും.

ഈ രണ്ടു നിവേദനങ്ങളും ചേർത്തുവെച്ച് ചിന്തിച്ചാൽ നോമ്പ് തനിക്കുള്ളതാണെന്ന് ദൈവം പ്രത്യേകം എടുത്തു പറഞ്ഞത് എന്തിനാണെന്ന് വ്യക്തമാകും; സ്വന്തം കൈകൊണ്ടുതന്നെ അതിന് അവൻ പ്രതിഫലം നൽകുന്നത് എന്തിനാണെന്നും.

നോമ്പ് തനിക്കുള്ളതാണെന്ന് പ്രത്യേകം എടുത്തു പറഞ്ഞത് അവൻെറ പ്രീതിയും സാമീപ്യവും കരസ്ഥമാക്കുന്നതിനുവേണ്ടി മനുഷ്യൻ തൻെറ

വികാരങ്ങളെയും ആസക്തികളെയും പരിത്യജിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ് ശരീരത്തിൻെറ മേൽ ഏറെ അധീശത്വമുള്ള വികാരങ്ങളാണ് മനുഷ്യൻെറ എല്ലാ ഭൗതിക സുഖങ്ങളുടെയും നിദാനം. ദൈവത്തിൻെറ പ്രീതിമാത്രം ആഗ്രഹിച്ചുകൊണ്ട് ആ സുഖാനുഭൂതികളെ പരിത്യജിക്കുന്നത് ദൈവം ഏറെ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. അതിനാൽ സ്നേഹബന്ധത്തിൻെറ സവിശേഷ പദവി അവൻ നോമ്പുകാരന് നൽകുന്നു.തനിക്കുവേണ്ടിയാണ് അയാൾ നോമ്പനുഷ്ഠിച്ചതെന്നും തൻെറ പ്രീതിക്കുവേണ്ടിയാണ് അയാൾ ആഹാര പാനീയങ്ങളും മറ്റു സുഖാസ്വാദനങ്ങളും ഉപേക്ഷിച്ചതെന്നും പ്രസ്താവിക്കുകയും ചെയ്തു.

സ്വന്തം കൈകൊണ്ടുതന്നെ പ്രതിഫലം നൽകുമെന്ന് പറഞ്ഞ വിവക്ഷയാണിത്: നന്മക്ക് പ്രതിഫലം നൽകുക എന്നത് ദൈവത്തിന് അവൻെറ ദാസന്മാരുമായുള്ള ഒരു കരാറും വ്യവസ്ഥയുമാണ്. സാഹചര്യങ്ങൾ അനുസരിച്ച് പത്തുമുതൽ എഴുനൂറു ഇരട്ടിവരെ പ്രതിഫലം നൽകപ്പെടും. ഒരു നന്മ അനുകൂല സാഹചര്യത്തിലാണ് ചെയ്തത്, മറ്റൊരു നന്മ ചെയ്യപ്പെട്ടത് പ്രതികൂല സാഹചര്യത്തിലാണ്, അല്ലെങ്കിൽ ഒരു നന്മ വളരെ സൂക്ഷ്മതയോടും ഹൃദയ സാന്നിധ്യത്തോടും കൂടിയാണ് ചെയ്തത് മറ്റൊരു നന്മ അത്രതന്നെ സൂക്ഷ്മതും ഹൃദയസാന്നിധ്യവുമില്ലാതെയാണ് ചെയ്തതാണ്. ഇത്തരം വ്യത്യാസങ്ങൾ കണക്കിലെടുത്ത് ഓരോ നന്മയും അർഹിക്കുന്ന പ്രതിഫലം ദൈവത്തിൻെറ റജിസ്റ്ററിൽ രേഖപ്പെടുത്തപ്പെടും. അതനുസരിച്ച് ഓരോരുത്തർക്കും അവർ അർഹിക്കുന്ന പ്രതിഫലം ലഭിക്കുകയും ചെയ്യും. എന്നാൽ വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തെ ദൈവം ഈ മാനദണ്ഡത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടില്ല. ദൈവത്തിന് മാത്രം അറിയുന്ന മറ്റേതോ മാനദണ്ഡമാണ് അതിന് വെച്ചിട്ടുള്ളത്. പ്രതിഫലം നൽകേണ്ട സമയമാകുമ്പോൾ ദൈവം അത് പുറത്തെടുക്കുകയും സ്വന്തം കൈകൊണ്ട് തന്നെ നോമ്പുകാരന് പ്രതിഫലം നൽകുകയും ചെയ്യും. പ്രതിഫലദാനത്തിൻെറ ഇത്രമേൽ സംവിധാനമുള്ള ഒരു പുണ്യകർമത്തിന് ആകാശഭൂമികളുടെ മുഴുവൻ അധിപതിയായ ദൈവം എന്തുമാത്രം പ്രതിഫലം നൽകുമെന്ന് ഊഹിക്കാമല്ലോ.

തിന്മയുടെ കവാടങ്ങൾ അടക്കുന്നു.

മനുഷ്യരിൽ കുടികൊള്ളുന്ന തിന്മയുടെ വലിയ വലിയ കവാടങ്ങളെ മിക്കവാറും അടച്ചുതരുന്നു എന്നതാണ് വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തിൻെറ മറ്റൊരനുഗ്രഹം. പ്രവാചക വചനങ്ങളിൽ പ്രസ്താവിച്ചതനുസരിച്ച് തിന്മയിലേക്ക് തുറക്കുന്ന വലിയ വാതിലുകളിൽ രണ്ടെണ്ണം മനുഷ്യൻെറ വയറും

ഗുഹ്യാവയവങ്ങളുമാണ്. ഈ അവയങ്ങൾ മൂലം ഒരാൾ എന്തെല്ലാം ആപത്തുകളിലാണ് ചെന്നുചാടുന്നതെന്ന് അവനോ മറ്റുള്ളവർക്കോ അറിയില്ല. ഈ രണ്ട്വഴികളിലൂടെയാണ് പിശാച് മനുഷ്യനെ ഏറ്റവുമധികം കടന്നാക്രമിക്കുന്നത്. അവയെ സൂക്ഷിക്കാൻ വല്ലവർക്കും കഴിഞ്ഞാൽ അവൻ നരകശിക്ഷയിൽനിന്ന് സ്വന്തത്തെ രക്ഷപ്പെടുത്തിയതായി മനസ്സിലാക്കം. ഈ രണ്ട് അവയവങ്ങളെയും സൂക്ഷിക്കാമെന്ന് ഉറപ്പു നൽകിയവർക്ക് പ്രവാചകൻ സ്വർഗം വാഗ്ദാനം ചെയ്തിട്ടുണ്ട്.

