മുഖക്കുറി

ഫത്ഹേ മബാറക്: മദ്റസകൾ തുറക്കുമ്പോൾ

റമളാൻ അവധി കഴിഞ്ഞ് മദ്റസകൾ വീണ്ടും തുറക്കുകയാണ്. പിഞ്ചുമക്കൾ ആവേശത്തോടെ അറിവിന്റെ ആദ്യാക്ഷരം നുകരാൻ രക്ഷിതാക്കളുടെ കൈപിടിച്ച് ഉസ്താദുമാരുടെ മുമ്പിലെത്തുന്നു. ധാർമികബോധവും സാമൂഹ്യ പ്രതിബദ്ധതയുമുള്ള ഉന്നതസമൂഹത്തെ നിർമ്മിക്കുന്ന കേന്ദ്രങ്ങളാണല്ലോ മദ്റസകൾ. മതപാഠങ്ങൾക്കു പുറമെ വിശ്വാസിയുടെ ജീവിതത്തിൽ അനിവാര്യമായ അച്ചടക്കം, ധർമ്മനിഷ്ഠ, സാമൂഹ്യ സേവനം, സൽസ്വഭാവം തുടങ്ങിയ ഗുണങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കുകയും പരിശീലിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന പാഠശാലകളാണ് മദ്റസകൾ.

ഭൗതിക വിദ്യാഭ്യാസത്തെക്കാൾ ധാർമിക വിദ്യാഭ്യാസത്തിന് ഊന്നൽ നൽകേണ്ട കാലമാണിത്. ലഹരി, മോഷണം, കൊലപാതകം, തുടങ്ങിയ ഗുരുതരമായ കുറ്റകൃത്യങ്ങളിൽ പ്രതികളാക്കപ്പെടുന്നത് വിദ്യാർത്ഥികളും കൗമാരപ്രായക്കാരുമാണ്. ഫലപ്രദമായ ധാർമിക വിദ്യാഭ്യാസവും മതബോധവും ലഭിക്കാത്തവരാണ് ഇങ്ങനെയുള്ള കുറ്റകൃത്യങ്ങളിൽ പ്രതികളാകുന്നത്. ഹൊറർസിനിമകളും വീഡിയോ ഗെയിമുകളുമെല്ലാം കുട്ടിക്കുറ്റവാളികളെ സൃഷ്ടിക്കുന്നതിൽ നിർണായകമായ പങ്കുവഹിക്കുന്നുണ്ട്.

സന്താനപരിപാലനം രക്ഷിതാക്കൾ കൂടുതൽ ഗൗരവത്തോടെ കാണണം. മദ്റസകളിലേക്കും മതപാഠകശാലകളിലേക്കും മക്കളെ പറഞ്ഞയച്ച് സമൂഹത്തിന്റെ നന്മക്കുവേണ്ടി പ്രവർത്തിക്കുന്ന തലമുറയെ വാർത്തെടുക്കണം. ഐഹിക ലോകത്തും പാരത്രികലോകത്തും ഉപകരിക്കുന്ന മക്കളായി വളരാൻ അവർക്ക് ഫലപ്രദമായ ധാർമിക വിദ്യാഭ്യാസം ലഭിച്ചേ മതിയാവൂ.

എഡിറ്റർ

മാസിക
സുന്നത്ത്

2025 ഏപ്രിൽ
1446 ശവ്വാൽ
പുസ്തകം 48/ ലക്കം 02
വില 18

Samastha Kerala
Sunni Jam-iyyathul Mu-allimeen
Samastha Islamic Centre,
P.O Eranhippalam, Calicut-6

Ph: 0495 277 2846

sunnethmonthly@gmail.com
sunnethcirculation@gmail.com

Managing Editor
Sayyid Ali Bafaqy Thangal

Chief Editor
V.P.M Villyapalli
9446 731 889, 0496 253 4373

Executive Editor
Shafeeq Bukhari Kanthapuram
cp222306@gmail.com

General Manager
Sulaiman Saqafi Kunhukulam

Editor
Muhammed Parannur

Sub Editor
E.M Sufyan Bukhari

Circulation Manager
Shareef saqafi Edayur

Design & Layout
Anvar Sadique Bukhari

കവർസ്റ്റോറി

പാരന്റിംഗ് ഇസ്‌ലാമിക അധ്യാപനങ്ങൾ

○ സിയാദ് സഖാഫി പാറന്നൂർ

സന്താനപരിപാലനത്തിൽ ഇസ്‌ലാം വ്യക്തമായ മാർഗനിർദേശങ്ങൾ മുന്നോട്ടുവച്ചിട്ടുണ്ട്. സാമൂഹ്യബോധമുള്ളവരാക്കി മക്കളെ വളർത്താൻ സഹായിക്കുന്ന പാരന്റിംഗ് മാതൃകകൾ തിരുനബി ചര്യകളിൽ എമ്പാടുമുണ്ട്.

06

കവർസ്റ്റോറി

കുട്ടികളിലെ കുറ്റവാസന പ്രശ്നം, പരിഹാരം

○ സൈനുദ്ദീൻ ശാമിൽ ഇർഫാനി

ഗുരുതരമായ കുറ്റകൃത്യങ്ങളിൽ പ്രതികളാകുന്നവരിലധികവും വിദ്യാർഥികളാണ്. ഉന്നത കലാലയങ്ങളും വിദ്യാഭ്യാസ കേന്ദ്രങ്ങളും ലഹരിയുടെ മാർക്കറ്റുകളായി മാറിക്കഴിഞ്ഞു. ആർക്കാണ് ചികിത്സ വേണ്ടത്?

12

കവർസ്റ്റോറി

അവധിക്കാലം അമൂല്യമാണ്; പാഴാക്കല്ലേ

○ ഫവാസ് പട്ടുവം

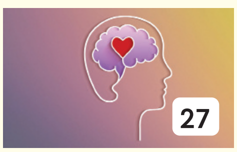
അവധിക്കാലം അസുലഭമായ അവസരമാണ്. വായന, എഴുത്ത് തുടങ്ങിയ നൈസർഗിക കഴിവുകൾ മെച്ചപ്പെടുത്താനും നാട്ടറിവുകൾ ശേഖരിക്കാനും പഠിക്കാനുമെല്ലാം അവധിക്കാലം ഉപയോഗപ്പെടുത്താം.

16

18 **പേരിനു പോരാ മതപഠനം**
മനാസിർ പട്‌ല

നന്മയിൽ കൂട്ടുകൂടാം ലഹരിയെ മറികടക്കാം
റൈഹാൻ എ കരീം

20



27 **മാനസിക സമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാം**
ജാശിർ കുന്നളം

05 തസ്കിയ
30 ശാഫിഈ ഫിഖ്ഹ്
34 ഹനഫീ ഫിഖ്ഹ്
നോവൽ 35
ചരിത്രാഖ്യായിക 38
തീരം 50

23 **ജീവനെടുക്കുന്ന ട്രോളുകൾ**
ഹാശിർ സുലൈമാൻ

25 **ത്വിബ്ബുന്നബവി: ഉത്തമ ചികിത്സ**
മുഹമ്മദ് ആശിഖ് പടിക്കൽ

32 **ഖിയാമുല്ലൈൽ ഇരുളകറ്റുന്ന പ്രകാശധാര**
മുഹമ്മദ് ശാമിൽ ഹസൈനാർ

41 **തിരുചര്യയാണ് സൂഫികളുടെ പാഥേയം**
അലി സഖാഫി പുൽപ്പറ്റ

44 **ഉമ്മുസലീത്ത്(റ) അൻസാറുകളിലെ ഭാഗ്യവതി**
ഫാത്തിമ ഹിബ കുറ്റ്യാടി

ശുഭപ്രതീക്ഷയിലാണോ നിങ്ങൾ?

തസ്കിയ

ആഇശ(റ) തിരുനബി(സ)യോട് ചോദിച്ചു: 'അല്ലാഹുവിന്റെ തിരുദൂതരേ, 'തങ്ങളുടെ നാഥനിലേക്ക് മടങ്ങിച്ചെല്ലേണ്ടി വരുമല്ലോ എന്നോർത്ത് ഹൃദയം വിറപൂണ്ട് ദാനം നൽകിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നവർ' (അൽമുഅ്മിനൂൻ: 60) എന്ന് അല്ലാഹു പറയുന്നുണ്ടല്ലോ. വ്യഭിചരിക്കുകയും മോഷ്ടിക്കുകയും മദ്യപിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവരെക്കുറിച്ചാണോ ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നത്?'

തിരുനബി(സ) പറഞ്ഞു: 'അല്ല അബൂബക്റിന്റെ മോളേ, നോമ്പനുഷ്ഠിക്കുകയും നിസ്കരിക്കുകയും ദാനധർമ്മങ്ങൾ നൽകുകയും ചെയ്യുന്നയാളെക്കുറിച്ചാണങ്ങനെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നത്. തന്റെ കർമ്മങ്ങളൊന്നും അല്ലാഹു സ്വീകരിക്കുകയില്ലേ എന്നായിരിക്കും അയാളുടെ ഭയം.' (അഹ്മദ്, തിർമുദി, ഇബ്നുമാജ)

റമളാൻ കടന്നുപോയി. കഠിനമായ ചൂടിൽ പ്രയാസങ്ങൾ സഹിച്ചു നോമ്പെടുത്തു. രാത്രികളിൽ തറാവീഹ് നിസ്കരിച്ചു. ഖുർആൻ പാരായണം ചെയ്തു. പാപങ്ങളിൽ നിന്നു മനസ്സിനെയും ശരീരത്തെയും തടഞ്ഞുനിർത്തി. കഴിയാവുന്നത്ര ദാനധർമ്മങ്ങൾ ചെയ്തു; പോരേ! ഇതെല്ലാം മതിയല്ലോ സ്വർഗ്ഗപ്രവേശനത്തിന് എന്ന വിശ്വാസത്തിലും സംതൃപ്തിയിലുമാണോ നമ്മൾ? എങ്കിൽ നമുക്കു തെറ്റിയിരിക്കുന്നു. ഇത്തരമൊരു ഉറച്ച വിശ്വാസത്തിനു യാതൊരടിസ്ഥാനവുമില്ലെന്നാണ് പ്രസ്തുത വചനം നമ്മെ ഉണർത്തുന്നത്.

കാരണം, നമ്മുടെ ആരാധനകളും മറ്റു പുണ്യകർമ്മങ്ങളുമെല്ലാം കുറ്റമറ്റതാണെന്ന് തീർത്തു പറയാനാവില്ല. പല അപാകങ്ങളും അതിൽ സംഭവിച്ചിരിക്കാം. മനസ്സിലെ ദുർവിചാരങ്ങൾ അതിൽ കളങ്കം ചാർത്തിയിരിക്കാം. അഹന്ത സ്വാധീനം ചെലുത്തിയിരിക്കാം. ഇതൊന്നുമില്ലെങ്കിൽ തന്നെയും അല്ലാഹുവിന്റെ മഹത്തായ ഔദാര്യത്താലാണവ സ്വീകരിക്കപ്പെടുന്നതെന്ന ബോധം സദാ വേണം നമുക്ക്.

അല്ലാഹു സ്വീകരിക്കുമെന്നും കരുണ കാണിക്കുമെന്നുമുള്ള പ്രതീക്ഷയോടൊപ്പം തിരസ്കരിക്കപ്പെടുമോ എന്ന ഭയവും എപ്പോഴും വേണമെന്ന് വ്യക്തം. മഹാന്മാർ അങ്ങനെയായിരുന്നു; നോമ്പു തുറന്നാലും നിസ്കാരം കഴിഞ്ഞാലുമൊക്കെ അവർ വേവലാതിയിലായിരുന്നു, ആശങ്കയിലായിരുന്നു. അല്ലാഹു തന്റെ ഔദാര്യത്താൽ ഇതെല്ലാം സ്വീകരിക്കണമെന്ന പ്രാർത്ഥനയിലായിരുന്നു. എത്ര പുണ്യകർമ്മങ്ങൾ ചെയ്താലും 'എല്ലാം തികഞ്ഞല്ലോ' എന്ന ഭാവം അവരുടെ മനസ്സിൽ ഒരിക്കലും കടന്നുവന്നിട്ടുണ്ടായിരുന്നില്ല. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഞാൻ സ്വർഗാവകാശിയാണല്ലോ എന്ന ആത്മവിശ്വാസം അവർക്കാർക്കുമുണ്ടായിരുന്നില്ല.

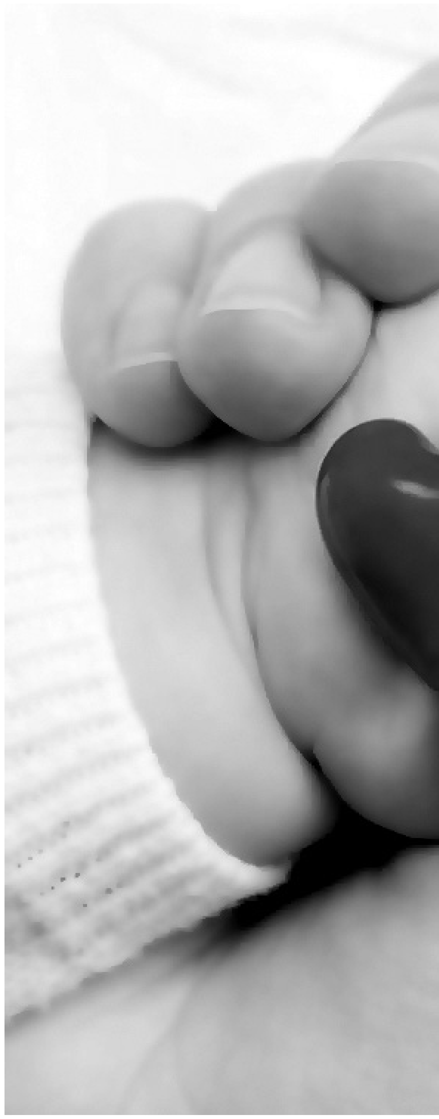
സ്വർഗാവകാശി എന്ന് തിരുനബി(സ) വിളംബരം ചെയ്ത മഹാനായ ഉമറുബ്നു ഖത്വാബ്(റ)വിന്റെ വാക്കുകൾ ശ്രദ്ധിക്കുക: 'ആകാശത്തുനിന്നൊരാൾ വിളിച്ചു പറയുന്നു എന്നു കരുതുക: 'ജനങ്ങളേ, ഇന്നയാളൊഴിച്ച് എല്ലാവരും സ്വർഗ്ഗത്തിൽ പ്രവേശിച്ചു കൊള്ളുക' എന്ന്. അപ്പോൾ എന്റെ ഭയം ആ മാറ്റിനിർത്തപ്പെടുന്നയാൾ ഞാനായിപ്പോകുമോ എന്നായിരിക്കും. അതേസമയം, ഇങ്ങനെയാണ് വിളിച്ചു പറയപ്പെടുന്നതെന്ന് കരുതുക: 'ജനങ്ങളേ, നിങ്ങളിൽ ഇന്നയാളൊഴികെ എല്ലാവരും നരകത്തിലേക്ക് പോയിക്കൊള്ളുക' എന്ന്. അപ്പോൾ ആ സ്വർഗാവകാശി ഞാനായിരിക്കുമോ എന്നും എനിക്ക് പ്രതീക്ഷയുണ്ട്.

എപ്പോഴും അല്ലാഹുവിനെ പേടിക്കണം. അതേസമയം, അവന്റെ കാരുണ്യത്തിലും ഔദാര്യത്തിലും പ്രതീക്ഷയും വേണം. ഇതാണ് യഥാർത്ഥ വിശ്വാസിയുടെ ലക്ഷണം. അല്ലാഹു നമ്മെ യഥാർത്ഥ സത്യവിശ്വാസികളിൽ പെടുത്തട്ടെ. ആമീൻ.

കവർസ്റ്റോറി

സിയാദ് സഖാഫി പാറന്നൂർ

പാരന്റിംഗ് ഇസ്‌ലാമിക അധ്യാപനങ്ങൾ



സമൂഹത്തിന്റെ കെട്ടുറപ്പിലും ധാർമ്മികമായ നിലനിൽപ്പിലും പുതുതലമുറയുടെ സാംസ്കാരിക പുരോഗതിക്ക് വലിയ പ്രാധാന്യമുണ്ട്. മാതൃകാപരമായ ദാമ്പത്യജീവിതമാണ് ധാർമ്മികബോധമുള്ള തലമുറയുടെ സൃഷ്ടിപ്പിനടിസ്ഥാനം. പങ്കാളിയെ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നതു മുതൽ പാലിക്കേണ്ട നിയമങ്ങളും മര്യാദകളും വിശുദ്ധ ഇസ്‌ലാം നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുണ്ട്. കുട്ടികളുടെ സ്വഭാവവും പെരുമാറ്റവും പലതിനെയും ആശ്രയിച്ചാണുള്ളത്. ആഇശ ബീവി(റ) നിവേദനം. നബി(സ) പറഞ്ഞു: 'നിങ്ങളുടെ പങ്കാളികളായി നല്ലവരെ തിരഞ്ഞെടുക്കുക. പരസ്പരം പൊരുത്തപ്പെടുന്നവരെ വിവാഹം കഴിക്കുക. അത്തരക്കാർക്ക് നിങ്ങളുടെ പെൺമക്കളെ വിവാഹം ചെയ്തു കൊടുക്കുക.' (ഇബ്നുമാജ)

മാതാപിതാക്കളുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളും പെരുമാറ്റങ്ങളും കുട്ടികളിൽ ചെലുത്തുന്ന സ്വാധീനത്തിന്റെ ആഴം ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്ന ഹദീസാണിത്. അബുൽഅസ്‌വദ് അദ്ദുഅലി(റ) മക്കളോട് പറഞ്ഞു: 'ഞാൻ നിങ്ങൾക്കു വേണ്ടി നിങ്ങളുടെ ചെറുപ്രായത്തിലും നിങ്ങൾ ജനിക്കുന്നതിനു മുമ്പുമെല്ലാം നന്മ ചെയ്തിട്ടുണ്ട്.' അപ്പോൾ മക്കൾ ചോദിച്ചു: 'ജനിക്കുന്നതിനു മുമ്പ് എങ്ങനെയാണ് ഞങ്ങൾക്കങ്ങ് നന്മ ചെയ്തത്?' മഹാൻ പറഞ്ഞു: 'നല്ലൊരു ഉമ്മയെ ഞാൻ നിങ്ങൾക്കു വേണ്ടി തെരഞ്ഞെടുത്തു.'

നികാഹിന്റെ സമയത്തും ഇണ ചേരുമ്പോഴും പ്രസവാനന്തരവും പാലിക്കേണ്ട നിയമങ്ങൾ ഇസ്‌ലാം പഠിപ്പിച്ചിട്ടുണ്ട്.

മാതാപിതാക്കളുടെ പങ്ക്

കുട്ടികൾ കൂടുതൽ സമയം ചെലവഴിക്കുന്നത് വീടുകളിലാണല്ലോ. അതുകൊണ്ട് അവരെ കൂടുതൽ സ്വാധീനിക്കുന്നത് രക്ഷിതാക്കളാണ്. കുട്ടികളുടെ സംസ്കാരവും സ്വഭാവവുമെല്ലാം പ്രാഥമികമായി രൂപപ്പെടുന്നത് വീട്ടിൽവെച്ചാണ്. നബി(സ) പറഞ്ഞു: 'ഓരോ മനുഷ്യനും ശുദ്ധപ്രകൃതിയിലാണ് ജനിക്കുന്നത്. മാതാപിതാക്കളാണ് പിന്നീടവനെ ജൂതനും ക്രിസ്ത്യാനിയും മജൂസിയുമെല്ലാമാക്കുന്നത്.' (മുസ്‌ലിം) മാതാവിനാണ് കുട്ടികളുടെ സ്വഭാവരൂപീകരണത്തിൽ വലിയ പങ്കുള്ളത്. 'ഉമ്മയാണ് മക്കളുടെ ആദ്യ പാഠശാല' എന്നാണല്ലോ മഹദ്‌വചനം.

കുട്ടികളെ നന്നായി സ്നേഹിക്കുകയും വാത്സല്യവും സ്നേഹവും പ്രകടിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യണം. മാതാപിതാക്കളുടെ കൈകളിൽ തങ്ങൾ തീർത്തും സുരക്ഷിതരാണെന്ന ബോധ്യം കുട്ടികളിൽ വളർത്തിയെടുക്കണം. എന്തും ചെയ്യാനുള്ള അമിതസ്വാതന്ത്ര്യമല്ല സ്നേഹം; മറിച്ച്, തെറ്റുകൾ കാണുമ്പോൾ സ്നേഹപൂർവ്വം ശാസിക്കുകയും ആവശ്യമെങ്കിൽ ശിക്ഷിക്കുകയും ചെയ്ത് നന്മ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നതിലാണ് മാതാപിതാക്കളുടെ വിജയം.

വകതിരിവെത്തിയാൽ കുട്ടികളുടെ കാര്യത്തിൽ മാതാപിതാക്കൾക്ക് ആദ്യം നിർബന്ധമാകുന്ന കാര്യം കർമശാസ്ത്ര പണ്ഡിതർ വിശദീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്: 'നമ്മുടെ നബി മുഹമ്മദ്(സ) ആണെന്നും നബി(സ) ജനിച്ചതും പ്രവാചകത്വം ലഭിച്ചതും മക്കയിൽ വെച്ചാണെന്നും മദീനയിലാണവിടുന്ന് വഫാത്തായതെന്നും അവിടെയാണ് മറവു ചെയ്യപ്പെട്ടതെന്നും കുട്ടികളെ പഠിപ്പിക്കൽ രക്ഷിതാക്കളുടെ പ്ര

ഉത്ബതുബ്നു അബീസുഫ്യാൻ(റ) മക്കളെ മര്യാദ പഠിപ്പിക്കുന്നതിനെ സംബന്ധിച്ച് പറഞ്ഞു: 'സന്താനസംസ്കരണത്തിന്റെ പ്രഥമവഴി സ്വന്തം ജീവിതം നന്നാക്കലാണ്. തീർച്ചയായും, മക്കളുടെ കണ്ണുകൾ നിങ്ങളിലാണുണ്ടാവുക. നിങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതെല്ലാം അവർക്ക് നന്മയും നിങ്ങൾ ഉപേക്ഷിക്കുന്നതെല്ലാം അവരുടെ കണ്ണിൽ തിന്മയുമായിരിക്കും.'

ഥമ ബാധ്യതയാണ്. നിസ്കരിക്കാൻ കൽപ്പിക്കുന്നതിനു മുമ്പേ ഇതു ചെയ്തിരിക്കണമെന്നാണ് പണ്ഡിതപക്ഷം.' (ഫത്ഹുൽമുഈൻ 1/43)

'നിങ്ങളുടെ മക്കൾക്ക് പ്രവാചകസ്നേഹം പഠിപ്പിക്കുക' എന്ന ഹദീസ് പ്രശസ്തമാണല്ലോ. നബി(സ)യുടെ സ്വഭാവഗുണങ്ങളും ചരിത്രകഥകളും ജീവിതപാഠങ്ങളും കുട്ടികൾക്ക് പകർന്നുകൊടുക്കുന്നത് അവ അനുകരിക്കാനും പ്രവാചകചര്യകൾ ജീവിതത്തിൽ പകർത്താനും പ്രചോദനമാകും. ജീവിതത്തിലെ സർവ്വമേഖലകളിലും നബി(സ)യെ റോൾമോഡലായി സ്വീകരിക്കാൻ അവരെ പ്രേരിപ്പിക്കണം. ഇങ്ങനെ വളരുന്ന കുട്ടികളിൽ മതബോധവും ധാർമ്മികചിട്ടകളും എക്കാലവുമുണ്ടാകും.

കുട്ടികൾക്ക് ഏഴ് വയസ്സു തികഞ്ഞാൽ നിസ്കാരം, നോമ്പ് തുടങ്ങിയ ആരാധനാ കർമങ്ങൾ ചെയ്യാൻ കൽപ്പിക്കണം. പത്തു വയസ്സായിട്ടും ഇതൊന്നും ചെയ്യുന്നില്ലെങ്കിൽ നിർവഹിക്കാത്തതിന്റെ പേരിൽ ശിക്ഷിക്കുകയും വേണം. നബി(സ) പറഞ്ഞു: 'നിങ്ങളുടെ മക്കളെ ഏഴു വയസ്സായാൽ നിസ്കരിക്കാൻ കൽപ്പിക്കുക. പത്തു വയസ്സായാൽ നിസ്കരിച്ചില്ലെങ്കിൽ അടിക്കുക.' (ഹദീസ്)

എല്ലാവരും സ്വന്തം ഉത്തരവാദിത്തങ്ങൾ കൃത്യമായി നിർവഹിക്കണം. ഇതിൽ വീഴ്ച വരുത്തിയാൽ നാളെ അല്ലാഹുവിന്റെ കോടതിയിൽ മറുപടി പറയേണ്ടിവരും. 'നിങ്ങളെല്ലാം ഉത്തരവാദിത്തമുള്ളവരാണ്. ആ ഉത്തരവാദിത്തങ്ങളെ സംബന്ധിച്ച് ചോദ്യം ചെയ്യപ്പെടുക തന്നെ ചെയ്യും' എന്ന പ്രവാചകാധ്യാപനം എപ്പോഴും മനസ്സിലുണ്ടാവണം. മക്കൾക്ക് മാതാപിതാക്കളോടെന്നപോലെ മാതാപിതാക്കൾക്ക് മക്കളോടും ചില ബാധ്യതകളുണ്ട്. വിധിനിർണയ നാളിൽ മാതാപിതാക്കളുടെ കാര്യത്തിൽ വീഴ്ചവരുത്തിയതിനു മക്കളെ വിചാരണ ചെയ്യുന്നതിനു മുമ്പു തന്നെ മക്കളുടെ കാര്യത്തിൽ വീഴ്ചവരുത്തിയ മാതാപിതാക്കളെ ചോദ്യം ചെയ്യും.

മാതാപിതാക്കൾ മാതൃകയാകണം

മാതൃകായോഗ്യമായിരിക്കണം മാതാപിതാക്കളുടെ ജീവിതം. മാതാപിതാക്കളുടെ നന്മയും മതനിഷ്ഠയും കണ്ടുവളരുന്ന മക്കൾ ജീവിതത്തിൽ അതനുകരിക്കാൻ ശ്രമിക്കും. കേൾക്കുന്നതും കാണുന്നതുമെല്ലാം അതേപടി അനുകരിക്കുന്ന പ്രായം മുതൽ മക്കളുടെ ചലനങ്ങളും സ്വഭാവരീതികളും നന്നാക്കിയെടുക്കാൻ മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം.

ഉത്ബതുബ്നു അബീസുഫ്യാൻ(റ) മക്കളെ മര്യാദ പഠിപ്പിക്കുന്നതിനെ സംബന്ധിച്ച് പറഞ്ഞു: 'സന്താനസംസ്കരണത്തിന്റെ പ്രഥമവഴി സ്വന്തം ജീവിതം നന്നാക്കലാണ്. തീർച്ചയായും, മക്കളുടെ കണ്ണുകൾ നിങ്ങളിലാണുണ്ടാവുക. നിങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതെല്ലാം അവർക്ക് നന്മയും നിങ്ങൾ ഉപേക്ഷിക്കുന്നതെല്ലാം അവരുടെ കണ്ണിൽ തിന്മയുമായിരിക്കും.'

വാത്സല്യത്തിന്റെ പ്രവാചകമാതൃക

കുട്ടികളുടെ സ്വഭാവഗുണങ്ങളും സവിശേഷതകളും മനസ്സിലാക്കി പെരുമാറുമ്പോഴാണ് രക്ഷാകർതൃത്വം ഫലപ്രദമാവുക. കുട്ടികൾക്ക് നിഷ്കളങ്കമായ സ്വഭാവപ്രകൃതിയിൽ ആത്മവിശ്വാസത്തോടെ വളരാനാവശ്യമായ മനഃശാസ്ത്ര സമീപനങ്ങളാണ് നബി(സ)യുടെ ജീവിതത്തിലുടനീളം കാണാനാവുക. നബി(സ)യുടെ മാതൃകകൾ വായിക്കാം:

അബൂഹുറയ്റ(റ) നിവേദനം. നബി(സ) ഒരിക്കൽ പേരമകനായ ഹസനുബ്നുഅലി(റ)വിനെ ചുംബിച്ചു. ഇതു കണാനിടയായ

സന്താനങ്ങൾ വർധിക്കുന്നത് കുടുംബക്ഷേമം തകർക്കുമെന്നും രാഷ്ട്രവികസനത്തിന് തടസ്സമാകുമെന്നും സന്താനനിയന്ത്രണവും കുടുംബാസൂത്രണവുമാണ് വികസനമാർഗ്ഗമെന്നുമാണ് ഇക്കാലം വരെ പ്രചരിപ്പിച്ചിരുന്ന മൂഢസിദ്ധാന്തം. പല രാജ്യങ്ങളും ഈ സിദ്ധാന്തം നടപ്പാക്കാൻ ശ്രമിച്ച് രാജ്യത്തിന്റെ മാനവവിഭവശേഷിയിലുണ്ടായ ഇടിവ് കണക്കിലെടുത്ത് പിന്മാറുകയാണുണ്ടായത്.

അക്റഉബ്നു ഹാബിസ് അത്തമീമി(റ) പറഞ്ഞു: 'എനിക്ക് പത്തു മക്കളുണ്ട്. അവരിലൊരാളെയും ഞാനിതുവരെ ചുംബിച്ചിട്ടില്ല.' അപ്പോൾ നബി(സ) പ്രതിവചിച്ചു: 'മറ്റുള്ളവരോട് കരുണ കാണിക്കാത്തവർക്ക് അല്ലാഹുവിന്റെ കാരുണ്യം ലഭിക്കില്ല.' (ബുഖാരി, മുസ്‌ലിം)

അബൂഹുറയ്റ(റ) നിവേദനം. ഒരു ദിവസം പകൽ നബി(സ) വീട്ടിൽ നിന്നിറങ്ങി. ഞാനുമുണ്ടായിരുന്നു കൂടെ. ഫാത്വിമ(റ)യുടെ മുറ്റത്തെത്തിയപ്പോൾ 'എന്റെ കുഞ്ഞുമോൻ ഇവിടെയില്ലേ' എന്ന് വിളിച്ചു ചോദിച്ചു. അല്പം കഴിഞ്ഞപ്പോൾ കുഞ്ഞ് നബി(സ)യുടെ അടുക്കലേക്ക് ഓടിവന്നു. അവിടുന്ന് കുഞ്ഞിനെ വാരിപ്പുണർന്ന് ചുംബനം നൽകി പ്രാർത്ഥിച്ചു: 'അല്ലാഹുവേ, നീ ഈ പൊന്നുമോനെ സ്നേഹിക്കണേ. ഇവരെ സ്നേഹിക്കുന്നവരെയും നീ സ്നേഹിക്കണേ.' (ബുഖാരി, മുസ്‌ലിം)

ഉസാമതുബ്നു സൈദ്(റ) പറഞ്ഞു: 'ഒരിക്കൽ എന്നെയും ഹസൻ(റ)വിനെയും മടിയിലിരുത്തി ചേർത്തുപിടിച്ചു കൊണ്ട് നബി(സ) പ്രാർത്ഥിച്ചു: 'അല്ലാഹുവേ ഇവരോട് നീ കരുണ കാണിക്കണേ. തീർച്ചയായും, ഞാനീ രണ്ടുപേരോടും കരുണ കാണിക്കുന്നു.' (ബുഖാരി)

ഒരിക്കൽ ഹസൻ(റ)വിനെ പിരടിയിൽ ചുമന്നുകൊണ്ട് മുട്ടുകുത്തി നടക്കുകയായിരുന്നു നബി(സ). ഇതു കണ്ട് ഒരാൾ പറഞ്ഞു: 'മോനേ, നിങ്ങളുടെ വാഹനം ഉഷാറാണല്ലോ.' അപ്പോൾ നബി(സ) പ്രതികരിച്ചു: 'യാത്രക്കാരനും ഉഷാർ തന്നെ.' (അഹ്മദ്)

ഭാരിച്ച പ്രബോധനദൗത്യവും ഭരണചുമതലയുമെല്ലാം ഉണ്ടായിരുന്നിട്ടും കുട്ടികളോടൊത്ത് കളിക്കുവാനും അവരെ സന്തോഷിപ്പിക്കാനും നബി(സ) സമയം കണ്ടെത്തിയിരുന്നുവെന്ന് ഈ ഹദീസുകളിൽ നിന്ന് വ്യക്തമാണ്. കുട്ടികളെ 'യാ ബുനയ്യ' (പൊന്നുമോനേ, കുഞ്ഞുമോനേ) എന്നെല്ലാമായിരുന്നു തിരുനബി(സ) വിളിച്ചിരുന്നത്.

കുറ്റകൃത്യങ്ങളിൽ അകപ്പെടുന്ന വ്യക്തികളെക്കുറിച്ചുള്ള പഠനങ്ങളിൽ വ്യക്തമാകുന്നത്, അവർക്ക് കുട്ടിക്കാലത്ത് മാതാപിതാക്കളുടെ സ്നേഹവാത്സല്യങ്ങൾ വേണ്ടവിധം ലഭിച്ചിട്ടില്ലെന്നാണ്. അതുകാരണം ദുഷിച്ച സൗഹൃദങ്ങളിലേക്കും ക്രിമിനൽ ചിന്താഗതികളിലേക്കും അവർ എത്തിച്ചേരുന്നു.

മക്കൾ ഉത്തമ സമ്പാദ്യം

മനുഷ്യന്റെ ഉത്തമസമ്പാദ്യമാണ് നല്ല സന്താനങ്ങൾ. ഖുർആൻ പറയുന്നു: 'സ്വത്തും സന്താനങ്ങളും ഐഹിക ജീവിതത്തിലെ അലങ്കാരമാകുന്നു.' (അൽകഹ്ഫ് 46) ധാരാളം സന്താനങ്ങളുണ്ടാകുന്നതും അവരെ നല്ല രീതിയിൽ വളർത്തുന്നതും മാതാപിതാക്കൾക്കും സമൂഹത്തിനും ഇരുലോകത്തും ഉപകാരപ്രദമാണ്. മരണശേഷവും മുതൽക്കൂട്ടാകുന്ന സമ്പാദ്യങ്ങളിലൊന്നാണ് മാതാപിതാക്കൾക്ക് വേണ്ടി പ്രാർത്ഥിക്കുന്ന നല്ല സന്താനങ്ങളെന്ന് ഹദീസിലുണ്ടല്ലോ.

സന്താനങ്ങൾ വർധിക്കുന്നത് കുടുംബക്ഷേമം തകർക്കുമെന്നും രാഷ്ട്രവികസനത്തിന് തടസ്സമാകുമെന്നും സന്താനനിയന്ത്രണവും കുടുംബാസൂത്രണവുമാണ് വികസനമാർഗ്ഗമെന്നുമാണ് ഇക്കാലം വരെ പ്രചരിപ്പിച്ചിരുന്ന മൂഢസിദ്ധാന്തം. പല രാജ്യങ്ങളും ഈ സിദ്ധാന്തം നടപ്പാക്കാൻ ശ്രമിച്ച് രാജ്യത്തിന്റെ മാനവവിഭവശേഷിയിലുണ്ടായ ഇടിവ് കണക്കിലെടുത്ത് പിന്മാറുകയാണുണ്ടായത്. ഇന്ന് കൂടുതൽ മക്കളുള്ള കുടുംബത്തിന് പാരിതോഷികങ്ങൾ നൽകുന്നിടത്തു വരെയെത്തി ഈ രാജ്യങ്ങൾ. 'ദാരിദ്ര്യം ഭയന്ന് നിങ്ങൾ കുഞ്ഞുങ്ങളെ കൊന്നുകളയരുത്. അവർക്കും നിങ്ങൾക്കും ഉപജീവനം നൽകുന്നത് നാമാണ്' എന്ന് അല്ലാഹു ഖുർആനിൽ പറഞ്ഞത് എത്ര യാഥാർത്ഥ്യം! (അൽഇസ്റാഅ് 31)

പരിഗണന പ്രധാനം

മക്കൾ നന്നാകാൻ ശൈശവഘട്ടം മുതൽ യൗവനകാലം വരെ തുടർച്ചയായ ശിക്ഷണവും പിന്തുണയും അനിവാര്യമാണ്. ഗർഭസ്ഥഘട്ടം മുതൽ പാരന്റിംഗ് ആരംഭിക്കണമെന്നാണ് മനഃശാസ്ത്രം. പ്രവാചകാധ്യാപനവും ഇതിലേക്ക് വിരൽചൂണ്ടുന്നു. കുട്ടികളെ വ്യക്തികളായി തന്നെ പരിഗണിച്ച് പെരുമാറണമെന്നതാണ് പ്രവാചകരുടെ അധ്യാപനം. അവിടുന്ന് കുട്ടികളെ ഏറെ പരിഗണിക്കുകയും ആദരിക്കുകയും ചെയ്തിരുന്നു. അവരോട് സലാം പറഞ്ഞതും കുശലം പറഞ്ഞതും ക്ഷേമാകാര്യങ്ങൾ അന്വേഷിച്ചതുമായ സംഭവങ്ങൾ തിരുജീവിതത്തിൽ നിരവധി കാണാം.