സഹ്ലുബ്നു സഅ്ദിൽനിന്ന് നിവേദനം:പ്രവാചകൻ(സ) പറഞ്ഞു: രണ്ട് താടിയെല്ലുകൾക്കും രണ്ട് തുടകൾക്കും ഇടയിലുള്ള അവയവങ്ങളെ സൂക്ഷിക്കാമെന്ന് എനിക്ക് ഉറപ്പ് തരുന്നവർക്ക് സ്വർഗം ലഭിക്കുമെന്ന് ഞാൻ ഉറപ്പുനൽകുന്നു. (മു.അ)
പ്രസ്തുത അവയവങ്ങളെ സൂക്ഷിക്കാനുള്ള മികച്ച സംവിധാനമാണ് വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തിലൂടെ ലഭ്യമാകുന്നത്. നോമ്പിൽ അന്നപാനീയങ്ങൾ മാത്രമല്ല നിഷിദ്ധമാകുന്നത്.കലഹം, ഏറ്റുമുട്ടൽ, കളവുപറയൽ, പരദൂഷണം അനാവശ്യ സംസാരങ്ങൾ തുടങ്ങിയവയെല്ലാം നോമ്പിൻെറ ഉദ്ദേശ്യലക്ഷ്യങ്ങൾക്ക് തികച്ചും വിരുദ്ധമാണ്. ഇതുപോലെ ലൈംഗികബന്ധം മാത്രമല്ല നോമ്പിനെ നിഷിദ്ധമാക്കുന്നത്. മറിച്ച് ലൈംഗികാസക്തിക്ക് ശമനം നൽകുന്ന മറ്റു പ്രവൃത്തികളും നോമ്പിൻെറ ഉദ്ദേശ്യലക്ഷ്യങ്ങൾക്ക് വിരുദ്ധമാണ്. നോമ്പ് സ്വയം തന്നെ ഈ ആസക്തികളെ ദുർബലമാക്കും. അതോടൊപ്പം അവയെ ഉദ്ദീപിക്കുന്ന എല്ലാ തരം സാഹചര്യങ്ങളിൽനിന്നും അകന്നു നിൽക്കാൻ നോമ്പുകാരോട് പ്രത്യേകം നിർദേശിച്ചിട്ടുമുണ്ട്.

തിന്മയുടെ കവാടങ്ങൾ അടക്കപ്പെടുന്നതോടെ, ദൈവം ഇഷ്ടപ്പെടുന്നതും സ്വർഗം നേടിത്തരുന്നതുമായ കർമ്മങ്ങൾ അനുഷ്ഠിക്കുക എളുപ്പമായിത്തീരുന്നു. ദൈവത്തിന് അനിഷ്ഠകരവും നരകശിക്ഷക്ക് ഹേതുവുമായ കർമ്മങ്ങളിലേക്കുള്ള വാതിലുകൾ അടയുകയും ചെയ്യുന്നു. പിശാച് നോമ്പുകാരൻെറ മുമ്പിൽ നിസ്സഹായനായിത്തീരുന്നു. പിശാച് പരിശ്രമിച്ചുനോക്കും. പക്ഷേ, നോമ്പുകാരനെ ആക്രമിക്കാൻ യാതൊരു മാർഗവും അവൻ കാണുകയില്ല.
ഈ വസ്തുത ഒരു പ്രവാചകവചനം ഇപ്രകാരം വ്യക്തമാക്കുന്നു.
അബൂഹുറയ്റ(റ)യിൽനിന്ന് നിവേദനം: പ്രവാചകൻ(സ) പറഞ്ഞിരിക്കുന്നു: ‘റമദാൻ ആഗതമായാൽ സ്വർഗകവാടങ്ങൾ തുറക്കപ്പെടുകയും നരകകവാടങ്ങൾ അടക്കപ്പെടുകയും പിശാച് ചങ്ങലക്കിടപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. (മു.അ)

ഇഛാശക്തിയുടെ ശിക്ഷണം.

മനുഷ്യൻെറ ഇഛാശക്തിക്ക് മികച്ച പരിശീലനം നൽകുന്നു എന്നതാണ് നോമ്പിൻെറ മറ്റൊരനുഗ്രഹം. ശരീഅത്തിൻെറ പരിധികൾ പാലിക്കാൻ മനുഷ്യൻെറ ഇഛാശക്തി അങ്ങേയറ്റം ബലവത്തായിരിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഉറച്ച ഇഛാശക്തിയില്ലാതെ വികാരങ്ങളുടെയും ആസക്തികളുടെയും അസന്തുലിതമായ വേലിയേറ്റങ്ങളെ ഒതുക്കി നിർത്താനാവുകയില്ല. വികാരങ്ങളെയും ആസക്തികളെയും നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയാത്തവർക്ക് ശരീഅത്തിൻെറ പരിധികളിൽ നിൽക്കാനും സാധിക്കുകയില്ല. ദുർബലമായ ഇഛാശക്തിയുള്ളവർ ഓരോ കാൽവെപ്പിലും വഴുതിവീഴും.കോപം ഉദ്ദീപിക്കുന്ന വല്ലതും മുന്നിൽ വന്നുപെട്ടാൽ അയാൾ പെട്ടെന്ന് പ്രക്ഷുബ്ധനാവും; പ്രലോഭനീയമായ വല്ലതിനെയും ചൂണ്ടിക്കാണിച്ചുകൊടുത്താൽ അയാൾ അതിൻെറ പിറകെ പോകും. നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തുന്ന വല്ലതും കണ്ണിൽപെട്ടാൽ പെട്ടെന്ന് കാലിടറി വീണുപോകും. ചുരുക്കത്തിൽ, ദുർബലമായ ഇഛാശക്തിയുള്ളവർക്ക് ശരീഅത്തിൻെറ പരിധികളും നിയന്ത്രണങ്ങളും പാലിക്കാൻ കഴിയുകയില്ല. ലോകത്തിലെ അതിനിസ്സാരമായ കാര്യങ്ങൾ പോലും അവർക്ക് ദുഷ്കരമായിരിക്കും. പ്രത്യേകിച്ചും നല്ല ക്ഷമ അവശ്യമായതും മനുഷ്യനെ തിന്മകളിൽ നിന്ന് തടയുന്നതുമായ ശരീഅത്തിൻെറ നിയമപരിധികൾ പാലിക്കാൻ അവർക്ക് ഏറെ പ്രയാസമനുഭവപ്പെടും. ഈ ക്ഷമയാണ് നോമ്പ് പരിശീലിപ്പിക്കുന്നത്. ഈ ക്ഷമയിൽനിന്നുതന്നെയാണ് നോമ്പിൻെറ അടിസ്ഥാന ലക്ഷ്യമായ തഖ്‌വ (ദൈവഭക്തി) ഉത്ഭൂതമാകുന്നതും.

'വിശ്വസിച്ചവരേ, നിങ്ങളുടെ പൂർവികർക്ക് നിർബന്ധമാക്കിയിരുന്നതുപോലെ നിങ്ങൾക്കും നോമ്പ് നിർബന്ധമാക്കിയിരിക്കുന്നു. നിങ്ങൾ ഭക്തിയുള്ളവരാകാൻ.' വി.ഖുർആൻ.2:183.

'നിങ്ങൾ ഭക്തിയുള്ളവരാകാൻ.' അതായത് ക്ഷമയുടെയും സഹനത്തിൻെറയും പരിശീലനത്തിലൂടെ നിങ്ങളുടെ ഇഛാശക്തി ബലിഷ്ഠമാവാനും എല്ലാ പ്രലോഭനങ്ങളെയും പ്രേരണകളെയും പ്രയാസങ്ങളെയും പ്രതിബന്ധങ്ങളെയും നേരിട്ട് ശരീഅത്തിൻെറ പരിധികൾക്കുള്ളിൽ നിങ്ങൾ അടിയുറച്ചു നിൽക്കാനും വേണ്ടി എന്നർഥം.

വികാരങ്ങൾ, മോഹങ്ങൾ ആസക്തികൾ തുടങ്ങിയവയിലൂടെ പിശാച് നടത്തുന്ന ദുഷ്പ്രേരണകളെ ചെറുത്തു തോൽപ്പിക്കാൻ സത്യവിശ്വാസിയുടെ കൈയിലുള്ള ആയുധം പ്രസ്തുത ശക്തിയാണ്. ഈ അടിസ്ഥാനത്തിലാണ് മുകളിലുദ്ധരിച്ച ഹദീസിൽ(പ്രവാചക വചനം) നോമ്പിനെ 'പരിച'യെന്നു വിശേഷിപ്പിച്ചത്. നോമ്പുകാരൻ ഈ പരിചയുടെ ഉപ

യോഗം പരിശീലിക്കുന്നതിനാൽ വല്ലവരും കലഹത്തിനോ വക്കാണത്തിനോ വരുമ്പോൾ 'ഞാൻ നോമ്പുകാരനാണ്'' എന്നു പറഞ്ഞ് പിന്തിരിയാൻ അവന് കഴിയുന്നു.

പരോപകാര തൽപരത.

നോമ്പിലൂടെ മനുഷ്യമനസ്സിൽ പരോപകാര വികാരം വളർത്തപ്പെടുന്നു. മനുഷ്യമനസ്സിലെ അത്യുന്നതങ്ങളായ വികാരങ്ങളൊന്നാണിത്. അതിലൂടെ എണ്ണമറ്റ നന്മകൾക്കുള്ള ഉൾപ്രേരണകൾ ഉദ്ദീപ്തമാകുന്നു. വ്രതാനുഷ്ഠാന ത്തിലൂടെ വിശ്വാസി വിശപ്പും ദാഹവും അറിയുന്നു. മറ്റു വികാരങ്ങളെ യും ആസക്തികളെയും നിയന്ത്രിക്കാൻ നിർബന്ധിതനാകുന്നു. ദരിദ്രരും പട്ടിണിക്കാരും മർദിതരുമായ മനുഷ്യൻ അനുഭവിക്കുന്ന ദുഃഖങ്ങളെയും ദുരിതങ്ങളെയും കുറിച്ച് ആലോചിക്കാൻ അയാൾക്കിത് അവസരം നൽ കുന്നു. വിശപ്പും ദാഹവും സഹിക്കുകവഴി അയാൾ പട്ടിണിക്കാരോട് ഏറെ അടുക്കുന്നു. അവരുടെ വിഷമങ്ങളും പ്രയാസങ്ങളും മനസ്സിലാക്കു ന്നു. അവർക്കുവേണ്ടി കഴിയുന്ന സഹായങ്ങൾ ചെയ്യണം എന്ന വികാരം അയാളുടെ മനസ്സിൽ താനേ ഉടലെടുക്കുന്നു. നോമ്പിൻെറ ഈ സദ്ഫലം ഓരോരുത്തരുടെയും മനസ്സിൽ അവരുടെ കഴിവിനും യോഗ്യതക്കുമനുസ രിച്ചാണ് ഉടലെടുക്കുക. ചിലരിൽ അൽപം ചിലരിൽ കൂടുതൽ. എന്താ യാലും യഥാർഥ ഗുണചൈതന്യങ്ങൾ ഉൾച്ചേർന്ന നോമ്പ് ഈ സദ്ഫലം ഉളവാക്കുകതന്നെ ചെയ്യും. ദുർബലമായ പരോപകാര വികാരമുള്ളവരെ പ്പോലും നോമ്പ് അൽപമെങ്കിലും ചലിപ്പിക്കാതിരിക്കില്ല. എന്നാൽ ശക്ത മായ പരോപകാര വികാരം മനസ്സിലുള്ളവർക്ക് വ്രതാനുഷ്ഠാന മാസം ആ വികാരത്തിൻെറ പൂക്കാലമായിരിക്കും. നബിതിരുമേനി(സ) എല്ലാ കാല ത്തും ദാനധർമങ്ങൾ ചെയ്യാറുണ്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ റമദാൻ അദ്ദേഹത്തി ൻെറ ദാനധർമങ്ങളുടെ വസന്തമായിരുന്നു. ഇബ്നു അബ്ബാസ്(റ) പറയു ന്നു:

നബി(സ) സാധാരണ കാലങ്ങളിൽ അങ്ങേയറ്റം ഉദാരശീലനായിരുന്നു. എന്നാൽ റമദാനിൽ അദ്ദേഹം അടിമുടി ഔദാര്യവാനാകുമായിരുന്നു. (മു.അ)

ഖുർആനുമായുള്ള ബന്ധം.