ഒരിക്കൽ മുത്തുനബി(സ)ക്ക് ഒരു വിശിഷ്ടവിഭവം ഹദ്‌യയായി ലഭിച്ചു. അത് സദസ്സിലുള്ളവർക്ക് വിതരണം ചെയ്യാൻ നബി(സ) തീരുമാനിച്ചു. സദസ്സിൽ തിരുനബി(സ)യുടെ വലതുവശത്ത് ഒരു കുട്ടിയും ഇടതുവശത്ത് സ്വഹാബത്തിൽ മുതിർന്നവരായ ചിലരുമാണ് ഉണ്ടായിരുന്നത്. വലതുവശത്തുള്ളവർക്ക് മുൻഗണന നൽകലാണല്ലോ നബിചര്യ. എന്നാൽ, കൂട്ടത്തിൽ മുതിർന്നവരെ അവഗണിക്കാനും പറ്റില്ല. മുതിർന്നവർക്ക് അത് ആദ്യം നൽകാൻ വലതുവശത്തുള്ള കുട്ടിയോട് നബി(സ) അനുവാ

ദുആ അനിവാര്യം

മക്കൾ മിടുക്കരായിക്കാണാൻ അല്ലാഹുവിനോട് ദുആ ചെയ്യണം. വർഷങ്ങളോളം സന്താനസൗഭാഗ്യമില്ലാതിരുന്ന സകരിയ്യാനബി(അ)യുടെ പ്രാർഥന വിശുദ്ധ ഖുർആനിൽ കാണാം: 'എന്റെ നാഥാ, എനിക്ക് നീ നിന്റെ പക്കൽ നിന്ന് ഒരുത്തമ സന്താനത്തെ നൽകേണമേ. നിശ്ചയം, നീ പ്രാർഥന കേൾക്കുന്നവനാണല്ലോ.' (സൂറതുആലിഇംറാൻ)

ഇബ്‌റാഹീംനബി(അ)ന്റെ പ്രാർഥന ഖുർആനിൽ കാണാം: 'എന്റെ രക്ഷിതാവേ, സദ്‌വൃത്തനായ ഒരാളെ നീ എനിക്ക് (പുത്രനായി) നൽകേണമേ.' (37:100) നബി(സ) പലഘട്ടങ്ങളിലും മക്കൾക്കുവേണ്ടി ദുആ ചെയ്തത് ഹദീസിലുണ്ടല്ലോ.

ശാപവാക്കുകളരുതേ

മക്കൾക്കെതിരെ ദുആ ചെയ്യുകയോ ശാപവാക്കുകൾ പറയുകയോ ചെയ്യരുത്. അവരിൽ വീഴ്ചകൾ കണ്ടാലും ഇത് പാടില്ല. ദേഷ്യപ്പെട്ട് അവർക്കെതിരെ വല്ലതും പറഞ്ഞുപോയാൽ പിന്നീട് ഖേദിക്കേണ്ടിവരും.

മക്കൾക്കെതിരെയുള്ള മാതാപിതാക്കളുടെ ദുആ തള്ളപ്പെടില്ലെന്നാണല്ലോ പ്രവാചകാധ്യാപനം. ശാപവാക്കുകൾ പറഞ്ഞുകൊണ്ടുള്ള മാതാപിതാക്കളുടെ ദുആ മക്കളുടെ ജീവിതപരാജയത്തിന് കാരണമാകും.

മക്കൾക്കെതിരെ ദുആ ചെയ്യുകയോ ശാപവാക്കുകൾ പറയുകയോ ചെയ്യരുത്. അവരിൽ വീഴ്ചകൾ കണ്ടാലും ഇത് പാടില്ല. ദേഷ്യപ്പെട്ട് അവർക്കെതിരെ വല്ലതും പറഞ്ഞുപോയാൽ പിന്നീട് ഖേദിക്കേണ്ടിവരും. മക്കൾക്കെതിരെയുള്ള മാതാപിതാക്കളുടെ ദുആ തള്ളപ്പെടില്ലെന്നാണല്ലോ പ്രവാചകാധ്യാപനം. ശാപവാക്കുകൾ പറഞ്ഞുകൊണ്ടുള്ള മാതാപിതാക്കളുടെ ദുആ മക്കളുടെ ജീവിതപരാജയത്തിന് കാരണമാകും.

ധാർമിക വിദ്യാഭ്യാസം നൽകുക

മക്കൾക്ക് മികച്ച ഭൗതികവിദ്യാഭ്യാസം നൽകാൻ ഇന്ന് രക്ഷിതാക്കൾ തയ്യാറാണ്. പഠനത്തിന് മികച്ച നിലവാരമുള്ള കലാലയങ്ങൾ തെരഞ്ഞെടുക്കുകയും ധാരാളം പണം ചെലവഴിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇതിനൊന്നും ഇസ്‌ലാം എതിരല്ല. എന്നാൽ ധാർമിക വിദ്യാഭ്യാസത്തോട് കാണിക്കുന്ന അവഗണനയാണ് ഖേദകരം. ഈ ചിന്താഗതിയാണ് ഇന്നത്തെ ധാർമിക മൂല്യച്യുതിയുടെ മുഖ്യകാരണം. വിദ്യാസമ്പന്നരും ഉന്നതഉദ്യോഗസ്ഥരും മാരകലഹരിക്കടിമപ്പെടുന്നതും കുറ്റകൃത്യങ്ങളിൽ പ്രതിചേർക്കപ്പെടുന്നതുമായ വാർത്തകൾ സ്ഥിരമായി നാം കേൾക്കുന്നു. കേസുകളിൽ നിന്ന് രക്ഷിക്കാൻ ഇവർക്ക് പഴുതുകളുമുണ്ടാകും.

മകൻ താൻ പറഞ്ഞതനുസരിക്കുന്നില്ലെന്ന പരാതിയുമായി ഒരു പിതാവ് ഒരിക്കൽ ഖലീഫയായ ഉമർ(റ)വിന്റെ അരികിലെത്തി. ഖലീഫ മകനെ വിളിച്ചുകൊണ്ടുവരാൻ ആവശ്യപ്പെട്ടു. കാര്യങ്ങളന്വേഷിച്ചപ്പോൾ പിതാവ് പറഞ്ഞത് ശരിയാണെന്ന് മകൻ സമ്മതിച്ചു. ശേഷം ആ മകൻ ചോദിച്ചു: 'അമീറുൽ മുഅ്മിനീൻ, പിതാവിന് മക്കളോട് വല്ല ബാധ്യതയുമുണ്ടോ?' അപ്പോൾ ഉമർ(റ) പറഞ്ഞു: 'അതേ. മൂന്ന് ബാധ്യതകളുണ്ട്. ഒന്ന്, വിശുദ്ധ ഖുർആൻ പഠിപ്പിക്കണം. രണ്ട്, മക്കളുടെ ഉമ്മയെ തെരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ മതത്തിന് പ്രാധാന്യം നൽകണം. മൂന്ന്, കുട്ടികൾക്ക് നല്ല പേര് നൽകണം.' ഇതുകേട്ടപ്പോൾ ആ കുട്ടി പറഞ്ഞു: 'എന്റെ പിതാവ് ഈ മൂന്നു കാര്യങ്ങളും നിറവേറ്റിയിട്ടില്ല. അദ്ദേഹം വിശുദ്ധ ഖുർആൻ എനിക്കൊട്ടും പഠിപ്പിച്ചുതന്നിട്ടില്ല. ജുഅൽ എന്ന ഒരു വിഗ്രഹത്തിന്റെ പേരാണെനിക്കിട്ടത്. എന്റെ ഉമ്മയും സദ്‌വൃത്തയായിരുന്നില്ല.'

അപ്പോൾ ഉമർ(റ) പിതാവിനോട് പറഞ്ഞു: 'നിന്റെ ബാധ്യതകളൊന്നും നിറവേറ്റാതെയാണോ മകനെക്കുറിച്ച് പരാതി പറയാൻ വന്നിരിക്കുന്നത്?' മക്കളോട് കാണിക്കേണ്ട ബാധ്യതകൾ ഈ സംഭവത്തിൽ നിന്ന് മനസ്സിലാക്കാം. മക്കളെ പഴിചാരുന്നതിനു മുമ്പ് അവരോട് ചെയ്യേണ്ട ബാധ്യതകൾ നിർവഹിച്ചിട്ടുണ്ടോ എന്ന് പരിശോധിക്കണം. വീഴ്ചകൾ പരിഹരിക്കാനുള്ള മാർഗം കണ്ടെത്തണം. മതപഠനത്തിന് ധാരാളം മാർഗ്ഗങ്ങളുണ്ടിന്ന്. അത് പരമാവധി ഉപയോഗപ്പെടുത്തണം. ധാർമികാന്തരീക്ഷമുള്ള കലാലയങ്ങളിൽ കുട്ടികളെ ചേർത്ത് പഠിപ്പിക്കണം.

ശാഫിഈ മദ്ഹബിലെ സമുന്നത പണ്ഡിതൻ ഇമാം നവവി(റ)വിന്റെ പിതാവ് ഒരു കച്ചവടക്കാരനായിരുന്നു. കുട്ടിയുടെ ബുദ്ധിശക്തിയും അറിവിനോടുള്ള താത്പര്യവും മനസ്സിലാക്കിയ പിതാവ് മകനെ ഒരു മതപണ്ഡിതനാക്കാൻ തീരുമാനിച്ചു. ജന്മനാട്ടിൽ അനുയോജ്യമായ സാഹചര്യമില്ലാത്തതിനാൽ ഡമസ്കസിലേക്ക് പറഞ്ഞയച്ചു. അന്ന് ഡമസ്കസിൽ മുന്നൂറിലധികം മതസർവകലാശാലകളുണ്ടായിരുന്നുവെന്നാണ് ചരിത്രം.

ശാഫിഈ മദ്ഹബിലെ സമുന്നത പണ്ഡിതൻ ഇമാം നവവി(റ)വിന്റെ പിതാവ് ഒരു കച്ചവടക്കാരനായിരുന്നു. കുട്ടിയുടെ ബുദ്ധിശക്തിയും അറിവിനോടുള്ള താത്പര്യവും മനസ്സിലാക്കിയ പിതാവ് മകനെ ഒരു മതപണ്ഡിതനാക്കാൻ തീരുമാനിച്ചു. ജന്മനാട്ടിൽ അനുയോജ്യമായ സാഹചര്യമില്ലാത്തതിനാൽ ഡമസ്കസിലേക്ക് പറഞ്ഞയച്ചു.

ദം ചോദിച്ചെങ്കിലും ആ കുട്ടി സമ്മതിച്ചില്ല. അങ്ങനെ നബി(സ) വിഭവം ആ കുട്ടിക്കു തന്നെ ആദ്യം നൽകി. മുതിർന്നവരെ ആദരിക്കണമെന്നും കുട്ടികളെ പരിഗണിക്കണമെന്നും ഈ സംഭവത്തിലൂടെ നബി(സ) ബോധ്യപ്പെടുത്തുകയായിരുന്നു.

സ്നേഹത്തോടെ ശാസിക്കാം

കുട്ടികളിൽ എന്തെങ്കിലും പിഴവുകൾ കാണുമ്പോൾ സ്നേഹത്തോടെ ഉപദേശിക്കണം. അവർക്ക് അമിത സ്വാതന്ത്ര്യം നൽകലും ചോദിക്കുന്നതെല്ലാം നൽകലുമല്ല സ്നേഹം. ഉമറുബ്നുഅബീസലമ(റ) പറഞ്ഞു: 'ഞാൻ നബി(സ)യുടെ സംരക്ഷണത്തിൽ കഴിയുന്ന ഒരു കുട്ടിയായിരുന്നു. ഭക്ഷണം കഴിക്കുമ്പോൾ എന്റെ കൈ തളികയുടെ എല്ലാ ഭാഗത്തും പരതുമായിരുന്നു. അപ്പോൾ നബി(സ) എന്നോട് പറഞ്ഞു: 'മോനേ, ബിസ്മി ചൊല്ലി വലതുകൈകൊണ്ട് തളികയിൽ നിന്റെ അരികിലുള്ളതെടുത്ത് ഭക്ഷിക്കുക.' അതിനുശേഷം ഈ രീതിയിലായിരുന്നു ഞാൻ ഭക്ഷണം കഴിച്ചിരുന്നത്.' (ബുഖാരി)

ഹലാലായ സമ്പാദ്യം

മനുഷ്യരുടെ ധാർമികശുദ്ധിയിൽ ഭക്ഷണത്തിന് വലിയ സ്വാധീനമുണ്ട്. മക്കൾക്ക് നൽകുന്ന ഭക്ഷണം ഹലാലായിരിക്കണം.

ഹറാം ഭക്ഷിക്കുന്നവരുടെ ഹൃദയം നന്മയെ സ്വീകരിക്കാനോ ഉപദേശങ്ങൾ ഉൾക്കൊള്ളാനോ കഴിയാത്ത വിധം കടുത്തുപോകും.

ഇമാം അഹ്മദുബ്നുഹമ്പൽ(റ)വിനോട് ഒരാൾ ചോദിച്ചു: 'അബൂഅബ്ദില്ലാഹ്, ഹൃദയം മൃദുലമാകുന്നതെങ്ങനെയാണ്?' അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു: 'ഹലാലായ ഭക്ഷണം കഴിക്കുമ്പോഴാണ് ഹൃദയം മൃദുലമാവുക.' (ഹിൽയത്തുൽ ഔലിയാഅ്)

അബൂഹുറയ്റ(റ) നിവേദനം. പ്രവാചകപുത്രന്മാരായ ഹസനും(റ) ഹുസൈനും(റ) ഒരിക്കൽ സകാത്തിന്റെ ഈത്തപ്പഴമെടുത്ത് കളിക്കുകയായിരുന്നു. അതിനിടെ അവരിലൊരാൾ അതിൽ നിന്ന് ഒരു ഈത്തപ്പഴമെടുത്ത് വായിലിട്ടു. നബി(സ) ഉടനെ അവരുടെ വായിൽ നിന്ന് അതെടുത്തുകളഞ്ഞുകൊണ്ട് ചോദിച്ചു: 'മുഹമ്മദിന്റെ കുടുംബം സകാത്തിന്റെ ധനം ഭക്ഷിക്കുകയില്ലെന്ന് നിനക്കറിയില്ലേ?' (ബുഖാരി)

വൈജ്ഞാനിക രംഗത്ത് തുല്യതയില്ലാത്ത സംഭാവനകളർപ്പിച്ച പ്രമുഖ പണ്ഡിതനും മഹാപ്രതിഭയുമായിരുന്ന ഇമാം ഗസാലി(റ)വിന്റെ പിതാവായിരുന്ന മുഹമ്മദ് ഗസ്സാലി(റ) സ്വന്തമായി അധ്വാനിച്ചുണ്ടാക്കിയതു മാത്രമേ താനും കുടുംബവും ഭക്ഷിക്കൂ എന്ന് ദൃഢപ്രതിജ്ഞയെടുത്ത മഹാനായിരുന്നു. കമ്പിളി നെയ്ത് അങ്ങാടിയിൽ കൊണ്ടുപോയി വിറ്റു കിട്ടുന്ന പണം കൊണ്ടായിരുന്നു ഉപജീവനം. വലിയ സാമ്പത്തിക പ്രയാസം നേരിട്ടപ്പോഴും ഈ തീരുമാനം അദ്ദേഹം മാറ്റിയില്ല. മരണാസന്നനായപ്പോൾ തന്റെ മരണശേഷം കുട്ടികൾക്ക് ദീൻ പഠിപ്പിക്കണമെന്നവർ സുഹൃത്തിനോട് വസ്വിയ്യത്ത് ചെയ്തു. ഒരു ചെറിയ പണക്കിഴി പഠനാവശ്യത്തിന് ഉപയോഗപ്പെടുത്താൻ ഏൽപ്പിക്കുകയും ഹറാം ഒരിക്കലും മക്കൾക്ക് നൽകരുതെന്ന് താക്കീത് നൽകുകയും ചെയ്തു. മക്കൾ നന്നാകാനുള്ള സൂക്ഷ്മതയായിരുന്നു ഇതെല്ലാം.

സമ്മർടിപ്സ്

വേനൽച്ചൂടിൽ ജാഗ്രത വേണം

● ഏപ്രിൽ മെയ് മാസങ്ങളിലെ അന്തരീക്ഷത്തിന്റെ ചൂട് വർഷംതോറും വർധിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. ജലസ്രോതസ്സുകൾ കുറയുന്നതും പച്ചപ്പുകളും വൃക്ഷങ്ങളും ഇല്ലാതാകുന്നതും സ്ഥിതി കൂടുതൽ വഷളാക്കുന്നു.

● സൂര്യാഘാതത്തിനും സൂര്യാതപത്തിനും സാധ്യത കൂടുതലായതിനാൽ പകൽ പതിനൊന്നിനും മൂന്നിനുമിടയിൽ പരമാവധി പുറത്തിറങ്ങാതിരിക്കുക.

● ക്ഷീണം, ഛർദി, തലകറക്കം, തലവേദന, പേശിവലിവ്, അസാധാരണമായ വിയർപ്പ്, ദാഹം, മൂത്രത്തിന്റെ അളവ് കുറയൽ, മൂത്രം കടും മഞ്ഞ നിറമാവൽ, ബോധക്ഷയം എന്നിവയെല്ലാം സൂര്യാതപത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളാണ്.

● അന്തരീക്ഷതാപം മൂലം മനുഷ്യശരീരത്തിലെ താപനിയന്ത്രണ സംവിധാനങ്ങൾ തകരാറിലാകുന്ന അവസ്ഥയാണ് സൂര്യാഘാതം.

● ചൂട് ആഗിരണം ചെയ്യാത്ത കട്ടികുറഞ്ഞ ഇളം നിറത്തിലുള്ള കോട്ടൺ, ഖദർ വസ്ത്രങ്ങളാണ് വേനൽക്കാലത്ത് ഉചിതം.

● വായു സഞ്ചാരമുള്ള ചെരുപ്പുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. ഷൂ ഉപയോഗിക്കുന്നവർ വിയർപ്പു വലിച്ചെടുക്കുന്ന സോക്സ് ധരിക്കണം.

● അത്യാവശ്യങ്ങൾക്കു വേണ്ടി പകൽസമയത്ത് പുറത്തിറങ്ങുമ്പോൾ കുടിവെള്ളവും കുടയും കൂടെ കരുതാം.

● വേനൽക്കാലത്ത് വാഹനങ്ങൾ വെയിലത്ത് പാർക്ക് ചെയ്തു കുട്ടികളെ അകത്തിരുത്തി ഷോപ്പിംഗിനും മറ്റും പോകുന്നത് വലിയ അപകടം വരുത്തും.

● ദിവസവും രണ്ടുതവണയെങ്കിലും കുളിക്കുക. ശേഷം തല നന്നായി തോർത്തുകയും വേണം.

കവർസ്റ്റോറി

സൈനുദ്ദീൻ ശാമിൽ ഇർഫാനി

കുട്ടിക്കുറ്റവാളികൾ വർദ്ധിക്കുമ്പോൾ

വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും യുവാക്കൾക്കുമിടയിൽ അക്രമവാസന വ്യാപകമാകുന്നതായാണ് ആനുകാലിക സംഭവങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നത്. കോഴിക്കോട് താമരശ്ശേരിയിൽ പത്താം ക്ലാസ് വിദ്യാർത്ഥി മുഹമ്മദ് ഷഹബാസ് സമപ്രായക്കാരായ വിദ്യാർഥികളുടെ ആക്രമണത്തിൽ കൊല്ലപ്പെട്ട ദാരുണ സംഭവം ടീനേജ് വിദ്യാർത്ഥികൾക്കിടയിൽ രൂപപ്പെടുന്ന ദുഷ്പ്രവണതകളുടെ തീവ്രതയാണ് വ്യക്തമാക്കുന്നത്. ഒരു ട്യൂഷൻസെന്ററിലെ ഫെയർവെൽപാർട്ടിയിലുണ്ടായ നിസ്സാര തർക്കമാണ് ഗുരുതരമായ സംഘർഷത്തിലേക്കും ഷഹബാസിന്റെ മരണത്തിലേക്കും നയിച്ചത്. ഇത്തരത്തിലുള്ള അക്രമങ്ങൾ പെരുകുന്നതിനു പല കാരണങ്ങളുണ്ട്.

മാധ്യമങ്ങളിലൂടെ പ്രചരിക്കുന്ന അക്രമപരമായ സന്ദേശങ്ങൾ ഇതിനൊരു പ്രധാന കാരണമാണ്. അക്രമവും അശ്ലീലതയുമില്ലെങ്കിൽ കലാ-സാഹിത്യ രംഗം തന്നെ അവഗണിക്കപ്പെടുന്ന അവസ്ഥയാണിന്നുള്ളത്. കാഴ്ചക്കാരെ പിടിച്ചിരുത്തുന്ന തീവ്രമായ അക്രമരംഗങ്ങൾ വിറ്റഴിച്ചാണ് പല സിനിമാനിർമ്മാതാക്കളും തടിച്ചു കൊഴുക്കുന്നത്.

ഇതു സംബന്ധമായി തദ്ദേശസ്വയംഭരണ - എക്സൈസ് വകുപ്പ് മന്ത്രി എം.ബി രാജേഷിന്റെ വെളിപ്പെടുത്തൽ ശ്രദ്ധേയമാണ്: 'കൗമാരക്കാരിൽ അക്രമങ്ങൾ കൂടുന്നതിനോടൊപ്പം മയക്കുമരുന്നിന്റെ സ്വാധീനവും വർധിക്കുകയാണ്. ഈ സംസ്കാരം പടരുന്നതിൽ ഇക്കാലത്തെ സിനിമകൾക്ക് വലിയ പങ്കുണ്ട്. അക്രമം ആഘോഷിക്കപ്പെടുന്ന സാഹചര്യമാണ് നിലവിലുള്ളത്. ഏറ്റവും വലിയ വയലൻസ് കാണാമെന്ന പരസ്യവുമായാണ് അടുത്തിടെ ഒരു സിനിമ തിയേറ്ററുകളിലെത്തിയത്. 'വയലൻസിന്റെ നരകത്തിലേക്ക് സ്വാഗതം' എന്നാണ് മറ്റൊരു സിനിമയുടെ ക്യാപ്ഷൻ. സിനിമകളും വെബ്സീരീസുകളും സോഷ്യൽമീഡിയ ഉപയോക്താക്കളിൽ ചെലുത്തുന്ന ദുഃസ്വാധീനം ചെറുതല്ല. ഇതിലൂടെ നിരവധി വെല്ലുവിളികളാണ് സംസ്ഥാനം നേരിടുന്നത്. കേരളത്തിൽ 60 കോടിയുടെ മയക്കുമരുന്നാണ് കഴിഞ്ഞ വർഷം പിടികൂടിയത്. മറ്റു സംസ്ഥാ

നങ്ങളിൽ നിന്നാണ് സിന്തറ്റിക് ലഹരികൾ കേരളത്തിലെത്തുന്നത്. ആഗോള വ്യാപകമായുണ്ടായ മയക്കുമരുന്ന് ഉപയോഗത്തിലെ വർധന കേരളത്തിലും പ്രതിഫലിച്ചിട്ടുണ്ട്.'

ഹൊറർസിനിമകളിൽ നിന്നു പ്രചോദനമുൾക്കൊണ്ടാണ് പല കൗമാരക്കാരും സമപ്രായക്കാരുടെ ഗ്രൂപ്പുകളിൽ ആധിപത്യം സ്ഥാപിക്കാനും മേൽക്കോയ്മ നേടാനുമുള്ള ഉപകരണമായി അക്രമം ഉപയോഗിക്കുന്നത്. കൈക്കരുത്ത് പ്രകടിപ്പിക്കുന്നതിനും പൊങ്ങച്ചം കാണിക്കുന്നതിനുമുള്ള മാർഗമായും കൗമാരക്കാർ അക്രമത്തെ കാണുന്നുണ്ടെന്നതിന്റെ വ്യക്തമായ തെളിവുകളാണ് സമീപകാലത്ത് റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യപ്പെടുന്ന വാർത്തകൾ.

പുതിയ വാക്കുകളും പാട്ടുകളും ആശയങ്ങളുമെല്ലാം പഠിക്കാൻ ചില കാർട്ടൂണുകൾ കുട്ടികളെ സഹായിക്കുമെങ്കിലും കാർട്ടൂണിലെ കഥാപാത്രങ്ങൾ കുഞ്ഞുങ്ങളെ പ്രതികൂലമായി സ്വാധീനിക്കുന്നുണ്ടെന്നത് യാഥാർത്ഥ്യമാണ്. അക്രമവാസന വളർത്തുന്നതും മോശം പദങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതുമായ കാർട്ടൂൺ പരമ്പരകൾ കാണാൻ കുട്ടികളെ ഒരു കാരണവശാലും അനുവദിക്കരുത്. കാർട്ടൂണിലെ അമാനുഷിക ശക്തിയുള്ള കഥാപാത്രങ്ങളാണ് പല കുട്ടികളുടെയും റോൾമോഡലുകൾ. ജീവിതത്തിലും അത്തരം കഥാപാത്രങ്ങളെ അനുകരിക്കുന്ന പിഞ്ചുമക്കൾ വളർച്ചയുടെ ശരിയായ ദിശയിൽ നിന്ന് പുറകോട്ട് പോവുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്.

സിനിമയും ലഹരിയുമാണ് രക്തം മരവിപ്പിക്കുന്ന ആക്രമണങ്ങൾക്കു പിന്നിലെ പ്രധാന പ്രതികൾ. ചില വീഡിയോ ഗെയ്മുകളും ആക്രമണോത്സുക പെരുമാറ്റത്തിന് കാരണമാകുന്നുണ്ടെന്നും അതിക്രമരംഗങ്ങൾ നിറഞ്ഞ സിനിമ കുട്ടികളിൽ ദുഷ്പ്രവണതകൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നുണ്ടെന്നും പഠനങ്ങൾ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നുണ്ട്.

ലഹരി കുട്ടികളുടെ ശാരീരിക-മാനസികാരോഗ്യത്തെ സാരമായി ബാധിക്കുമെന്ന കാര്യത്തിൽ

അക്രമവാസന വളർത്തുന്നതും മോശം പദങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുന്നതുമായ കാർട്ടൂൺ പരമ്പരകൾ കാണാൻ കുട്ടികളെ ഒരു കാരണവശാലും അനുവദിക്കരുത്. കാർട്ടൂണിലെ അമാനുഷിക ശക്തിയുള്ള കഥാപാത്രങ്ങളാണ് പല കുട്ടികളുടെയും റോൾമോഡലുകൾ. ജീവിതത്തിലും അത്തരം കഥാപാത്രങ്ങളെ അനുകരിക്കുന്ന പിഞ്ചുമക്കൾ വളർച്ചയുടെ ശരിയായ ദിശയിൽ നിന്ന് പുറകോട്ട് പോവുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്.

സംശയമില്ല. ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്നവർക്ക് അകാരണമായ ഉന്മാദവും ദുഃഖവും അനുഭവപ്പെടുന്നു. തീവ്രമായ ദേഷ്യം, വെറുപ്പ്, നിരാശ, ഭയം തുടങ്ങിയവക്കടിമപ്പെട്ട് ആത്മധൈര്യം ചോർന്ന് ആത്മഹത്യാചിന്തയിൽ പോലും അത്തരക്കാർ എത്തിപ്പെടുന്നു.

ലഹരിക്കടിമപ്പെടുന്ന കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസം, ജോലി, വിവാഹജീവിതം, സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങൾ എന്നിവയെല്ലാം അവതാളത്തിലാകും. ഈയിടെയായി ലഹരിയുടെ ഉപയോഗം വിദ്യാർത്ഥികളിൽ ക്രമാതീതമായി വർധിച്ചിട്ടുണ്ട്. കേരളത്തിലെ കുട്ടികളിൽ പലരും 12 വയസ്സിൽ മദ്യപാനം ആരംഭിക്കുന്നുണ്ടെന്നാണ് പുതിയ കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. അതിനു മുമ്പേ സിന്തറ്റിക് ലഹരികൾ ഉപയോഗിക്കുന്നവരുമുണ്ട്. ഇഞ്ചക്ഷൻ ചെയ്തുപയോഗിക്കുന്ന ബ്രൗൺ ഷുഗറും അപകടകാരിയായ കൊക്കൈനും വരെ നാട്ടിൻപുറങ്ങളിലെ പെട്ടിക്കടകളിൽ പോലും സുലഭമാണെന്ന നടുക്കുന്ന യാഥാർഥ്യം നാം തിരിച്ചറിഞ്ഞേ പറ്റൂ.

കഞ്ചാവ്, മദ്യം തുടങ്ങിയ ലഹരി വസ്തുക്കൾ സ്ഥിരമായി ഉപയോഗിക്കുന്നവരിൽ തലച്ചോ

റിലെ ഡോപ്പെമിൻ എന്ന രാസ വസ്തുവിന്റെ അളവ് ക്രമാതീത മായി വർധിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ് മിഥ്യാവിശ്വാസങ്ങളും മിഥ്യാ നുഭവങ്ങളും അകാരണമായ ഭയവുമെല്ലാം അനുഭവപ്പെടുന്നത്.

കുട്ടികളിൽ ഇത്തരത്തിലുള്ള ലക്ഷണങ്ങൾ കാണുന്ന പക്ഷം രക്ഷിതാക്കൾ വളരെ ജാഗ്രത യോടെ വിഷയങ്ങൾ കൈകാര്യം ചെയ്യേണ്ടതാണ്.

കുട്ടികൾ ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ടോ എന്ന് മാതാപിതാക്കൾ നിരീക്ഷിക്കണം. ദീർഘ നേരം മുറിയടച്ച് ഒറ്റക്കിരിക്കുക, വീട്ടിലുള്ളവരോട് സംസാരിക്കാൻ തീരെ താൽപര്യം കാണിക്കാതിരിക്കുക, കണ്ണുകൾ ചുവന്നിരിക്കുക, കണ്ണുകളിൽ നിന്ന് ദീർഘനേരം കണ്ണുനീർ വരിക, നിസ്സാരകാര്യങ്ങൾക്ക് പോലും പൊട്ടിത്തെറിക്കുക, ഉറക്കക്കുറവും വിശപ്പില്ലായ്മയും അനുഭവപ്പെടുക, ഒരിടത്ത് ഉറച്ചിരിക്കാനാകാതെ അങ്ങോട്ടുമിങ്ങോട്ടും അസ്വസ്ഥമായി നടക്കുക തുടങ്ങിയവ ലഹരിക്കടിമപ്പെട്ടവരിൽ കാണുന്ന ചില ലക്ഷണങ്ങളാണ്. അകാരണമായ ഭയം, സംശയം എന്നിവ കാരണമായുണ്ടാകുന്ന മിഥ്യാധാരണകൾ, ശരീരം പെട്ടെന്ന് മെലിയുക, അക്രമസ്വഭാവം കാണിക്കുക, രാത്രി വീട്ടിൽ വരാതെ മറ്റു സ്ഥലങ്ങളിൽ തങ്ങുക, വീട്ടിൽ നിന്ന് പണവും വിലപിടിപ്പുള്ള വസ്തുക്കളും മോഷ്ടിക്കുക, രഹസ്യങ്ങൾ ഒളിപ്പിക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്ന സ്വഭാവം പ്രകടിപ്പിക്കുക, റൂമിൽ അസാധാരണമായ മണം അനുഭവപ്പെടുക, അപരിചിതരോ പ്രായത്തിൽ മുതിർന്നവരോ ആയ പുതിയ കൂട്ടുകാരുണ്ടാവുക, കൈകളിലോ ദേഹത്തോ നിറവ്യത്യാസമോ മുറിവുകളോ കാണുക തുടങ്ങിയവയും ലഹരിക്കടിമപ്പെട്ടവരിൽ സാധാരണമായി കാണപ്പെടുന്ന ലക്ഷണങ്ങളാണ്.

ലഹരിക്കടിമപ്പെടുന്ന കുട്ടികളുടെ വിദ്യാഭ്യാസം, ജോലി, വിവാഹജീവിതം, സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങൾ എന്നിവയെല്ലാം അവതാളത്തിലാകും. ഈയിടെയായി ലഹരിയുടെ ഉപയോഗം വിദ്യാർത്ഥികളിൽ ക്രമാതീതമായി വർധിച്ചിട്ടുണ്ട്. കേരളത്തിലെ കുട്ടികളിൽ പലരും 12 വയസ്സിൽ മദ്യപാനം ആരംഭിക്കുന്നുണ്ടെന്നാണ് പുതിയ കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.

നിയമംകൊണ്ടു മാത്രം ഇത് നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയണമെന്നില്ല. ചെറുപ്രായം മുതലുള്ള നിരന്തര ബോധവത്കരണം, സന്നദ്ധസംഘടനകളുടെയും മറ്റും സഹകരണത്തോടെയുള്ള നിരന്തര ലഹരി വിരുദ്ധ പ്രചാരണം, വിദ്യാഭ്യാസ സ്ഥാപങ്ങൾക്ക് സമീപം കലാലയാധികൃതരുടെയും നിയമപാലകരുടെയും സജീവ നിരീക്ഷണം, നാട്ടുകൂട്ടായ്മകളുടെയും മഹല്ലുകളുടെയും ഒരുമിച്ചുള്ള ലഹരിവിരുദ്ധ പ്രവർത്തനങ്ങൾ തുടങ്ങി കൂട്ടായ ശ്രമത്തിലൂടെ മാത്രമേ ഈ വിപത്തിനെ തടയാൻ കഴിയൂ. രക്ഷിതാക്കളുടെ നിരന്തര ജാഗ്രതയാണ് ഇതിൽ ഏറ്റവും പ്രധാനം.

മക്കളിൽ ലഹരി ഉപയോഗമു

ണ്ടെന്നു ബോധ്യപ്പെട്ടാൽ അതിന്റെ തുടക്കവും സാഹചര്യവും കാരണവും മനസ്സിലാക്കി ആവശ്യമെങ്കിൽ അധ്യാപകരുടെയും കൗൺസലർമാരുടെയും സൈക്കോളജിസ്റ്റുകളുടെയും സൈക്യാട്രിസ്റ്റുകളുടെയും സഹായം തേടാനും അവർ നിർദ്ദേശിക്കുന്ന പരിഹാരമാർഗങ്ങൾ സ്വീകരിക്കാനും രക്ഷിതാക്കൾ തയ്യാറാവണം.

ശകാരമോ കുറ്റപ്പെടുത്തലോ ദേഹോപദ്രവമോ വഴി പരിഹാരം തേടുന്നത് കൂടുതൽ അപടത്തിലേക്കേ നയിക്കൂ. രക്ഷിതാക്കൾ വിഷയം മനസ്സിലാക്കി, തെറ്റുതിരുത്തി മക്കളെ ചേർത്തുപിടിക്കുകയാണ് വേണ്ടത്. സ്രഷ്ടാവ് നമുക്കു നൽകിയിരിക്കുന്ന ഏറ്റവും അമൂല്യമായ സമ്മാനവും ഉത്തരവാദിത്തവുമാണ് നമ്മുടെ കുഞ്ഞുങ്ങളെന്ന ബോധ്യം രക്ഷിതാക്കൾക്കുണ്ടാകണം.

സാഹചര്യമാണ് പലപ്പോഴും കുട്ടികളെ തെറ്റിലേക്ക് നയിക്കുന്നത്. വഴിതെറ്റി സഞ്ചരിക്കാൻ അവസരം കൊടുക്കാതിരിക്കലാണ് ഇതിന്നുള്ള പ്രതിവിധി. കുറ്റപ്പെടുത്താതിരിക്കുക, തുറന്നു സംസാരിക്കുക, ഒറ്റപ്പെടുത്താതിരിക്കുക, കൂടെയുണ്ടെന്ന ധൈര്യം നൽകുക, പേടിപ്പിക്കാതിരിക്കുക, പരിഹാരമുണ്ടെന്ന് ബോധിപ്പിക്കുക, കാര്യങ്ങൾ സംസാരിച്ചു മനസ്സിലാക്കുക എന്നിവയാണ് രക്ഷിതാക്കൾ ചെയ്യേണ്ടത്.

ദിവസവും മക്കളോടൊപ്പം കുറച്ചു സമയം ചെലവഴിക്കുക, സ്വഭാവത്തിലെ ചെറിയ വ്യത്യാസങ്ങൾ പോലും കണ്ടെത്തി അവർക്ക് നേർവഴി കാണിക്കുക, കുട്ടികൾക്ക് മനസ്സിലാകുന്ന രീതിയിൽ മാത്രം കാര്യങ്ങൾ സംസാരിക്കുക, അവർക്ക് പറയാനുള്ള കാര്യങ്ങൾ ക്ഷമയോടെ കേൾക്കുക, അവർക്ക് നിയന്ത്രിത സ്വാതന്ത്ര്യം നൽകി വളർത്തുക, കുട്ടികളുടെ കൂട്ടുകാർ ആരൊക്കെയാണെന്നും എങ്ങനെയുള്ളവരാണെന്നും മനസ്സിലാക്കുക, എന്തും മാതാപിതാക്കളോട് തുറന്നു പറയാനുള്ള ധൈര്യവും സ്വാതന്ത്ര്യവും അവർക്കു നൽകുക തുടങ്ങിയവയും ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്.

കുട്ടികളുടെ മുന്നിൽ വഴക്കു കൂടാതിരിക്കാനും മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം. മാതാപിതാക്കൾ തമ്മിലുള്ള കലഹം പലപ്പോഴും കുട്ടികളിൽ മാനസികസംഘർഷങ്ങൾക്കു വഴിയൊരുക്കും. അവർ പരസ്പരം പറയുന്ന വാക്കുകളും വെല്ലുവിളികളും കുട്ടികളിൽ കനത്ത മാനസികാഘാതം സൃഷ്ടിക്കും.

വീട്ടിൽ പ്രായമായവരുണ്ടെങ്കിൽ കൂടുതൽ സമയം അവരോടൊപ്പം ചെലവഴിക്കാൻ കുട്ടികളെ അനുവദിക്കാനും രക്ഷിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം.

സമ്മർടിപ്സ്

വേനലിലെ ഭക്ഷണക്രമം

- കോളകളും സോഫ്റ്റ് ഡ്രിങ്കുകളും ഒഴിവാക്കി പഴച്ചാറുകളും സ്ക്വാഷുകളും ഇളനീരും കഴിക്കാം. തണ്ണിമത്തൻ പോലുള്ള ജലാംശം ധാരാളമടങ്ങിയ പഴങ്ങൾ പതിവാക്കാം.
- ഫാസ്റ്റ്ഫുഡുകൾ പരമാവധി ഒഴിവാക്കി വീട്ടിൽ പാചകം ചെയ്ത ഫ്രഷ് ഭക്ഷണങ്ങൾ മാത്രം കഴിക്കുക.
- ഉപ്പ്, മുളക്, പുളി എന്നിവ ഒഴിവാക്കാം. പച്ചക്കറികൾ ധാരാളം മെനുവിൽ ഉൾപ്പെടുത്താം.
- ദാഹമില്ലെങ്കിലും കൃത്യമായ ഇടവേളകളിൽ വെള്ളം കുടിക്കണം. ദിവസവും തിളപ്പിച്ചാറ്റിയ രണ്ടോ മൂന്നോ ലിറ്റർ വെള്ളം നിശ്ചിത ഇടവേളകളിൽ കുടിക്കുന്നതാണ് നല്ലത്.