നോമ്പുകാലത്ത് വിശ്വാസിയുടെ ഖുർആനുമായുള്ള ബന്ധം ശക്തി പ്രാപിക്കുന്നു. ഐഹികമായ ജോലിഭാരം വലിയൊരളവോളം ഇറക്കിവെ

ക്കാൻ കഴിയുന്നു. എന്നതാണ്‌ ഒരു കാരണം. മറ്റൊരു കാരണം, മുകളിൽ വിവരിച്ചതുപോലെ ശരീരത്തിൻെറ ഇഛകളിലുംആസക്തികളിലും നോമ്പു മൂലം വലിയ മാറ്റങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നു എന്നതാണ്‌. മൗനം, ഏകാന്തത, അനാവശ്യ കാര്യങ്ങളിൽനിന്നുള്ള അകൽച്ച തുടങ്ങി വിരക്തിയുടേതായ ഒരു ജീവിതം നോമ്പുകാരണ്‌ കൈവരുന്നു. ഇതെല്ലാം ഖുർആൻ പാരായ ണത്തിനും പഠനത്തിനും ഏറ്റവും ഉചിതമായ കാര്യങ്ങളാണ്‌. ഇതുകൊ ണ്ടായിരിക്കണം ഹിറാഗുഹയിൽ ധ്യാനനിമഗ്നനായിരിക്കെത്തന്നെ ദൈവം ഖുർആനിലെ ആദ്യസൂക്തങ്ങൾ നബി(സ)ക്ക്‌ അവതരിപ്പിച്ചു കൊടുത്ത ത്‌. റമദാൻ മാസത്തെ ഖുർആൻ അവതരണത്തിനായി ദൈവം തെരഞ്ഞെ ടുത്തതും ആ മാസം നോമ്പനുഷ്‌ഠിക്കാൻ മുസ്‌ലിം സമുദായത്തിന്‌ നിർബന്ധമാക്കിയതും അതുകൊണ്ടായിരിക്കണം. ചില പ്രവാചക വചന ങ്ങളിൽ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്‌; എല്ലാ റമദാൻ മാസങ്ങളിലും ജിബ്‌രീൽ(അ) (ഗബ്രിയേൽ മാലാഖ) വന്ന്‌ നബി(സ)ക്കൊണ്ട്‌ അതുവരെ അവതരിപ്പിച്ച ഖുർആൻ ഓതിക്കാറുണ്ടായിരുന്നു. റമദാനിലെ രാത്രികളിൽ തറാവീഹ്‌ നമസ്‌കാരത്തിൽ ഖുർആൻ ഓതുന്നതും കേൾക്കുന്നതും എത്രമാത്രം പുണ്യമുള്ളതാണെന്ന്‌ എല്ലാവർക്കും അറിവുള്ളതാണ്‌. ഖുർആന്‌ നോമ്പി നോടും,നോമ്പിന്‌ ഖുർആനോടുമുള്ള അഗാത ബന്ധത്തെയാണ്‌ ഇതെല്ലാം സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്നത്‌.

ദൈവത്തിലേക്ക്‌ തിരിയുക.

മനസ്സും മസ്‌തിഷ്ക്കവും ശരീരവും ആത്മാവുമെല്ലാം പൂർണമായി ദൈവ ത്തിലേക്ക്‌ തിരിയുകയാണ്‌നോമ്പിൻെറ യഥാർഥ ലക്ഷ്യം. ഈ അവ്‌സ്ഥ നോമ്പിലൂടെ കൈവരുന്നു. നോമ്പിൽ ഇഅ്‌തികാഫ്‌(പള്ളിയിൽ ഭജന മിരിക്കൽ)കൂടി ഉൾപ്പെടുത്തിയത്‌ അതിനുവേണ്ടിയാണ്‌. നോമ്പുപോ ലെ നിർബന്ധമില്ല ഇഅ്‌തിഖാഫ്‌. ഐഛിക ആരാധനയാണിത്‌.

എന്നാൽ ആത്മസംസ്കരണത്തിൻെറ വീക്ഷണത്തിൽ അതിന്‌ വലിയ പ്രാധാ ന്യമുണ്ട്‌. റമദാൻെറ അവസാനത്തെ പത്തിൽ വിരക്തിയുടെയും നിസ്സംഗ തയുടെയും ഒരു സവിശേഷ മാനസികാവസ്ഥ ഉണ്ടാകും. പള്ളിയിൽ ഭജനമിരിക്കുകയാണെങ്കിൽ (ഇഅ്‌തികാഫ്‌) നോമ്പുകൊണ്ട്‌ സാധിക്കേണ്ട യഥാർഥ ലക്ഷ്യം പൂർണമായ അളവിൽ കൈവരുന്നതാണ്‌. റമദാൻെറ അവസാനത്തെ പത്തിൽ നബിതിരുമേനിക്കുണ്ടായിരുന്ന ശ്രദ്ധയെക്കുറിച്ച്‌ ഒരു നബിവചനത്തിൽ പറയുന്നുണ്ട്‌: റമദാനിൻെറ അവസാനത്തെ പത്ത്‌

സമാഗതമായാൽ നബി(സ) രാത്രി ഉറക്കമൊഴിക്കുകയും തൻെറ കുടുംബ ത്തെ അതിനായി വിളിച്ചുണർത്തുകയും ചെയ്യും.

നോമ്പിനെ ബാധിക്കുന്ന കെടുതികൾ; പരിഹാരങ്ങൾ.

നോമ്പിൻെറ അനുഗ്രഹങ്ങളാണ് നാം വിവരിച്ചത്. എന്നാൽ നോമ്പിനെ നശിപ്പിച്ചു കളയുന്ന ചില കെടുതികളുണ്ട്. അവയിൽ നിന്ന് നോമ്പ് സുരക്ഷിതമായാൽ മാത്രമേ മേൽപറഞ്ഞ അനുഗ്രഹങ്ങൾ പ്രത്യക്ഷമാവുക യുള്ളു. നോമ്പിനെ ബാധിക്കുന്ന ചില ഗുരുതരമായ ചില കെടുതികളെ ക്കുറിച്ചും അവക്ക് ഖുർആനും നബിചര്യയും നിർദേശിച്ച പരിഹാരങ്ങ ളും മാത്രം ഇവിടെ വിവരിക്കാം.