തീപിടുത്തം ഒഴിവാക്കാം

- വേനൽ കടുക്കുന്നതോടെ പലയിടങ്ങളിലും തീപിടുത്തങ്ങളുണ്ടാകാറുണ്ട്.
- വീട്ടുമുറ്റത്തും പറമ്പിലും ചപ്പുചവറുകൾ കൂട്ടിയിട്ടു കത്തിക്കുന്നവർ അതിനുശേഷം തീ പൂർണ്ണമായും അണഞ്ഞിട്ടുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക.
- കഴിയുന്നതും ഇത്തരം വസ്തുക്കൾ കത്തിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കണം. തീയാളിക്കത്തുമ്പോൾ അന്തരീക്ഷത്തിലെ ചൂട് വർദ്ധിക്കുമല്ലോ. വലിയ തീപ്പിടിത്തത്തിനും അത് കാരണമായേക്കാം.
- അതിരാവിലെയോ വൈകുന്നേരമോ മാത്രം മുൻകരുതലുകളോടെ തീയുടുക.
- തോട്ടങ്ങളുടെ അതിരിലെ കാടുകൾ വെട്ടിത്തെളിച്ച് വൃത്തിയാക്കുക.
- അപകടകരമായ നിലയിൽ താഴ്ന്നു നിൽക്കുന്ന ഇലക്ട്രിക് ലൈനുകൾ അധികൃതരുടെ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുത്തുക.
- കാടു കത്തിക്കുകയും കുറ്റിക്കാടുകളുള്ള പ്രദേശങ്ങളിലിരുന്നു പുകവലിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവരെ കണ്ടാൽ നിയമപാലകരെ അറിയിക്കുക.

കവർസ്റ്റോറി

ഫവാസ് പട്ടുവം

അവധിക്കാലം പാഴാക്കല്ലേ

വിദ്യാലയങ്ങളിൽ പരീക്ഷകൾ അവസാനിച്ചു. വേനലവധിയാണിപ്പോൾ. പഠനത്തിനും പഠനാനുബന്ധ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും താൽക്കാലിക വിശ്രമം. അവധിക്കാലം വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് അനുഭവങ്ങളുടെയും ആസ്വാദനങ്ങളുടെയും ഇടവേളയാണ്. വളരെ ഗൗരവത്തോടെ വേണം അവധിക്കാലം വിനിയോഗിക്കാൻ. വേനലവധിക്കാലത്ത് വിദ്യാർത്ഥികളുടെ നൈസർഗിക ശേഷികൾ കണ്ടെത്താനും വികസിപ്പിക്കാനും സാമൂഹികനന്മകൾ നട്ടുവളർത്താനും ധാർമികചിട്ടകൾ പരിശീലിപ്പിക്കാനും രക്ഷിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം.

വ്യക്തിത്വവികസനം

മാതാപിതാക്കളെ അസ്വസ്ഥരാക്കുന്ന വാർത്തകളാണിന്ന് ദിവസം തോറും കേൾക്കുന്നത്. കുട്ടിക്കുറ്റവാളികളുടെ എണ്ണം വർധിച്ചുവരികയാണ്. ഇത്തരം സാഹചര്യത്തിൽ വിദ്യാർത്ഥികളിൽ ധാർമിക ശീലങ്ങൾ വളർത്തിയെടുക്കൽ അനിവാര്യമാണ്. പ്രഥമ പാഠശാലകളാണല്ലോ വീടും കുടുംബവും. ദിനചര്യകളിലെ സമയനിഷ്ഠ, മുതിർന്നവരോടും അയൽവാസികളോടും സുഹൃത്തുക്കളോടും കുടുംബത്തിലെ അംഗങ്ങളോടുമുള്ള പെരുമാറ്റം തുടങ്ങിയ സ്വഭാവഗുണങ്ങളെല്ലാം മക്കൾക്ക് ശീലിപ്പിക്കണം.

അച്ചടക്കം ശീലമാക്കാം

അച്ചടക്കവും സമയനിഷ്ഠയും വിദ്യാർത്ഥികളുടെ മുഖമുദ്രയാകണം. ജീവിതനിലവാരം മെച്ചപ്പെടുത്താനും ലക്ഷ്യബോധമുണ്ടാവാനും ഇവ അനിവാര്യഘടകങ്ങളാണ്. അവധിക്കാലത്തെ സമയങ്ങൾ എന്തിനെല്ലാം വിനിയോഗിക്കണം, എങ്ങനെ വിനിയോഗിക്കണം എന്ന് ആസൂത്രണം ചെയ്ത് ടൈം ചാർട്ട് നിർമിക്കാം. കുട്ടികൾ അത് പാലിക്കുന്നുണ്ടെന്ന് രക്ഷിതാക്കൾ ഉറപ്പുവരുത്തണം. വ്യക്തിത്വവികസനത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന

ഫാമിലിടൈം

ഫാമിലി ടൈമിന്റെ അഭാവമാണ് പുതിയ കാലത്തെ വിദ്യാർത്ഥികൾ നേരിടുന്ന പ്രധാന പ്രശ്നങ്ങളിലൊന്ന്. മക്കൾക്കൊപ്പം ചെലവഴിക്കാൻ രക്ഷിതാക്കൾ സമയം കണ്ടെത്തണം. വീടകങ്ങളിൽ ലഭിക്കേണ്ട സ്നേഹവും പരിഗണനയും ശാസനകളും കൃത്യമായി ലഭിക്കാതെ വരുമ്പോഴാണ് വിദ്യാർത്ഥികൾ ദുഷിച്ച കൂട്ടുകെട്ടുകളിൽ അകപ്പെട്ടുപോകുന്നത്. വീടകങ്ങളിൽ ലഭിക്കേണ്ട സ്നേഹവും പരിഗണനയും അന്യമാകുമ്പോൾ അവരിൽ സ്വഭാവവൈകല്യങ്ങൾ കാണപ്പെടുന്നു. ഈ അവധിക്കാലത്ത് മക്കളോടൊത്ത് കൂടുതൽ സമയം ചെലവഴിക്കാൻ മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം.

ചങ്ങാതിക്കൂട്ടം

വ്യക്തിത്വ രൂപീകരണത്തിൽ സൗഹൃദങ്ങൾക്ക് വലിയ സ്വാധീനമുണ്ട്. തിരുനബി(സ) പറഞ്ഞു: 'ഒരാളുടെ സ്വഭാവത്തെക്കുറിച്ച് മനസ്സിലാക്കാൻ അയാളുടെ സുഹൃത്തുക്കളെ നിരീക്ഷിച്ചാൽ മതി.' മലിനമായ സാമൂഹിക ചുറ്റുപാടുകളിൽ രക്ഷിതാക്കൾ ഏറെ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യമാണിത്. മയക്കുമരുന്നുകളുടെ ലഭ്യതയും ഉപയോഗവും സമൂഹത്തിൽ

അനിയന്ത്രിതമായി വ്യാപിച്ചിട്ടുണ്ട്. വിദ്യാർഥികളെ ലക്ഷ്യമാക്കി പ്രവർത്തിക്കുന്ന ലഹരിസംഘങ്ങൾ വരെയുണ്ട്. സംസ്ഥാന സർക്കാർ നടത്തുന്ന ഓപറേഷൻ ഡി-ഹണ്ടിൽ ദിനം പ്രതി ഇരുനൂറിലധികം പേരാണ് പിടിക്കപ്പെടുന്നത്. ഇത്തരം സാഹചര്യത്തിൽ നല്ല സൗഹൃദങ്ങൾ തെരഞ്ഞെടുക്കാൻ രക്ഷിതാക്കൾ ജാഗ്രത കാണിക്കണം. അതിന് മക്കളെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയും വേണം.

ശിലയാണ് ടൈം മാനേജ്മെന്റ്. മതപരമായ കർമങ്ങൾ ചെയ്യാൻ നിർബന്ധിക്കുന്നതിനു പകരം മക്കൾ സ്വയം ചെയ്യുന്ന വിധം ഗ്രേഡിംഗ് ചാർട്ടുകളോ സ്റ്റാർ പോയിന്റുകളോ പ്രദർശിപ്പിക്കുന്നത് അവർക്കിടയിൽ മത്സരബോധമുണ്ടാക്കും.

സ്ക്രീൻടൈം കുറക്കാം

'എപ്പോഴും ഫോണിൽ തന്നെ', 'ഫോണിൽ നിന്ന് കണ്ണെടുക്കുന്ന നേരമില്ല' എന്നിങ്ങനെ കുട്ടികളുടെ സ്മാർട്ട്ഫോൺ ഉപയോഗത്തെക്കുറിച്ചാണ് പല രക്ഷിതാക്കളുടെയും പരാതി. പുതിയകാലത്ത് വിദ്യാർത്ഥികളെ സ്ക്രീനിൽ നിന്ന് പൂർണ്ണമായി മാറ്റിനിർത്താനാവില്ല. അതുകൊണ്ട് അവധിക്കാല സമയക്രമത്തിൽ പരമാവധി ഒന്നോ രണ്ടോ മണിക്കൂർ സ്ക്രീൻടൈം അനുവദിക്കാം. മാതാപിതാക്കളുടെ ശ്രദ്ധയെത്തുന്ന റൂമുകളിൽ വെച്ചായിരിക്കണം കുട്ടികളുടെ സ്ക്രീൻ ഉപയോഗം. രഹസ്യമുറികളിൽ ഒറ്റയ്ക്കിരുന്ന് സ്മാർട്ട് ഫോൺ ഉപയോഗിക്കാൻ അനവദിക്കരുത്. സ്മാർട്ട്ഫോണിലെ പാരന്റിംഗ് കൺട്രോൾ ഒപ്ഷനുകൾ ഉപയോഗിച്ച് സ്ക്രീൻ സമയം കൃത്യമായി നിയന്ത്രിക്കണം. അഞ്ചു വയസ്സിൽ താഴെയുള്ള കുട്ടികൾക്ക് പരമാവധി സ്മാർട്ട് ഡിവൈസുകൾ നൽകാതിരിക്കാൻ രക്ഷിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കണം. രണ്ടുവയസ്സിൽ താഴെയുള്ള

കുട്ടികളുടെ മുന്നിൽ വെച്ച് ദീർഘനേരം സ്മാർട്ട്ഫോൺ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കാൻ രക്ഷിതാക്കളും വീട്ടിലെ മുതിർന്ന അംഗങ്ങളും ശ്രദ്ധിക്കണം. പരിക്കേൽക്കാനിടയില്ലാത്ത ഔട്ട്-ഡോർ ഗെയിമുകളിൽ കുട്ടികളോടോപ്പം മത്സരിക്കാൻ രക്ഷിതാക്കൾ മടി കാണിക്കരുത്.

കുട്ടികൾക്ക് ഒരു കാരണവശാലും സ്മാർട്ട്ഫോണുകൾ നൽകരുത്. കുട്ടികളുടെ മുന്നിൽ വെച്ച് ദീർഘനേരം സ്മാർട്ട്ഫോൺ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കാൻ രക്ഷിതാക്കളും വീട്ടിലെ മുതിർന്ന അംഗങ്ങളും ശ്രദ്ധിക്കണം. പരിക്കേൽക്കാനിടയില്ലാത്ത ഔട്ട്-ഡോർ ഗെയിമുകളിൽ കുട്ടികളോടോപ്പം മത്സരിക്കാൻ രക്ഷിതാക്കൾ മടി കാണിക്കരുത്.

വായന ശീലം

വൈജ്ഞാനിക സമ്പാദ്യത്തിനു പുറമെ ചിന്താശേഷി വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും ഭാഷയുടെ വികസനത്തിനുമുള്ള മികച്ച ഒറ്റമൂലിയാണ് വായന. ഇസ്‌ലാം ധാർമികവായന പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നു. വ്യത്യസ്തമായ അനുഭവങ്ങളിലൂടെ സഞ്ചരിക്കാൻ വായന സഹായിക്കുന്നു. വിദ്യാർത്ഥികളുടെ സ്വഭാവരൂപീകരണത്തെ സ്വാധീനിക്കുമെന്നതിനാൽ സാമൂഹികനന്മകളും ഉപകാരപ്രദമായ വിജ്ഞാനങ്ങളുമടങ്ങിയ പുസ്തകങ്ങൾ വേണം തെരഞ്ഞെടുക്കാൻ. വ്യത്യസ്ത ഭാഷകൾ പഠിക്കാൻ തൽപരരായ വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് അതതു ഭാഷയിലുള്ള പുസ്തകങ്ങൾ നൽകുന്നത് ഭാഷാപഠനത്തിന് മുതൽക്കൂട്ടാകും.

അടുക്കളത്തോട്ടം

വേനലവധിയിൽ രക്ഷിതാക്കൾക്കും വിദ്യാർത്ഥികൾക്കും ഒരുമിച്ച് സമയം ചെലവഴിക്കാനും വിദ്യാർത്ഥികളിൽ പരിസ്ഥിതിബോധം വളർത്താനും സഹായിക്കുന്ന ലളിതമായ ജോലിയാണ് അടുക്കളത്തോട്ട നിർമാണവും പരിചരണവും. വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് കൃഷിയിൽ താൽപര്യം വളർത്താനും ബാലപാഠങ്ങൾ ലഭിക്കാനും അടുക്കളത്തോട്ടം സഹായിക്കും. വീട്ടാവശ്യത്തിന്നുള്ള ജൈവപച്ചക്കറികൾ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കാനും സ്വന്തമായി അധ്വാനിച്ച് നേടിയെടുക്കുന്ന ഫലം രുചിച്ചുള്ള മാനസിക സംതൃപ്തി അനുഭവിക്കാനും ഇതുവഴി സാധിക്കുന്നു. കാലാവസ്ഥക്കനുയോജ്യമായ വിത്തിനങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കാനും ജൈവവളങ്ങളും ജൈവകീടനാശിനികളും ഉപയോഗിക്കാനും വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് പരിശീലനം ലഭിക്കുകയും ചെയ്യും.

കവർസ്റ്റോറി

മനാസിർ പട്ല

പേരിനു പോരാ മതപഠനം

മനുഷ്യന്റെ അമൂല്യ സമ്പാദ്യങ്ങളാണ് മക്കൾ. നന്മയിൽ വളരുന്ന മക്കൾ മാതാപിതാക്കൾക്ക് കൺകുളിർമയാണ്. മറ്റെല്ലാ സമ്പാദ്യത്തെക്കാളും മക്കളുടെ ധാർമികപുരോഗതിക്കാണ് രക്ഷിതാക്കൾ പ്രാമുഖ്യം നൽകേണ്ടത്. മക്കൾക്ക് ശാരീരികവും മാനസികവും നൈസർഗികവുമായ വളർച്ച കൈവരിക്കാനാവശ്യമായ മാർഗങ്ങൾ അന്വേഷിക്കുകയും ചെയ്യണം. പുതിയകാലത്ത് ധാർമിക വിദ്യാഭ്യാസം നൽകി മക്കളെ നേർവഴിയിൽ വളർത്തൽ ശ്രമകരമായ ദൗത്യമായി മാറിയിട്ടുണ്ട്. മക്കൾ നല്ലവരാകണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കുമ്പോഴും അവർക്ക് ധാർമിക വിജ്ഞാനം പകർന്നുകൊടുക്കാനും മതപഠനത്തിന്നയക്കാനും പല രക്ഷിതാക്കളും വൈമനസ്യം കാണിക്കുന്നു.

പഴയകാല വിശ്വാസിജീവിതങ്ങളുടെ ചിട്ടകളും ചര്യകളും കണ്ടും കേട്ടും ചരിത്രങ്ങളിൽ വായിച്ചും വളർന്നവരാണ് ഇന്നത്തെ മുതിർന്ന തലമുറ. അവരുടെയെല്ലാം ജീവിതം ഇസ്‌ലാമിന്റെ പ്രായോഗിക പകർപ്പുകളായിരുന്നല്ലോ. അവരുടെ ജീവിത രീതികളിൽ നിന്നു തന്നെ യഥാർത്ഥ ഇസ്‌ലാമിനെ പഠിച്ചെടുക്കാമായിരുന്നു. മഹത്തായ സ്വഭാവഗുണങ്ങളും പൊതുജനങ്ങളോടുള്ള പെരുമാറ്റവുമായിരുന്നു അവരെ മൂല്യമുള്ള മനുഷ്യരാക്കിയത്. പിന്നീട് മതപഠനശാലകൾ വ്യാപകമായി.

മദ്റസകളുടെ പങ്ക്

വിദ്യാർത്ഥികളുടെ ധാർമികവളർച്ചയിൽ മദ്റസകൾ വഹിക്കുന്ന പങ്ക് നിർണായകമാണ്. ചെറിയ പ്രായം മുതൽ വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് ധാർമികമൂല്യങ്ങൾ പകർന്നുനൽകുന്നതിലൂടെ അച്ചടക്കവും മൂല്യബോധവുമുള്ള ഒരു സമൂഹം രൂപപ്പെടും. അറബി അക്ഷരമാലകൾക്കപ്പുറം പ്രാഥമികമായ ഇസ്‌ലാമിക ചിട്ടകളും സ്വഭാവരീതികളും മദ്റസകളിൽ കുട്ടികൾക്ക് പകർന്നു നൽകുന്നു. രാവിലെ ഉണർന്നതു മുതൽ രാത്രി ഉറങ്ങുന്നതു വരെയുള്ള എല്ലാ ശീലങ്ങളും മദ്റസകളിൽ നിന്ന് പഠിക്കുന്നു. മക്കൾ നന്നാവണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കുന്ന മാതാപിതാക്കൾ മക്കളുടെ മതപഠനം ഗൗരവത്തിലെടുക്കും. വിജ്ഞാനത്തെക്കാൾ പ്രധാനമാണ് വിവേകപൂർണമായ നിഷ്ഠകളും പെരുമാറ്റങ്ങളും.

പഠനം പാതിയിൽ നിർത്തല്ലേ

നാലോ അഞ്ചോ വർഷം പഠിച്ച് മതപഠനം അവസാനിപ്പിക്കുന്നവർ കൂടുതലാണിന്ന്. മദ്റസയിൽ പോകാത്തവരുമുണ്ട്. ദീനിനെക്കുറിച്ചുള്ള പ്രാഥമിക അവബോധം പോലും ഇവരിലുണ്ടാവില്ല. നിർബന്ധമായ ആരാധനകളെക്കുറിച്ചോ

അവയുടെ പ്രായോഗിക രീതികളെക്കുറിച്ചോ അവർക്ക് ബോധമുണ്ടാവില്ല. അവരുടെ വേഷവിധാനം, കുടുംബാംഗങ്ങളോടും പൊതുജനങ്ങളോടുമുള്ള പെരുമാറ്റം എന്നിവയിലെല്ലാം പൊരുത്തക്കേടുകൾ കാണാം.

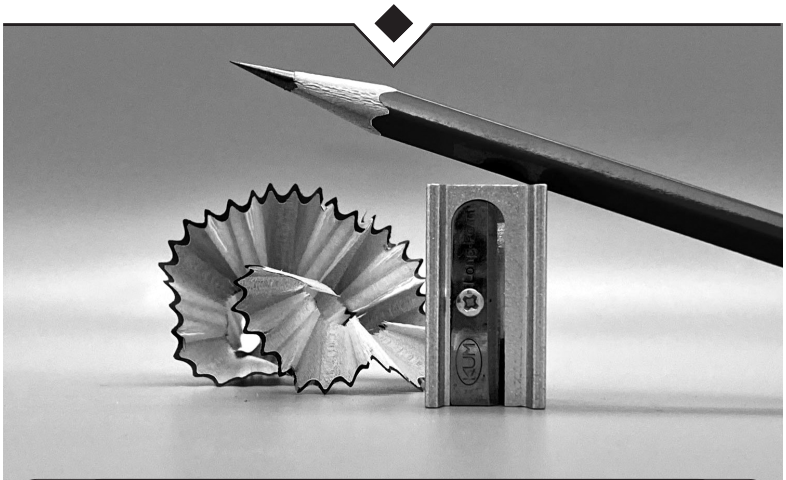
കടിഞ്ഞാൺ വേണം

മദ്റസാപഠനം പൂർത്തിയാക്കിയാൽ പിന്നെന്തുമാകാമെന്ന നിലാപാടാണ് ചിലർക്ക്. കൗമാരമെത്തുന്നതോടെ ഉസ്താദുമാരുടെയും മാതാപിതാക്കളുടെയും നിയന്ത്രണങ്ങളിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെടാനാണ് കുട്ടികൾ ശ്രമിക്കുക. ഈ പ്രായത്തിൽ രക്ഷിതാക്കളുടെ പ്രത്യേക ശ്രദ്ധ ആവശ്യമാണ്. ദുർനടപ്പുകൾ ശീലമായാൽ പിന്നെ അതിൽ നിന്ന് വിദ്യാർത്ഥികളെ രക്ഷിക്കുക ദുഷ്കരമായിരിക്കും. നൂലു പൊട്ടിയ പട്ടം പോലെ അവർ നിയന്ത്രണങ്ങളിൽ നിന്ന് അകന്നുപോയേക്കും.

ചെരുപ്പിനൊത്ത് കാൽ മുറിക്കല്ലേ

മുമ്പ് ദിനേന രണ്ടോ മൂന്നോ മണിക്കൂറുകൾ വളരെ പ്രാധാന്യത്തോടെ മദ്റസപഠനത്തിന് നൽകിയിരുന്നു. എന്നാൽ, ഇന്ന് കഷ്ടിച്ച് ഒരു മണിക്കൂറാണ് പല മദ്റസകളിലും വിദ്യാർഥികൾക്ക് മതപഠനം ലഭിക്കുന്നത്. ഭൗതിക പഠനത്തിന് കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നതിനാൽ അത്രയൊക്കെ മതി എന്ന കാഴ്ചപ്പാടാണ് രക്ഷിതാക്കൾക്കുമുള്ളത്. ഈ കാഴ്ചപ്പാട് മാറിയേ തീരൂ. സ്കൂൾ പഠനത്തിനു പ്രാധാന്യം നൽകി മദ്റസയുടെ സമയം ചുരുക്കുന്നതിനു പകരം മദ്റസപഠനത്തിന് കോട്ടം വരാത്ത വിധത്തിൽ സ്കൂളുകൾ തെരഞ്ഞെടുക്കാൻ രക്ഷിതാക്കൾ ശ്രദ്ധ കാണിക്കണം. ഭൗതികപഠനത്തിന് നൽകുന്ന പ്രാധാന്യത്തിന്റെ തുല്യ പ്രാധാന്യമെങ്കിലും മതപഠനത്തിന് നൽകാൻ രക്ഷിതാക്കൾ തയ്യാറാവണം. മക്കളുടെ മതപഠനത്തിലെയും ധർമ്മനിഷ്ഠയിലെയും പുരോഗതി മദ്റസയിലെ ഉസ്താദുമാരോട് ചോദിച്ചറിയുകയും വേണം. ലഹരിയെ തടയാം

മുമ്പ് ദിനേന രണ്ടോ മൂന്നോ മണിക്കൂറുകൾ വളരെ പ്രാധാന്യത്തോടെ മദ്റസപഠനത്തിന് നൽകിയിരുന്നു. എന്നാൽ, ഇന്ന് കഷ്ടിച്ച് ഒരു മണിക്കൂറാണ് പല മദ്റസകളിലും വിദ്യാർഥികൾക്ക് മതപഠനം ലഭിക്കുന്നത്. ഭൗതിക പഠനത്തിന് കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നതിനാൽ അത്രയൊക്കെ മതി എന്ന കാഴ്ചപ്പാടാണ് രക്ഷിതാക്കൾക്കുമുള്ളത്. ഈ കാഴ്ചപ്പാട് മാറിയേ തീരൂ.



ഭൗതികപഠനവും ട്യൂഷൻസെന്ററുകളും

സ്കൂൾപഠനത്തിൻ പിറകിലാകുമോ എന്ന അനാവശ്യ ആശങ്കയാണ് മദ്റസാപഠനം പാതിയിൽ നിർത്താൻ പലരെയും പ്രേരിപ്പിക്കുന്നത്. എന്നാൽ, മദ്റസയിൽ മതപഠനത്തിൽ മുൻപന്തിയിലുള്ളവർ തന്നെയാണ് സ്കൂളിലും പഠന-പഠനാനുബന്ധ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ മുൻപന്തിയിലുണ്ടാകുന്നത് എന്ന കാര്യം ശ്രദ്ധേയമാണ്. മികച്ച തൊഴിൽ സാധ്യതകളും ഉന്നത ഉദ്യോഗങ്ങളുമാണല്ലോ ഭൗതിക പഠനങ്ങളുടെ ലക്ഷ്യം. എന്നാൽ, ജീവിതത്തിലെ ധർമ്മനിഷ്ഠയും സൽസ്വഭാവവും ജീവിതത്തിന്റെ എല്ലാ മേഖലകളിലും അനിവാര്യമാണെന്ന ബോധം രക്ഷിതാക്കൾക്കുണ്ടാവണം. ഇന്നത്തെ സമൂഹത്തിനു നഷ്ടപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത് ഈ ധാർമികമൂല്യങ്ങളാണ്.

സ്വകാര്യ ട്യൂഷൻ സെന്ററുകളിൽ ചേർന്നാലേ പഠനം മെച്ചപ്പെടുകയുള്ളൂ എന്നൊരു ധാരണയുണ്ട്. ഇത് അബദ്ധമാണ്. ഇത്തരം പല സെന്ററുകളും കുട്ടികളെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുന്നുണ്ടെന്നതാണ് അനുഭവം. സ്കൂളിലുള്ളതു പോലുള്ള നിയന്ത്രണങ്ങളോ നിയമങ്ങളോ ഇല്ലാത്തതിനാൽ ഇത്തരം ട്യൂഷൻസെന്ററുകൾ പ്രണയബന്ധങ്ങളുടെയും ദുഷിച്ച സൗഹൃദങ്ങളുടെയും കേന്ദ്രങ്ങളായി മാറുന്നു. കഴിഞ്ഞ മാസമാണല്ലോ ട്യൂഷൻസെന്ററിലുണ്ടായ അടിപിടി ഒരു വിദ്യാർത്ഥിയുടെ കൊലപാതകത്തിൽ കലാശിച്ചത്. മക്കളുടെ ഭൗതിക വിദ്യാഭ്യാസത്തിനു വേണ്ടി വാരിക്കോരി പണം ചെലവഴിക്കുന്നവർ അതിനനുസരിച്ചുള്ള വൈജ്ഞാനികവും ധാർമികവുമായ പുരോഗതി മക്കൾക്ക് ലഭിക്കുന്നുണ്ടോ എന്ന് അന്വേഷിക്കണം.

കവർസ്റ്റോറി

റൈഹാൻ എ കരീം

നന്മയിൽ കൂട്ടുകൂടാം ലഹരിയെ മറികടക്കാം

ലഹരിയുടെ ഉപയോഗവും വിതരണവും അനുബന്ധ കേസുകളും നമ്മുടെ നാടുകളിൽ ഗണ്യമായി വർദ്ധിച്ചിട്ടുണ്ട്. ലഹരിക്കേസുകളിൽ പിടിക്കപ്പെടുന്നവരിൽ കൂടുതലും വിദ്യാർത്ഥികളും യുവാക്കളുമാണ്. ഈ സ്ഥിതി തുടർന്നാൽ നമ്മുടെ കുടുംബത്തിന്റെയും സമൂഹത്തിന്റെയും നാടിന്റെയും ഭാവി അവതാളത്തിലാവും. വിദ്യാഭ്യാസപരമായും സാംസ്കാരികമായും കേരളം കൈവരിച്ച പുരോഗതി നഷ്ടപ്പെടും. ഈ മഹാവിപത്തിനെതിരെ രക്ഷിതാക്കളും അധ്യാപകരും സാമൂഹിക സാംസ്കാരിക പ്രവർത്തകരും നാട്ടുകൂട്ടായ്മകളും വിദ്യാർത്ഥി

സംഘടനകളും ഊർജ്ജസ്വലമായി പ്രവർത്തിക്കേണ്ടതുണ്ട്.

പുകവലിയിൽ തുടക്കം

ക്യാൻസർ, ഹൃദ്രോഗങ്ങൾ, ശ്വാസകോശ രോഗങ്ങൾ, സ്ട്രോക്ക് എന്നിവയ്ക്ക് പുകവലി കാരണമാകുന്നു. പുകവലിക്കുന്ന ചെറുപ്പക്കാരിൽ 18 വയസ്സിനുമുമ്പ് തന്നെ ഹൃദ്രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടുതുടങ്ങാറുണ്ട്.

ശ്വാസകോശ രോഗങ്ങളിൽ 87 ശതമാനവും പുകവലി കാരണമാണുണ്ടാകുന്നതെന്ന് സമീപകാല പഠനങ്ങൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. 4,40,000 പേരാണ് വർഷംതോറും പുകവലി കാരണം മരണപ്പെടുന്നത്. പുകയിലയുടെ ഉപയോഗം രക്തസമ്മർദ്ദം, ഹൃദയമിടിപ്പ് എന്നിവ വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ആയുർദൈർഘ്യം കുറയ്ക്കുകയും ദന്തരോഗസാധ്യത വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

18 വയസ്സിനു മുമ്പാണ് ഭൂരിഭാഗം പേരും പുകവലി ശീലമാക്കുന്നതെന്നും പുകവലിക്കുന്ന യുവതലമുറ മറ്റുലഹരി വസ്തുക്കളിലേക്ക് തിരിയുന്നതിനുള്ള സാധ്യത എട്ടുമടങ്ങാണെന്നും പഠനങ്ങൾ തെളിയിക്കുന്നുണ്ട്. പഠനപിന്നാക്കാവസ്ഥ, തീരുമാനമെടുക്കാൻ കഴിയാതിരിക്കൽ തുടങ്ങിയ പല ശാരീരിക മാനസിക പ്രശ്നങ്ങൾക്കും പുകവലിശീലം കാരണമാണ്.

മദ്യപാനം

വിദ്യാർത്ഥികൾക്കിടയിലും യുവാക്കൾക്കിടയിലും മദ്യപാനം സാധാരണമായിരിക്കുന്നു. മദ്യപാനം ഒരു രോഗം മാത്രമല്ല; മാനസിക പ്രശ്നങ്ങളുടെ ലക്ഷണം കൂടിയാണ്. ശാരീരികമായും മാനസികമായും സാമൂഹികമായും മദ്യപാനം വലിയ പ്രത്യാഘാതങ്ങളുണ്ടാക്കുന്നു. സമൂഹത്തിലുള്ള വിലയും സാമ്പത്തിക സ്ഥിതിയും നശിപ്പിക്കുന്നു.

വ്യക്തിയെ ഇഞ്ചിഞ്ചായി നശിപ്പിക്കുന്ന മാരക വിപത്താണിത്. കുടി തുടങ്ങിയാലുണ്ടാകുന്ന അവസ്ഥകൾ ഇങ്ങനെ വിശകലനം ചെയ്തിരിക്കുന്നു:

പ്രാരംഭഘട്ടം: കുടിക്കുന്ന മദ്യത്തിന്റെ അളവ് വർദ്ധിക്കുന്നു. അപരാധബോധം ഇല്ലാതാവുകയും മദ്യത്തെക്കുറിച്ച് മാത്രം ചിന്തിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

രണ്ടാംഘട്ടം: അകത്താക്കുന്ന മദ്യത്തിന്റെ അളവ്, സ്ഥലം, സമയം എന്നിവ സംബന്ധിച്ച ബോധം നഷ്ടപ്പെടുന്നു. മദ്യം കഴിക്കുന്നതിന് ഒഴികഴിവുകൾ കണ്ടെത്തുകയും ലഭിക്കുന്ന പണത്തിനെക്കാൾ കൂടുതൽ ചെലവഴിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. വാക്കിലും പ്രവർത്തനങ്ങളിലും അക്രമസ്വഭാവം കണ്ടു തുടങ്ങുന്നു.

തീവ്രഘട്ടം: ആത്മ നിയന്ത്രണം നഷ്ടപ്പെടുന്നു, ശാരീരികമായ അസ്വസ്ഥതകൾ പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു. ഇടവേളകളില്ലാതെ ദിവസങ്ങളോളം മദ്യപിക്കുകയും മദ്യം ലഭിക്കാതാകുമ്പോൾ അക്രമാസക്തനാവുകയും ചെയ്യുന്നു. ധാർമികവും സാമൂഹികവുമായ മൂല്യങ്ങൾ മറക്കുന്നു. എല്ലാവരും തനിക്കെതിരാണെന്ന ചിന്തയുണ്ടാവുന്നു.

കാരണങ്ങൾ പലത്

ആസക്തിയുടെ കാരണങ്ങൾ പലതാണ്.

ശാരീരികമായ കാരണങ്ങൾ: ലഹരിയോടുള്ള ആസക്തി പാരമ്പര്യമായി കൈമാറ്റം ചെയ്യപ്പെടുന്നു.

സ്കൂളുകളിലും കോളേജുകളിലും സൗഹൃദങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ അതീവ ശ്രദ്ധ വേണം. മക്കളുടെ കൂട്ടുകാർ ആരൊക്കെയാണ്, അവരുടെ ജീവിതരീതിയും കുടുംബപരിസരങ്ങളും എങ്ങനെയാണ് തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങൾ രക്ഷിതാക്കൾ അന്വേഷിച്ചു കണ്ടെത്തണം. ദുഷിച്ച കൂട്ടുകെട്ടുകളിൽ നിന്ന് പിന്മാറാനും നല്ല കൂട്ടുകെട്ടുകൾ തുടരാനും പ്രോത്സാഹനം നൽകണം.

മയക്കുമരുന്ന്

പല പേരുകളിലും വീര്യങ്ങളിലുമുള്ള മയക്കുമരുന്നുകൾ ഇന്ന് വിപണിയിൽ സുലഭമാണ്. രോഗചികിത്സക്കു വേണ്ടി ഉപയോഗിക്കുന്ന മരുന്നുകൾ അനാവശ്യമായി കഴിക്കുന്നതും ലഹരി ഉപയോഗമായി ഗണിക്കപ്പെടും. വിവിധ ഘട്ടങ്ങളിലാണ് കുട്ടികൾ മയക്കുമരുന്നിന്റെ അടിമകളായിത്തീരുന്നത്.

ഉപയോഗിച്ചു തുടങ്ങിയാൽ മയക്കുമരുന്നുകൾ പരീക്ഷിക്കുന്നതിന്റെ അളവും സമയവും വർദ്ധിച്ചു വരുന്നു. മയക്കുമരുന്നുകൾ വാങ്ങാൻ പണം കണ്ടെത്തുകയും അതേക്കുറിച്ച് മാത്രം ചിന്തിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. രണ്ടാംഘട്ടത്തിൽ വർദ്ധിത അളവിൽ ലഹരിവസ്തുക്കൾ ലഭിക്കേണ്ടി വരും. സമൂഹത്തിൽനിന്ന് ഒറ്റപ്പെട്ട് ജീവിക്കാനും മയക്കുമരുന്നുകൾ ഒളിച്ചു വെക്കാനും ശ്രമിക്കും. തീവ്രഘട്ടമെത്തുമ്പോൾ പൂർണ്ണമായും മയക്കുമരുന്നിന്റെ അടിമയാകും. സ്വന്തം ആവശ്യങ്ങൾ നിർവഹിക്കാൻ പോലും മറ്റുള്ളവരുടെ സഹായം വേണ്ടിവരുന്ന ഈ അവസ്ഥയിൽ ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്നവരോട് മാത്രമായിരിക്കും സൗഹൃദം പുലർത്തുക.

മാനസികമായ കാരണങ്ങൾ: കുടുംബത്തിലും സമൂഹത്തിലും ഉണ്ടാകുന്ന അരക്ഷിതാവസ്ഥ, വ്യക്തിജീവിതത്തിലെ പ്രശ്നങ്ങൾ, ഒറ്റപ്പെടൽ, കുടുംബാംഗങ്ങളിൽ നിന്ന് സ്നേഹവും പരിഗണനയും ലഭിക്കാതിരിക്കൽ, കുട്ടിക്കാലത്ത് നേരിടുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ.

സാമൂഹ്യ-സാംസ്കാരിക/പാരിസ്ഥിതിക കാരണങ്ങൾ: പാരമ്പര്യ മൂല്യങ്ങളിൽ നിന്ന് വിട്ടുനിൽക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന വൈകാരികത, ലഹരി ഉപയോഗിക്കുന്നവർക്ക് ലഭിക്കുന്ന താരപരിവേഷം, സിനിമാ - സീരിയൽ രംഗങ്ങൾ നൽകുന്ന പ്രചോദനം.

ചികിത്സയും പ്രതിരോധവും

ലഹരിക്കടിമപ്പെട്ട രോഗികൾക്ക് മാനസിക പിന്തുണയാണ് ആദ്യമായി ലഭിക്കേണ്ടത്. രോ

സ്കൂൾ, കോളേജ് തലങ്ങളിൽ ലഹരി വിമുക്ത ക്ലബ്ബുകൾ, സ്റ്റുഡന്റ് പോലീസ് കേഡറ്റുകൾ, നാഷണൽ സർവീസ് സ്കീമുകൾ, കുടുംബശ്രീ, റസിഡൻസ് അസോസിയേഷനുകൾ, ലൈബ്രറി കൗൺസിൽ, ലഹരി വിമുക്ത സംഘടനകൾ തുടങ്ങിയവ കേന്ദ്രീകരിച്ച് വിവിധ കർമ്മപദ്ധതികൾ വിമുക്തിക്കു കീഴിൽ നടന്നു വരുന്നു. ജില്ലാ - താലൂക്ക് ആശുപത്രികളിൽ ഡി അഡിക്ഷൻ സെൻററുകൾ വിമുക്തി മിഷന്റെ കീഴിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്.

വിമുക്തി

ലഹരി വിപത്തിനെക്കുറിച്ച് അവബോധം നൽകാനായി ആരംഭിച്ച പദ്ധതിയാണ് വിമുക്തി. ലഹരി വസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം പൂർണമായും ഇല്ലാതാക്കുകയാണ് ലക്ഷ്യം. സ്കൂൾ, കോളേജ് തലങ്ങളിൽ ലഹരി വിമുക്ത ക്ലബ്ബുകൾ, സ്റ്റുഡന്റ് പോലീസ് കേഡറ്റുകൾ, നാഷണൽ സർവീസ് സ്കീമുകൾ, കുടുംബശ്രീ, റസിഡൻസ് അസോസിയേഷനുകൾ, ലൈബ്രറി കൗൺസിൽ, ലഹരി വിമുക്ത സംഘടനകൾ തുടങ്ങിയവ കേന്ദ്രീകരിച്ച് വിവിധ കർമ്മപദ്ധതികൾ വിമുക്തിക്കു കീഴിൽ നടന്നുവരുന്നു. ജില്ലാ - താലൂക്ക് ആശുപത്രികളിൽ ഡി അഡിക്ഷൻ സെൻററുകൾ വിമുക്തി മിഷന്റെ കീഴിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്.