സുഖഭോഗ തൃഷ്ണ.

വ്രതാനുഷ്ഠാനം നിർബന്ധമാക്കിയത്, നേരത്തെ വ്യക്തമാക്കിയതുപോലെ ആസക്തികളെ നിയന്ത്രിക്കാൻ മനുഷ്യനെ പ്രാപ്തനാക്കുന്നതിനു വേണ്ടിയാ ണ്. ഈ ലക്ഷ്യം സാധ്യമാകണമെങ്കിൽ അത് മനസ്സിൽ വെച്ചുകൊണ്ട് നോമ്പനുഷ്ഠിക്കണം. ദൈനംദിന ജീവിതത്തിൽ തന്നെ പലപ്പോഴും നിസ്സ ഹായനാക്കിക്കളയുന്ന ദേഹേഛകളെയും ധാർമികവും മതപരവുമായ കാര്യ ങ്ങളിൽ പല പാകപ്പിഴകൾക്കും കാരണമാകുന്ന ആഗ്രഹാഭിലാഷങ്ങളെയും അടക്കി നിർത്തുകയും വേണം. പക്ഷേ, പലയാളുകളും ഈ ലക്ഷ്യം മുന്നിൽ വെച്ചുകൊണ്ടല്ല വ്രതമനുഷ്ഠിക്കാറുള്ളത്. അവരുടെ വീക്ഷണ ത്തിൽ നോമ്പ് തിന്നാനും കുടിക്കാനുമുള്ള മാസമാണ്. ഈ മാസത്തിൽ ഭക്ഷണപാനീയങ്ങൾക്കുവേണ്ടി എത്ര ചെലവഴിച്ചാലും ദൈവം അതിനെക്കു റിച്ച് ചോദ്യം ചെയ്യുകയില്ലെന്നാണ് അവരുടെ വിചാരം.ഇത്തരം ആളു കൾ സാമ്പത്തിക സുസ്ഥിതികൂടിയുള്ളവരാണെങ്കിൽ നോമ്പുകാലം അവർക്ക് തീറ്റയുടെയും കുടിയുടെയും പൊടിപൂരം തന്നെയായിരിക്കും. ഉപവാസം ഉണ്ടാക്കുന്ന വിശപ്പും ദാഹവും അവർക്ക് ശരീര ശോഷണ ത്തിനു പകരം ശരീര പോഷണത്തിനുള്ള മാർഗമായിരിക്കും. പ്രഭാതം മുതൽ പ്രദോഷം വരെ തരാതരം വിഭവങ്ങൾ ഒരുക്കുന്ന ജോലികളിൽ ഏർപ്പെട്ടുകൊണ്ടാണ് അവർ തങ്ങളുടെ സമയം ചെലവഴിക്കുക. നോമ്പ് അന്നപാനീയങ്ങളോടുള്ള ആസക്തി ഉത്തേജിപ്പിക്കും എന്ന് എല്ലാവർക്കു മറിയാം. എന്നാൽ ആ ആസക്തിയെ അടക്കിനിർത്തുകയാണ്, അതിനെ ശക്തിപ്പെടുത്തുകയല്ല നോമ്പിൻെറ ലക്ഷ്യം. അതിനാൽ മനുഷ്യൻ തൻെറ

പ്രവർത്തനശേഷി നിലനിർത്താനാവശ്യമായ ഭക്ഷണം മാത്രം കഴിക്കുക. എന്നതാണ് ശരിയായ മാർഗം. ഒരിക്കലും ഭക്ഷണപാനീയങ്ങളെ ജീവിതത്തിൻെറ മുഖ്യവിഷയമാക്കരുത്.മുന്നിൽ വരുന്നത് ക്ഷമയോടും സംതൃപ്തിയോടും കൂടി തിന്നുക. ഇഷ്ടപ്പെടാത്ത വല്ലതും മുന്നിലെത്തിയാൽ അതിൻെറ പേരിൽ വീട്ടുകാരോട് കോപം പ്രകടിപ്പിക്കരുത്. ദൈവം എല്ലാവർക്കും സാമ്പത്തിക സുസ്ഥിതി നൽകിയിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അവർ ഭക്ഷണപാനീയങ്ങൾക്കായി ധൂർത്തടിക്കുന്നതിനു പകരം പാവപ്പെട്ടവരും അഗതികളുമായ നോമ്പുകാരെ സഹായിക്കുകയും ഭക്ഷണമൂട്ടുകയുമാണ് വേണ്ടത്. അതുവഴി നോമ്പിൻെറ പുണ്യവും ചൈതന്യവും വർധിക്കും. റമദാൻ നാളുകളിൽ നബിതിരുമേനിയുടെ ദാനശീലം എങ്ങനെയായിരുന്നുവെന്ന് കാണിക്കുന്ന നബിവചനം മുകളിൽ ഉദ്ധരിക്കുകയുണ്ടായി. നോമ്പുതുറപ്പിക്കലിൻെറ പ്രതിഫലം വിവരിക്കുന്ന ഒരു നബിവചനം കൂടി കാണുക: സൈദുബ്നു ഖാലിദ് ജുഹനി(റ) നബി(സ)യിൽ നിന്ന് നിവേദനം ചെയ്യുന്നു. 'വല്ലവനും ഒരാളെ നോമ്പു തുറപ്പിച്ചാൽ അയാൾക്ക് നോമ്പു നോറ്റവൻെറ അത്രതന്നെ പ്രതിഫലം ലഭിക്കുന്നതാണ്. അതുമൂല നോമ്പു നോറ്റവൻെറ പ്രതിഫലത്തിൽ കുറവ് സംഭവിക്കുകയുമില്ല. (രിയാദുസ്സ്വാലിഹീൻ)

കോപ ശീലം.

മനുഷ്യന് വിശപ്പും ദാഹവുമുണ്ടാവുമ്പോൾ കോപം വർധിക്കുക സാധാരണമാണ്. നിസ്സാരമായ പ്രകോപനങ്ങൾക്കുവരെ പെട്ടെന്ന് ചൂടാകും. ക്ഷിപ്രകോപികളായ ഇത്തരം ആളുകൾക്ക് നോമ്പിലൂടെ സ്വഭാവം മാറ്റിയെടുക്കാൻ സാധിക്കണം. നോമ്പിന്ന് പല ലക്ഷ്യങ്ങളുമുള്ളതിൽ ഒന്നു ഇതുതന്നെയാണ്.പക്ഷേ, ഈ ലക്ഷ്യം സാധ്യമാകണമെങ്കിൽ നോമ്പിനെ സ്വഭാവസംസ്കരണത്തിനുള്ള മാർഗമെന്ന നിലക്ക് ഉപയോഗപ്പെടുത്തണം. അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നില്ലെങ്കിൽ നോമ്പിൻെറ ഈ പ്രയോജനം ലഭിക്കുകയില്ല. പകരം അയാൾക്ക് അത് ദോഷമായിത്തീരാനും ഇടയുണ്ട്. കോപിക്കുന്ന ശീലം ശക്തിപ്പെടും. നോമ്പിനെ സ്വഭാവ സംസ്കരണത്തിൻെറ മാർഗമാക്കാനുദ്ദേശിക്കുന്നവർ ചെയ്യേണ്ട കാര്യമിതാണ്. കോപമുണ്ടാകുമ്പോഴും മറ്റുള്ളവർ പ്രകോപനങ്ങളുണ്ടാക്കുമ്പോഴും ഞാൻ നോമ്പുകാരനാണ് എന്ന് ആത്മഗതം ചെയ്യുക. വികാരവിക്ഷുബ്ധനാകുന്നത് നോമ്പിൻെറ ഉദ്ദേശ്യലക്ഷ്യങ്ങൾക്ക് വിരുദ്ധമാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കുക. ഈ രീതി സ്വീകരിച്ചാൽ കോപം ഒതുക്കാൻ പരിശീലനം ലഭിക്കുന്നതാണ്. ഈ പരിശീലനം പതുക്കെപ്പതുക്കെ അയാളുടെ സ്വഭാവം ഒന്നാകെ മാറ്റിയെടു

ക്കുകയും ചെയ്യും. അങ്ങനെ കോപമെന്ന വികാരത്തെ ആവശ്യമായ സന്ദർഭ ങ്ങളിൽ മാത്രം ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയുന്നിടത്തോളം. ആത്മ നിയന്ത്രണം അയാൾക്ക് കൈവരുന്നതാണ്.

എന്നാൽ വളരെയധികം ആളുകൾക്ക് ഇസ്ലാമിന്റെ ഈ തത്ത്വത്തിന് എതിരായാണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. അവർ നോമ്പിനെ പരിചയാക്കുന്നില്ല. അങ്ങനെ വാളായി ഉപയോഗിക്കാനാണ് അവർ ശീലിച്ചിട്ടുള്ളത്. മറ്റൊരു വിധം പറഞ്ഞാൽ നോമ്പ് അവർക്ക് ആത്മനിയന്ത്രണത്തിനുള്ള മാർഗമല്ല; മറിച്ച് മനസ്സിന്റെ വിക്ഷോപങ്ങൾക്കുള്ള ഒഴികഴിവാണ്. ഭാര്യയുടെയും കുട്ടികളുടെയും വേലക്കാരുടെയും ആശ്രിതരുടെയും മേൽ നിസ്സാരമായ കാര്യങ്ങൾക്കുപോലും അവർ തട്ടിക്കയറുന്നു; ശകാരങ്ങൾ വർഷിക്കുന്നു; ശരീരോപദ്രവം ചെയ്യാൻ പോലും മടിക്കുന്നില്ല. ഒടുവിൽ ഇങ്ങനെ ന്യായീ കരിക്കുകയും ചെയ്യും: എന്തു ചെയ്യാനാണ്,നോമ്പ് നോറ്റതല്ലേ.അങ്ങനെ യൊക്കെ സംഭവിച്ചുപോകും.

മനസ്സിനെ ഈ വഴിക്ക് കെട്ടഴിച്ച് വിടുന്നവർക്ക് നോമ്പ് ആത്മ സംസ്കര ണത്തിനുള്ള മാർഗമാവുകയില്ല. മറിച്ച് വഴിപിഴച്ച മനസ്സിനെ കൂടുതൽ വഴിപിഴപ്പിക്കാൻ അത് ഹേതുവായിത്തീരുകയാണ് ചെയ്യുക. അവരനു ഷ്ഠിക്കുന്ന ഓരോ നോമ്പും അവരുടെ വിക്ഷുബ്ധമായ മനസ്സുകളെ കൂടുതൽ വിക്ഷുബ്ധമാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കും. നോമ്പിന്റെ അനുഗ്രഹങ്ങൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്താൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവർ നോമ്പിനെ മനസ്സിന്റെ കടിഞ്ഞാ ണാക്കേണ്ടതുണ്ട്. പ്രകോപനങ്ങളെ നോമ്പിന്റെ പരിചകൊണ്ട് അവർ തടയണം. നോമ്പിനോടുള്ള ഈ ബഹുമാനം സ്വഭാവത്തിൽ പ്രബലമായി നിൽക്കുമ്പോൾ എത്ര വലിയ കോപവും സഹിക്കാൻ കഴിയുന്നതാണ്. അവർക്കു മുമ്പിൽ അപകർഷബോധം ഒട്ടും തോന്നുകയുമില്ല. അങ്ങനെയു ള്ള പരീക്ഷണ സന്ദർഭങ്ങൾ മുമ്പിൽ വരുമ്പോഴൊക്കെ, താൻ പിശാചിന്റെ മേൽ വിജയം നേടിക്കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ് എന്ന വിചാരം അയാൾക്കു ണ്ടാകും. വിജയത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ഈ വിചാരം കോപത്തെ ഒരാശ്വസവും സമാധാനവുമാക്കി രൂപാന്തരപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യും.