വ്യാജമദ്യം, മയക്കുമരുന്ന്, നിരോധിത പുകയില ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ എന്നിവയുടെ വില്പന, സംഭരണം തുടങ്ങിയവ സംബന്ധമായ വിവരങ്ങൾ എക്സൈസ് കമ്മീഷണറേറ്റിലെ കൺട്രോൾ റൂമിൽ അറിയിക്കാൻ താഴെക്കാണുന്ന നമ്പറിൽ വിളിക്കാം: **9447178000, 9061178000**

ഗിയെയും കുടുംബാംഗങ്ങളെയും കൗൺസിലിംഗ് നടത്തി ലഹരിയുടെ ശാരീരിക ഉപയോഗത്തിൽ നിന്ന് മുക്തി നേടിയ ശേഷമാണ് ചികിത്സ ആരംഭിക്കുക. ഇരയുടെ ജീവിതരീതി മെച്ചപ്പെടുത്താനും സമൂഹത്തിൽ നഷ്ടപ്പെട്ട സ്ഥാനം തിരികെ ലഭിക്കാനും കൗൺസിലിംഗ് സഹായിക്കുന്നു. ഡി-അഡിക്ഷൻ സെന്ററുകളിലും വിമുക്തി കേന്ദ്രങ്ങളിലും ചികിത്സ തേടാം.

നന്മയിൽ കൂട്ടുകൂടാം

കൂട്ടുകെട്ടുകളാണ് പലരെയും ലഹരി ഉപയോഗത്തിലേക്ക് നയിക്കുന്നത്. സ്കൂളുകളിലും കോളേജുകളിലും സൗഹൃദങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ അതീവ ശ്രദ്ധ വേണം. മക്കളുടെ കൂട്ടുകാർ ആരൊക്കെയാണ്, അവരുടെ ജീവിതരീതിയും കുടുംബപരിസരങ്ങളും എങ്ങനെയാണ് തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങൾ രക്ഷിതാക്കൾ അന്വേഷിച്ചു കണ്ടെത്തണം. ദുഷിച്ച കൂട്ടുകെട്ടുകളിൽ നിന്ന് പിന്മാറാനും നല്ല കൂട്ടുകെട്ടുകൾ തുടരാനും പ്രോത്സാഹനം നൽകണം. മക്കളുടെ പെരുമാറ്റത്തിലും സ്വഭാവത്തിലും ദിനചര്യകളിലും കാണുന്ന അനഭിലഷണീയമായ മാറ്റങ്ങൾ നിരീക്ഷിക്കുകയും പരമാവധി വേഗത്തിൽ തിരുത്തുകയും വേണം. നല്ല കൂട്ടുകെട്ടുകൾ രൂപീകരിക്കാൻ കഴിയുന്ന ക്യാമ്പസുകൾ ഉന്നത പഠനത്തിനു വേണ്ടി തെരഞ്ഞെടുക്കണം.

***കടപ്പാട്:** ലഹരിമുക്തി നാടിനു ശക്തി കൈപ്പുസ്തകം (ഇൻഫർമേഷൻ പബ്ലിക് റിലേഷൻ വകുപ്പ് - കേരള സർക്കാർ)*

യോദ്ധാവ്

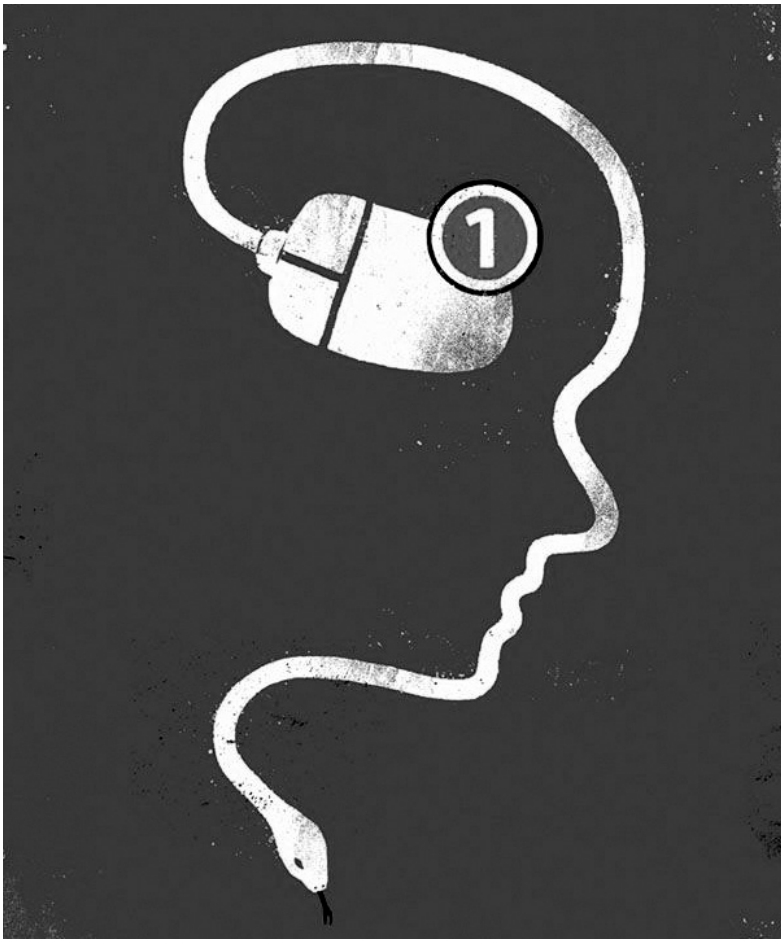
ലഹരി വില്പനയും ഉപയോഗവും ശ്രദ്ധയിൽപ്പെട്ടാൽ വാട്സാപ്പിലൂടെ പോലീസിനെ 24 മണിക്കൂറും വിവരമറിയിക്കാനുള്ള സംവിധാനമാണ് യോദ്ധാവ്. സ്കൂൾ - കോളേജ് വിദ്യാർത്ഥികളെ മയക്കുമരുന്നിന്റെ കെണിയിൽ നിന്ന് മോചിപ്പിക്കുകയാണ് യോദ്ധാവിന്റെ ലക്ഷ്യം. 9995966666 എന്ന വാട്സ്ആപ്പ് നമ്പറിൽ ടെക്സ്റ്റ്, വീഡിയോ, ഫോട്ടോ സന്ദേശങ്ങളായി വിവരങ്ങൾ കൈമാറാം. നാർക്കോട്ടിക് സെല്ലിന്റെ ചുമതലയുള്ള ഡി.വൈ.എസ്.പിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ യോഗ്യനായ ഒരു അധ്യാപകനെ തെരഞ്ഞെടുത്ത് പരിശീലനം നൽകും.

ലൈഫ്സ്റ്റൈൽ

ഹാശിർ സുലൈമാൻ

ജീവനെടുക്കുന്ന ട്രോളുകൾ

ഒരു കാര്യത്തോടുള്ള വിയോജിപ്പ് പ്രകടിപ്പിക്കാൻ ആശയവിനിമയ സംവിധാനത്തിൽ നിരവധി വിമർശന രീതികളുണ്ട്. ആക്ഷേപഹാസ്യം, നിരൂപണം എന്നിവയെല്ലാം വിമർശനത്തിന്റെ വ്യത്യസ്ത ഇനങ്ങളാണ്. നിലവിലുള്ള സംവിധാനത്തിലെ പിഴവുകൾ കണ്ടെത്താനും തിരുത്താനും ഗുണകരമായ വിമർശനങ്ങൾ ഫലപ്രദമാണ്. എന്നാൽ, ഇന്ന് പ്രധാന വിമർശനോപാധികളിലൊന്നായ ട്രോളുകൾ വലിയ അപകടങ്ങളും പ്രശ്നങ്ങളുമാണ് സൃഷ്ടിക്കുന്നത്. അത് സമൂഹത്തിന്റെ കെട്ടുറപ്പിനെ തന്നെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കുകയും ഇരയാക്കപ്പെടുന്നവരുടെ ജീവനു തന്നെ ഭീഷണിയാവുകയും ചെയ്യുന്നു. സമൂഹമാധ്യമങ്ങൾ വഴി പ്രചരിക്കുന്ന ട്രോളുകൾ അനുവാചകർക്ക് വിനോദമാണെങ്കിലും ഇരയാവുന്ന മനുഷ്യരെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം അത് ജീവിതകാലം മുഴുവൻ നീണ്ടുനിൽക്കാവുന്ന കയ്പ്പേറിയ ദുരനുഭവങ്ങളാണ്. ട്രോളുകൾക്കിരയാകുന്നവർ കടുത്ത മാനസികപ്രശ്നങ്ങളിലേക്കെത്തിച്ചേരുന്നത് പതിവാണിന്ന്. ആത്മഹത്യയിലേക്കു വരെ നയിച്ചേക്കാവുന്ന വിഷാദരോഗത്തിനും കടുത്ത മാനസിക സമ്മർദ്ദത്തിനും ഇത് കാരണമാകുന്നു. ട്രോൾ നിർമിക്കുന്നവർ മാത്രമല്ല, അത് പ്രചരിപ്പിക്കുന്ന പൊതുസമൂഹവും ഇത്തരം അപകടങ്ങളിൽ പ്രതിയാണ്.



2023 മെയ് 4 ന് പ്രവീൺനാഥ് എന്ന ഒരു മലയാളി ആത്മഹത്യ ചെയ്ത വാർത്ത വന്നിരുന്നു. സോഷ്യൽ മീഡിയയിലെ ഒരു പോസ്റ്റിനെത്തുടർന്നുണ്ടായ ട്രോളുകളായിരുന്നു ഈ ആത്മഹത്യക്കു പ്രേരകമെന്ന് പിന്നീട് ബോധ്യമായി. നിലപാടുകളിലുള്ള വിയോജിപ്പുകൾ മാന്യമായി രേഖപ്പെടുത്തുന്നതിനു പകരം നാലായിരത്തിലധികം അശ്ലീല ട്രോളുകളാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ പോസ്റ്റിനു താഴെ കമന്റുകളായി കുമിഞ്ഞുകൂടിയത്. അതിൽ മനംനൊന്താണ് പ്രവീൺ ആത്മഹത്യ ചെയ്തത്.

സമാനമായ സംഭവങ്ങൾ നിരവധിയുണ്ട്. 2024 മാർച്ചിൽ ആന്ധ്രപ്രദേശിലെ ഗീതാഞ്ജലി എന്ന മുപ്പത്തിരണ്ടുകാരി ആത്മഹത്യ ചെയ്തിരുന്നു. ആന്ധ്രപ്രദേശ് ഗവർമെന്റ് നൽകുന്ന 'ജഗനണ്ണ പാർപ്പിട പദ്ധതി'യിൽ ഗീതാഞ്ജലിക്ക് വീട് ലഭിച്ചിരുന്നു. ഇക്കാര്യം സന്തോഷത്തോടെ അവർ ഒരഭിമുഖത്തിൽ പങ്കുവയ്ക്കുകയും വീട് നൽകിയ ഗവർമെന്റിന് നന്ദിപറയുകയും ചെയ്തു. എന്നാൽ, ഈ വീഡി

യോ പ്രതിപക്ഷപാർട്ടി പ്രവർത്തകരുടെ ശക്തമായ ട്രോളുകൾ നേരിട്ടു. ഇതുണ്ടാക്കിയ വലിയ മാനസിക പ്രയാസങ്ങളാണ് ഗീതാഞ്ജലിയെ ആത്മഹത്യയിലേക്കു നയിച്ചത്. വീടെന്ന ദീർഘകാല സ്വപ്നം സാക്ഷാത്കരിക്കപ്പെട്ട സന്തോഷമുഹൂർത്തത്തിൽ ചിലർ ചേർന്ന് അവരെ കൊന്നുകളഞ്ഞു എന്നർത്ഥം.

ചെന്നൈയിൽ രമ്യ എന്ന മുപ്പത്തിരണ്ടുകാരി വീട്ടമ്മ 2024 മെയ് 18 ന് ആത്മഹത്യ ചെയ്തു. എട്ടു മാസം പ്രായമുള്ള തന്റെ കുഞ്ഞ് അബദ്ധത്തിൽ കെട്ടിടത്തിനുമുകളിൽ നിന്ന് താഴെ വീണതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് സോഷ്യൽമീഡിയയിലുണ്ടായ ട്രോൾ പ്രളയമായിരുന്നു ആത്മഹത്യക്കു കാരണം. കെട്ടിടത്തിനു താഴെ നിന്നു കുഞ്ഞിനെ പിടിച്ചു രക്ഷിച്ച വ്യക്തിയെ വാനോളം പുകഴ്ത്തിയ സോഷ്യൽമീഡിയ കുഞ്ഞിന്റെ അമ്മയുടെ അശ്രദ്ധയെന്നു പറഞ്ഞു വ്യാപകമായി ട്രോളുകൾ അഴിച്ചുവിട്ടിരുന്നു. 'ലോകത്തിലെ മോശം അമ്മ' എന്നാണ് ഈ സംഭവത്തെ തുടർന്നു പ്രചരിച്ച ട്രോളുകളിലൊന്ന്. നിരന്തരം ട്രോളുകൾ വന്നതോടെ കടുത്ത മാനസിക സമ്മർദ്ദത്തിലായ അമ്മ ഒടുവിൽ ആത്മഹത്യയിൽ അഭയം തേടി.

സാമൂഹ്യമാധ്യമങ്ങളുടെ ഉപയോഗത്തെക്കുറിച്ചുള്ള വിവരമില്ലായ്മയാണ് ഇത്തരം സംഭവങ്ങൾ ആവർത്തിക്കുന്നതിനു പിറകിലുള്ളത്. ഡിജിറ്റൽ സാക്ഷരതക്കു പുറമെ ഡിജിറ്റൽ അച്ചടക്കത്തിനും പ്രാധാന്യം നൽകേണ്ടതുണ്ട്.

'മാനസികോപദ്രവത്തിന്റെ സാധാരണവൽക്കരണം' എന്നാണ് വിത്നി ഫിലിപ്സ് 'This is why we can't have nice things' എന്ന പുസ്തകത്തിൽ ട്രോളുകളെ നിർവചിക്കുന്നത്. വിഷയദാരിദ്ര്യം നേരിടുമ്പോൾ എന്തിനെയും വിമർശിക്കുക എന്നത് മലയാളികളുടെ ഒരു ശീലമായി മാറിയിട്ടുണ്ട്.

ട്രോൾകമന്റുകൾ പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിലധികവും സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിലെ വ്യാജഅക്കൗണ്ടുകളാണ്. സ്വന്തം പ്രൊഫൈൽ മറച്ചുവെച്ച് മറ്റുള്ളവരെ വേട്ടയാടുന്ന പ്രവണത വർദ്ധിച്ചുവരുന്നുണ്ട്. ഇതിനെതിരെ നടപടിയെടുക്കാൻ ഗവൺമെന്റും സാമൂഹിക മനുഷ്യാവകാശ സംഘടനകളും മുൻകൈയെടുക്കണം. ധാർമ്മികബോധവും സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധതയുമുള്ളവർ അതിരുകടന്ന പരിഹാസരീതികൾ ഉപയോഗിക്കുകയില്ല.

ട്രോൾകമന്റുകൾ പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതിലധികവും സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിലെ വ്യാജഅക്കൗണ്ടുകളാണ്. സ്വന്തം പ്രൊഫൈൽ മറച്ചുവെച്ച് മറ്റുള്ളവരെ വേട്ടയാടുന്ന പ്രവണത വർദ്ധിച്ചുവരുന്നുണ്ട്. ഇതിനെതിരെ നടപടിയെടുക്കാൻ ഗവൺമെന്റും സാമൂഹിക മനുഷ്യാവകാശ സംഘടനകളും മുൻകൈയെടുക്കണം. ധാർമ്മികബോധവും സാമൂഹിക പ്രതിബദ്ധതയുമുള്ളവർ അതിരുകടന്ന പരിഹാസരീതികൾ ഉപയോഗിക്കുകയില്ല.

പരസ്പരം പരിഹസിക്കുന്നതിനെ ഇസ്‌ലാം ശക്തമായി എതിർക്കുന്നു. ധാർമ്മികമൂല്യങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കാൻ വേണ്ടിയാണത്. 'മറ്റുള്ളവരെ നിങ്ങൾ വിലകുറച്ചു കാണുകയോ പരിഹസിക്കുകയോ ചെയ്യരുത്' എന്ന് വിശുദ്ധ ഖുർആൻ ഓർമിപ്പിക്കുന്നു. (49:11) മനുഷ്യർ പരസ്പരം സഹവർത്തിത്തം പാലിക്കണമെന്നും അസൂയയും വിമർശനവും പരിഹാസവും നല്ല വ്യക്തിക്ക് ചേർന്നതല്ലെന്നുമുള്ള ആശയം ഹദീസുകളിലും കാണാം. (മുസ്‌ലിം 2587) പരസ്പരം ബഹുമാനിക്കേണ്ടതിന്റെയും ആദരിക്കേണ്ടതിന്റെയും പ്രാധാന്യം ഇസ്‌ലാം ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നു. 'ആദം സന്തതികളെ നാം ബഹുമാനിച്ചിരിക്കുന്നു' എന്ന് വിശുദ്ധഖുർആനിൽ (17:70) അല്ലാഹു പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടല്ലോ.

ഇസ്‌ലാം കഠിനമായ പാപങ്ങളായി എണ്ണിയ പരദൂഷണം, ഏഷണി എന്നിവയാണ് മിക്ക ട്രോളുകളുടെയും ഉള്ളടക്കം. ഇന്ന് പ്രചരിക്കുന്ന ട്രോൾപേജുകളിലും വ്ളോഗുകളിലും പരദൂഷണത്തിന്റെയും ഏഷണിയുടെയും വ്യത്യസ്തരൂപങ്ങൾ കാണാം. ഇങ്ങനെയുള്ള പരിഹാസങ്ങൾ വ്യക്തികൾക്കിടയിൽ അകൽച്ചയുണ്ടാക്കുകയും ക്രമേണ അതൊരു സാമൂഹിക പ്രശ്നമായി മാറുകയും ചെയ്യുന്നു. പറഞ്ഞു പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതു പോലെയാണ് സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിൽ പ്രചരിപ്പിക്കുന്നതും. ഇസ്‌ലാം കഠിനമായി വിലക്കിയ തിന്മയാണല്ലോ പരദൂഷണം. സമൂഹത്തിലെ ഓരോരുത്തരും സ്വയം നിയന്ത്രിക്കുകയും അത്തരം ട്രോളുകൾ നിർമ്മിക്കുന്നവരെ നിരുത്സാഹപ്പെടുത്തുകയും വേണം. നാടിന്റെ നന്മക്കു വേണ്ടിയാണ എന്ന ബോധ്യത്തോടെ വേണം അത് നിർവ്വഹിക്കാൻ.

ആരോഗ്യം

മുഹമ്മദ് ആശിഖ് പടിക്കൽ

ത്വിബ്ബുന്നബവി; ഉത്തമ ചികിത്സ

> ചികിത്സാരീതികൾ പഠിച്ചുചികിത്സിക്കണം. പഠിക്കാതെ ചികിത്സ നടത്തുന്നതിനെതിരെ ശക്തമായ താക്കീത് ഹദീസുകളിൽ കാണാം. തിരുനബി(സ) പറഞ്ഞു: 'പഠിക്കാതെ ചികിത്സിച്ചാലുണ്ടാകുന്ന പ്രത്യാഘാതങ്ങൾക്കുത്തരവാദി ചികിത്സകൻ തന്നെയാണ്.' (അബൂദാവൂദ്) 'മുറിവൈദ്യൻ ആളെക്കൊല്ലും' എന്ന ചൊല്ല് വിഖ്യാതമാണല്ലോ. തിരുനബി(സ)യുടെ ചികിത്സ ശാരീരികാരോഗ്യത്തിനും മാനസികാരോഗ്യത്തിനും കൂടിയായിരുന്നു.

ജീവജാലങ്ങളുടെ ചരിത്രത്തോളം പഴക്കമുണ്ട് രോഗങ്ങൾക്കും. രോഗചികിത്സ മാനവവികസനത്തിന്റെ മുഖ്യഘടകമാണല്ലോ. പ്രകൃതിയിലെ ഔഷധസസ്യങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ചുള്ള ചികിത്സാരീതികൾ പുരാതനകാലം മുതൽ പ്രചരിച്ചിരുന്നു. അത്തരം ചികിത്സ തിരുനബി(സ) നിർദ്ദേശിക്കുകയും പ്രായോഗികവത്കരിക്കുകയും ചെയ്തതായി കാണാം. തൽസംബന്ധമായ അധ്യാപനങ്ങളിൽ നിന്ന് ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന് നിരവധി മാതൃകകൾ ലഭിച്ചിട്ടുണ്ട്. സർവ്വ വൈജ്ഞാനിക മേഖലകളിലും തിരുനബി(സ)ക്ക് അവഗാഹമുണ്ടായിരുന്നല്ലോ. നബി(സ) നിർദ്ദേശിച്ച ചികിത്സാരീതികൾ ലളിതവും ഫലപ്രദവുമായിരുന്നു.

അല്ലാഹു പറയുന്നു: 'സത്യവിശ്വാസികൾക്ക് രോഗശാന്തിയും കാരുണ്യവുമായത് ഖുർആനിലൂടെ നാം അവതരിപ്പിക്കുന്നു.'(അൽഇസ്റാഅ് 82) മറ്റൊരു സൂക്തത്തിൽ കാണാം: 'മനുഷ്യരേ, നിങ്ങളുടെ രക്ഷിതാവിങ്കൽ നിന്ന് നല്ലൊരു ഉപദേശം വന്നിരിക്കുന്നു. (അതായത്, നന്മ കൽപ്പിക്കുകയും തിന്മ വിലക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഖുർആൻ), നിങ്ങളുടെ ഹൃദയത്തിലുള്ളതിന് രോഗശാന്തിയും.' (യൂനുസ് 57) ഇതിനു പുറമെ 'ആയതുശ്ശിഫാഅ്' എന്നറിയപ്പെട്ട ധാരാളം ഖുർആൻസൂക്തങ്ങളുണ്ടെന്ന് ഹദീസിലും ഇമാമുകളുടെ ഗ്രന്ഥങ്ങളിലും കാണാം. വൈദ്യതത്വങ്ങളും നിയമങ്ങളും ക്രിയകളുമായി തിരുദൂതർ(സ) ഉപദേശിച്ചിട്ടുള്ള ഔഷധങ്ങളുമുണ്ട്.

മഹത്തുക്കളായ ഇമാമുകൾ ഖുർആനിൽ നിന്നും ഹദീസിൽ നിന്നും വിശകലനം ചെയ്ത് അപഗ്രഥിച്ചെടുത്ത വൈദ്യനിലപാടുകൾ, വിധികൾ, നിയമങ്ങൾ എന്നിവ 'അത്വിബ്ബുൽ അഇമ്മ' (Imami Medicine) എന്നറിയപ്പെടുന്നു. ഇമാം ബുഖാരി, ഇമാം ശാഫിഈ, ഇമാം അബൂനുഐം തുടകങ്ങിയ മഹദ്വ്യക്തിത്വങ്ങളാണ് 'അത്വിബ്ബുൽഅഇമ്മ' യിലെ ഒന്നാം കിടക്കാർ. മേൽപറഞ്ഞ പ്രമാണങ്ങളെ അടിസ്ഥാനപ്പെടുത്തി നവീനരോഗങ്ങൾക്കുള്ള ഔഷധങ്ങൾ അന്വേഷിക്കുകയും ചികിത്സാരീതികൾ പ്രയോഗിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന 'അത്വിബ്ബുൽ ഹദീസിയ്യ' (Post Modern Medicinal investigation) യും ഇന്ന് നിലവിലുണ്ട്.

മാനസിക ശാരീരിക മാനങ്ങൾ

ചികിത്സാരീതികൾ പഠിച്ചുചികിത്സിക്കണം. പഠിക്കാതെ ചികിത്സ നടത്തുന്നതിനെതിരെ ശക്തമായ താക്കീത് ഹദീസുകളിൽ കാണാം. തിരുനബി(സ) പറഞ്ഞു: 'പഠിക്കാതെ ചികിത്സിച്ചാലുണ്ടാകുന്ന പ്രത്യാഘാതങ്ങൾക്കുത്തരവാദി ചികിത്സകൻ തന്നെയാണ്.' (അബൂദാവൂദ്) 'മുറിവൈദ്യൻ ആളെക്കൊല്ലും' എന്ന ചൊല്ല് വിഖ്യാതമാണല്ലോ. തിരുനബി(സ) യുടെ ചികിത്സ ശാരീരികാരോഗ്യത്തിനും മാനസികാരോഗ്യത്തിനും കൂടിയായിരുന്നു. അതാണല്ലോ തിരുനബി(സ) യുടെ ആത്യന്തിക ലക്ഷ്യവും. മാനസികമായ ആരോഗ്യം കൊണ്ടുതന്നെ ശാരീരികമായ പല അസുഖങ്ങളെയും അതിജീവിക്കാൻ സാധിക്കും. അനുചരന്മാർ പ്രയാസങ്ങൾ പറയുമ്പോഴെല്ലാം അവരുടെ മാനസികനില മനസ്സിലാക്കിയുള്ള പരിചരണമായിരുന്നു നബി(സ)യുടെ രീതി. ഇങ്ങനെ രോഗികളുടെ പരാതികൾ കേട്ടുമനസ്സിലാക്കി ആശ്വസിപ്പിക്കുന്നതിന് നരേറ്റീവ് മെഡിസിൻ എന്ന് ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രം പറയുന്നു.

ഹിജാമയും ഒറ്റമൂലികളും

ഒറ്റമൂലികളുടെ പ്രയോഗമായിരുന്നു തിരുനബിചികിത്സകളിലധികവും. രോഗികൾക്കനുയോജ്യമായ ഒറ്റമൂലികൾ ഏതെന്ന് പറഞ്ഞുകൊടുക്കാറുണ്ടായിരുന്നു തിരുനബി(സ). മിശ്രിതമരുന്നുകൾക്കു പകരം അറബികളും തുർക്കികളും പൊതുവെ ഒറ്റമൂലികളായിരുന്നു ഉപയോഗിച്ചിരുന്നത്. എന്നാൽ, റോമക്കാരും ഗ്രീക്കുകാരും മിശ്രിതമരുന്നുകളായിരുന്നു ഉപയോഗിച്ചിരുന്നത്. ഭാരതീയ ഭിഷഗ്വരന്മാരിലധികവും ഒറ്റമൂലിയെ ആശ്രയിക്കുന്നവരായിരുന്നു. തേൻ, ഒലിവെണ്ണ, ഈന്തപ്പഴം, കരിഞ്ചീരകം, അത്തിപ്പഴം, ഉലുവ, ഉണക്കമുന്തിരി തുടങ്ങിയവയെല്ലാം തിരുനബി(സ) നിർദ്ദേശിച്ച പ്രധാന ഒറ്റമൂലികളാണ്. ഇവയുടെ ഉപയോഗത്തെക്കുറിച്ചും അതിനാലുണ്ടാകുന്ന ഫലങ്ങളെക്കുറിച്ചും പ്രതിപാദിക്കുന്ന നിരവധി ഹദീസുകളുണ്ട്. പിൽക്കാല ഇസ്‌ലാമിക പണ്ഡിതരിൽ പലരും ഇവയെക്കുറിച്ച് ആഴത്തിൽ പഠനം നടത്തി 'ത്വിബ്ബുന്നബവി' എന്ന പേരിൽ ഗ്രന്ഥരചന നടത്തുകയും ചെയ്തു.

> ഒറ്റമൂലികളുടെ പ്രയോഗമായിരുന്നു തിരുനബിചികിത്സകളിലധികവും. രോഗികൾക്കനുയോജ്യമായ ഒറ്റമൂലികൾ ഏതെന്ന് പറഞ്ഞുകൊടുക്കാറുണ്ടായിരുന്നു തിരുനബി(സ). മിശ്രിതമരുന്നുകൾക്കു പകരം അറബികളും തുർക്കികളും പൊതുവെ ഒറ്റമൂലികളായിരുന്നു ഉപയോഗിച്ചിരുന്നത്.

തിരുനബിവൈദ്യങ്ങളിൽ പ്രധാനമാണ് 'ഹിജാമ'. ഹിജാമയെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്ന ധാരാളം ഹദീസുകളുണ്ട്. ശരീരത്തിനുള്ളിലെ മലിനമായ രക്തം പുറത്തുകളയുന്ന ഈ പ്രക്രിയ വ്യക്തമായ പഠനപരിശീലനങ്ങളില്ലാതെ ചെയ്യുന്നത് അപകടകരമാണ്.

പ്രവാചകവൈദ്യത്തിലെ മുൻകരുതലുകൾ

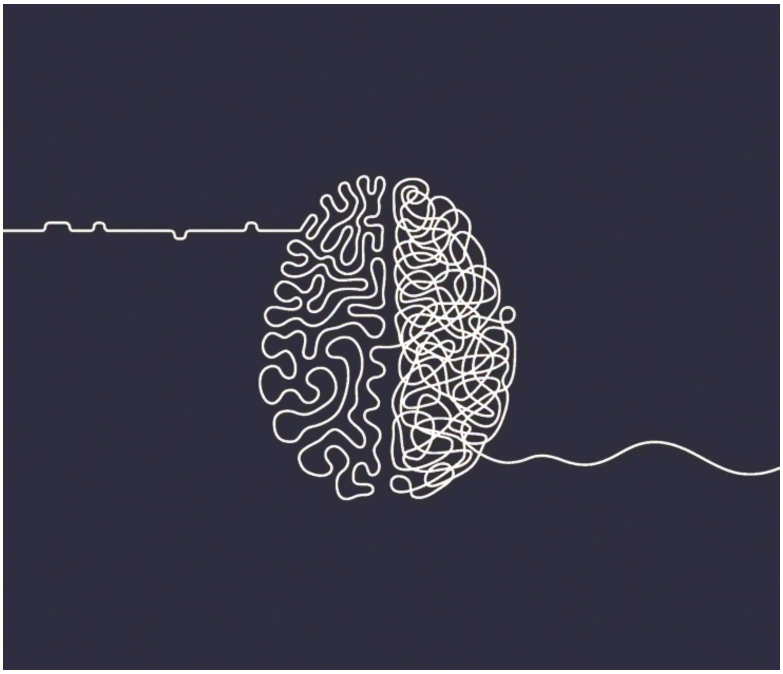
ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിലെ പ്രധാന രോഗനിർമ്മാർജ്ജന മാർഗങ്ങളാണ് പഥ്യാചരണവും ഭക്ഷണനിയന്ത്രണവും മറ്റും. ഇക്കാര്യങ്ങളിലെല്ലാം തിരുനബി(സ) വ്യക്തമായ മാതൃക മുന്നോട്ടുവച്ചിട്ടുണ്ട്. ലോകത്താകമാനം പടർന്നുപിടിച്ച കൊറോണ വൈറസിനെ അതിജയിക്കാൻ രോഗികൾക്ക് നൽകിയ പ്രാഥമിക നിർദ്ദേശം ക്വാറന്റൈൻ സിസ്റ്റമായിരുന്നല്ലോ. പകർച്ചവ്യാധി പിടിപെട്ടവർ ഒരിക്കലും മറ്റൊരു നാട്ടിലേക്ക് പോകാനോ സമ്പർക്കം പുലർത്താനോ പാടില്ലെന്ന് തിരുദൂതരുടെ ഹദീസുകളിൽ കാണാം. പ്ലേഗ്, കുഷ്ഠരോഗം തുടങ്ങിയ മാരകരോഗങ്ങളുടെ ഗൗരവവും ലക്ഷണങ്ങളും പ്രതിവിധികളും നബി(സ) അനുചരർക്ക് അറിയിച്ചുകൊടുത്തിട്ടുണ്ട്.

അലോപ്പതി മരുന്നുകൾ വ്യാപകമായ പുതിയ കാലത്ത് അനേകം പുതിയ രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നുണ്ട്. ഉപയോഗിക്കുന്ന മരുന്നുകളുടെ പാർശ്വഫലങ്ങളാണധികവും. ഈ സാഹചര്യത്തിലാണ് പ്രവാചകവൈദ്യത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം വ്യക്തമാകുന്നത്.

മാനസികാരോഗ്യം

ജാശിർ കുന്നളം

മാനസിക സമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാം



ദുഃഖം, മ്ലാനത, താല്പര്യമില്ലായ്മ തുടങ്ങിയ വികാരങ്ങൾ നിരന്തരമായി അനുഭവിക്കുന്ന അവസ്ഥയാണ് വിഷാദരോഗം. ആഴ്ചകളും മാസങ്ങളും വർഷങ്ങളും അവ നീണ്ടുനിന്നേക്കാം. വിഷാദം മനുഷ്യന്റെ വികാര-വിചാരങ്ങളെയും ദിനചര്യകളെയും താളം തെറ്റിക്കും. സ്ത്രീകളിലാണ് ഇത്തരം മാനസിക പിരിമുറുക്കം കൂടുതലായി കാണപ്പെടുന്നത്.

ഹൃദയാഘാതം, പ്രമേഹം, അർബുദം തുടങ്ങിയ ദീർഘകാല രോഗങ്ങൾ, തൊഴിൽ നഷ്ടം, തൊഴിലില്ലായ്മ, ഒറ്റപ്പെടൽ, സാമ്പത്തിക പ്രതിസന്ധികൾ, ബന്ധങ്ങളിലെ തകർച്ച, വേണ്ടപ്പെട്ടവരുടെ വേർപാട്, വിവാഹമോചനം, ശരീരത്തിലെ ഹോർമോൺ മാറ്റങ്ങൾ എന്നിവയെല്ലാം വിഷാദരോഗങ്ങൾക്ക് കാരണമാകാറുണ്ട്.

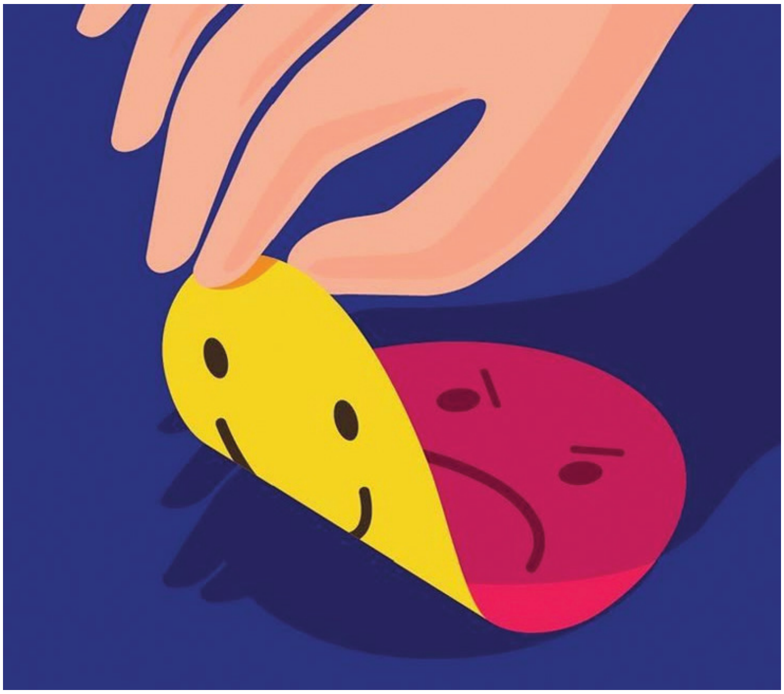
ശ്വസന-ശാരീരിക വ്യായാമങ്ങൾ

ദീർഘമായി ശ്വാസമെടുത്തു പുറത്തുവിടുന്നത് കോർട്ടിസോൾ (സമ്മർദ്ദ ഹോർമോൺ) അളവ് കുറയ്ക്കുകയും റിലാക്സേഷൻ ഹോർമോണായ സെറോട്ടോണിൻ ഉത്പാദനം വർദ്ധിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. 4-7-8 ബ്രീത്ത് എക്സർസൈസ് (അഥവാ പൂർണ്ണമായി ശ്വാസം ഒഴിവാക്കിയതിനു ശേഷം നാല് സെക്കൻഡ് ശ്വാസം മൂക്കിലൂടെ അകത്തേക്കെടുത്ത് ഏഴ് സെക്കൻഡ് ശ്വാസം ഉള്ളിൽ പിടിച്ചുവെച്ച് എട്ടു സെക്കൻഡ് സമയം കൊണ്ട് വായയിലൂടെ പുറത്തേക്ക് വിടുക) ദിനേന ചെയ്യുന്നത് സമ്മർദ്ദങ്ങൾ കുറയ്ക്കാനുള്ള ഉത്തമ മാർഗമാണ്.

ശരീരത്തെയും ഹൃദയത്തെയും ആരോഗ്യകരമായി നിലനിർത്താൻ വ്യായാമം അനിവാര്യമാണ്. രക്തസമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാനും കൊളസ്ട്രോൾ ലെവൽ നിയന്ത്രിക്കാനും ഹൃദയാഘാതം പോലുള്ള രോഗസാധ്യത കുറയ്ക്കാനും വ്യായാമം സഹായിക്കും. വ്യായാമം അസ്ഥികളെയും പേശികളെയും ബലപ്പെടുത്തുകയും ശരീരഭാരം നിയന്ത്രിക്കുകയും ചെയ്യും. വ്യായാമം ചെയ്യുമ്പോൾ ശരീരം സമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാനും ഉറക്കം മെച്ചപ്പെടുത്താനും സഹായിക്കുന്ന എൻഡോർഫിൻ എന്ന ഹോർമോൺ ഉത്പാദിപ്പിക്കും.