ആസ്വാദനതൃഷ്ണ

നോമ്പിനെ ബാധിക്കുന്ന മറ്റൊരു വിപത്താണ് മനസ്സിനെ കൊതിപ്പിക്കുന്ന വസ്തുക്കളോടുള്ള കമ്പം. മനസ്സിന് ശിക്ഷണം കിട്ടിയിട്ടില്ലാത്ത ധാരാളം ആളുകളുണ്ട്. ഭക്ഷണപാനീയങ്ങളോടും ജീവിതത്തിലെ മറ്റു ആസ്വാദ്യ വസ്തുക്കളോടും വേർപിരിഞ്ഞു നിൽക്കാൻ അവർക്ക് കഴിയുകയില്ല. അവയെ അകറ്റി നിർത്തിക്കൊണ്ട് സമയം തള്ളിനീക്കുക പ്രയാസകരമായി

രിക്കും. ഈ പ്രയാസമകറ്റുന്നതിന് അവർ സ്വീകരിക്കാറുള്ള ഒരു മാർഗം നോമ്പിൻെറ ഉദ്ദേശ്യലക്ഷ്യങ്ങൾക്ക് എതിരല്ലെന്ന് അവർ വിചാരിക്കുന്ന ചില ആസ്വാദനങ്ങളിൽ മുഴുകുക എന്നുള്ളതാണ്. ശീട്ട് കളിക്കുക നോവലുകളും നാടകങ്ങളും കഥകളുമൊക്കെ വായിക്കുക ഗാനങ്ങൾ ശ്രവിക്കുക ടെലിവിഷൻ സീരിയലുകൾ നാടകങ്ങൾ, കോമഡികൾ സ്റ്റാർസിങ്ങർ പരിപാടികൾ കാണുക കൂട്ടുകാരുമൊത്ത് സല്ലപിച്ചിരിക്കുക എന്നിങ്ങനെ. സമയം തള്ളിനീക്കുന്നതിനുവേണ്ടി തിയേറ്ററിൽ പോയി ഒരു സിനിമ കണ്ടുവരുന്നതിൽ പോലും ദോഷമില്ലെന്ന് കരുതുന്ന ചിലരുണ്ട്.

ഇതിനേക്കാളെല്ലാം എളുപ്പമുള്ള മറ്റൊരു മാർഗം ചിലർ കണ്ടെത്തിയിരിക്കുന്നു. ഒന്നോ രണ്ടോ കൂട്ടുകാരെ കിട്ടിയാൽ മറ്റുള്ളവരെപ്പറ്റി പരദൂഷണം പറയുക. നോമ്പിൻെറ വിശപ്പിൽ മനുഷ്യൻെറ പച്ചയിറച്ചിക്ക് വലിയ രസം തോന്നും. അനുഭവം സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുന്ന ഒരു വസ്തുതയുണ്ട്. മറ്റുള്ളവരുടെ കുറ്റങ്ങൾ എടുത്തുപറയുകയെന്ന രസകരമായ ഈ ജോലിയിൽ ഒരാൾ ഏർപ്പെട്ടു കഴിഞ്ഞാൽ അയാൾ കളവു പറയുക, ഏഷണി പറയുക, അപവാദം പറയുക, തുടങ്ങിയ മറ്റു തിന്മകളിലും ചെന്നു ചാടും എന്നതാണ്. പ്രഭാതം മുതൽ പ്രദോഷം വരെ അവയിൽ മുഴുകിയിരിക്കുകയും ചെയ്യും. നാവിൻെറ കൊയ്ത്തുകൾ എന്നാണ് ഈ തിന്മകളേ നബിവചനങ്ങളിൽ വിശേഷിപ്പിച്ചിട്ടുള്ളത്. ഇവ നോമ്പിനെ അപ്പാടെ നിഷ്ഫലമാക്കിത്തീർക്കും.

ഇതിനുള്ള പരിഹാരം മൗനത്തെ നോമ്പിൻെറ ഒഴിച്ചുകൂടാനാവാത്ത മര്യാദയായി കാണുകയാണ്. പൂർവ മതങ്ങളിൽ മൗനം വ്രതത്തിൻെറ ഒരുപാധിയായിരുന്നു. ഹസ്രത്ത് മറിയം വ്രതാനുഷ്ടാനവേളയിൽ ആംഗ്യംകൊണ്ടാണ് സംസാരിച്ചിരുന്നതെന്ന് ഖുർആനിൽ പറയുന്നുണ്ട്.ഖുർആൻ നോമ്പനുഷ്ഠിക്കുന്നവർക്ക് ഈ ഉപാധി നിശ്ചയിച്ചിട്ടില്ല. അതിൻെറ അർഥം നോമ്പിൽ നാവിനെ കെട്ടഴിച്ചുവിടാമെന്നല്ല. മറിച്ച് ആവശ്യവും പ്രയോജനവുമുള്ള കാര്യങ്ങൾ സംസാരിക്കാം. അല്ലാത്ത സന്ദർഭങ്ങളിൽ മൗനം പാലിക്കണം. എന്നാണ്. എല്ലാതരം പാഴ്വചനങ്ങളും പൊളിവചനങ്ങളും വായിൽനിന്ന് പുറപ്പെടുവിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നവർ ഭക്ഷണപാനീയങ്ങൾ ഉപേക്ഷിക്കുന്നതുകൊണ്ടു മാത്രം ദൈവത്തിങ്കൽ ഒരു പ്രയോജനവും ലഭിക്കുകയില്ലെന്ന് നബിവചനത്തിൽ വ്യക്തമാക്കിയിട്ടുണ്ട്.

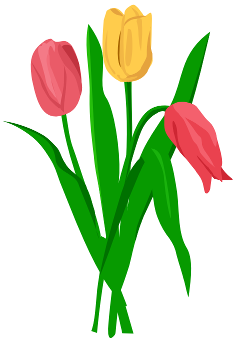
അബൂഹുറയ്റ(റ)യിൽനിന്ന് നിവേദനം.കളവ് പറയുന്നതും അതിൻെറ അടിസ്ഥാനത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നതും ഒഴിവാക്കാത്തവർ ഭക്ഷണവും പാനീയവും ഉപേക്ഷിക്കണമെന്ന് അല്ലാഹുവിന് യാതൊരു ആവശ്യവുമില്ല. (റിയാദുസ്വാലിഹീൻ).