അമേരിക്കൻ എഴുത്തുകാരനായ മാർക്ക് ടൈ്വൻ പറയുന്നു: 'എന്റെ മനസ്സ് ഒരു തിരക്കുള്ള തെരുവു പോലെയാണ്. ധ്യാനം എനിക്ക് ഒരു പൂന്തോട്ടത്തിലേക്ക് പോകുന്നതുപോലുള്ള അനുഭവം നൽകുന്നു. ഭൗതികകാര്യങ്ങളിൽ നിന്ന് മുക്തമായി ഏകാഗ്രതയോടെ ഒരേ വിഷയത്തിൽ ശ്രദ്ധയർപ്പിച്ച് നടത്തുന്ന ഉപാസനയും ചിന്തകളുടെ ചുഴികളിൽ നിന്ന് മോചനം നേടുന്ന അനുഭവവുമാണ് ധ്യാനം.'

മനുഷ്യന്റെ മനസ്സിനും ശരീരത്തിനും ആത്മാവിനും ഉത്തേജനം നൽകുന്ന ഏറ്റവും ഉത്തമമായ വ്യായാമമാണ് നിസ്കാരം. മാനസിക പിരിമുറുക്കത്തിന് നിസ്കാരം ഫലപ്രദമായ ചികിത്സയാണ്. ജീവിതവും മരണവും റബ്ബിന് സമർപ്പിച്ചുകൊണ്ട് അചഞ്ചലമായ വിശ്വാസത്തോടെ നിർവഹിക്കുന്ന നിസ്കാരം ആരോഗ്യശാസ്ത്രത്തിൽ അത്ഭുതാവഹമായ ഫലം നൽകുന്നതാണ്. ദുഃഖങ്ങളും പ്രയാസങ്ങളും അല്ലാഹുവിലർപ്പിച്ചു നിസ്കരി



> വാക്കുകൾ കോർത്തിണക്കുന്ന ഒരു പ്രവൃത്തി മാത്രമല്ല എഴുത്ത്; മനസ്സിനെയും ശരീരത്തെയും ആഴത്തിൽ സ്വാധീനിക്കുന്ന സമഗ്രമായ ഒരു പ്രക്രിയ കൂടിയാണത്. ചിന്തകളും വികാരങ്ങളും വാക്കുകളാക്കി മാറ്റുന്നത് ഹൃദയത്തിലെ സമ്മർദ്ദം കുറയാൻ കാരണമാണ്. സ്വയം കഴിവുകൾ വികസിപ്പിച്ചെടുക്കാനും ആത്മവിശ്വാസം ലഭിക്കാനും മനഃശാന്തി ലഭിക്കാനും എഴുത്ത് സഹായിക്കുന്നു. എല്ലാ ദിവസവും ഡയറിയെഴുതുന്നത് ശുഭചിന്തകൾ രൂപപ്പെടുത്താനും സമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാനും സഹായിക്കുന്നു.

ക്കുമ്പോൾ മനസ്സ് ശാന്തമാകുന്നു. ധ്യാനം കൊണ്ട് മനസ്സിന് ലഭിക്കുന്ന ശാന്തിയും സമാധാനവും വിശ്വാസിക്ക് നിസ്കാരത്തിലൂടെ നേടാൻ കഴിയും.

എഴുത്തും വായനയും

വായനയുടെയും എഴുത്തിന്റെയും അനന്തസാധ്യതകളും മാസ്മരികതയും വ്യക്തമായി അവതരിപ്പിക്കുന്ന വാക്യങ്ങൾ കൊണ്ടാണ് വിശുദ്ധ ഖുർആൻ ആരംഭിക്കുന്നത്. ‘പേനകൊണ്ട് എഴുതാൻ പഠിപ്പിച്ച റബ്ബിന്റെ നാമം കൊണ്ട് നിങ്ങൾ വായിക്കുക.’ ശാരീരികാരോഗ്യത്തിന് വ്യായാമങ്ങൾ ഫലം നൽകുന്നതുപോലെ മാനസികാരോഗ്യത്തിന് വായനയും എഴുത്തും ഫലം ചെയ്യും. പുതിയ ലോകത്തേക്കും ചിന്തകളിലേക്കും അനുഭവങ്ങളിലേക്കും വായന നമ്മെ എത്തിക്കുന്നു. പോസിറ്റീവ് ചിന്തകളും കാഴ്ചപ്പാടുകളും രൂപപ്പെടാൻ സഹായിക്കുന്നു. ‘വായിക്കാത്ത മനുഷ്യന്റെ മനസ്സിനെയാണ് ഇരുണ്ട ഭൂഖണ്ഡമെന്ന് വിളിക്കുന്നത്’ (പെരുമ്പടവം ശ്രീധരൻ)

വാക്കുകൾ കോർത്തിണക്കുന്ന ഒരു പ്രവൃത്തി മാത്രമല്ല എഴുത്ത്; മനസ്സിനെയും ശരീരത്തെയും ആഴത്തിൽ സ്വാധീനിക്കുന്ന സമഗ്രമായ ഒരു പ്രക്രിയ കൂടിയാണത്. ചിന്തകളും വികാരങ്ങളും വാക്കുകളാക്കി മാറ്റുന്നത് ഹൃദയത്തിലെ സമ്മർദ്ദം കുറയാൻ കാരണമാണ്. സ്വയം കഴിവുകൾ വികസിപ്പിച്ചെടുക്കാനും ആത്മവിശ്വാസം ലഭിക്കാനും മനഃശാന്തി ലഭിക്കാനും എഴുത്ത് സഹായിക്കുന്നു. എല്ലാ ദിവസവും ഡയറിയെഴുതുന്നത് ശുഭചിന്തകൾ രൂപപ്പെടുത്താനും സമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാനും സഹായിക്കുന്നു.

പാചകം, പോഷകാഹാരം

പോഷകാഹാരം ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതശൈലിയുടെ പ്രധാനഘടകമാണ്. നല്ല ഭക്ഷണക്രമം ആരോഗ്യകരമായ ഭാരം നിലനിർത്താനും ദീർഘകാലരോഗങ്ങൾ ചെറുക്കാനും സഹായിക്കും. ഭക്ഷണങ്ങൾ മാനസികാരോഗ്യത്തെ കാര്യമായി ബാധിക്കും. മാനസികാരോഗ്യം ഭക്ഷണത്തെയും സ്വാധീനിക്കും. പഴങ്ങൾ, പച്ചക്കറികൾ, ധാന്യങ്ങൾ, പരിപ്പുകൾ, വിത്തുകൾ തുടങ്ങിയവ കൂടുതൽ വിറ്റാമിനുകളും ധാതുക്കളും ആരോഗ്യകരമായ കൊഴുപ്പുകളും നാരുകളും നൽകുന്നു. ഇത് വിഷാദരോഗത്തെ ചെറുക്കാൻ മസ്തിഷ്കത്തെ സഹായിക്കുന്നു. പോഷക സമൃദ്ധമായ ഭക്ഷണക്രമം മാനസിക പിരിമുറുക്കങ്ങൾ കുറയ്ക്കാനും ഏകാഗ്രത വർധിപ്പിക്കാനും സഹായിക്കുന്നു.

ഓട്സ് തലച്ചോറിന്റെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും സെറോടോണിൻ ഉത്പാദനം കൂട്ടുകയും പിരിമുറുക്കം കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യും. രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് നിയന്ത്രിക്കാനും ഓട്സ് നല്ലതാണ്. കൊഴുപ്പും പൊട്ടാസ്യവും അടങ്ങിയ അവാക്കാഡോ, അമിനോ ആസിഡ് അടങ്ങിയ ഗ്രീൻ ടീ തുടങ്ങി

യവ സമ്മർദം കുറയ്ക്കാൻ സഹായകമാണ്. വാൽനട്ട്സ്, ബദാം, പിസ്ത എന്നിവ കഴിക്കുന്നത് തലച്ചോറിന്റെ ആരോഗ്യത്തെ മെച്ചപ്പെടുത്തും. ആരോഗ്യകരമായ കൊഴുപ്പുകൾ, പ്രോട്ടീൻ, നാരുകൾ എന്നിവ ഇവയിലടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് നിയന്ത്രിക്കാനും സ്ട്രെസ് കുറയ്ക്കാനും ഇതുപകരിക്കുന്നു.

മാനസികവിഷമങ്ങൾ വരുമ്പോൾ ഇഷ്ടഭക്ഷണം പാചകം ചെയ്യുന്നത് മനസ്സിനെ കൂടുതൽ സന്തോഷിപ്പിക്കുമെന്ന് പഠനങ്ങൾ പറയുന്നു. ഇത് മനസ്സിന് ഉന്മേഷവും ആത്മവിശ്വാസവും നൽകും. ക്രിയാത്മക ചിന്തയുടെയും പ്രവർത്തനത്തിന്റെയും പുതിയ തലങ്ങളാണതിലൂടെ ലഭിക്കുന്നത്. സ്വന്തമായി തയ്യാർ ചെയ്ത സ്വാദിഷ്ഠമായ വിഭവങ്ങൾ മറ്റുള്ളവർ കഴിക്കുമ്പോഴും അവരിൽ നിന്ന് നല്ല പ്രതികരണങ്ങൾ കേൾക്കുമ്പോഴും ലഭിക്കുന്ന സംതൃപ്തി വിഷാദങ്ങൾക്കുള്ള ഒറ്റമൂലിയാണ്.

ഹൃദയം തുറക്കാം

സാമൂഹിക ബന്ധങ്ങളിൽ പ്രധാനമാണ് സൗഹൃദം. ഏതു കാര്യവും അടുത്തിരുന്ന് പരസ്പരം തുറന്നു പറയുകയും പരിഹാരം കാണുകയും ചെയ്യാമെന്നതാണ് നല്ല സൗഹൃദത്തിന്റെ ഗുണം. ചങ്ങാതി നന്നായാൽ കണ്ണാടി വേണ്ടെന്നാണല്ലോ ചൊല്ല്. നല്ല കൂട്ടുകാരൻ സുഗന്ധവ്യാപാരിയെപ്പോലെയാണെന്നാണ് തിരുനബി(സ)യുടെ അധ്യാപനം. (ബുഖാരി, മുസ്‌ലിം)

ജീവിതത്തിലെ പ്രശ്നങ്ങളും പ്രയാസങ്ങളും കേൾക്കാൻ ഒരാളുണ്ടാവുമ്പോൾ മാനസികമായ സന്തോഷവും സമാധാനവും ലഭിക്കുന്നു. 'ഒരു നല്ല പുസ്തകം നൂറ് നല്ല കൂട്ടുകാർക്ക് സമാനമാണ്. എന്നാൽ നല്ല സുഹൃത്ത് ഒരു നല്ല ഗ്രന്ഥശാലയ്ക്കു തുല്യമാണ്' എന്നാണ് എ.പി.ജെ അബ്ദുൽ കലാമിന്റെ വാക്കുകൾ.

ശുഭപ്രതീക്ഷ

സദ്‌വിചാരങ്ങളും ശുഭാപ്തിവിശ്വാസവും മനസ്സിന് ആശ്വാസത്തിന്റെ വാതിൽ തുറന്നുതരുന്നു. പ്രതിസന്ധികളെയെല്ലാം പുതിയ അവസരമായി കാണാൻ ശുഭാപ്തിവിശ്വാസം നമ്മെ പ്രാപ്തമാക്കുന്നു. മലിനമനസ്സുകളെ സംസ്കരിക്കാനും ഹൃദയങ്ങളിൽ പ്രതീക്ഷയുടെ ദീപം തെളിയിക്കാനും ശുഭാപ്തിവിശ്വാസത്തിനു കഴിയും. ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആരോഗ്യത്തിന്റെ അനിവാര്യമായ ഘടകമാണത്. നിരാശയും ശ്ലഥചിന്തയും നമ്മുടെ മാനസികാരോഗ്യത്തെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കും. കഴിഞ്ഞുപോയ ഇന്നലെകളെക്കുറിച്ച് നിരാശപ്പെടരുത്. കറന്നെടുത്ത പാൽ തിരിച്ച് അകിടിലേക്ക് മടങ്ങില്ലല്ലോ. പ്രയാസങ്ങൾക്ക് ശേഷം ആനന്ദം വരാനുണ്ടെന്ന പ്രതീക്ഷയോടെയായിരിക്കണം വിശ്വാസിയുടെ ജീവിതം.

സമ്മർടിപ്സ്

വേനൽകാല രോഗങ്ങൾ

- വെരിസെല്ല സോസ്റ്റർ എന്ന വൈറസ് കാരണം ഉണ്ടാകുന്ന ചിക്കൻപോക്സ് പ്രധാന വേനൽക്കാലരോഗമാണ്.
- പനി, ജലദോഷം, ശരീരവേദന, കഠിനമായ ക്ഷീണം, നടുവേദന, ചൊറിച്ചിൽ തുടങ്ങിയവയാണ് പ്രാഥമിക രോഗലക്ഷണങ്ങൾ. പിന്നീട് ശരീരത്തിൽ ചുവന്ന തടിപ്പും കുമിളകളും കാണപ്പെടും.
- പരമാവധി ശരീരത്തിന്റെ വൃത്തി പാലിക്കുകയും രോഗലക്ഷണങ്ങൾ കണ്ടു തുടങ്ങിയാലുടൻ ചികിത്സ തേടുകയും വേണം.
- പ്രതിരോധശേഷി കുറഞ്ഞിരിക്കുമെന്നതിനാൽ ഗർഭിണികളും പ്രമേഹരോഗികളും നവജാത ശിശുക്കളും അർബുദം ബാധിച്ചവരുമെല്ലാം കൂടുതൽ ജാഗ്രത പുലർത്തണം.
- ശുചിത്വമില്ലാത്ത ഭക്ഷണവും വെള്ളവും അകത്തെത്തുമ്പോഴാണ് വയറിളക്കം, കോളറ, ടൈഫോയിഡ്, മഞ്ഞപ്പിത്തം തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങളുണ്ടാവുന്നത്.

കന്നുകാലികളും അത്യുഷ്ണവും

- അത്യുൽപാദനശേഷിയുള്ള ചില പശുക്കൾക്ക് അത്യുഷ്ണം അതിജീവിക്കാനുള്ള ശേഷി കുറവാണ്. തീറ്റയെടുക്കാൻ കഴിയാതാവുകയും ശരീരസമ്മർദ്ദം വർധിക്കുകയും ചെയ്യുമ്പോൾ രോഗബാധക്ക് സാധ്യതയേറും.
- കാലിത്തൊഴുത്തുകൾക്ക് ആവശ്യമായ വിസ്തൃതിയും വായുസഞ്ചാരവുമുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തണം.
- പനയോലയോ തെങ്ങോലയോ ഗ്രീൻനെറ്റോ ഉപയോഗിച്ച് തൊഴുത്തിന്റെ മേൽക്കൂരക്കു താഴെ സീലിംഗ് ഒരുക്കുന്നതും ഉഷ്ണസമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാൻ ഫലപ്രദമാണ്.
- പകൽ പതിനൊന്നിനും മൂന്നിനുമിടയിൽ കാലികളെ തുറസ്സായ സ്ഥലത്ത് മേയാൻ വിടുന്നതും പാടത്ത് കെട്ടിയിടുന്നതും ഉയരവും വായുസഞ്ചാരവും കുറഞ്ഞ തൊഴുത്തിൽ പാർപ്പിക്കുന്നതും ഒഴിവാക്കണം.
- നിർജ്ജലീകരണം തടയാനും പാൽ ഉൽപാദനനഷ്ടം കുറയ്ക്കാനും തൊഴുത്തിൽ എപ്പോഴും തണുത്ത വെള്ളം ലഭ്യമാക്കണം.
- പകൽസമയത്ത് കാലിത്തീറ്റയും വൈക്കോലും നൽകുന്നതിനുപകരം ജലാംശം ധാരാളമടങ്ങിയ പച്ചപ്പുല്ലുകൾ നൽകാം.

ശാഫിഈ ഫിഖ്ഹ്

ചോദ്യോത്തരം/ ശാഫിഈ

ചെറുശ്ശോല അബ്ദുൽ ജലീൽ സഖാഫി

കുട്ടികളുടെ ഹജ്ജും ഉംറയും

ചോദ്യം: ഏഴോ എട്ടോ വയസ്സുള്ള കുട്ടിയെയും കൊണ്ട് ഹജ്ജിനു പോവുകയാണെങ്കിൽ കുട്ടിയുടെ ഹജ്ജിന് ഇഹ്റാം ചെയ്യേണ്ടത് ആരാണ്? കുട്ടിയോ ഉപ്പയോ?

ഉത്തരം: വകതിരിവായ കുട്ടിയുടെ ഹജ്ജ് ഉംറക്ക് രക്ഷിതാവിന്റെ സമ്മതപ്രകാരം കുട്ടി ഇഹ്റാം ചെയ്യുകയോ കുട്ടിക്കുവേണ്ടി രക്ഷിതാവ് ഇഹ്റാം ചെയ്യുകയോ വേണം. രണ്ടിൽ ഏതും സ്വീകാര്യമാണ്. (തുഹ്ഫ 4/7, നിഹായ 2/326)

ചോദ്യം: വകതിരിവായിട്ടില്ലാത്ത കുട്ടികളെ ഹജ്ജ് - ഉംറ ചെയ്യിപ്പിക്കുന്നതെങ്ങനെയാണ്?

ഉത്തരം: വകതിരിവായിട്ടില്ലാത്ത കുട്ടിക്കു വേണ്ടി രക്ഷിതാവാണ് ഇഹ്റാം ചെയ്യേണ്ടത്. കുട്ടിയെ മുഹ്രിം ആക്കുന്നു/കുട്ടിക്കുവേണ്ടി ഇഹ്റാം ചെയ്യുന്നു എന്ന് രക്ഷിതാവ് നിയ്യത്ത് ചെയ്യണം. കുട്ടിക്ക് ചെയ്യാവുന്ന കാര്യങ്ങൾ കുട്ടിയെക്കൊണ്ട് ചെയ്യിപ്പിക്കണം. അറഫയിലും മറ്റും കുട്ടിയെ ഹാജരാക്കണം. ത്വവാഫ് - സഅ്യ് തുടങ്ങിയവ കഴിയുമെങ്കിൽ കുട്ടികൾ സ്വയം നിർവഹിക്കുകയോ അല്ലെങ്കിൽ എടുത്തുകൊണ്ടുപോവുകയോ വേണം. കുട്ടിയെ എടുത്തുകൊണ്ട് ത്വവാഫ് ചെയ്യിപ്പിക്കുമ്പോൾ ത്വവാഫിന് ആവശ്യമായ ശുദ്ധി, ഔറത്ത് മറയ്ക്കൽ തുടങ്ങിയവ രക്ഷിതാവും കുട്ടിയും പാലിച്ചിരിക്കണം. രക്ഷിതാവ് കുട്ടിക്ക് വുളൂഅ് നിർവഹിച്ചു കൊടുക്കണം. ആ വുളൂഇന് രക്ഷിതാവ് നിയ്യത്ത് ചെയ്യണം. (തുഹ്ഫ 4/7)

ചോദ്യം: കുട്ടികളെക്കൊണ്ട് ഹജ്ജ് - ഉംറ ചെയ്യിപ്പിക്കുമ്പോൾ ഇഹ്റാം മുഖേന നിഷിദ്ധമായ കാര്യങ്ങൾ കുട്ടികൾ ചെയ്താൽ രക്ഷിതാവ് കുറ്റക്കാരനാകുമോ? ഫിദ്‌യ നിർബന്ധമാകുമോ?

ഉത്തരം: ഇഹ്റാം മുഖേന നിഷിദ്ധമായ കാര്യങ്ങളിൽ നിന്ന് കുട്ടിയെ തടയൽ രക്ഷിതാവിന് നിർബന്ധമാണ്. തടയാതിരിക്കുന്നത് കുറ്റകരമാണ്. അതേസമയം വകതിരിവായിട്ടില്ലാത്ത കുട്ടിയിൽ നിന്ന് അത്തരം കാര്യങ്ങൾ ഉണ്ടായാൽ ഫിദ്‌യ നിർബന്ധമാവുകയില്ല. വകതിരിവായിട്ടുണ്ടെങ്കിലും മറന്നുകൊണ്ടോ അറിവില്ലാതെയോ സുഗന്ധം ഉപയോഗിക്കുകയോ ഇഹ്റാമിൽ നിഷിദ്ധമായ വസ്ത്രം ധരിക്കുകയോ ചെയ്താൽ ഫിദ്‌യ നിർബന്ധമില്ല. ബോധപൂർവ്വം അത്തരം വസ്ത്രം ധരിക്കുകയോ സുഗന്ധം ഉപയോഗിക്കുകയോ ചെയ്താൽ ഫിദ്‌യ നിർബന്ധമാണ്. നഖം മുറിക്കുക, മുടി നീക്കുക എന്നിവ ചെയ്താലും ഫിദ്‌യ നിർബന്ധമാകും. രക്ഷിതാവ് ഫിദ്‌യ നൽകേണ്ടതാണ്. (നിഹായ, ഹാശിയത്തുൽ ഈളാഹ് 555)

ചോദ്യം: കുട്ടികൾക്ക് ഹജ്ജ് - ഉംറ നിർബന്ധമില്ലല്ലോ. എന്നാൽ പ്രായപൂർത്തിയായ ശേഷം ഹജ്ജ് - ഉംറ നിർബന്ധമാകുമ്പോൾ കുട്ടിക്കാലത്ത് നിർവഹിച്ച ഹജ്ജ് - ഉംറ കൊണ്ട് നിർബന്ധബാധ്യത വീടുമോ? രണ്ടാമതും ചെയ്യൽ നിർബന്ധമാണോ?

ഉത്തരം: കുട്ടിക്കാലത്ത് ചെയ്ത ഹജ്ജ് - ഉംറ കൊണ്ട് നിർബന്ധബാധ്യത വീടുകയില്ല. അതിനാൽ, കുട്ടിക്കാലത്ത് ഹജ്ജ് - ഉംറ ചെയ്തിട്ടുണ്ടെങ്കിലും പ്രായപൂർത്തിക്കുശേഷം ഹജ്ജ് - ഉംറ നിർബന്ധമായിട്ടുള്ളവർ രണ്ടാമതും ഹജ്ജ് - ഉംറ നിർവഹിക്കൽ നിർബന്ധമാണ്. ബുദ്ധിയും പ്രായപൂർത്തിയുമുള്ളവർ നിർവഹിക്കുന്ന ഹജ്ജ് - ഉംറ കൊണ്ടു മാത്രമേ ഹജ്ജ് - ഉംറയുടെ ബാധ്യത വീടുകയുള്ളൂ എന്നാണ് നിയമം. (തുഹ്ഫ 4/9, നിഹായ 3/239)

ചോദ്യം: *ഞങ്ങളുടെ നാട്ടിലെ ഖബർസ്ഥാനിന്റെ ഒരു ഭാഗം വളരെ ഉയർന്ന സ്ഥലമാണ്. അതിന്റെ അതിർത്തിയിലുള്ളവർ മണ്ണെടുത്തു താഴ്ത്തിയതിനാൽ ഏതു സമയവും തകർന്നുവീഴാവുന്ന അപകടാവസ്ഥയിലായിട്ടുണ്ട്. ആ ഉയർന്ന ഭാഗത്ത് മയ്യിത്തുകൾ അടക്കം ചെയ്തിട്ടില്ല. ആ ഭാഗത്തെ മണ്ണ് നീക്കം ചെയ്ത് നിരപ്പാക്കി സൗകര്യപ്പെടുത്തുന്നതിൽ ഇസ്‌ലാമികമായി തെറ്റുണ്ടോ? അനുവദനീയമാണെങ്കിൽ ആ മണ്ണ് ആവശ്യക്കാർക്ക് നൽകി പണം വാങ്ങാമോ? ഖബർസ്ഥാനിന് ചുറ്റും മതിൽകെട്ടി സംരക്ഷിക്കാൻ ധാരാളം പണം ആവശ്യമുണ്ട്. ആ മണ്ണ് കൊടുത്ത് ലഭിക്കുന്ന പണം അതിലേക്ക് ചെലവഴിച്ചുകൂടേ?*

ഉത്തരം: മഖ്ബറഭൂമിയുടെ മസ്‌ലഹത്തിനും സംരക്ഷണത്തിനും പ്രയാസം സൃഷ്ടിക്കുന്ന മണ്ണ് നീക്കം ചെയ്യൽ അനുവദനീയമാണ്. അങ്ങനെ നീക്കം ചെയ്യുന്ന മണ്ണ് ആവശ്യക്കാർക്ക് നൽകി പണം വാങ്ങാവുന്നതാണ്. ആ പണം പ്രസ്തുത മഖ്ബറയുടെ (ഖബർസ്ഥാൻ) സംരക്ഷണത്തിനും മസ്‌ലഹത്തിനും ഉപയോഗിക്കേണ്ടതാണ്. ഇമാം ഇബ്നു ഹജർ(റ)വിന്റെ അൽഫതാവൽ കുബ്റാ (3/256)യിൽ ഇക്കാര്യം വ്യക്തമാക്കിയിട്ടുണ്ട്.

ചോദ്യം: *റമളാനിൽ നികാഹ് കർമ്മം നടത്തുന്നതിന്റെ വിധിയെന്താണ്? റമളാൻ ഉത്തമമാണതിനെന്ന് പറയാമോ?*

ഉത്തരം: റമളാനിൽ നികാഹ് നടത്താവുന്നതാണ്. അതിൽ യാതൊരു കുഴപ്പവുമില്ല. നികാഹിന് കൂടുതൽ ഉത്തമം ശവ്വാൽ മാസമാണ്. നികാഹ് ശവ്വാലിലാവുക സുന്നത്താണ്.

ചോദ്യം: *മുസ്‌ലിം ഭരണമുള്ള ചില നാടുകളിൽ കച്ചവടക്കാരിൽ നിന്ന് സകാത്തായി ഭരണാധികാരി നിർബന്ധപൂർവ്വം പണം വാങ്ങാറുണ്ട്. അത് സകാത്ത് വകുപ്പിൽ വിതരണം ചെയ്യാറുണ്ടെന്നാണ് അറിയാൻ കഴിഞ്ഞത്. ആവശ്യമായ നിയ്യത്ത് ചെയ്തുകൊണ്ട് അതിലേക്ക് നൽകുന്ന പണം സകാത്തായി പരിഗണിക്കപ്പെടുമോ? അതല്ലെങ്കിൽ അത്രയും പണം വീണ്ടും സകാത്ത് നൽകൽ നിർബന്ധമാകുമോ?*

ഉത്തരം: ചോദ്യത്തിൽ പറഞ്ഞിട്ടുള്ളതു പോലെ മുസ്‌ലിം ഭരണാധികാരികൾ സകാത്ത് ആവശ്യപ്പെടുമ്പോൾ ആവശ്യമായ നിയ്യത്തോടെ അവരെ ഏൽപ്പിച്ചത് സകാത്തായി പരിഗണിക്കപ്പെടുന്നതാണെന്നും അത് രണ്ടാമത് നൽകേണ്ടതില്ലെന്നുമാണ് മനസ്സിലാകുന്നത്. (തുഹ്ഫ 9/78)

ഇഹ്റാം മുഖേന നിഷിദ്ധമായ കാര്യങ്ങളിൽ നിന്ന് കുട്ടിയെ തടയൽ രക്ഷിതാവിന് നിർബന്ധമാണ്. തടയാതിരിക്കുന്നത് കുറ്റകരമാണ്. അതേസമയം വകതിരിവായിട്ടില്ലാത്ത കുട്ടിയിൽ നിന്ന് അത്തരം കാര്യങ്ങൾ ഉണ്ടായാൽ ഫിദ്‌യ നിർബന്ധമാവുകയില്ല. വകതിരിവായിട്ടുണ്ടെങ്കിലും മറന്നുകൊണ്ടോ അറിവില്ലാതെയോ സുഗന്ധം ഉപയോഗിക്കുകയോ ഇഹ്റാമിൽ നിഷിദ്ധമായ വസ്ത്രം ധരിക്കുകയോ ചെയ്താൽ ഫിദ്‌യ നിർബന്ധമില്ല.

ആത്മികം

മുഹമ്മദ് ശാമിൽ ഹൈസെനാർ കാരികുളം

ഖിയാമുല്ലൈൽ; ഇരുളകറ്റുന്ന പ്രകാശധാര

വിശ്വാസിജീവിതത്തിന്റെ ആത്യന്തിക ലക്ഷ്യം സ്രഷ്ടാവായ അല്ലാഹുവിനുള്ള ആരാധനകളാണല്ലോ. നിർബന്ധമായ ആരാധനകൾക്കു പുറമെ സുന്നത്തായ കർമങ്ങളും ചെയ്യുമ്പോഴാണ് വിശ്വാസി അല്ലാഹുവിലേക്കടുക്കുക. ഓരോ ആരാധനക്കും സവിശേഷമായ പ്രതിഫലമാണുള്ളത്. ആരാധനകൾക്ക് കൂടുതൽ അനുയോജ്യമായ സമയമാണ് രാത്രി. മുൻഗാമികൾ രാവുകളിൽ കൂടുതൽ സമയം അല്ലാഹുവിന് ആരാധനകളർപ്പിച്ചിരുന്നു.

ഐഛിക ആരാധനകളിൽ പ്രധാനമാണ് ഖിയാമുല്ലൈൽ. തിരുനബി(സ)യുടെ രാത്രി നേരങ്ങൾ ആരാധനകളാൽ സജീവമായിരുന്നുവെന്ന് ഹദീസിലുണ്ടല്ലോ. ഇരുകാൽപാദങ്ങളും നീരുവന്നു തടിക്കുവോളം നബി(സ) നിസ്കരിച്ചിരുന്നു. ഇതു കണ്ട് ആഇശബീവി(റ) ചോദിച്ചു: 'നബിയേ, അങ്ങെന്തിനാണിങ്ങനെ പ്രയാസപ്പെടുന്നത്? അങ്ങ് സർവ്വ പാപങ്ങളിൽ നിന്നും മുക്തനാണല്ലോ.' അവിടുന്ന് പ്രതികരിച്ചു: 'ഞാൻ അല്ലാഹുവിനോട് നന്ദിയുള്ള അടിമയാകണമല്ലോ!'

അല്ലാഹു മനുഷ്യർക്ക് നൽകിയ അനുഗ്രഹങ്ങൾക്ക് എത്ര നന്ദി ചെയ്താലും മതിയാവില്ല. എങ്കിലും, പരമാവധി നന്ദി കാണിക്കുക എന്നതാണ് അടിമകളുടെ ദൗത്യം.

അല്ലാഹുവിനോട് നന്ദി കാണിക്കാൻ താത്പര്യം വേണം. അതിന്നുള്ള ഉദ്ദേശ്യം മനസ്സിലുണ്ടാകണം. അതും വലിയ നേട്ടമാണ്. അബുദ്ദർദാഅ്(റ) നിവേദനം: നബി(സ) പറഞ്ഞു: 'കിടപ്പറയിലേക്കു പോകുമ്പോൾ രാത്രി ഉറക്കിൽ നിന്നെഴുന്നേറ്റ് നിസ്കരിക്കാൻ ദൃഢനിശ്ചയം ചെയ്ത് പുലരുവോളം ഉറങ്ങിപ്പോയാലും അയാൾ നിയ്യത്തു ചെയ്തതിനുള്ള പ്രതിഫലം രേഖപ്പെടുത്തും. ആ ഉറക്കം അയാൾക്ക് അല്ലാഹുവിൽ നിന്നുള്ള സ്വദഖയാകും.' (നസാഈ 1787)

ഏതൊരു കർമത്തിനും സമ്പൂർണ പ്രതിഫലം ലഭിക്കുന്നത് അദബുകൾ പാലിച്ചുകൊണ്ട് നിർവഹിക്കുമ്പോഴാണല്ലോ. രാത്രിനേരങ്ങളിലുള്ള ആരാധനകളിൽ പാലിക്കേണ്ട പത്ത് അദബുകൾ വായിക്കാം:

ഒന്ന്: ഉറക്കിൽ നിന്നുണർന്നയുടൻ ഇരുകൈകളും ശുദ്ധമായ വെള്ളം ഉപയോഗിച്ച് മൂന്നുതവണ കഴുകുക.

രണ്ട്: ബ്രഷ് ചെയ്യുക. (അറാക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നതാണ് ഉത്തമം)

ഹുദൈഫ(റ) പറഞ്ഞു: 'റസൂൽ(സ) രാത്രി എഴുന്നേറ്റാൽ വായ ബ്രഷ് ചെയ്ത് വൃത്തിയാക്കുമായിരുന്നു.' (ബുഖാരി, മുസ്‌ലിം)

അല്ലാഹുവിനോട് നന്ദി കാണിക്കാൻ താത്പര്യം വേണം. അതിന്നുള്ള ഉദ്ദേശ്യം മനസ്സിലുണ്ടാകണം. അതും വലിയ നേട്ടമാണ്. അബുദ്ദർദാഅ്(റ) നിവേദനം: നബി(സ) പറഞ്ഞു: 'കിടപ്പറയിലേക്കു പോകുമ്പോൾ രാത്രി ഉറക്കിൽ നിന്നെഴുന്നേറ്റ് നിസ്കരിക്കാൻ ദൃഢനിശ്ചയം ചെയ്ത് പുലരുവോളം ഉറങ്ങിപ്പോയാലും അയാൾ നിയ്യത്തു ചെയ്തതിനുള്ള പ്രതിഫലം രേഖപ്പെടുത്തും. ആ ഉറക്കം അയാൾക്ക് അല്ലാഹുവിൽ നിന്നുള്ള സ്വദഖയാകും.'

മൂന്ന്: കുളിക്കുക. കുളി ശരീരത്തിന് കൂടുതൽ ഉണർവും ഉന്മേഷവും നൽകും.

നാല്: സമ്പൂർണ്ണമായ വുളൂഅ് ചെയ്യുക. നിസ്കാരത്തിന്റെ ഇടവേളകളിൽ ഉറക്കം വരുമ്പോഴെല്ലാം നബി(സ) ബ്രഷ് ചെയ്യുകയും വുളൂഅ് പുതുക്കുകയും ചെയ്യാറുണ്ടായിരുന്നു. (മുസ്‌ലിം)

അഞ്ച്: ദിക്റുകൾ വർദ്ധിപ്പിക്കുക. നബി(സ) നിസ്കാരത്തിനായി ഉണർന്നാൽ അല്ലാഹു അക്ബർ, അൽഹംദുലില്ലാഹ്, സുബ്ഹാനല്ലാഹി വബിഹംദിഹി, സുബ്ഹാനൽമലികിൽഖുദ്ദൂസ്, അസ്തഗ്ഫിറുല്ലാഹ്, ലാ ഇലാഹ ഇല്ലല്ലാഹ് എന്നീ ദിക്റുകൾ പത്തു തവണ വീതം ചൊല്ലാറുണ്ടായിരുന്നു. (അബൂദാവൂദ് 5085)

ആറ്: പ്രാർത്ഥന വർദ്ധിപ്പിക്കുക. നബി(സ) ദിക്റുകൾക്കു ശേഷം 'അല്ലാഹുവേ, ഇരുലോകത്തിന്റെയും ദുരിതങ്ങളിൽ നിന്ന് ഞാൻ നിന്നിൽ അഭയം തേടുന്നു' എന്നു പത്തു തവണ പ്രാർത്ഥിച്ച ശേഷമായിരുന്നു നിസ്കാരം ആരംഭിച്ചിരുന്നത്. (അബൂദാവൂദ് 5085).

ഏഴ്: ലളിതമായ ആരംഭം. ആഇശ(റ) പറഞ്ഞു: 'റസൂൽ(സ) രാത്രി നിസ്കാരത്തിനെഴുന്നേറ്റാൽ, ലഘുവായ രണ്ടു റക്അത്ത് നിസ്കരിച്ചാണ് തുടങ്ങിയിരുന്നത്.' (മുസ്‌ലിം 1286)

എട്ട്: ഖുർആൻ പാരായണം. നബി(സ) ഉറക്കെയും പതുക്കെയും ഖുർആൻ ഓതാറുണ്ടായിരുന്നു. റസൂൽ(സ)യുടെ രാത്രി നിസ്കാരത്തിലെ ഖുർആൻ പാരായണത്തെക്കുറിച്ച് ചോദിച്ചപ്പോൾ ആഇശ(റ) മറുപടി നൽകി: 'ചിലപ്പോൾ പതുക്കെയും ചിലപ്പോൾ ഉറക്കെയും നബി(സ) ഖുർആൻ ഓതാറുണ്ടായിരുന്നു.' (തിർമിദി 411)

ഒമ്പത്: റുകൂഉം സുജൂദും ദീർഘിപ്പിക്കൽ. ഒരിക്കൽ നബി(സ)യുടെ റുകൂഅ് അൽബഖറ, നിസാഅ്, ആലുഇംറാൻ എന്നീ മൂന്നു സൂറത്തുകൾ ഓതാനുള്ള സമയത്തോളം ദീർഘിച്ചിരുന്നതായി ഹദീസുകളിലുണ്ട്. അവിടുത്തെ റുകൂഉകളിൽ പാപമോചനം തേടലും പ്രാർഥനകളും ഉൾപ്പെട്ടിരുന്നു.

നബി(സ)യുടെ സുജൂദിന്റെ ദൈർഘ്യത്തെപ്പറ്റി ആഇശ(റ) പറയുന്നു: 'അമ്പത് ആയത്തുകൾ ഓതിത്തീർക്കാനുള്ളത്ര സമയം നബി(സ) സുജൂദിൽ ചെലവഴിക്കാറുണ്ടായിരുന്നു.' (ഇബ്നുഹിബ്ബാൻ 2610) എന്നാൽ, റുകൂഇലും സുജൂദിലും ഖുർആൻ പാരായണം ചെയ്യുന്നത് റസൂൽ(സ) വിലക്കിയിട്ടുണ്ട്. (മുസ്‌ലിം 479)

പത്ത്: നമസ്കാരം വിത്റിൽ അവസാനിപ്പിക്കുക. അബ്ദുർറഹ്മാനുബ്നു അബ്സാ(റ) പറയുന്നു: 'റസൂൽ(സ) വിത്റിൽ അഅ്ലാ, കാഫിറൂൻ, അഹദ് എന്നീ സൂറത്തുകൾ ഓതാറുണ്ടായിരുന്നു.' (നസാഈ 1712, അഹ്മദ്)

രാത്രിനിസ്കാരം അവസാനിപ്പിക്കേണ്ടത് വിത്ർ (ഒറ്റ) ആയാണ്. ഒന്നോ മൂന്നോ അഞ്ചോ ഏഴോ റക്അത്തുകളായി വിത്ർ നിർവഹിക്കാം. വിത്റിലെ സുജൂദിൽ ഇപ്രകാരം ചൊല്ലൽ സുന്നത്താണ്: 'അല്ലാഹുവേ, നിശ്ചയം, ഞാനിതാ നിന്റെ പ്രീതി കൊണ്ട് നിന്റെ കോപത്തിൽ നിന്നും നിന്റെ വിട്ടുവീഴ്ച കൊണ്ട് നിന്റെ ശിക്ഷയിൽ നിന്നും അഭയം തേടുന്നു. എല്ലാ വിഷമങ്ങളിൽ നിന്നും നിന്നോട് ഞാൻ കാവൽ തേടുന്നു. നിനക്കുള്ള സ്തുതികീർത്തനങ്ങളെ കണക്കാക്കാൻ എനിക്കു കഴിയില്ല. നീ നിന്നെക്കുറിച്ച് പ്രകീർത്തിച്ചത് എങ്ങനെയാണോ അങ്ങനെയാണ് നീ.' (നസാഈ 1100, തിർമിദി 3566).

ചോദ്യോത്തരം/ ഹനഫീ

ഡോ. അബ്ദുൽ ഹകീമിൽ കനാഫലി

മയ്യിത്ത് നിസ്കാരത്തിലെ സനാഉം ഫാതിഹയും

***ചോദ്യം:** എന്റെ ഒരു വയസ്സുള്ള കുട്ടിക്ക് മുലയൂട്ടുന്നതു കാരണം എനിക്ക് നോമ്പനുഷ്ഠിക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. ഞാൻ പിന്നീട് നോമ്പ് ഖളാഅ് വീട്ടിയാൽ മാത്രം മതിയോ?*
സ്വാലിഹ, പൊൻകുന്നം

ഉത്തരം: ഗർഭിണിയും മുലയൂട്ടുന്നവളും സ്വന്തം ശരീരത്തിനോ ഗർഭസ്ഥശിശുവിനോ മുല കുടിക്കുന്ന കുട്ടിക്കോ ആപത്തോ രോഗമോ ഉണ്ടാകുമെന്ന് ഭയന്നാൽ നോമ്പ് ഒഴിവാക്കൽ അനുവദനീയമാണ്. പിന്നീട് ആ നോമ്പുകൾ ഖളാഅ് വീട്ടിയാൽ മതിയാകും. ഫിദ്‌യ കൊടുക്കേണ്ടതില്ല. പ്രസ്തുത ആപത്തോ രോഗമോ ഉണ്ടാകുമെന്ന ഭയം മുൻഅനുഭവത്തിന്റെയോ ദുർനടപ്പ് അറിയപ്പെട്ടിട്ടില്ലാത്ത യോഗ്യനായ ഒരു മുസ്‌ലിം ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശത്തിന്റെയോ അടിസ്ഥാനത്തിലായിരിക്കണം. (ഹാശിയതുത്വഹ്ത്വാവീ 684-685)

***ചോദ്യം:** ആർത്തവകാരിയാണെന്ന ഉറപ്പിൽ ഞാൻ ഒരു ദിവസം നോമ്പനുഷ്ഠിക്കാതിരുന്നു. ആ സമയത്ത് ആർത്തവകാരിയല്ലായിരുന്നു എന്ന് പിന്നീടാണ് മനസ്സിലാവുന്നത്. എന്നാൽ, ആ നോമ്പ് ഖളാഅ് വീട്ടേണ്ടതുണ്ടോ?*
മുബീന കല്ലാർ

ഉത്തരം: അതേ. യഥാർത്ഥത്തിൽ ആർത്തവകാരിയായിരുന്നെങ്കിൽ തന്നെ ആ സമയത്ത് നഷ്ടപ്പെട്ട നോമ്പുകൾ ശുദ്ധിയായശേഷം ഖളാഅ് വീട്ടേണ്ടതാണല്ലോ. (ഹാശിയതുത്വഹ്ത്വാവീ 147)

ആർത്തവത്തിന്റെ ചുരുങ്ങിയ പരിധിയായ മൂന്ന് ദിവസം അഥവാ 72 മണിക്കൂറിനെക്കാൾ കുറവുള്ള രക്തം ഇസ്തിഹാളത്ത് അഥവാ ബ്ലീഡിങ് ഇനത്തിൽ പെട്ടതാണ്. (ഹാശിയതുത്വഹ്ത്വാവീ 140)

ഈ രക്തം സ്രവിക്കുമ്പോൾ നിസ്കാരം, നോമ്പ് എന്നിവ ഒഴിവാക്കാൻ പാടില്ല. (ഹാശിയതുത്വഹ്ത്വാവീ 148). ചോദ്യത്തിൽ പറഞ്ഞത് ഇസ്തിഹാളത്ത് ഇനത്തിൽപ്പെട്ട രക്തമാണെന്നാണ് മനസ്സിലാകുന്നത്. ആയതിനാൽ ആ സമയത്ത് ഉപേക്ഷിച്ച നോമ്പ് ഖളാഅ് വീട്ടേണ്ടതാണ്.

***ചോദ്യം:** പെരുന്നാൾ ദിവസം പെരുന്നാൾ നിസ്കരിക്കാൻ കഴിയാതിരുന്നാൽ ശവ്വാലിൽ പെരുന്നാൾ നിസ്കാരം ഖളാഅ് വിടേണ്ടതുണ്ടോ? ജമാലുദ്ദീൻ, കുവൈത്ത്*

ഉത്തരം: ഇല്ല, പെരുന്നാൾ നിസ്കാരത്തിന്റെ സമയം കഴിഞ്ഞ കാരണത്താൽ നിസ്കാരം നഷ്ടപ്പെട്ടവർ പിന്നീടത് ഖളാഅ് വീട്ടരുത്. (ഹാശിയതുത്വഹ്ത്വാവീ പേ: 535)

***ചോദ്യം:** മയ്യിത്ത് നിസ്കാരത്തിൽ മഅ്മൂമുകളായ ശാഫിഈ മദ്ഹബുകാരെ പരിഗണിച്ച് ഹനഫീ ഇമാമിന് സനാഅ് ഉപേക്ഷിച്ച് പകരം ഫാത്തിഹ ഓതാമോ?*
ഹാശിം, മുണ്ടക്കയം

ഉത്തരം: ഖുർആൻ എന്ന ഉദ്ദേശ്യത്തോടുകൂടി മയ്യിത്ത് നിസ്കാരത്തിൽ ഒന്നാം തക്ബീറിന് ശേഷം ഫാത്തിഹ ഓതൽ തഹ്രീമിന്റെ കറാഹത്താണ്. തുടർന്ന് നിസ്കരിക്കുന്ന മറ്റു മദ്ഹബ്കാരുടെ രീതികൾ പരിഗണിക്കേണ്ടത് അക്കാര്യം സ്വന്തം മദ്ഹബിൽ കറാഹത്താകാതിരിക്കുമ്പോഴാണ്. ആയതിനാൽ സനാഅ് ഒഴിവാക്കി ശാഫിഈ മദ്ഹബുകാർക്ക് വേണ്ടി ഫാതിഹ ഓതാൻ പാടില്ല. (ഹാശിയതുത്വഹ്ത്വാവീ 584)

***ചോദ്യം:** നഷ്ടപ്പെട്ടുപോയ വിത്റ് നിസ്കാരം ഫർള് നിസ്കാരങ്ങൾ പോലെ ഖളാഅ് വീട്ടൽ നിർബന്ധമാണോ?*

ഉത്തരം: അതേ, അഞ്ചു നേരത്തെ നിസ്കാരങ്ങൾ, വിത്ർ നിസ്കാരം എന്നിവയിൽ ഏതെങ്കിലും ഒന്ന് സമയത്ത് നിർവഹിച്ചിട്ടില്ലെങ്കിൽ പിന്നീട് ഖളാഅ് വീട്ടൽ നിർബന്ധമാണ്. (അൽഫിഖ്ഹുൽ ഹനഫി വ അദില്ലതുഹു 1/219)

6

നോവൽ

മുജ്തബ നസ്വീഹ്

നിറകുടം തുളുമ്പില്ലെങ്കിലും

പത്താം ക്ലാസിലും ജമീലക്കൊപ്പം തന്നെയാണ്. ഓരോ ക്ലാസിലും കൊല്ലപ്പരീക്ഷ വരുമ്പോൾ മനസ്സിലൊരു ആധിയാണ്; കൂട്ടുകാരെയൊക്കെ പിരിയേണ്ടി വരുമല്ലോ എന്ന ആധി. പുതുവർഷത്തെ ക്ലാസ് തുടങ്ങുമ്പോൾ കുട്ടികളെ വിവിധ ഡിവിഷനുകളാക്കി മാറ്റി ഇരുത്താറുണ്ട്. മനസ്സിൽ പ്രാർത്ഥിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കും, അടുത്ത ക്ലാസിലും ജമീലക്കൊപ്പമാവണേ എന്ന്. എന്നിട്ടും ഒമ്പതാം ക്ലാസിൽ ജമീല എ ഡിവിഷനിലും റസിയ ബിയിലും. കരഞ്ഞുപോകാതിരിക്കുന്നതെങ്ങനെ? അന്നത്തെ കണ്ണീരു കണ്ട് ജലജടീച്ചറാണ് സഹായിച്ചത്; ഒമ്പത് എയിലേക്ക് മാറ്റിയിരുത്തിക്കൊണ്ട്. അന്ന് ടീച്ചർ മറ്റു അധ്യാപകരോട് പറയുന്നതു കേട്ടു; നല്ല കുട്ടികളുടെ കൂട്ടുകെട്ട് തകർത്ത് മാറ്റിയിരുത്തുന്നത് ശരിയല്ലാട്ടോ. അതവരുടെ മനസ്സിനെ ബാധിക്കും. പഠനത്തെയും ബാധിക്കും.

> **ഒമ്പതാം ക്ലാസിലെ അവസാനത്തെ പരീക്ഷയും കഴിഞ്ഞ് വേർപിരിയലിന്റെ സങ്കടവും ഒഴിവുകാലത്തിന്റെ സന്തോഷവും പങ്കിട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോഴാണ് ജമീല ആ പുതിയ വിവരം പറഞ്ഞത്, അടുത്തകൊല്ലം ആൽഫബെറ്റിക് ഓർഡറിലാണ് കുട്ടികളെ ക്ലാസിലിരുത്തുക എന്നാണ് ജലജ ടീച്ചർ പറഞ്ഞത്.**

ഒമ്പതാം ക്ലാസിലെ അവസാനത്തെ പരീക്ഷയും കഴിഞ്ഞ് വേർപിരിയലിന്റെ സങ്കടവും ഒഴിവുകാലത്തിന്റെ സന്തോഷവും പങ്കിട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുമ്പോഴാണ് ജമീല ആ പുതിയ വിവരം പറഞ്ഞത്, അടുത്തകൊല്ലം ആൽഫബെറ്റിക് ഓർഡറിലാണ് കുട്ടികളെ ക്ലാസിലിരുത്തുക എന്നാണ് ജലജ ടീച്ചർ പറഞ്ഞത്. കുട്ടികളോട് ഏറെ കരുണയും സ്നേഹവും കാണിക്കുന്ന ടീച്ചർ ആ വിവരം ആദ്യമേ പറഞ്ഞത് മാറിയിരിക്കാൻ മനസ്സിനെ തയ്യാറാക്കാൻ തന്നെയായിരിക്കും. അന്ന് കൂട്ടുകാരുടെ ചർച്ച അതിനെക്കുറിച്ചായിരുന്നു. ജമീലയിലെ ജെയും റസിയയിലെ ആറും തമ്മിൽ എത്രയോ അകലമുണ്ട്. അതുകൊണ്ട് ഒരു ക്ലാസ്സിലാവാൻ ഒരിക്കലും കഴിയില്ലെന്നറിഞ്ഞതോടെ അന്നേ തുടങ്ങിയതാണ് മനസ്സിൽ ഒരു നീറ്റൽ. അടുത്ത കൊല്ലം വേറെ ക്ലാസുകളിലി

രിക്കേണ്ടി വരുമല്ലോ. എങ്കിലും കൊതിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു, പത്താം ക്ലാസിലും ജമീലക്കൊപ്പമിരിക്കാൻ.

പത്തിലേക്ക് ജയിച്ച സന്തോഷത്തിൽ കഴിയുമ്പോഴാണ് ഒരു ദിവസം വാപ്പ ഉമ്മയോട് പറയുന്നതു കേട്ടത്: 'പെണ്ണ് ഇപ്പോ നല്ലോണം വലുതായില്ലേ, ഇനിയങ്ങനെ പുറത്തേക്ക് വിടാനൊന്നും പറ്റില്ല. പഠിച്ചതൊക്കെ മതി. ഒരു പുയ്യാപ്ലനെ കണ്ടെത്തണം.'

അതുകേട്ട് ഞെട്ടിപ്പോയി. ഇനി സ്കൂളിൽ പോക്ക് നിർത്തണമെന്നോ? കണ്ണുകൾ നിറഞ്ഞൊഴുകി. കരച്ചിലോടെ ഓടിച്ചെന്ന് ഒരു കിടത്തം. പിന്നെ ഉമ്മ വിളിച്ചപ്പോഴൊന്നും എഴുന്നേറ്റില്ല. അനിയനും അനിയത്തിയും വന്നു വിളിച്ചിട്ടും മിണ്ടിയില്ല. ചോറ് തിന്നാനും ചായ കുടിക്കാനുമൊന്നും ചെന്നില്ല. ഒറ്റക്കിടത്തം.

ഉമ്മ സ്നേഹത്തോടെ വിളിച്ചു പലതും പറഞ്ഞു. കേട്ട ഭാവം നടിക്കാതായപ്പോൾ ദേഷ്യപ്പെട്ടു. വാപ്പയുടെ തീരുമാനമാണെന്നും അത് മാറ്റാൻ വാപ്പയ്ക്കു മാത്രമേ കഴിയൂ എന്നും തറപ്പിച്ചു പറഞ്ഞു. റസിയയുണ്ടോ എഴുന്നേൽക്കുന്നു! വാപ്പയെക്കൊണ്ട് ആ തീരുമാനം മാറ്റിച്ചേ എഴുന്നേൽക്കൂ എന്ന വാശിയിലായി.

അന്നു വീടാകെ നിശ്ശബ്ദമായിരുന്നു. ഉമ്മയുടെ പരിഭവങ്ങളും സങ്കടം പറച്ചിലും ആരോടെന്നില്ലാതെയുള്ള ദേഷ്യപ്പെടലും മാത്രമാണപവാദം. അനിയനും അനിയത്തിയും മൗനത്തിലാണ്. അവർക്ക് കളിക്കാനും വർത്തമാനങ്ങൾ പറയാനും ഇത്ത കൂടെ വേണമല്ലോ.

രാത്രി വൈകിയാണ് വാപ്പ വന്നത്. ഉമ്മ ഉറങ്ങാതെ കാത്തിരിക്കുകയായിരുന്നു. വന്നപാടെ വാപ്പ പറയുന്നതു കേട്ടു: 'ഖുതുബിയ്യത്തിനു പോകാനുണ്ടായിരുന്നു. നെന്നോട് പറയാൻ വിട്ടുപോയതാ.'

രാത്രി വൈകിയാണ് ഖുതുബിയ്യത്ത് തുടങ്ങാറ്. ഏറെ നേരം നീണ്ടു നിൽക്കുന്ന ബൈത്തുകളും ഇരവും ദുആയുമൊക്കെയുണ്ടാകും. എല്ലാം തീരുമ്പോൾ പാതിരാത്രി കഴിഞ്ഞിരിക്കും. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഖുതുബിയത്തുണ്ടെങ്കിൽ വാപ്പ നേരത്തെ ഉമ്മയോടു പറയും; ഉറക്കമൊഴിഞ്ഞു തന്നെ കാത്തിരിക്കേണ്ടെന്ന്.

'അനക്കെന്തുപറ്റി? ആകെ വല്ലാതായിട്ട്ണ്ടല്ലോ.' വാപ്പയുടെ ചോദ്യം ഉറക്കെയാണ്.

'ഇവിടെയിതാ ഒരുത്തി വെള്ളം പോലും കുടിക്കാതെ കിടന്നു കരയണ്.'

'ആര്, റസിയയോ? ഓക്കെന്തുപറ്റി?'

'ഇനി സ്കൂളില് പോണ്ടെന്ന് ഇങ്ങള് പറഞ്ഞപ്പോ തുടങ്ങ്യേതാ.'

'ങേ? പറഞ്ഞത് കേക്കാമ്മേലേ?' വാപ്പയുടെ പ്രതികരണത്തിൽ രോഷം പ്രകടമാണ്.

'ഇപ്പളത്തെ കുട്ട്യാളല്ലേ? കൂട്ടുകാരികളൊക്കെ പഠിക്കാമ്പോകുമ്പോ ഓൾക്ക് സങ്കടായിരിക്കും. നല്ലോണം പഠിക്ക്ന്ന മോളല്ലേ? പത്ത് പൂർത്ത്യാക്കാൻ മോഹണ്ടാവും.'

'മ്ഹും... പത്ത് പൂർത്ത്യാക്കീട്ടെന്താ? ഉദ്യോഗസ്ഥാവാനാ?'

'അതിനൊന്നുമല്ലേലും പഠിക്കണത് നല്ലതല്ലേ? പത്താം ക്ലാസ് കഴിയണത് വരേങ്കിലും ഓള് പോയ്ക്കോട്ടേ. അതല്ലേ നല്ലത്?'

'നല്ലതൊക്കെത്തന്ന്യാ... നാലക്ഷരം പഠിച്ചാല് അതിന്റെ ഗുണോണ്ടാവും. പക്ഷേങ്കില് പെങ്കുട്ട്യാളെ പുറത്തേക്കയക്കുമ്പോ മനസ്സിലൊരു പേട്യാണെടീ. എന്തൊക്ക്യാ ദെവസവും നമ്മള് കേൾക്ക്ണത്. റസിയമോളാണെങ്കില് ഇപ്പോ വല്യൊര് പെണ്ണായിട്ട്ണ്ടല്ലോ.'

'നല്ലതൊക്കെത്തന്ന്യാ... നാലക്ഷരം പഠിച്ചാല് അതിന്റെ ഗുണോണ്ടാവും. പക്ഷേങ്കില് പെങ്കുട്ട്യാളെ പുറത്തേക്കയക്കുമ്പോ മനസ്സിലൊരു പേട്യാണെടീ. എന്തൊക്ക്യാ ദെവസവും നമ്മള് കേൾക്ക്ണത്. റസിയമോളാണെങ്കില് ഇപ്പോ വല്യൊര് പെണ്ണായിട്ട്ണ്ടല്ലോ.'

'നമ്മളെ മോക്ക് അങ്ങനെള്ള ചീത്ത സ്വഭാവൊന്നൂല്ല. ഞാൻ ശ്രദ്ധിച്ചതാ... അങ്ങോട്ടുമിങ്ങോട്ടും നോക്കാതെയല്ലേ ഓള് നടന്നു പോവാറ്? ഏതായാലും ഇക്കൊല്ലം കൂടി ഓള് പഠിച്ചോട്ടേ.'

ഉമ്മ തനിക്കുവേണ്ടി വാദിക്കുകയാണ്. ഉമ്മയും വാപ്പയുടെ അഭിപ്രായത്തിന് കൂടെ നിൽക്കുമെന്നാണ് കരുതിയത്. ഇപ്പോ അങ്ങനെയല്ലല്ലോ. മനസ്സിൽ വല്ലാത്തൊരാശ്വാസം!

വാപ്പ മൗനത്തിലാണ്. ആലോചനയിലായിരിക്കും. ഏതായാലും ദേഷ്യപ്പെട്ടിട്ടില്ല.

'എന്നാലും ആമിനാ... നമ്മള് കുട്ട്യാളെ മദ്റസേല് പഠിപ്പിക്കുന്നോരും മറ്റുമായിരിക്കേ..?'

'പൊഴക്കരേലെ അന്ത്രു മൊയ്ല്യാര് വല്യ പണ്ഡിതനല്ലേ? ഓറെ മോളുണ്ടല്ലോ റസിയാന്റെ ക്ലാസില്. ഓറ് മൊടക്കൊന്നും പറഞ്ഞിട്ടില്ലല്ലോ.'

'ങേ... അത് ശരിയാ... എന്നാല് അങ്ങനായ്ക്കോട്ടേ.'

വാപ്പയുടെ സമ്മതം കേട്ടപ്പോൾ ചാടിയെണീക്കാൻ തോന്നി. എങ്കിലും ഒന്നുകൂടി തലയിണയിൽ മുഖമമർത്തി കിടന്നു. വാപ്പയോ ഉമ്മയോ വന്നു വിളിക്കട്ടെ. വിളിച്ച് വിവരം പറഞ്ഞിട്ട്

എഴുന്നേറ്റാൽ മതി.

അപ്പോഴേക്കും ഉമ്മ ഓടിയെത്തിയല്ലോ: 'റസിയാ, റസിയ മോളേ, എണീക്ക്... ദാ... വാപ്പ വന്ന്...'

ചുമലൊന്നു കുലുക്കി നിഷേധഭാവം പ്രകടിപ്പിച്ചപ്പോൾ ഉമ്മ പറഞ്ഞു: 'മോളേ, അനക്ക് സ്കൂളിൽ പോകാ... ഞാമ്പറഞ്ഞ് സമ്മതാക്കീട്ട്ണ്ട്.'

അപ്പോഴാണ് തലയുയർത്തിയത്. മെല്ലെ എണീറ്റ് ഉമ്മയെ കെട്ടിപ്പിടിച്ചു കരഞ്ഞു. എല്ലാ വിഷമവും ദൂരീകരിക്കുന്ന, എല്ലാ ക്ഷീണവും മാറ്റുന്ന ആ മടിത്തട്ടിലേക്ക് ചാഞ്ഞു.

****

അപ്രതീക്ഷിതമായി വന്ന വലിയൊരു കടമ്പ ചാടിക്കടന്ന ആശ്വാസത്തോടെയാണ് സ്കൂളിലേക്ക് പുറപ്പെട്ടത്. യൂണിഫോം വാങ്ങണം. നോട്ടുബുക്കും പാഠപുസ്തകവും വാങ്ങണം. വാപ്പയോടു പണം ചോദിക്കാൻ പേടി. ഉമ്മക്കുമുണ്ടാ പേടി. പ്രയാസപ്പെട്ടു നേടിയ അർദ്ധസമ്മതം പിൻവലിച്ചാലോ? പോകേണ്ടെന്നു വീണ്ടും പറഞ്ഞാലോ?

കൊല്ലങ്ങളായുള്ള കുഞ്ഞു സമ്പാദ്യങ്ങളുടെ കാശിക്കുഞ്ചി പൊട്ടിക്കുകയല്ലാതെ നിർവാഹമുണ്ടായിരുന്നില്ല. അതൊരു വലിയ തുണയായി. യൂണിഫോം വാങ്ങാനുള്ള പണം അതിലുണ്ടായിരുന്നു. അടുത്ത വീട്ടിലെ ശിഫാനയുടെ പാഠപുസ്തകം സൗജന്യമായി കിട്ടിയത് മറ്റൊരു തുണയായി. ഇനി നോട്ടുബുക്ക് വാങ്ങാനുള്ള പണം വേണം. അതെങ്ങനെ വാങ്ങുമെന്ന ആലോചനയിലിരിക്കുമ്പോഴാണ് ഒരു ദിവസം വാപ്പയുടെ ചോദ്യം: 'റസിയക്ക് യൂണിഫോമും പുസ്തകങ്ങളുമൊക്കെ വാങ്ങണ്ടേ?'

ഉമ്മ സന്തോഷത്തോടെ വിളിച്ചു: 'റസിയമോളേ...'

ഓടിച്ചെന്നപ്പോൾ ഉമ്മ ഒരു കള്ളച്ചിരിയോടെ പറഞ്ഞു: 'നെനക്ക് യൂണിഫോമും പുസ്തകവും വാങ്ങണ്ടേന്ന് വാപ്പ ചോദിക്ക്ണ്.'

എന്താണ് പറയുക? യൂണിഫോമിന് പണം എങ്ങനെ കിട്ടിയെന്ന കാര്യം പറയണോ? വാപ്പ ദേഷ്യപ്പെടുമോ? ആശങ്കയോടെ

'ങേ!? എന്നെ അത്ര പേട്യാണോ?' വാപ്പ രണ്ടാളുടെയും മുഖത്തേക്കു മാറിമാറി നോക്കി ചോദിച്ചു. അപ്പോൾ ആ ശബ്ദം ഇടറിയിരുന്നല്ലോ. കണ്ണുകൾ നിറഞ്ഞിരുന്നല്ലോ. അന്നാണ് ഓർമ്മവച്ച ശേഷം വാപ്പയുടെ സ്നേഹവും ചൂരും അടുത്തറിഞ്ഞത്. കെട്ടിപ്പിടിച്ച് ഉമ്മ തന്നുകൊണ്ട് നിറഞ്ഞ കണ്ണുകളോടെ വാപ്പ ചോദിച്ചല്ലോ: 'മോളേ, നെന്റെ വാപ്പ അത്ര ക്രൂരനാണോ?'

ഉമ്മയുടെ മുഖത്തേക്കു നോക്കി.

ഉമ്മ പറഞ്ഞു: 'അവളെ കാശിക്കുഞ്ചിയുടച്ചു.'

'അതെന്തേ എന്നോട് നേരത്തെ ചോദിക്കാതിര്ന്ന്?'

'ഓള് പേടിച്ചിട്ടാ.'

'ങേ!? എന്നെ അത്ര പേട്യാണോ?' വാപ്പ രണ്ടാളുടെയും മുഖത്തേക്കു മാറിമാറി നോക്കി ചോദിച്ചു. അപ്പോൾ ആ ശബ്ദം ഇടറിയിരുന്നല്ലോ. കണ്ണുകൾ നിറഞ്ഞിരുന്നല്ലോ. അന്നാണ് ഓർമ്മവച്ച ശേഷം വാപ്പയുടെ സ്നേഹവും ചൂരും അടുത്തറിഞ്ഞത്. കെട്ടിപ്പിടിച്ച് ഉമ്മ തന്നുകൊണ്ട് നിറഞ്ഞ കണ്ണുകളോടെ വാപ്പ ചോദിച്ചല്ലോ:

'മോളേ, നെന്റെ വാപ്പ അത്ര ക്രൂരനാണോ?'

പരിധിയില്ലാത്ത സ്നേഹവും വാത്സല്യവും ഉള്ളിലൊളിപ്പിച്ച ഒരു പരുക്കൻ മനുഷ്യനായിരുന്നല്ലോ വാപ്പ. കൂട്ടുകാരികളിൽ പലരും വാപ്പമാർ ചൊരിയുന്ന വാത്സല്യത്തെക്കുറിച്ചും പ്രോത്സാഹനത്തെക്കുറിച്ചും പറയുമ്പോൾ ഉള്ളിലൊരു പിടയ്ക്കലായിരുന്നു; അങ്ങനെയല്ലല്ലോ എന്റെ വാപ്പയെന്ന്. ഇനി എനിക്കും അഭിമാനത്തോടെ പറയാമല്ലോ, വാത്സല്യത്തിന്റെ നിറകുടമാണെന്റെ വാപ്പയെന്ന്. നിറകുടം തുളുമ്പില്ലെന്നു പറയുന്നതെത്ര ശരി! (തുടരും)

ചരിത്രാഖ്യായിക സൗദ(റ) – 5

മുഹമ്മദ് പാറന്നൂർ

ഭയാനകമായൊരു രാത്രി

അടുത്ത വർഷത്തെ തീർത്ഥാടനത്തിന് യസ്‌രിബിൽ നിന്ന് മക്കയിലെത്തിയത് എഴുപത്തിയഞ്ചു പേർ. പതിവു തീർത്ഥാടനമായിരുന്നില്ല അവരുടെ ലക്ഷ്യം. തിരുനബി(സ)യെ നേരിൽ കാണലും വിശ്വാസപ്രഖ്യാപനം നടത്തി കരാറിലേർപ്പെടലുമായിരുന്നു. അങ്ങനെ യസ്‌രിബിലേക്കൊരു വിമോചനവീഥി മലർക്കെ തുറക്കപ്പെട്ടു. വിശ്വാസികൾ ഒറ്റയ്ക്കും കൂട്ടായും അഭയാർത്ഥികളായി യസ്‌രിബിലേക്ക് നീങ്ങിത്തുടങ്ങി. അതോടെ ഖുറൈശികളുടെ അങ്കലാപ്പ് വർദ്ധിച്ചു. വൈരത്തിനു മൂർച്ച കൂടി. കുടിയൊഴിഞ്ഞുപോകുന്നവർ യസ്‌രിബിൽ പോയി ശക്തിയാർജിച്ച് തങ്ങൾക്കെതിരെ മുന്നേറുമെന്നവർ ഭയന്നു. അതിൽ നിന്ന് രക്ഷ വേണമെങ്കിൽ അവരുടെ നായകനായ മുഹമ്മദിനെ ഇല്ലാതാക്കണമെന്ന തീരുമാനത്തിലെത്തി.

മുസ്‌ലിംകളിൽ ഭൂരിഭാഗവും യസ്‌രിബിലേക്ക് പുറപ്പെട്ടു കഴിഞ്ഞു. തിരുനബി(സ)യോട് ഏറ്റവുമടുത്ത ഏതാനും പേരും ദുർബലരായ ചിലരും മാത്രമേ ഇനി ബാക്കിയുള്ളൂ. സൗദ(റ) വിവരങ്ങളെല്ലാം അറിയുന്നുണ്ട്. തിരുദൂതരോട് ചോദിക്കുന്നുണ്ട്; അങ്ങും യസ്‌രിബിലേക്ക് പോകുമോ? എന്നാണു പോവുക?

വ്യക്തമായ ഒരുത്തരം നൽകാൻ തിരുനബി(സ)ക്ക് കഴിയുന്നുണ്ടായിരുന്നില്ല. അവിടുത്തെ സർവ്വ ചലനങ്ങളും യഥാസന്ദർഭങ്ങളിൽ അല്ലാഹുവിന്റെ നിർദ്ദേശമനുസരിച്ചാണല്ലോ. അങ്ങനെ ദിനരാത്രങ്ങൾ കടന്നുപോകവെ അവിചാരിതമായൊരു ദിവസം തിരുനബി(സ)യിൽ വല്ലാത്തൊരു ഭാവമാറ്റം. എന്തൊക്കെയോ ധൃതിയിൽ ചെയ്തുതീർക്കാനുള്ള വ്യഗ്രത!

നട്ടുച്ച നേരത്താണല്ലോ അവിടുന്ന് തലയിലൊരു വസ്ത്രം മൂടി വീട്ടിൽ നിന്നിറങ്ങിയത്. എന്താണിത്ര ഗൗരവതരമായ കാര്യം? ചോദിക്കാനാർക്കും ധൈര്യമുണ്ടായിരുന്നില്ലല്ലോ. ഏതു കാര്യവുമങ്ങനെയാണ്. അവിടുത്തോട് അങ്ങനെ ചോദിക്കാൻ പറ്റുമോ, ചോദിച്ചാൽ അവിടുത്തേക്ക് പ്രയാസമാകുമോ എന്നെല്ലാമുള്ള ആശങ്കകളാണ്. പറയേണ്ടതെല്ലാം അവിടുന്ന് ഇങ്ങോട്ട് പറയുമല്ലോ എന്നു കരുതി കാത്തിരിക്കാറാണ് പതിവ്.

അധികം വൈകാതെ തന്നെ അവിടുന്ന് തിരിച്ചു വന്നു. നേരത്തെ ആ മുഖത്തുള്ള സമാധാനക്കേട് ഇപ്പോഴുമുണ്ട്. വീട്ടിൽ അപ്പോൾ അലി(റ) ഉണ്ട്, ഉമ്മു അയ്മൻ(റ)യുണ്ട്, ഫാതിമ(റ)യും ഉമ്മുകുൽസൂം(റ)യുമുണ്ട്. അവിടുന്ന് അലി(റ)വിനെ വിളിച്ചു കാര്യങ്ങൾ പറയുന്നതു കേട്ടപ്പോഴാണ് ആ തിടുക്കത്തിന്റെ രഹസ്യം മനസ്സിലായത്.

അവിടുന്ന് രാത്രി യസ്‌രിബിലേക്ക് പുറപ്പെടും. കൂടെ അബൂബക്കർ(റ)വുമുണ്ട്. അതിരഹസ്യമായാണ് പുറപ്പാട്. മറ്റൊരാളും ഈ രഹസ്യം അറിയാൻ പാടില്ല. മക്കയിലെ ജനങ്ങൾ സൂക്ഷിക്കാ

മുസ്‌ലിംകളിൽ ഭൂരിഭാഗവും യസ്‌രിബിലേക്ക് പുറപ്പെട്ടു കഴിഞ്ഞു. തിരുനബി(സ) യോട് ഏറ്റവുമടുത്ത ഏതാനും പേരും ദുർബലരായ ചിലരും മാത്രമേ ഇനി ബാക്കിയുള്ളൂ. സൗദ(റ) വിവരങ്ങളെല്ലാം അറിയുന്നുണ്ട്. തിരുദൂതരോട് ചോദിക്കുന്നുണ്ട്; അങ്ങും യസ്‌രിബിലേക്ക് പോകുമോ? എന്നാണു പോവുക?

നേൽപ്പിച്ച വിലപ്പെട്ട വസ്തുക്കൾ പലതുമുണ്ട് വീട്ടിൽ. താൻ പോയിക്കഴിഞ്ഞാൽ അവയെല്ലാം ഉടമസ്ഥർക്ക് തിരിച്ചേൽപ്പിക്കണം. അവിടുന്ന് ആ സന്ദർഭത്തിലും മക്കക്കാർക്ക് 'അൽഅമീൻ' ആയിരുന്നല്ലോ.

ദുർബലരായ ഞങ്ങളെയെല്ലാം ഇവിടെ വിട്ട് അങ്ങ് പോവുകയാണോ? ആരും അവിടത്തോട് ഇങ്ങനെ ചോദിച്ചില്ല. എന്തുകൊണ്ടെന്നോ? അവിടുത്തേക്ക് ഞങ്ങളോടുള്ള സ്നേഹവും ഞങ്ങളുടെ സുരക്ഷിതത്വ കാര്യത്തിലുള്ള ജാഗ്രതയും കുഞ്ഞുഫാത്വിമ(റ)ക്ക് പോലുമറിയാം. ഞങ്ങളെ അപകടവായിലിട്ട് അവിടുന്ന് കടന്നുപോവുകയില്ല. ഞങ്ങളുടെ സുരക്ഷിതത്വം അവിടുന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തിയിട്ടുണ്ടാവും. ഞങ്ങളെ അല്ലാഹുവിൽ ഏൽപ്പിച്ചുകൊണ്ടാവും അവിടുന്ന് പുറപ്പെടുക. തിരുദൂതർ ഏൽപ്പിച്ചതൊന്നും അവഗണിക്കുകയില്ലല്ലോ ഹബീബായ സർവ്വാധിനാഥൻ. ഈ വിശ്വാസമുള്ളതുകൊണ്ടുതന്നെ ഞങ്ങളിലാരും ചകിതരായില്ല.

കുട്ടികളൊക്കെ ഉറങ്ങിക്കാണും. തിരുനബി(സ)യെ കൂടാതെ അലി(റ)വും സൗദ(റ)യുമുണ്ട് ഉറങ്ങാത്തവരായി. നല്ല കൂരിരുട്ടുള്ള രാത്രിയാണ്. നേരിയ തണുപ്പുമുണ്ട്. പരിസരത്തെ ശബ്ദങ്ങളെല്ലാം അടങ്ങിയപ്പോൾ, വീടുകളിലെ വിളക്കുകളെല്ലാം അണഞ്ഞപ്പോൾ അവിടുന്ന് പതുക്കെ അലി(റ)വിനോട്

തിരുനബി(സ)യുടെ കൂടെ നീങ്ങുകയാണ് മനസ്സ്. അവിടുത്തേക്കൊന്നും സംഭവിക്കരുതേ എന്നാണ് പ്രാർത്ഥന. ഇരുളേ, നീ അവിടുത്തെ പാതയിൽ നിന്നകന്നു നിൽക്കൂ. വെളിച്ചമേ, നീ അവിടുത്തേക്ക് വെളിച്ചം പകർന്നാലും... ഭൂമീ, നീ അവിടുത്തെ സഞ്ചാരപഥം ചുരുക്കിക്കൊടുത്താലും... കാറ്റേ, നീ അവിടുത്തെ യാത്രയിൽ തുണയായാലും....!

പറഞ്ഞു: 'അലീ, നീയിന്ന് എന്റെ വിരിപ്പിലുറങ്ങണം. എന്റെയീ പച്ചനിറത്തിലുള്ള ഹള്റമീ പുതപ്പുകൊണ്ടു മൂടിപ്പുതയ്ക്കണം. അങ്ങനെ ഉറങ്ങിയാൽ അവരിൽ നിന്നുള്ള ഒരു ഉപദ്രവവും നിനക്കേൽക്കുകയില്ല.'

കരുത്തനായ യുവാവാണല്ലോ അലി(റ). അസാമാന്യ ധൈര്യശാലി! തിരുനബി(സ) ഏൽപ്പിക്കുന്ന ഏതുകാര്യവും യഥാവിധി നിറവേറ്റിക്കൊടുക്കുന്ന അനുസരണമുള്ള പുത്രൻ!

തിരുകൽപ്പനയനുസരിച്ച് അലി(റ) തിരുനബി(സ)യുടെ വിരിപ്പിൽ കയറിക്കിടന്നു. പച്ചപ്പുതപ്പുകൊണ്ട് മൂടിപ്പുതച്ചു നിമിഷങ്ങൾക്കകം നല്ല ഉറക്കിലാണ്ടിട്ടുമുണ്ടാകണം. പിന്നെയൊരു ശബ്ദവും കേട്ടിരുന്നില്ലല്ലോ.

തിരുനബി(സ) മെല്ലെ യാത്ര പറഞ്ഞു. യാസീൻ സൂറത്തിന്റെ ആദ്യഭാഗം ഓതിക്കൊണ്ട് പുറത്തേക്കിറങ്ങി.