ഈ വിപത്തിൽനിന്ന് രക്ഷനേടാനുള്ള മറ്റൊരു മാർഗമിതാണ് വീട്ടിലെ ജോലികളും ജീവസന്ധാരണത്തിനുള്ള അധ്വാനങ്ങളും കഴിച്ച് മിച്ചമുള്ള സമയം പ്രയോജനപ്രദമായ കാര്യങ്ങൾ വായിക്കാൻ ചെലവഴിക്കുക. നോമ്പിൻെറ നാളുകളിൽ ഖുർആനും നബിവചനങ്ങളും നബിചരിതവും സ്വഹാബിമാരുടെ ചര്യകളും ആത്മസംസ്കരണത്തിനുതകുന്ന പുസ്തകങ്ങളും വായിക്കാനുള്ള വ്യവസ്ഥാപിതമായ ഒരു പരിപാടി തയാറാക്കുക. വിശേഷിച്ചും വിശുദ്ധ ഖുർആൻ ശ്രദ്ധിച്ചു പഠിക്കാൻ വേണ്ടി അൽപം സമയം നിർബന്ധപൂർവം നീക്കിവെക്കണം. ഖുർആൻ പാരായണത്തിന് നോമ്പിനോട് പ്രത്യേകമായൊരു ബന്ധമുണ്ട്. ഈ ബന്ധം മൂലം നോമ്പുകാർക്ക് ഖുർആൻെറ അനുഗ്രഹങ്ങൾ സവിശേഷം പ്രത്യക്ഷമാകുന്നതാണ്.

ഖുർആനും നിർദിഷ്ട പ്രാർഥനകളും മനഃപാഠമാക്കുന്നതിനു വേണ്ടിയും കുറച്ചു സമയം നീക്കിവെക്കണം. ഇങ്ങനെ ഖുർആൻെറയും ഐഛികമായ പ്രാർഥനകളുടെയും ഒരു ശേഖരം നോമ്പുകാരനിൽ സഞ്ചയിക്കപ്പെടും. ഈ ശേഖരം മനുഷ്യൻ സമ്പാദിച്ചുണ്ടാക്കുന്ന പണത്തിൻെറയും മുതലിൻെറയും ഏത് ശേഖരത്തേക്കാളും വിലപ്പെട്ടതായിരിക്കും.

ലോക മാന്യം.

ലോകമാന്യദോഷം മറ്റെല്ലാ ആരാധനാകർമങ്ങളെയും ബാധിക്കുന്നപോലെ നോമ്പിനെയും ബാധിക്കും. ധാരാളം ആളുകൾ നോമ്പനുഷ്ഠിക്കാറുണ്ട്. വിശേഷിച്ചും റമദാനിലെ നോമ്പ്. എന്നാൽ നോമ്പെടുത്തില്ലെങ്കിൽ അയൽവാസികളിൽ തന്നെക്കുറിച്ച് മോശമായ അഭിപ്രായമുണ്ടാകുമെന്ന വിചാരം കൊണ്ടായിരിക്കാം. ചിലർ അങ്ങനെ ചെയ്യുന്നത്. അല്ലെങ്കിൽ ഒരു ഭക്തനെന്ന നിലയിൽ തന്നെക്കുറിച്ചുള്ള മതിപ്പ് നഷ്ടപ്പെടുമെന്ന ഭയംകൊണ്ടാവാം. അതുമല്ലെങ്കിൽ കുടുംബത്തിലെ മറ്റംഗങ്ങളുടെ വെറുപ്പ് സമ്പാദിക്കേണ്ടിവരുമെന്ന ഭയംകൊണ്ടാവാം. ഇതുപോലുള്ള പല സംഗതികളും റമദാനിലെ വ്രതാനുഷ്ഠാനത്തിൽ പങ്കുവഹിക്കാറുണ്ട്. നോമ്പിൻെറ യഥാർഥ അനുഗ്രഹങ്ങൾ പ്രകടമാവാൻ അത്യാവശ്യമായ ഉദ്ദേശ്യ ശുദ്ധിയെ ഈ കാര്യങ്ങൾ കളങ്കപ്പെടുത്തുകയോ സംശയാസ്പദമാക്കുകയോ ചെയ്യുന്നു. അല്ലാഹുവിൻെറ പ്രീതിയല്ലാത്ത മറ്റെന്തെങ്കിലും പ്രേരണയോടെ അനുഷ്ഠിച്ച നോമ്പ് നോമ്പല്ലാതായിത്തീരുന്നത് അതുകൊണ്ടാണ്. ഇതിനെ ക്കുറിച്ചാണ് അല്ലാഹു പറഞ്ഞത്:

ദാസൻ എനിക്കുവേണ്ടിയാണ് ഭക്ഷണവും പാനീയവും ലൈംഗികമോഹങ്ങളും ഉപേക്ഷിക്കുന്നത്. നോമ്പ് എനിക്കു വേണ്ടിയാണ് ഞാനാണ് അതിന് പ്രതിഫലം നൽകുന്നത്.

ഈ വിപത്തിനുള്ള ഒന്നാമത്തെ പ്രതിവിധി റമദാനിലെ നിർബന്ധ നോമ്പിനു പുറമെ ഐഛരികമായ നോമ്പുകൾ കൂടി അനുഷ്ഠിക്കുക എന്നതാണ്. രണ്ട് കാര്യങ്ങൾ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കുകയും വേണം. കഴിവിന്റെ പരമാവധി രഹസ്യമാക്കി വെക്കുക. എന്നതാണ് ഒന്നാമത്തേത്. അഥവാ നോമ്പ് നോറ്റത് പരസ്യമാവാതിരിക്കാൻ പരമാവധി ശ്രമിക്കുക. രണ്ടാമത്തെത് സന്തുലിതത്വമാണ് അതായത് ആഗ്രഹങ്ങളെയും ആസക്തികളെയും സന്തുലിതമാക്കി നിലനിർത്താൻ ആവശ്യമായത്രയും നോമ്പനുഷ്ഠിക്കുക. ആ പരിധി വിട്ടു കടക്കുന്നത് സ്വയം തന്നെ വിനാശകരമാണ്. ഇസ്‌ലാമാകട്ടെ അത് ശക്തിയായി വിലക്കിയിട്ടുണ്ട്. നോമ്പ് ഔഷധം പോലെയാണ്. ആവശ്യത്തിലധികം ഉപയോഗിച്ചാൽ ചിലപ്പോൾ അത് രോഗമായിത്തീരും.