തിരുനബി(സ)യുടെ കൂടെ നീങ്ങുകയാണ് മനസ്സ്. അവിടുത്തേക്കൊന്നും സംഭവിക്കരുതേ എന്നാണ് പ്രാർത്ഥന. ഇരുളേ, നീ അവിടുത്തെ പാതയിൽ നിന്നകന്നു നിൽക്കൂ. വെളിച്ചമേ, നീ അവിടുത്തേക്ക് വെളിച്ചം പകർന്നാലും... ഭൂമീ, നീ അവിടുത്തെ സഞ്ചാരപഥം ചുരുക്കിക്കൊടുത്താലും... കാറ്റേ, നീ അവിടുത്തെ യാത്രയിൽ തുണയായാലും....!

ഇങ്ങനെ പ്രാർത്ഥനയിലും ആശങ്കയിലുമായി ഉറക്കമില്ലാത്തൊരു രാവ്! പ്രഭാതത്തിലാണ് കഴിഞ്ഞ രാത്രിയിലെ ഭീകരത മനസ്സിലാകുന്നത്; ഞെട്ടിത്തരിച്ചു നിന്നുപോയല്ലോ എല്ലാവരും. പ്രഭാത നിസ്കാരത്തിനു സമയമായിക്കാണും. അപ്പോഴാണ് അലി(റ) ഉണർന്നത്. പച്ചപ്പുതപ്പിൽ നിന്നൂർന്നിറങ്ങി പുറത്തേക്കുള്ള വാതിൽ തുറന്നപ്പോഴാണ് ഒരാക്രോശം കേട്ടത്: 'ങേ... നീയോ?'

'ആ പുതപ്പിൽ കിടന്നത് നീയായിരുന്നോ?'

'അപ്പോൾ മുഹമ്മദ് എവിടെപ്പോയി?'

'രാത്രി ഞങ്ങളവനെ ഇവിടെ കണ്ടതാണല്ലോ.'

'അകത്തെവിടെയെങ്കിലും ഒളി ച്ചിരിക്കുന്നുണ്ടാവും.'

ഒരാളുടേതല്ല, അനേകം പേ രുടെ ഈർഷ്യമുറ്റിയ സ്വരങ്ങൾ! രോഷം കത്തുന്ന വാക്കുകൾ! പേടിച്ചു വിറയ്ക്കാൻ ഇനിയെന്തു വേണം?

പുറത്തേക്കൊന്നെത്തി നോ ക്കിയതാണ്; നേരിയ വെളിച്ച ത്തിൽ ഊരിപ്പിടിച്ച വാളുകളുടെ മിന്നലാട്ടങ്ങൾ! ഇവരൊക്കെയും കഴിഞ്ഞ രാത്രി ഊരിപ്പിടിച്ച വാളുമായി ഞങ്ങളുടെ വീടിനു ചുറ്റും കാവലിരിക്കുകയായിരുന്ന ല്ലോ; അല്ലാഹുവിന്റെ തിരുദൂതരെ വെട്ടിക്കൊലപ്പെടുത്താൻ!

അവർ അലി(റ)വിനെ ഭീഷ ണിപ്പെടുത്തുന്നതും കയർക്കുന്ന തും കേട്ടു. വീടിനുള്ളിൽ കയറി എല്ലായിടത്തും പരിശോധിക്കു ന്നതു കണ്ടു. എന്തൊക്കെയോ അസഭ്യങ്ങൾ വിളിച്ചു പറയുന്ന തിനും അരിശത്തോടെ നിലത്ത മർത്തിച്ചവിട്ടി രോഷം പ്രകടനം നടത്തുന്നതിനും സാക്ഷിയായി. അതൊന്നും അധികനേരം തു ടർന്നില്ല. തിരുനബി(സ) പോയ വഴിയിലൂടെ കുതിക്കുകയായിരു ന്നു അവർ; അവിടുത്തെ പിടിച്ചു കെട്ടാൻ.

അലി(റ)വിന്റെ ധൈര്യം അസാമാന്യം തന്നെ! പിന്നീട ല്ലേ അറിയുന്നത്; ശത്രുക്കൾ തന്നെ വധിക്കാൻ വീട് വളഞ്ഞി രിക്കുന്നു എന്ന വിവരമെല്ലാം തിരുനബി(സ) അലി(റ)വിനോട് പറഞ്ഞിരുന്നത്രെ! താൻ പ്രഭാത ത്തിൽ വിരിപ്പിൽ നിന്നെഴുന്നേറ്റ് പുറത്തിറങ്ങുമ്പോൾ വെട്ടിക്കൊ ല്ലാനാണ് അവരുടെ പദ്ധതി യെന്നും. എല്ലാ രഹസ്യങ്ങളും ജിബ്‌രീൽ(അ) തിരുനബി(സ)യെ നേരത്തെ തന്നെ അറിയിച്ചിരുന്നു വല്ലോ.

തന്റെ ജീവൻ അപകടത്തിലാ യേക്കുമെന്നറിഞ്ഞിട്ടും പതറിയി ല്ലല്ലോ അലി(റ) എന്ന ധീരൻ! തിരുനബി(സ)യുടെ പച്ചപ്പുതപ്പും പുതച്ച് ആ രാത്രിയുമദ്ദേഹം സു ഖനിദ്ര പൂകിയല്ലോ. വിശ്വാസം നൽകുന്ന കരുത്തും ധൈര്യവും അപാരം തന്നെ!

നെഞ്ചിടിപ്പോടെയാണ് പിന്നെ ഓരോ നിമിഷവും കടന്നുപോയ ത്. പരക്കം പായുകയായിരുന്ന ല്ലോ ഖുറൈശിക്കൂട്ടം. വഴിയായ വഴികളൊക്കെ അരിച്ചുപെറു ക്കുകയായിരുന്നു ഖുറൈശീയു വാക്കൾ. തിരുനബി(സ)യുടെ തലയുമായി വരുന്നവർക്ക് നൂറ് ഒട്ടകമായിരുന്നല്ലോ ഖുറൈശി കൾ വാഗ്ദാനം ചെയ്തത്. തിരു നബി(സ)യെയും കൂടെ പോയ അബൂബക്കർ സിദ്ദീഖ്(റ)വിനെ യും അവർ പിടികൂടുമോ? അവർ ക്കതിന്നു കഴിയുമോ? അല്ലാഹു തന്റെ ഹബീബിനെ കാത്തു രക്ഷിക്കുമെന്നു മനസ്സിലുറപ്പു ണ്ട്. എന്നാലും, പതറിപ്പോകുന്നു പലപ്പോഴും. ശത്രുക്കളെങ്ങാനും അവിടുത്തെ പിടികൂടിയാൽ... ഹോ... അതോർക്കാൻ പോലും വയ്യല്ലോ. പല വാർത്തകളും കേ ട്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നു. അവയിലെ ശരിതെറ്റുകളൊന്നും വീട്ടിലിരി ക്കുന്ന പെണ്ണുങ്ങൾക്ക് തിരിച്ചറി യാൻ കഴിയണമെന്നില്ലല്ലോ.

തിരുനബി(സ)യുടെ തലയുമാ യി വരുന്നവർക്ക് നൂറ് ഒട്ടക മായിരുന്നല്ലോ ഖുറൈശികൾ വാഗ്ദാനം ചെയ്തത്. തിരുന ബി(സ)യെയും കൂടെ പോയ അബൂബക്കർ സിദ്ദീഖ്(റ)വി നെയും അവർ പിടികൂടുമോ? അവർക്കതിന്നു കഴിയുമോ? അല്ലാഹു തന്റെ ഹബീബിനെ കാത്തു രക്ഷിക്കുമെന്നു മനസ്സി ലുറപ്പുണ്ട്. എന്നാലും, പതറി പ്പോകുന്നു പലപ്പോഴും.

അലി(റ) രാവിലെ തന്നെ പുറ ത്തിറങ്ങിയിട്ടുണ്ട്; പല സൂക്ഷിപ്പു സ്വത്തുക്കളുമായി. അവയെല്ലാം എത്രയും പെട്ടെന്ന് ഉടമസ്ഥർക്ക് എത്തിച്ചുകൊടുക്കണമല്ലോ. അല്ലാഹുവിന്റെ റസൂൽ(സ) ഏൽപ്പിച്ചുപോയ കാര്യമാണ്. അതിവേഗമത് പൂർത്തീകരിച്ചേ പറ്റൂ. ഒരാളും പറയാനിടവരരുത്, മുഹമ്മദ് ഞാൻ സൂക്ഷിക്കാനേൽ പ്പിച്ച സമ്പത്തുമായി നാടുവിട്ടു പോയെന്ന്. അൽഅമീൻ എന്ന പേരിന് ഇന്നുവരെ കളങ്കം വന്നി ട്ടില്ലല്ലോ, നാളെയും അതുണ്ടാവ രുത്.

വിചിത്രവും ആശ്ചര്യകരവു മായിരുന്നു മക്കയിലെ അന്നത്തെ അവസ്ഥ. ഖുറൈശിക്കൂട്ടം തി രുനബി(സ)യെ വേട്ടയാടാൻ ഇറങ്ങിയിരിക്കുകയാണ്. കുതിര പ്പടയാളികൾ നാടുനീളെ റോന്തു ചുറ്റുകയാണ്. തിരുനബി(സ)യെ പിടികൂടാൻ. യസ്‌രിബിലേക്ക് നാടുവിട്ടുപോയ മുസ്‌ലിംകളുടെ സമ്പത്തും വീടുകളും സ്വന്ത മാക്കുന്ന തിരക്കിലുമാണവർ. അതേസമയം, തിരുനബി(സ)യു ടെ വിശ്വസ്തനായ സേവകനും വളർത്തുമകനുമായ അലി(റ) വിലപ്പെട്ട സൂക്ഷിപ്പുസമ്പത്തു കളുമായി ചുറ്റിനടക്കുകയാണ്, അവയുടെ ഉടമസ്ഥരെ കണ്ടു തി രിച്ചേൽപ്പിക്കാൻ!

എല്ലാം അതാതിന്റെ ഉടമ സ്ഥർക്ക് തിരിച്ചേൽപ്പിച്ച ശേഷം അലി(റ) യാത്ര പറയാൻ വന്നു. 'എല്ലാം കൊടുത്തു കഴിഞ്ഞാൽ യസ്‌രിബിലേക്ക് പുറപ്പെട്ടു കൊള്ളൂ' എന്നാണത്രേ തിരു നബി(സ) അലി(റ)വിനോട് കൽപ്പിച്ചത്. അപ്പോൾ ഞങ്ങളുടെ കാര്യമോ? നാലു പെണ്ണുങ്ങൾ വി റളിപിടിച്ചോടുന്ന ശത്രുക്കൾക്കിട യിൽ ഇവിടെ എങ്ങനെ കഴിയും? അവർ ഞങ്ങൾക്കെതിരെയും തിരിയില്ലേ?

പിന്നീടാണറിഞ്ഞത്, ഞങ്ങൾ മാത്രമല്ല അബൂബക്കർ സിദ്ദീ ഖ്(റ)വിന്റെ കുടുംബവുമുണ്ട് മക്കയിൽ. തിരുനബി(സ)യുടെ പത്നിയായ ആഇശ(റ)യും സഹോദരി അസ്മ(റ)യും ഉമ്മു റുമാനും(റ) പിന്നെ മറ്റു ചിലരും. ആഇശ(റ)യെ അവിടുന്നു വിവാ ഹം കഴിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിലും ഒന്നിച്ചു താമസിക്കാനൊന്നും തുടങ്ങിയി രുന്നില്ല. അവരൊരു കുട്ടിയായിരു ന്നല്ലോ. അവരൊക്കെ മക്കയിലു ണ്ടെന്നു കേട്ടപ്പോൾ ആശ്വാസം തോന്നി; ഞങ്ങൾ ഒറ്റയ്ക്കല്ലല്ലോ. ഞങ്ങളെയും യസ്‌രിബിലേക്ക് കൊണ്ടുപോവാൻ അവിടുന്ന് എന്തെങ്കിലും ഏർപ്പാടുകൾ ചെ യ്യാതിരിക്കില്ലല്ലോ. (തുടരും)

ആത്മയാനം - 6

അലി സഖാഫി പുൽപ്പറ്റ

തിരുചര്യയാണ് സൂഫികളുടെ പാഥേയം

''കുഞ്ഞു മോനേ, മനസ്സിൽ ഒരാളോടും വഞ്ചനാഭാവമില്ലാതെ നേരം പുലരാനും സന്ധ്യമയങ്ങാനും നിനക്ക് സാധിക്കുമെങ്കിൽ അങ്ങനെ ചെയ്യുക. മോനേ, അതാണ് എന്റെ ചര്യ. ആരെങ്കിലും എന്റെ ചര്യയെ സജീവമാക്കിയാൽ അവൻ എന്നെ ജീവിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നു. ആരെങ്കിലും എന്നെ ജീവിപ്പിച്ചാൽ അവൻ എന്റെ കൂടെ സ്വർഗ്ഗത്തിലാണ്.'' (തിർമുദി)

തിരുനബി(സ) അനസുബ്നുമാലിക്(റ)വിനു നൽകിയ ഉപദേശമാണിത്. സുന്നത്തുകൾ ജീവിതത്തിൽ പകർത്തി തിരുചര്യയെ സജീവമാക്കുന്നവരാണ് സൂഫികൾ. പക, വഞ്ചന പോലുള്ള ദുർഗുണങ്ങളിൽ നിന്ന് ഹൃദയത്തെ വിമലീകരിക്കലാണ് സൂഫിസത്തിന്റെ ആശയാടിത്തറ. ഭൗതികദുരയും സ്ഥാനമോഹവും മനസ്സിൽ നിന്ന് പിഴുതുമാറ്റുമ്പോൾ ആരോടും വിദ്വേഷമില്ലാതെ അവർക്ക് പ്രഭാതത്തെയും പ്രദോഷത്തെയും വരവേൽക്കാൻ സാധിക്കുന്നു.

സ്വർഗ്ഗവാസികളെ വിശേഷിപ്പിച്ച് അല്ലാഹു പറയുന്നു: ''നാം അവരുടെ ഹൃദയങ്ങളിൽ നിന്ന് വൈരാഗ്യങ്ങൾ ഊരിക്കളഞ്ഞിരിക്കുന്നു. സഹോദരങ്ങളെന്നപോലെ അവർ മഞ്ചലുകളിൽ മുഖാമുഖം ഇരിക്കുന്നവരാണ്.'' (അൽഹിജ്ർ 47) അല്ലാഹുവിനോടുള്ള പ്രണയത്താൽ മനസ്സും ശരീരവും സംയോജിതമാവുകയും അവന്റെ സ്മരണയിൽ ലയിക്കുകയും ചെയ്തതിനാൽ വെറുപ്പും വിരോധവും അവർക്കന്യമായിരിക്കും.

വാക്കിലും പ്രവൃത്തിയിലും പെരുമാറ്റത്തിലും തിരുചര്യയെ പാലിക്കുന്നതിനുള്ള ഏക പ്രതിബന്ധം ദേഹത്തിന്റെ ദുരാഗ്രഹങ്ങളാണ്. അവയെ നിഷ്കാസനം ചെയ്താൽ മനസ്സിനെ ആവരണം ചെയ്ത ഇരുണ്ട മറ നീങ്ങുകയും ജ്ഞാനപ്രകാശം ദൃശ്യമാവുകയും സർവ്വകാര്യങ്ങളിലും തിരുനബി(സ)യെ പിന്തുടരാൻ സാധിക്കുകയും അതുവഴി അല്ലാഹുവിന്റെ സ്നേഹത്തിന് പാത്രമാവുകയും ചെയ്യും. ''നബിയേ, പറയുക: നിങ്ങൾ അല്ലാഹുവിനെ സ്നേഹിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ എന്നെ പിൻപറ്റുക. എന്നാൽ അല്ലാഹു നിങ്ങളെ സ്നേഹിക്കും.'' (ആലു ഇംറാൻ 31)

ഒരു സത്യവിശ്വാസി തിരുചര്യ പിന്തുടരുന്നുണ്ടെങ്കിൽ മനസ്സിലാക്കുക, അവൻ തന്റെ യജമാനനായ അല്ലാഹുവിനെ സ്നേഹിക്കുന്നുണ്ട്. സ്രഷ്ടാവിനെ

സ്നേഹിക്കുന്നതിന്റെ പ്രത്യക്ഷ ലക്ഷണമാണത്. അതിനുള്ള പ്രതിഫലമാണ് അല്ലാഹുവിൽ നിന്ന് തിരിച്ചു ലഭിക്കുന്ന സ്നേഹം. ഈ അനുകരണ മനോഭാവവും ത്യാഗസന്നദ്ധതയുമാണ് സൂഫികളുടെ പാഥേയം. അല്ലാഹുവിന്റെ റസൂൽ കൊണ്ടുവന്ന കാര്യങ്ങൾ നിങ്ങൾ മുറുകെ പിടിക്കുക. അവിടുന്ന് വിലക്കിയ കാര്യങ്ങളിൽ നിന്നു വിട്ടു നിൽക്കുക'' (അൽഹശ്ർ 7) എന്ന വചനത്തിന്റെ പ്രയോക്താക്കളാണവർ.

നിർബന്ധവും ഐച്ഛികവുമായ മുഴുവൻ സൽകർമ്മങ്ങളുമനുഷ്ഠിച്ച്, വാക്കുകളിലും കർമ്മങ്ങളിലും തിരുദൂതരെ പിന്തുടർന്ന് അവിടുത്തെ സ്വഭാവഗുണങ്ങൾ പരമാവധി സ്വായത്തമാക്കിക്കഴിയുന്നവർക്ക് അനുകരണത്തിന്റെ ബറകത്ത് കൊണ്ട് ലജ്ജ, സഹനം, വിട്ടുവീഴ്ച, അനുകമ്പ, വാത്സല്യം, ഗുണകാംക്ഷ, വിനയം തുടങ്ങിയ എല്ലാ സൽസ്വഭാവങ്ങളും സ്വായത്തമാകും. അല്ലാഹുവിനോടുള്ള ഭയം, ശാന്തത, സമാധാനം, ഗാംഭീര്യം, സംതൃപ്തി, ക്ഷമ, ലൗകികവിരക്തി, സമ്പൂർണ്ണ സമർപ്പണം ആദിയായ ആത്മീയ ഗുണങ്ങൾ കൈവരുകയും ചെയ്യും.

ആരാണ് സൂഫികളെന്ന് അബ്ദുൽവാഹിദുബ്നു സൈദ്(റ)വിനോട് ഒരാൾ ചോദിച്ചു. 'സ്വന്തം

ആരാണ് സൂഫികളെന്ന് അബ്ദുൽവാഹിദുബ്നു സൈദ്(റ)വിനോട് ഒരാൾ ചോദിച്ചു. 'സ്വന്തം ബുദ്ധിയുപയോഗിച്ച് തിരുചര്യ ഗ്രഹിക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയും മാനസകമായി അതിൽ ലയിക്കുകയും ദുരാഗ്രഹങ്ങൾ വെടിഞ്ഞ് തിരുദൂതരെ മുറുകെപ്പിടിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവരാണ് സൂഫികൾ' എന്നായിരുന്നു അദ്ദേഹം നൽകിയ വിശദീകരണം.

ബുദ്ധിയുപയോഗിച്ച് തിരുചര്യ ഗ്രഹിക്കാൻ ശ്രമിക്കുകയും മാനസകമായി അതിൽ ലയിക്കുകയും ദുരാഗ്രഹങ്ങൾ വെടിഞ്ഞ് തിരുദൂതരെ മുറുകെപ്പിടിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവരാണ് സൂഫികൾ' എന്നായിരുന്നു അദ്ദേഹം നൽകിയ വിശദീകരണം. യഥാർത്ഥ സൂഫികളുടെ സമ്പൂർണ്ണ വിശേഷണമാണ് അദ്ദേഹം വിവരിച്ചത്.

സദാസമയവും രക്ഷിതാവായ അല്ലാഹുവിനെ ആശ്രയിക്കുകയും സർവ്വസ്വവും അവനിൽ ഭരമേൽപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നതായിരുന്നു തിരുദൂതരുടെ രീതി. 'അല്ലാഹുവേ, ഒരു നിമിഷം പോലും എന്റെ കാര്യങ്ങളെ നീ എന്നെ ഏൽപ്പിക്കരുതേ..!' എന്ന് അവിടുന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കാറുണ്ടായിരുന്നു.

തെളിവാർന്ന ആത്മജ്ഞാനത്തിലൂടെ അകപ്പൊരുളറിയുകയും ദൃഢജ്ഞാനത്തിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ ഹൃദയം പ്രകാശിക്കുകയും അല്ലാഹുവിന്റെ സാമീപ്യം കരസ്ഥമാക്കുക എന്ന ഏക ലക്ഷ്യത്തിൽ മനസ്സ് കേന്ദ്രീകരിക്കുകയും ചെയ്തവർക്കേ ഇങ്ങനെ സമ്പൂർണ്ണമായി അല്ലാഹുവിനെ ആശ്രയിക്കാനും അടിമപ്പെടാനും സാധിക്കൂ. അവരുടെ ദേഹങ്ങൾ ആത്മാവ് നൽകുന്ന സർവ ആജ്ഞകളും ഒരെതിർപ്പും കൂടാതെ അനുസരിക്കും. ഇപ്രകാരം ശരീരം ആജ്ഞാനുവർത്തിയായി നിലകൊള്ളുമ്പോൾ പോലും സൂഫിവര്യന്മാർ അതിനെ പൂർണമായി വിശ്വസിക്കുകയില്ല. തന്റെ ദേഹം സകല തിന്മകളുടെയും പ്രഭവകേന്ദ്രമാണെന്നും അതിൽ അഗ്നിയുടെ ഒരു തരിയെങ്കിലും അവശേഷിക്കുന്നുണ്ടെങ്കിൽ പ്രപഞ്ചത്തെ മൊത്തം അത് കരിച്ചുകളയുമെന്നുമുള്ള ബോധം അവർക്കുണ്ടായിരിക്കും.

ദേഹങ്ങൾ വരുത്തുന്ന ഉപദ്രവങ്ങൾ സൂഫിവര്യന്മാർക്ക് അല്ലാഹു വെളിപ്പെടുത്തിക്കൊടുക്കും. അവർ തങ്ങളുടെ ബോധമനസ്സിനെ ദൈവിക ചിന്തയിൽ നിന്ന് വഴുതിപ്പോകാതെ പിടിച്ചുനിർത്തുന്നതോടൊപ്പം ശരീരത്തെ സദാ നിരീക്ഷിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കും, മോഹങ്ങൾക്ക് കടിഞ്ഞാണിടും, അത്മദ്രോഹങ്ങളെ ചെറുക്കും.

അല്ലാഹുവിനെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവുമായി ബന്ധിപ്പിച്ചാണ് അവർ ശരീരത്തെ പഠിക്കുകയും സമീപിക്കുകയും ചെയ്യുക. ദേഹത്തിന്റെ ബലഹീനതയെ തിരിച്ചറിയുമ്പോഴാണല്ലോ റബ്ബിന്റെ ശക്തി ബോധ്യപ്പെടുക. 'ആരെങ്കിലും സ്വദേഹത്തെ അറിഞ്ഞാൽ അവൻ തന്റെ റബ്ബിനെ അറിഞ്ഞിരിക്കുന്നു'എന്ന പണ്ഡിതവചനം പ്രസിദ്ധമാണ്. പകലിനെ മനസ്സിലാക്കിയാലാണല്ലോ രാത്രിയെ തിരിച്ചറിയുക.

ദേഹത്തിന്റെ മുഴുവൻ ദൗർബല്യങ്ങളും തിരിച്ചറിഞ്ഞ് പരംപൊരുളായ ജഗന്നിയന്താവിന്റെ ശക്തിയും ഔന്നത്യവും മനസ്സിലാക്കാൻ സൂഫികൾക്കേ സാധിക്കൂ. പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ അംശമാണ് ശരീരമെന്ന് അവർക്കറിയാം. ഇങ്ങനെ അല്ലാഹുവിന്റെ ഭാഗത്തുനിന്നുള്ള നല്ല നിയന്ത്രണം ലഭിച്ചാൽ മനസ്സിലെയും ശരീരത്തിലെയും മുഴുവൻ ദുർഗുണങ്ങളും നിർവീര്യമാകും.

രണ്ടു വഴികൾ

രണ്ടു വഴികളിലൂടെയാണ് സൂഫികൾ അവരുടെ സമ്മോഹന സ്ഥിതിയിലെത്തുന്നത്. ''അല്ലാഹു അവനിച്ഛിക്കുന്നവരെ തനിക്കുവേണ്ടി തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നു. വിനയപൂർവ്വം തന്നിലേക്ക് മടങ്ങുന്നവരെ അവൻ സന്മാർഗത്തിലാക്കുകയും ചെയ്യുന്നു'' എന്ന വചനം (അശ്ശൂറാ 13) ഈ രണ്ടു പാതകളെയാണ് സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. അല്ലാഹു സവിശേഷം തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നവരാണ് സൂഫികളിലെ ഒന്നാം വിഭാഗം. പാപങ്ങളിൽ നിന്ന് പശ്ചാത്തപിച്ചു മടങ്ങി കഠിനാധ്വാനത്തിലൂടെ മുന്നേറുന്നതു നിമിത്തം അല്ലാഹു തിരഞ്ഞെടുത്തവരാണ് രണ്ടാം വിഭാഗം.

ഒന്നാം വിഭാഗത്തെ അല്ലാഹു ഔദാര്യപൂർവ്വം തിരഞ്ഞെടുക്കുകയാണു ചെയ്യുന്നത്. അതിനു നിമിത്തമായ പ്രവർത്തനങ്ങളൊന്നും അവരിൽ നിന്നുണ്ടായിട്ടുണ്ടാവു

ചില അധ്യാത്മിക ഗുരുക്കന്മാർ കൂടുതൽ സുന്നത്ത് കർമ്മങ്ങളൊന്നും അനുഷ്ഠിക്കുന്നത് കണ്ടെന്നു വരില്ല. എന്നാൽ, അവർ എക്കാലത്തും സുന്നത്തുകൾ ഉപേക്ഷിച്ച് നിർബന്ധ കർമ്മങ്ങൾ മാത്രം ചെയ്തിരുന്നവരാണെന്നു ധരിക്കരുത്. പ്രഥമഘട്ടത്തിൽ അവരും ഐച്ഛിക ആരാധനകളിൽ വ്യാപൃതരായിരുന്നു.

കയില്ല. അല്ലാഹു അവരുടെ ഹൃദയങ്ങളിലേക്ക് പ്രത്യേക കാരണമൊന്നുമില്ലാതെ ആത്മീയ പ്രകാശം വർഷിക്കുകയും തദ്വാരാ ഹൃദയങ്ങളുടെ കാളിമ നീങ്ങി ദൃഢജ്ഞാനം വെളിപ്പെടുകയും ചെയ്യും. തൽഫലമായി അവരിൽ ആരാധനകളോട് അഭിനിവേശമുണ്ടാകും. അമലുകൾ ആസ്വദിച്ചനുഷ്ഠിക്കും. സുകൃതങ്ങളിൽ അലിഞ്ഞുചേരും. വെളിപാടു ജ്ഞാനം വഴി അവരുടെ അദ്ധ്യാത്മിക ജീവിതം സുഗമവും ആനന്ദദായകവുമായി മാറും.

ഫിർഔന്റെ ജാലവിദ്യക്കാരുടെ ഹൃദയ ദർപ്പണത്തിൽ ദൃഢജ്ഞാനം വെളിപ്പെടുകയും ആധ്യാത്മിക പ്രകാശം പെയ്തിറങ്ങുകയും ചെയ്തപ്പോൾ ക്ഷണനേരം കൊണ്ടവർ മിഥ്യയുടെ മാർഗമുപേക്ഷിച്ച് നേരിന്റെ പക്ഷത്ത് ചേർന്ന സംഭവം ഖുർആൻ വിവരിക്കുന്നുണ്ടല്ലോ.

ഫിർഔന്റെ ഭീഷണികൾക്കും പീഡനങ്ങൾക്കും അവരെ പിന്തിരിപ്പിക്കാൻ സാധിച്ചില്ല. ''ഞങ്ങൾക്ക് സമാഗതമായ സുവ്യക്ത തെളിവുകളെക്കാളും ഞങ്ങളെ സൃഷ്ടിച്ച സ്രഷ്ടാവിനെക്കാളും നിനക്കു ഞങ്ങൾ പരിഗണന നൽകില്ല. അതുകൊണ്ട് നീ ഇഷ്ടമുള്ളത് വിധിക്കുക'' (ത്വാഹാ 72) എന്നായിരുന്നു അവരുടെ പ്രതികരണം. മരണം ഉറപ്പായ നിമിഷങ്ങളിൽ പോലും അവർ സത്യത്തെ മാറോടണച്ചു. അതിനവർക്ക് കരുത്തേകിയത് അല്ലാഹുവിൽ നിന്നുള്ള സവിശേഷമായ അനുഗ്രഹവർഷമാണ്.

ജഅ്ഫർ സാദിഖ്(റ) പറയുന്നു: തങ്ങൾക്കു ലഭിച്ച അനുഗ്രഹത്തിന്റെ പരിമളം അവരെ ഉന്മത്തരാക്കിയപ്പോൾ അവർ നന്ദി പ്രകടിപ്പിച്ച് സുജൂദിൽ വീണു. 'ഞങ്ങളിതാ പ്രപഞ്ചനാഥനായ അല്ലാഹുവിൽ വിശ്വസിച്ചിരിക്കുന്നു' എന്നവർ പ്രഖ്യാപിക്കുകയും ചെയ്തു. (ശുഅറാഅ് 47)

അബൂസഈദിൽഖർറാസ്(റ) പറയുന്നു: ''യജമാനനായ അല്ലാഹു സവിശേഷം തിരഞ്ഞെടുത്തവരാണ് സൂഫിവര്യന്മാർ. അവൻ അവർക്ക് പരമമായ അനുഗ്രഹവും ആദരവും (കറാമത്ത്) സമ്പൂർണ്ണമായി നൽകുന്നു. അവർക്ക് തങ്ങളുടെ ആവശ്യങ്ങൾ നിവർത്തിക്കാൻ അലഞ്ഞു നടക്കേണ്ടതില്ല. അമലുകൾ ചെയ്യുക, ദിക്റുകൾ ചൊല്ലുക, അല്ലാഹുവുമായുള്ള സംഭാഷണത്തിൽ (മുനാജാത്ത്) ആത്മ നിർവൃതി കൊള്ളുക, അവന്റെ സാമീപ്യം കൊതിച്ച് ഏകാന്തതയിൽ ലയിക്കുക എന്നിവയിലായിരിക്കും അവരുടെ മുഴുവൻ ശ്രദ്ധയും ചലനവും.''

അദ്ദേഹം മറ്റൊരിടത്ത് പറയുന്നു: ''ഉയർന്ന പദവിയിലെത്തിയ സൂഫിവര്യന്മാർക്ക് സൽകർമ്മങ്ങൾ ചെയ്യാനും സേവന പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ മുഴുകാനും അല്ലാഹുവിന്റെ സഹായമുണ്ടാകും. തെളിവുകളും മറ്റും അന്വേഷിച്ചു നടക്കേണ്ട ആവശ്യം അവർക്കില്ല.''

ചില അധ്യാത്മിക ഗുരുക്കന്മാർ കൂടുതൽ സുന്നത്ത് കർമ്മങ്ങളൊന്നും അനുഷ്ഠിക്കുന്നത് കണ്ടെന്നു വരില്ല. എന്നാൽ, അവർ എക്കാലത്തും സുന്നത്തുകൾ ഉപേക്ഷിച്ച് നിർബന്ധ കർമ്മങ്ങൾ മാത്രം ചെയ്തിരുന്നവരാണെന്നു ധരിക്കരുത്. പ്രഥമഘട്ടത്തിൽ അവരും ഐച്ഛിക ആരാധനകളിൽ വ്യാപൃതരായിരുന്നു. കഠിനാധ്വാനത്തിലൂടെ അകപ്പൊരുളറിയുകയും ദൈവിക ചിന്തയിൽ ഉള്ളം നിറയുകയും ചെയ്തപ്പോൾ അവർ ഐച്ഛിക കർമ്മങ്ങൾ കുറക്കുകയായിരുന്നു. എങ്കിലും ഇതൊരു

പോരായ്മയാണ്.

അല്ലാഹുവിന്റെ സാമീപ്യം ലക്ഷ്യം വെച്ച് ആത്മീയ വഴിത്താരയിൽ സഞ്ചരിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന മുരീദുകൾ സുന്നത്തും നിർബന്ധവുമായ മുഴുവൻ സൽകർമങ്ങളിലും വ്യാപൃതരായിരിക്കും. ആരാധനകൾ വർദ്ധിപ്പിച്ച് ആനന്ദിക്കും. ഇതാണ് സമ്പൂർണ്ണ രീതി.

കഠിനാധ്വാനത്തിലൂടെ ഉന്നത പദവിയിലെത്തുന്നവരാണല്ലോ രണ്ടാം വിഭാഗം. ''വിനയപൂർവ്വം തന്നിലേക്ക് മടങ്ങുന്നവരെ അവൻ സന്മാർഗത്തിലാക്കുന്നു'' (അശ്ശൂറാ 13) എന്ന വചനം ഇതിലേക്ക് വിരൽ ചൂണ്ടുന്നു. വെളിപാടുജ്ഞാനം ലഭിക്കുന്നതിനു മുമ്പേ അവർ അദ്ധ്യാത്മിക മാർഗ്ഗത്തിൽ അത്യധ്വാനം ചെയ്യുന്നു. ''നമ്മുടെ മാർഗത്തിൽ നന്നായി പരിശ്രമിക്കുന്നവരെ നമ്മുടെ മാർഗ്ഗങ്ങളിലേക്കു തന്നെ നാം നയിക്കും'' (അൽഅൻകബൂത് 69) എന്ന് അല്ലാഹു പ്രഖ്യാപിച്ചിട്ടുണ്ട്.

രാത്രിയിൽ നിദ്രാവിഹീനരായും പകലിൽ വ്രതമനുഷ്ഠിച്ചും ഇഷ്ടങ്ങളും നാട്ടുനടപ്പുകളും വെടിഞ്ഞും വ്യത്യസ്ത ആത്മീയ ശിക്ഷണങ്ങളും ആത്മ സമരങ്ങളും നടത്തിയും കഠിനപ്രയത്നത്തിന്റെ ഗോവണികളിലൂടെ അവരെ അല്ലാഹു പടിപടിയായി ഉയർത്തുകയായിരിക്കും. തീവ്ര പരിശ്രമവും മനമുരുകിയുള്ള പശ്ചാത്താപവുമാണ് അവർക്ക് ഈ സന്മാർഗം സമ്മാനിക്കുന്നത്. വിവിധ പരീക്ഷണങ്ങളും പരിശോധനകളും കഴിഞ്ഞാണ് അവർ ഈ വഴിത്താരയിലെത്തുന്നത്. അതിലൂടെ അവർ പ്രയാസങ്ങളുടെ മലയിടുക്കിൽ നിന്ന് എളുപ്പത്തിന്റെ പ്രവിശാലതയിലേക്കും ആത്മസമരങ്ങളുടെ കൊടുങ്കാറ്റുകളിൽ നിന്ന് ആത്മസൗഖ്യത്തിന്റെ സ്വച്ഛന്ദതയിലേക്കും മോചിതരാകുന്നു.

ജുനൈദുൽ ബാഗ്ദാദി പറയുന്നു: ''ഉദ്ധരണികൾ നോക്കിയല്ല ഞങ്ങൾ സൂഫിസം സ്വായത്തമാക്കിയത്. പ്രത്യുത വിശപ്പ് സഹിച്ചും ദുനിയാവിനെ ഉപേക്ഷിച്ചും ഇഷ്ടങ്ങൾ ത്യജിച്ചുമാണ് ഈ അവസ്ഥയിലെത്തിയത്.''

ലക്ഷ്യ സ്ഥാനത്ത് സംഗമിക്കുന്ന സൂഫികളുടെ രണ്ടു കൈവഴികളാണ് മുകളിൽ പറഞ്ഞത്. ഇതിനു താഴെ രണ്ടു വഴികൾ കൂടിയുണ്ട്. അല്ലാഹുവിനെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്തയിൽ അലിഞ്ഞു ചേരുകയും വെളിപാടുജ്ഞാനം ലഭിച്ചശേഷം ബുദ്ധിഭ്രമം സംഭവിച്ച് ബോധമണ്ഡലത്തിലേക്ക് മടങ്ങി വരാതിരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന 'മജ്ദൂബു'കളുടെ വഴിയാണ് അതിലൊന്ന്. വെളിപാടുജ്ഞാനം ലഭിക്കാതെ ആരാധനകളിൽ മുഴുകി ജീവിക്കുന്ന പരിശ്രമശാലികളുടെ പാതയാണ് രണ്ടാമത്തേത്.

സ്മരണ

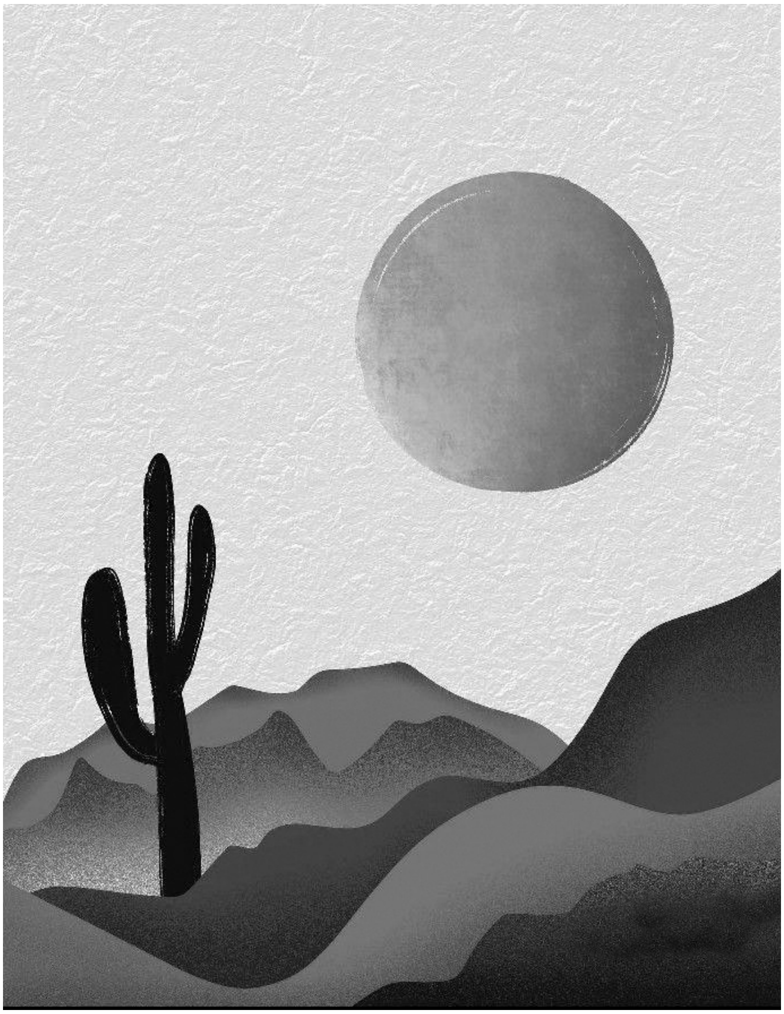
ഫാത്വിമ ഹിബ കുറ്റ്യാടി

ഉമ്മുസലീത്(റ) അൻസ്വാറുകളിലെ ഭാഗ്യവതി

മദീനയിലെ ബനൂനജ്ജാർ ഗോത്രക്കാരിയാണ് ഉമ്മുസലീത്(റ). ഉമ്മുഖൈസ് ബിൻത് ഉബൈദ്, ഉമ്മുൽമുൻദിർ സൽമാൻ ബിൻത് ഖൈസ് എന്നിങ്ങനെ വ്യത്യസ്ത സ്ഥാനപ്പേരുകളുണ്ടായിരുന്നു ഇവർക്ക്. 'രണ്ടു ഖിബ്‌ലകളിലേക്ക് നിസ്കരിച്ചവർ' എന്നും 'രണ്ടു തവണ ഉടമ്പടി നടത്തിയവർ' എന്നും ഇവർ അറിയപ്പെട്ടിരുന്നു.

മസ്ജിദുന്നബവിയുടെ പരിസരത്തായിരുന്നു ബനൂനജ്ജാർ ഗോത്രക്കാരുടെ വീടുകൾ സ്ഥിതിചെയ്തിരുന്നത്. പള്ളിയുടെ മൂന്നു ഭാഗങ്ങളിലും അവരുടെ വീടുകൾ കാണാമായിരുന്നു.

ജാഹിലിയ്യാകാലത്ത് ഉമ്മുസലീത്(റ)വിനെ ഉമറുബ്നുഖൈസ് വിവാഹം ചെയ്തിരുന്നു. ബനൂനജ്ജാർ ഗോത്രക്കാരനായിരുന്ന അദ്ദേഹമാണ് മകൻ സലീതിന്റെ പിതാവ്. തന്റെ സഹോദരന്റെ പേരാണവർ മകനു നൽകിയത്. മസ്ജിദുന്നബവിയുടെ തെക്കുകിഴക്ക് ഭാഗത്തുണ്ടായിരുന്ന പ്രസിദ്ധമായ കിണറിന്റെ ചാരത്തായിരുന്നു അവർ താമസിച്ചിരുന്നത്. നബി(സ) ദിവസവും ആ കിണറ്റിൽ നിന്ന് തെളിനീർ കുടിക്കാറുണ്ടായിരുന്നു. ഉമ്മുസലീത്(റ)വിന് ഫാത്വിമ എന്ന ഒരു മകൾ കൂടിയു



മുത്തുനബി(സ)യുമായി നടത്തിയ ബൈഅത്തിനെക്കുറിച്ച് ഉമ്മുസലീത്(റ) വിശദീകരിക്കുന്നു: നബി(സ) മദീനയിൽ പ്രവേശിച്ചപ്പോൾ ജനങ്ങൾ ഇസ്‌ലാം സ്വീകരിക്കാനും ബൈഅത്ത് ചെയ്യാനുമായി വന്നു. ഞാനും അക്കൂട്ടത്തിലുണ്ടായിരുന്നു. എന്റെ കൂടെ വിവിധ അൻസ്വാരീ ഗോത്രങ്ങളിലെ സ്ത്രീകളുമുണ്ടായിരുന്നു. പുരുഷന്മാർ നബി(സ) യുടെ കൈപിടിച്ചും സ്ത്രീകൾ കൈ പിടിക്കാതെയും ബൈഅത്ത് ചെയ്തു.

ണ്ടായിരുന്നു.

മിസ്അബുബ്നു ഉമൈർ(റ) പ്രഥമപ്രബോധകനായി മദീനയിലെത്തിയ കാലത്തുതന്നെ അവർ ഇസ്‌ലാം സ്വീകരിച്ചു. ഹിജ്‌റയുടെ രണ്ടാം വർഷമായിരുന്നല്ലോ ഖിബ്‌ലമാറ്റം ഉണ്ടായത്. ആദ്യ ഖിബ്‌ലയായിരുന്ന ബൈത്തുൽ മുഖദ്ദസിലേക്കും പിന്നീട് കഅ്ബയിലേക്കും തിരിഞ്ഞ് നിസ്കരിക്കാൻ മഹതിക്ക് ഭാഗ്യം ലഭിച്ചു.

മുത്തുനബി(സ)യുമായി നടത്തിയ ബൈഅത്തിനെക്കുറിച്ച് ഉമ്മുസലീത്(റ) വിശദീകരിക്കുന്നു: നബി(സ) മദീനയിൽ പ്രവേശിച്ചപ്പോൾ ജനങ്ങൾ ഇസ്‌ലാം സ്വീകരിക്കാനും ബൈഅത്ത് ചെയ്യാനുമായി വന്നു. ഞാനും അക്കൂട്ടത്തിലുണ്ടായിരുന്നു. എന്റെ കൂടെ വിവിധ അൻസ്വാരീ ഗോത്രങ്ങളിലെ സ്ത്രീകളുമുണ്ടായിരുന്നു. പുരുഷന്മാർ നബി(സ) യുടെ കൈപിടിച്ചും സ്ത്രീകൾ കൈ പിടിക്കാതെയും ബൈഅത്ത് ചെയ്തു. ആ സമയത്ത് സ്ത്രീകളോട് നബി(സ) ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞു: 'അല്ലാഹുവിനോട് ഒന്നിനെയും പങ്കു ചേർക്കരുത്, വ്യഭിചരിക്കരുത്, കുട്ടികളെ കൊല്ലരുത്, പാപം ചെയ്യരുത്, ഭർത്താവിനെ വഞ്ചിക്കരുത്.' ഞങ്ങൾ അതംഗീകരിച്ചു ഉടമ്പടി ചെയ്തു. പിരിഞ്ഞുപോകുമ്പോൾ ഞാൻ കൂട്ടുകാരിയോട് പറഞ്ഞു: 'സഹോദരീ, ഭർത്താവിനോടു കാണിക്കുന്ന വഞ്ചന എന്താണെന്ന് അല്ലാഹുവിന്റെ റസൂലിനോട് ചോദിച്ചുനോക്കുമോ?' അവൾ ചോദിച്ചപ്പോൾ മറുപടിയായി നബി(സ) പറഞ്ഞു: 'ഭർത്താവിന്റെ സമ്പത്തുപയോഗിച്ച് ജീവിക്കുകയും മറ്റൊരാളെ സ്നേഹിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതാണ് ഭർത്താവിനോടുള്ള വഞ്ചന.' ഇങ്ങനെയുള്ള മതനിയമങ്ങൾ ചോദിച്ചു പഠിക്കാൻ ഉമ്മുസലീത്(റ) ഉത്സാഹം കാണിച്ചിരുന്നു.

നല്ല പാചകക്കാരിയുമായിരുന്നു ഉമ്മുസലീത്(റ). അവരുടെ ഭക്ഷണം രോഗശമനമാണെന്ന് മുത്തുനബി(സ) തങ്ങൾ പറയാറുണ്ടായിരുന്നു. രുചികരമായ ഭക്ഷണമൊരുക്കി നബി(സ)യെ സൽക്കരിക്കാൻ മുഹാജിറുകളും അൻസ്വാറുകളും മത്സരിച്ചിരുന്നു. നബി(സ) അവരുടെ കൈപുണ്യത്തെക്കുറിച്ച് ഇങ്ങനെ പറയാറുണ്ടായിരുന്നു: 'നിശ്ചയം, അൻസ്വാറുകളുടെ ഊഴമാണ് ഏറ്റവും നല്ല ഊഴം. അൻസ്വാറുകളിൽ ബനൂനജ്ജാറുകാരുടെ ഊഴമാണ് ഏറ്റവും മികച്ചത്. അവർ എന്റെ അമ്മായിമാരാണ്.' മുത്തുനബി(സ)യുടെ ഉമ്മ ആമിന(റ) ബനൂനജ്ജാർ ഗോത്രത്തിൽ പെട്ടവരായിരുന്നുവല്ലോ.

നോമ്പനുഭവം

ശഹീർ ചെമ്പ്ര

ഹിമാലയത്തട്ടിൽ ഒരു നോമ്പുകാലം

ഇന്ത്യയുടെ വടക്കേ അറ്റത്ത് സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന ഹിമാചൽപ്രദേശിലെ ധരംശാലയിലായിരുന്നു കഴിഞ്ഞ നോമ്പുകാലം. വടക്ക് ജമ്മുകാശ്മീറുമായും കിഴക്ക് ടിബറ്റുമായും പടിഞ്ഞാറ് പഞ്ചാബുമായും അതിർത്തി പങ്കിടുന്ന ഹിമാലയ താഴ്‌വരയിലെ നഗരമാണ് ധരംശാല. 2017 മുതൽ ഹിമാചൽപ്രദേശിന്റെ ശീതകാല തലസ്ഥാനം കൂടിയാണിത്. 2017-ലാണ് ഹിമാചൽ സർക്കാർ ധരംശാലയെ ശീതകാല തലസ്ഥാനമായി പ്രഖ്യാപിച്ചത്. തനതായ സാംസ്കാരിക പൈതൃകവും പ്രകൃതിഭംഗിയും ധരംശാലയെ മനോഹരമാക്കുന്നു.

ഹിന്ദുമത വിശ്വാസികളാണ് ഹിമാചൽപ്രദേശിൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ. ടിബറ്റൻ അഭയാർത്ഥികളുടെ കേന്ദ്രമായതിനാൽ ബുദ്ധമതവും ധരംശാലയിൽ സജീവമാണ്.

സംസ്ഥാനത്തെ ആകെ ജനസംഖ്യയുടെ 2.18% മാത്രമാണ് മുസ്‌ലിംകൾ. ഇവരിൽ കൂടുതലും തൊഴിൽ ആവശ്യാർത്ഥം ഇവിടെ താമസമാക്കിയവരാണ്. കാശ്മീരികളാണധികവും. ശക്തമായ മഞ്ഞുവീഴ്ച്ചക്കാലത്ത് അനുയോജ്യമായ കാലാവസ്ഥ തേടിയെത്തുവരുമുണ്ട്. പഞ്ചാബ്, ഉത്തർപ്രദേശ് എന്നീ സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ നിന്നു വന്ന് വസ്ത്രക്കച്ചവടം നടത്തിയും ചുമടെടുത്തും അവർ ശൈത്യകാലം ഇവിടെ ചെലവഴിക്കുന്നു.

മുസ്‌ലിം സാന്നിധ്യം കുറവായതിനാൽ ഹിമാചലിൽ മസ്ജിദുകൾ വളരെ കുറവാണ്. 100 കിലോ മീറ്റർ ചുറ്റളവിൽ പോലും ഒരു മസ്ജിദ് കണ്ടെത്തുക പ്രയാസം. ധരംശാലയിൽ മുന്നൂറ് വർഷത്തിലധികം പഴക്കമുള്ള ഒരു ജുമാമസ്ജിദുണ്ട്. 1719ൽ യോൾ സൈനിക താവളത്തിലെ പട്ടാളക്കാർക്കും പ്രവാസി മുസ്‌ലിംകൾക്കും ജുമുഅ നിസ്കരിക്കാനായി ഇസ്‌ലാമിക പണ്ഡിതനായ ജനാബ് ഗുലാം റസൂലാണ് ഈ പള്ളി നിർമിച്ചത്. 1905 ലെ ഭൂചലനത്തിൽ കേടുപാടുകൾ സംഭവിച്ച പള്ളി പിന്നീട് പുതുക്കിപ്പണിതു. 1995 മുതൽ അമാനെഅവാം എന്ന സംഘടനയാണ് പള്ളിയുടെ മേൽനോട്ടം വഹിക്കുന്നത്.

നാട്ടിലെ നോമ്പിനും പെരുന്നാളിനും ഒരു ദിവസം പിറകിലാണ് ഉത്തരേന്ത്യ സഞ്ചരിക്കുന്നതെന്നാണ് നാട്ടിലെ ഹിന്ദിക്കാരനായ സുഹൃത്ത് പറഞ്ഞിരുന്നത്. ചിലപ്പോഴൊക്കെ അങ്ങനെ സംഭവിക്കാറുമുണ്ട്. ശഅ്ബാൻ 29ന് സൂര്യാസ്തമയാനന്തരം റമളാനിന്റെ ഔദ്യോഗിക പ്രഖ്യാപനത്തിനായുള്ള കാത്തിരിപ്പായിരുന്നു. എന്നാൽ മഗ്‌രിബ് നിസ്കാരം കഴിഞ്ഞ് പുറത്തിറങ്ങി ആകാശത്തേക്കു നോക്കിയപ്പോൾ ചന്ദ്രക്കല തെളിഞ്ഞ് കാണുന്നുണ്ട്. അപ്പോഴേക്കും റമളാൻ മുബാറക് വാർത്തകൾ സോഷ്യൽമീഡിയയിലും ചാനലുകളിലും പ്രചരിച്ചുതുടങ്ങിയിരുന്നു.

ഹിമാലയനിരകളിൽ ഇപ്പോഴും മഞ്ഞുവീഴുന്നുണ്ട്. പേരിന് വേനലാണെങ്കിലും മഞ്ഞുവീഴ്ച കാരണം ആലിപ്പഴവീഴ്

റമളാനിൽ കുട്ടികൾ മതപഠനത്തിനു വേണ്ടി അസ്വർ നിസ്കാരത്തിനു മുമ്പ് പള്ളിയിലെത്തും. അവരുടെ ഖുർആൻ പാരായണം കേൾക്കാനും ഹദീസ് ക്ലാസ്സിൽ പങ്കെടുക്കാനും നിരവധി പേർ വരും. നിസ്കാരം കഴിഞ്ഞ് വൈകാതെ തന്നെ പള്ളി പൂട്ടും. മഗ്രിബിന് ചുരുക്കം ചിലർ പള്ളിയിൽ നോമ്പ് തുറക്കാനെത്തും. ഈത്തപ്പഴത്തോടൊപ്പം വെള്ളവും ചാട് മസാലയിട്ട പഴവർഗങ്ങളും ആലുസമൂസയുമാണ് പള്ളിയിലെ നോമ്പ് തുറവിഭവങ്ങളിൽ പ്രധാനം.

ചയോടുകൂടിയ മഴ നിത്യസംഭവമാണ്. ഒരു മഴക്കാലം പോലെ തണുത്ത കാലാവസ്ഥ. പത്ത് ഡിഗ്രിയോടടുത്താണ് താപനില. നോമ്പുകാർക്ക് ക്ഷീണം അനുഭവപ്പെടാത്ത കാലാവസ്ഥ.

ഉത്തർപ്രദേശിൽ നിന്നുള്ള ഹസ്രത്തുമാരാണ് പള്ളിയിലെ മുഅദ്ദിനും ഖത്തീബുമെല്ലാം. പള്ളിയുടെ മുഴുസമയ കാര്യകർത്താക്കളായ ഇവർ ഹനഫി മദ്ഹബുകാരാണ്. നിസ്കാരത്തിന്റെ കർമങ്ങളിലും ബാങ്കിന്റെ സമയക്രമങ്ങളിലും ശാഫിഈ മദ്ഹബുമായി ചെറിയ ചില വ്യത്യാസങ്ങളുണ്ട്. റമളാനിനു മുമ്പ് മഗ്രിബ് നിസ്കാരം രാത്രി ഏഴരക്കും ഇശാഅ് നിസ്കാരം ഒമ്പതിനുമായിരുന്നു. ഇഫ്താറും തറാവീഹും കണക്കിലെടുത്ത് ഇപ്പോൾ നിസ്കാരം നേരത്തെയാക്കിയിട്ടുണ്ട്.

റമളാൻ ആരംഭിച്ചതോടെ പള്ളി സജീവമായി. അസ്വർ നിസ്കാരത്തിനാണ് കൂടുതൽ പേരെത്തുക. പരമ്പരാഗത തണുപ്പുകാല വസ്ത്രമായ ഫെറൻ ധരിച്ചാണ് ഭൂരിഭാഗം കാശ്മീരികളും പള്ളിയിലെത്തുക. കട്ടി കൂടിയ വിസ്താരമുള്ള നീളക്കുപ്പായമാണിത്. കൊടുംതണുപ്പിൽ ഫെറൻ വലിയ ആശ്വാസമാണ്. ഇവിടെ മദ്റസകളില്ല. റമളാനിൽ കുട്ടികൾ മതപഠനത്തിനു വേണ്ടി അസ്വർനിസ്കാരത്തിനു മുമ്പ് പള്ളിയിലെത്തും. അവരുടെ ഖുർആൻ പാരായണം കേൾക്കാനും ഹദീസ് ക്ലാസ്സിൽ പങ്കെടുക്കാനും നിരവധി പേർ വരും. നിസ്കാരം കഴിഞ്ഞ് വൈകാതെ തന്നെ പള്ളി പൂട്ടും. മഗ്രിബിന് ചുരുക്കം ചിലർ പള്ളിയിൽ നോമ്പ് തുറക്കാനെത്തും. ഈത്തപ്പഴത്തോടൊപ്പം വെള്ളവും ചാട് മസാലയിട്ട പഴവർഗങ്ങളും ആലുസമൂസയുമാണ് പള്ളിയിലെ നോമ്പ് തുറവിഭവങ്ങളിൽ പ്രധാനം.

ഭൂരിഭാഗം വിശ്വാസികളും വീടുകളിൽ നേമ്പു തുറക്കുന്നവരാണ്. കുടുംബക്കാരെയും അയൽവാസികളെയും കൂട്ടുകാരെയുമെല്ലാം ഒരുമിച്ചുകൂട്ടിയുള്ള നോമ്പുതുറ ഇവിടെയില്ല. പള്ളിയിൽ ഇശാഅ് നിസ്കാരവും ഇരുപത് റക്അത്ത് തറാവീഹും മൂന്ന് റക്അത്ത് വിത്റും ഒരു മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ കഴിയും. അതുകഴിഞ്ഞാണ് കാര്യമായ ഭക്ഷണം. ബിരിയാണി, ചപ്പാത്തി, റൊട്ടി, നാൻ, മട്ടൻ വിഭവങ്ങളായ റിസ്ത, കബാബ് എന്നിവയെല്ലാം നോമ്പുകാലത്തെ പ്രധാന വിഭവങ്ങളാണ്. റൂഹഫ്സ കൊണ്ടുള്ളതാണ് പ്രധാന പാനീയം. അത്താഴത്തിന് എഴുന്നേൽക്കുന്നവർ ചുരുക്കമാണ്.

ഇന്ത്യയുടെ ഒരറ്റത്തു നിന്ന് മറ്റൊരറ്റത്തെത്തുമ്പോൾ ഭൂപ്രകൃതി മാത്രമല്ല; ജീവിതക്രമങ്ങളിലും സംസ്കാരങ്ങളിലുമെല്ലാം മാറ്റങ്ങൾ കാണാം. പതിവുകളിൽ വ്യത്യാസമില്ലാതെ, തെരുവുകളിൽ ഇഫ്താർ വിഭവങ്ങളുടെ വിപണനമില്ലാതെ ധരംശാലയിലെ വിശ്വാസിസമൂഹം ഹൃദയങ്ങളിൽ നോമ്പുകാലം ആഘോഷിക്കുന്നു.

ഫത്ഹേ മുബാറക് പാനൂരിൽ

കോഴിക്കോട്: മദ്റസാ വിദ്യാരംഭം ഫത്ഹേ മുബാറക് സംസ്ഥാന തല ഉദ്ഘാടനം ഏപ്രിൽ എട്ടിന് കണ്ണൂർ പാനൂർ എലാങ്കോട് ഹയാത്തുൽ ഇസ്‌ലാം മദ്റസയിൽ നടക്കും. സുന്നി ജംഇയ്യത്തുൽ മുഅല്ലിമീൻ സെൻട്രൽ കമ്മിറ്റി പ്രസിഡന്റ് സയ്യിദ് അലി ബാഫഖി തങ്ങളുടെ അധ്യക്ഷതയിൽ നടക്കുന്ന സമ്മേളനത്തിൽ സമസ്ത കേരള ജംഇയ്യത്തുൽ ഉലമ, സുന്നി വിദ്യാഭ്യാസ ബോർഡ്, കേരള മുസ്‌ലിം ജമാഅത്ത്, സുന്നി യുവജന സംഘം, സുന്നി മാനേജ്മെന്റ് അസോസിയേഷൻ, സുന്നി സ്റ്റുഡന്റ്സ് ഫെഡറേഷൻ സംസ്ഥാന നേതാക്കൾ പങ്കെടുക്കും. പ്രമുഖ സാദാത്തുക്കൾ ആദ്യാക്ഷരം കുറിക്കുന്നതിന് കാർമികത്വം വഹിക്കും.

സ്വാഗതസംഘം രൂപവൽക്കരണ യോഗം സംസ്ഥാന സെക്രട്ടറിമാരായ സുലൈമാൻ സഖാഫി കുഞ്ഞുകുളം, വി.വി അബൂബക്കർ സഖാഫി, സ്ഥലം ഖാസി അശ്റഫ് സഖാഫി കടവത്തൂർ എന്നിവരുടെ നേതൃത്വത്തിൽ എലാങ്കോട് ഹയാത്തുൽ ഇസ്‌ലാം മദ്റസയിൽ ചേർന്നു. കേരള മുസ്‌ലിം ജമാഅത്ത് കണ്ണൂർ ജില്ലാ സെക്രട്ടറി ഹനീഫ് പാനൂർ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. മുഹമ്മദ് മിസ്ബാഹി ചൊക്ലി, ടി.പി അബൂബക്കർ ഹാജി, അബ്ദുറഹ്മാൻ മദനി പടന്ന, വി.കെ മമ്മു, മുനീർ, ടി.പി യൂസഫ് ഹാജി, ഇസ്മാഈൽ, വി.കെ റഷാദ് പ്രസംഗിച്ചു.

ഭാരവാഹികൾ: എൻ അശ്റഫ് സഖാഫി (ചെയർമാൻ), മുഹമ്മദ് അനസ് സഖാഫി (കൺവീനർ), കെ.വി യൂസുഫ് ഹാജി (ഫിനാൻസ് സെക്രട്ടറി), വി.വി അബൂബക്കർ സഖാഫി (കോ-ഓർഡിനേറ്റർ)

മദ്റസ പൊതുപരീക്ഷാ ഫലം

കോഴിക്കോട്: സമസ്ത കേരള സുന്നി വിദ്യാഭ്യാസ ബോർഡ് ഫെബ്രുവരി 8, 9 തീയതികളിൽ നടത്തിയ അഞ്ച്, ഏഴ്, പത്ത്, പന്ത്രണ്ട് ക്ലാസുകളിലെ മദ്റസ പൊതുപരീക്ഷാ ഫലം പ്രഖ്യാപിച്ചു.

6417 സെന്ററുകളിലായി 187835 വിദ്യാർഥികൾ പരീക്ഷയെഴുതിയതിൽ 183360 പേർ ഉപരിപഠനത്തിന് അർഹരായി. 8540 സൂപ്പർവൈസർമാരുടെയും 145 സൂപ്രണ്ടുമാരുടെയും നേതൃത്വത്തിലാണ് പരീക്ഷകൾ നടത്തിയത്.

അഞ്ചാംതരത്തിൽ 95.77 ശതമാനവും ഏഴാം തരത്തിൽ 97.65 ശതമാനവും പത്താംതരത്തിൽ 99.00 ശതമാനവും പന്ത്രണ്ടാംതരത്തിൽ 98.05 ശതമാനവും കുട്ടികളാണ് ഉപരിപഠനത്തിന് അർഹത നേടിയത്.

അഞ്ചാം തരത്തിൽ 17985 കുട്ടികളും ഏഴാം തരത്തിൽ 9863 കുട്ടികളും പത്താംതരത്തിൽ 5631 കുട്ടികളും പന്ത്രണ്ടാം തരത്തിൽ 931 കുട്ടികളും എല്ലാ വിഷയത്തിലും എ പ്ലസ് ഗ്രേഡ് നേടി.

കേരളം, തമിഴ്നാട്, കർണാടക, അന്തമാൻ, ലക്ഷദ്വീപ് എന്നിടവങ്ങളിൽ ഒരേ സമയത്താണ് പൊതുപരീക്ഷ നടന്നത്. കേരളത്തിലും കർണാടകയിലുമായി 145 ഡിവിഷൻ കേന്ദ്രീകൃത മൂല്യനിർണയ ക്യാമ്പുകളിൽ 7985 അസിസ്റ്റന്റ് എക്സാമിനർമാരും 363 ചീഫുമാരും മൂല്യനിർണയത്തിന് നേതൃത്വം നൽകി.

വിദ്യാർഥികളെയും, പൊതു പരീക്ഷയും മൂല്യനിർണയവും സമയബന്ധിതമായി പൂർത്തിയാക്കാൻ സഹകരിച്ച അധ്യാപകരെയും, രക്ഷകർത്താക്കളെയും, മാനേജ്മെന്റിനെയും ഓഫീസ് ജീവനക്കാരെയും സുന്നി വിദ്യാഭ്യാസ ബോർഡ്, സുന്നി ജംഇയ്യത്തുൽ മുഅല്ലിമീൻ സാരഥികൾ അഭിനന്ദിച്ചു.

യു.എ.ഇ, സുന്നി ജംഇയ്യത്തുൽ മുഅല്ലിമീൻ ക്ഷേമനിധിയിലേക്ക് സഹായധനം നൽകി

ദുബൈ: സുന്നി ജംഇയ്യത്തുൽ മുഅല്ലിമീൻ ക്ഷേമനിധിയിലേക്ക് യു.എ.ഇ എസ്.ജെ.എം സഹായധനം നൽകി. സാരഥികളായ അബ്ദുസ്സലാം സഖാഫി വെള്ളലശ്ശേരി, ഉബൈദ് സഖാഫി ചുണ്ടയിൽ, നുഅ്മാൻ ശാമിൽ ഇർഫാനി, നിസാമുദ്ദീൻ നൂറാനി എന്നിവർ ചേർന്ന് സഹായസംഖ്യ യു.എ.ഇയിൽ പര്യടനം നടത്തിയ കേന്ദ്ര കമ്മിറ്റി ട്രഷറർ വി.പി.എം വില്യാപ്പള്ളിയെ ഏൽപ്പിച്ചു. എസ്.ജെ.എം യു.എ.ഇയിൽ നടത്തുന്ന പ്രവർത്തനം ശ്ലാഘനീയവും മുഅല്ലിംകൾക്ക് ഏറെ സഹായകവുമാണെന്ന് അദ്ദേഹം പ്രസ്താവിച്ചു.

ആത്മാർത്ഥത ജീവിതശൈലിയാക്കുക: കാന്തപുരം

ദുബൈ: മനുഷ്യന്റെ പുരോഗതി ആത്മാർത്ഥ പ്രവർത്തനത്തിലൂടെയാണെന്ന് ഇന്ത്യൻ ഗ്രാന്റ് മുഫ്തി കാന്തപുരം എ.പി അബൂബക്കർ മുസ്‌ലിയാർ. ദുബൈ മർകസ് മദ്റസ പി.ടി.എ സംഘടിപ്പിച്ച ഇഫ്താർ സംഗമത്തിൽ സംസാരിക്കുകയായിരുന്നു അദ്ദേഹം. പൊതുയോഗത്തിൽ മർകസ് വിഭാവനം ചെയ്യുന്ന ഓരോ പദ്ധതികളും സമൂഹത്തിനും രാഷ്ട്രത്തിനും വലിയ മുതൽക്കൂട്ടാണെന്ന് അദ്ദേഹം പ്രസ്താവിച്ചു.

അബൂ ഹൈൽ അമാന സ്പോർട്ട് ബേയിൽ സംഘടിപ്പിച്ച ഇഫ്താർ സംഗമത്തിൽ നൂറുകണക്കിന് രക്ഷിതാക്കളും വിദ്യാർത്ഥികളും പങ്കെടുത്തു. ഗൾഫ്തലത്തിൽ മദ്റസ അധ്യാപകർക്ക് നടത്തിയ ഹിസ്ബ് പരീക്ഷയിൽ ഒന്നും രണ്ടും റാങ്ക് നേടിയ ദുബൈ മർകസ് പ്രിൻസിപ്പാൾ അബ്ദുസ്സലാം സഖാഫി വെള്ളലശ്ശേരി, ഹിഫ്ള് ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് ഡയറക്ടർ ഹാഫിള് നുഅ്മാൻ ശാമിൽ ഇർഫാനി എന്നിവർക്ക് അവാർഡ് നൽകി.

ദുബൈ മർകസ് വിദ്യാർത്ഥികൾക്കായി സംഘടിപ്പിച്ച ഖുർആൻ മാസ്റ്ററി, ഖാഇദ നുഅ്മാനിയ്യ കോഴ്സ് പൂർത്തിയാക്കിയവർക്കും സ്മാർട്ട് സ്കോളർഷിപ്പ് പരീക്ഷയിൽ ജേതാക്കളായവർക്കും അവാർഡുകൾ നൽകി. അഡ്വ. അബ്ദുൽ അസീസ് അധ്യക്ഷത വഹിച്ചു. വൈസ് പ്രിൻസിപ്പാൾ സഊദ് അബ്ദുൽ കരീം നൂറാനി വിഷയാവതരണം നടത്തി. ഡോ. അബ്ദുൽ ഹകീം അസ്ഹരി, അബ്ദുൽ അസീസ് സഖാഫി മമ്പാട്, അബ്ദുസ്സലാം സഖാഫി വെള്ളലശ്ശേരി, മുഹമ്മദ് കുഞ്ഞി സഖാഫി കണ്ണപുരം, ഹാറൂൻ റശീദ് കുറ്റിച്ചിറ, ഉബൈദ് സഖാഫി വയനാട്, മുഹമ്മദലി സൈനി സംബന്ധിച്ചു.

മുഅല്ലിം ട്രൈനിംഗ് കോഴ്സ്: വിജയികളെ അനുമോദിച്ചു

ദുബൈ: ഇസ്‌ലാമിക് എജ്യുക്കേഷണൽ ബോർഡ്, ജംഇയ്യത്തുൽ മുഅല്ലിമീൻ സഹകരണത്തോടെ ഗൾഫ് തല മദ്റസ അധ്യാപകർക്കായി 'തഹ്സീനുത്തിലാവ' ഹിസ്ബ് കോഴ്സ് സംഘടിപ്പിച്ചു. 40 മണിക്കൂർ ദൈർഘ്യമുള്ള കോഴ്സിനു വിശുദ്ധ ഖുർആൻ പാരായണരംഗത്തെ പ്രമുഖ പണ്ഡിതർ നേതൃത്വം നൽകി. ട്രൈനിംഗിനു ശേഷം നടന്ന പരീക്ഷയിൽ യു.എ.ഇ തലത്തിൽ ദുബൈ മർകസ് പ്രിൻസിപ്പാൾ അബ്ദുസ്സലാം സഖാഫി വെള്ളലശ്ശേരി ഫസ്റ്റ് റാങ്കും ഹാഫിള് നുഅ്മാൻ ശാമിൽ ഇർഫാനി സെക്കന്റ് റാങ്കും കരസ്ഥമാക്കി.

റാങ്ക് ജേതാക്കളെയും വിജയികളെയും യു.എ.ഇ ഐ.സി.എഫ്, സുന്നി ജംഇയ്യത്തുൽ മുഅല്ലിമീൻ നാഷണൽ കമ്മിറ്റി അഭിനന്ദിച്ചു.

ദുബൈ മർകസ് കൺവെൻഷൻ സെന്ററിൽ നടന്ന പ്രോഗ്രാമിൽ കോഴ്സ് പൂർത്തിയാക്കിയ യു.എ.ഇ മദ്റസാധ്യാപകർക്കുള്ള അവാർഡ് ഇന്ത്യൻ ഗ്രാന്റ് മുഫ്തി കാന്തപുരം ഉസ്താദ് വിതരണം ചെയ്തു. എസ്.ജെ.എം കേന്ദ്ര കമ്മിറ്റി ട്രഷറർ വി.പി.എം വില്യാപ്പള്ളി പ്രാർത്ഥന നിർവഹിച്ചു. വിദ്യാഭ്യാസ ബോർഡ് മെമ്പർ മാരായമംഗലം അബ്ദുറഹ്മാൻ ഫൈസി സംബന്ധിച്ചു.

മർകസ് പരീക്ഷാഫലം

കോഴിക്കോട് : ജാമിഅ മർകസിനു കീഴിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന തഖസ്സുസ്, ഫിഖ്ഹ്, കുല്ലിയ്യ ഉസ്വൂലുദ്ദീൻ ശുഅബ തഫ്സീർ, ശുഅബ ഹദീസ്, കുല്ലിയ്യ ശരീഅ, കുല്ലിയ്യ ലുഗ അറബിയ്യ, കുല്ലിയ്യ ദിറാസ ഇസ്‌ലാമിയ്യ, ഇൽമുൽ ഇദാറ, ഇൽമുന്നഫ്സ് എന്നീ വിഭാഗങ്ങളിലായി നടന്ന 2024-25 അധ്യായന വാർഷിക പരീക്ഷയിൽ പങ്കെടുത്ത 1256 വിദ്യാർത്ഥികളിൽ 98 ശതമാനം പേർ വിജയിച്ചു.

ഈ വിഭാഗങ്ങളിൽ റാങ്ക് നേടിയവർ യഥാക്രമം:

ഒന്നാം റാങ്ക്: മുഹമ്മദ് യാസിർ പരുത്തിപ്പാറ, അബ്ദുൽ ബാസിത് മഴൂർ, ഹുസ്നുൽ ജമാൽ കിഴിശ്ശേരി, മുഹമ്മദ് തസ്‌ലീം മൊണ്ടേപടവ്, അർശദ് അലി ഉത്തർപ്രദേശ്, റാശിദ് അലി പുൽപ്പറ്റ, ഫള്ലുദ്ദീൻ പുതുപൊന്നാനി

രണ്ടാം റാങ്ക്: ആസിഫ് അച്ചങ്കി, മുഹമ്മദ് സ്വഫ്‌വാൻ ഇന്ത്യനൂർ, സഊദ് സൽമി കൽപ്പേനി, ഫള്ലുറഹ്മാൻ മണ്ണാർക്കാട്, ശൗകത്ത് റസാ മധ്യപ്രദേശ്, മുഹമ്മദ് ശമ്മാസ് കക്കിടിപ്പുറം, സഹൽ പള്ളിയത്ത്.

മൂന്നാം റാങ്ക്: ഇസ്ഹാഖ് മൗലൂദ്പുര, ഖാജാ മുഈനുദ്ദീൻ പൊന്നംകോട്, ഹബീബ് ഒതളൂർ, മുഹമ്മദ് കുറവന്തേരി, മുഹമ്മദ് കഫീൽ ഉത്തർപ്രദേശ്, മുഹമ്മദ് അബൂബക്കർ പാണത്തൂർ, സുഹൈൽ കൊടക്കാട്.

തീരം

റൈഹാൻ

ഗസ്സയിലെ പെരുന്നാൾ

കീറിയ തുണികൾ കൊണ്ട്
കെട്ടിയുണ്ടാക്കിയ വീട്ടിൽ
കുട്ടികൾ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു.
റമളാൻ വിട പറയുന്നതിലെ
അവരുടെ സങ്കടങ്ങളത്രയും
കണ്ണീരായൊഴുകുന്നു.

ഷെല്ലാക്രമണങ്ങളിൽ
തകർന്ന കെട്ടിടങ്ങളിൽ നിന്ന്
അവരുറക്കെ തക്ബീർ മുഴക്കുന്നു.
വെടിയനക്കങ്ങളടങ്ങുമ്പോൾ
അവർ അനാഥത്വത്തിന്റെ
കടുപ്പമുള്ള വേദനകൾ മറന്ന്
കളിക്കുന്നു, ചിരിക്കുന്നു.

അവർക്ക് നന്നായറിയാം,
പെരുന്നാൾ കഴിഞ്ഞാലും
നോമ്പുകാലമായിരിക്കുമെന്ന്.
പൊടിപുരണ്ട റൊട്ടിയും
ചെളി കലർന്ന വെള്ളവും
അത്താഴത്തിനും ഇഫ്താറിനും
സ്വാദിഷ്ഠമായ വിഭവങ്ങളാകുമെന്ന്.

തകർന്ന പള്ളിയുടെ മുറ്റത്ത്
മുസ്വല്ല വിരിച്ചിരുന്ന്
മനോഹരമായ വസ്ത്രങ്ങളണിഞ്ഞ്
അവർ തക്ബീർ മുഴക്കി.
വീൽചെയറുകളിൽ
അറ്റുപോയ കാലുകളിൽ
ഊന്നിയെണീറ്റു നിന്നവർ
വിമോചനത്തിന്റെ പാട്ടുകൾ
ഉറക്കെ പാടിക്കൊണ്ടിരുന്നു.

കാരുണ്യത്തിന്റെ കുളിർക്കാറ്റ്
അവരെ തലോടിക്കടന്നുപോയി.
പൊടിയടക്കാനൊരു മഴ
മെല്ലെ പെയ്തിറങ്ങി.

ആയിരമായിരം ഹംദുകൾ
വാനിൽ ഉയർന്നു പൊങ്ങി.
രാവിലെന്നപോൽ പകലിലും
നക്ഷത്രങ്ങൾ ചിരിച്ചു.
പ്രതീക്ഷയുടെ കിരണങ്ങൾ
ഗസ്സയുടെ മണ്ണിൽ മെല്ലെ
വെളിച്ചത്താൽ കുറിച്ചിട്ടു.
ഈദ് മുബാറക്!

Printed & Published by Kunhalavi musliyar on behalf of Samastha Isalamic Centre, Jaferkhan Colony, P.O Eranhipalam
Kozhikode - 673006 and printed at Al kamal offset, East Nadakkavu, Kozhikode, Editor : VP Moidu Faizy Villyapally