ലോകം ശാന്തമായി ഉറങ്ങുന്ന
രാവുകൾ ദീർഘ നേരം പ്രാർഥനക്കും പ്രകീർത്തന
ങ്ങൾക്കും വേണ്ടി മാറ്റി വെക്കുക വഴി തിന്മകൾ നിറ
ഞ്ഞ മനസ്സുകളിൽ ധർമ്മ ചിന്തകളുടെ കുളിരു
കോരിചൊരിയുകയാണ് ഇസ്ലാം.

ദൈവിക വചനങ്ങളായ ക്വുർആനിന്റെ പഠനം
പാരായണം പ്രചാരണം എന്നിവ വഴി ഹൃദയങ്ങൾ
കീഴടങ്ങുന്നുണ്ട്..!

ബദർ പോരാട്ടങ്ങളുടെ ഓർമ്മ പകരുന്ന റമളാൻ
ആവിഷ്ക്കാര സ്വാതന്ത്ര്യവും, പ്രതിസന്ധികളെ
മറികടന്ന് കുതിക്കാനുള്ള കരുത്തും നൽകുന്നു.
എല്ലാം ദൈവത്തിങ്കൽ അർപ്പിച്ച് ഒരു ആത്മീയ യാത്ര;
ആത്മ നിയന്ത്രണം സാധ്യമാക്കുന്ന മനോഹര പ്രയാണം.

ആയുസിനെ അറിഞ്ഞുപയോഗിച്ചാൽ, ആരും
ഓർമ്മ ഗോപുരങ്ങൾ പണിതില്ലെങ്കിലും ആയിരം
തലമുറകളുടെ ഓർമ്മ പുസ്തകങ്ങളിൽ
മരിക്കാതെ ജീവിക്കാൻ സാധിക്കും.

നനവുള്ള പ്രാർഥനകൾ ലഭിക്കുമ്പോൾ
ആത്മാവിന് ശാന്തി ലഭിക്കും.

മുജാഹിദ് പ്രസ്ഥാനത്തിന്റെ യുവജന സംഘടന
വിസ്ഡം ഇസ്ലാമിക്‌യൂത്ത് ഓർഗനൈസേഷൻ
യൗവ്വനത്തിൻറെ സംസ്കരണവും യുവതയുടെ
കർമ്മ ശേഷിയും ഫലപ്രദമായി ഉപയോഗിക്കാനായി
ചില കർമ്മ പദ്ധതികൾ നടപ്പിലാക്കി കൊണ്ടിരിക്കുന്നു.

സംസ്ഥാനത്തെ മുഴുവൻ മണ്ഡലം കേന്ദ്രങ്ങളിലും നട
ക്കുന്ന യുവപഥം യുവജന സംഗമങ്ങൾ
അതിന്റെ ആഹ്വാനങ്ങളാണ്.വെളിച്ചം പകരുന്ന ഈ
നല്ല നിമിഷങ്ങളിൽ താങ്കളും കണ്ണി ചേരൂ
പണിയാം കർമ്മങ്ങൾ കൊണ്ടൊരു ഓർമ്മ ഗോപുരം

വ്രതം: ആത്മ നിയന്ത്രണത്തിന്റെ പരിശീലനകളരി

വ്രതം: ആത്മ
നിയന്ത്രണത്തിന്റെ പരിശീലനകളരി
'എന്ത് ചെയ്യും ? അങ്ങനെയൊക്കെ
സംഭവിച്ചു പോയി, എനിക്ക് എന്നെ തന്നെ
നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല'
പലതരം വീഴ്ചകൾ
ജീവിതത്തിൽ സംഭവിക്കുമ്പോൾ
നാം പറയുന്ന വാക്കുകളാണിത്.
ആയിരക്കണക്കിന് കിലോ
ഭാരമുള്ള റോക്കറ്റുകളെ
തന്റെ വിരൽതുമ്പുകൾ കൊണ്ട് നിയന്ത്രിച്ച്
ലക്ഷ്യസ്ഥാനത്ത് എത്തിക്കുന്ന ശാസ്ത്രജ്ഞൻ,
ദീർഘമായ സമയമെടുത്ത്
മനസ്സാന്നിധ്യം കൈവിടാതെ
തന്റെ രോഗിയുടെ ആന്തരികാവയവങ്ങൾ
മാറ്റി പണിയുന്ന ഡോക്ടർ,
കഠിനമായ ചൂടിനെ അതിജീവിച്ച്
കൃഷിയിടങ്ങളിൽ പണിയെടുക്കുന്ന കർഷകൻ
ഇവർക്കെല്ലാം അവരവരുടെ
മേഖലകളിൽ മികവാർന്ന പ്രകടനങ്ങൾ
കാഴ്ചവെക്കാൻ സാധിക്കുന്നുണ്ട്.
എന്നാൽ ഇത്ര ശക്തരും
പ്രതിഭകളുമായ ആളുകൾ തന്നെ
തികച്ചും ലളിതവും നിസ്സാരവുമായ കാര്യങ്ങളുടെ
പേരിൽ സ്വയം നിയന്ത്രിക്കാനാവാതെ ക്ഷോഭിക്കുന്ന
അവസ്ഥകൾ ഇല്ലേ?
അടിപിടികൾ, കൊലപാതകങ്ങൾ തുടങ്ങി നിരവധി
കാര്യങ്ങൾ സംഭവിക്കുന്നില്ലെ?
പുറമെ മാന്യതയുടെ വേഷവും ഭാഷയും സ്വീകരിക്കുന്ന
വർ പോലും അവരുടെമണിയറയിൽ
വികാരജീവികളായി മാറുന്നില്ലേ?
കായികമായി ശക്തരായവരും
കഠിന പ്രയത്നങ്ങൾ കൊണ്ട് മാതൃകയാകുന്നവരും

ആത്മ നിയന്ത്രണത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ പരാജയമാണ്.

ആത്മനിയന്ത്രണം എന്നത് മറ്റെന്തിനേക്കാളും പ്രധാനമാണെങ്കിലും ആത്മനിയന്ത്രണവും ക്ഷമയും പാലിച്ച് അവിവേകങ്ങളിൽ നിന്നും അവിശുദ്ധികളിൽ നിന്നും മാറി നിൽക്കുവാൻ പലരും നന്നേ പ്രയാസപ്പെടുന്നുണ്ട്.

ജീവിതത്തിൽ ആവർത്തിച്ച് ചെയ്യുന്ന തിന്മകൾ മനസ്സിൽ നിന്നും മസ്തിഷ്ക്കത്തിൽ നിന്നും പറിച്ചെറിയാൻ ആഗ്രഹിച്ചിട്ടും അതിന് സാധിക്കാത്ത എത്രയോ മനുഷ്യരുണ്ട്

ലോകമാസകലമുള്ള മുസ്ലിം സമൂഹം നോമ്പ് അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിലൂടെ
മതം പ്രധാനമായും ലക്ഷ്യമിടുന്നത് ഓരോ വ്യക്തിയുടെ ആത്മനിയന്ത്രണവും അതുവഴിയുണ്ടാകുന്ന ആത്മീയ വിമലീകരണവുമാണ്.

വ്യക്തിയെ പരിവർത്തിപ്പിക്കുകയും അവനിലുണ്ടാകുന്ന വിമോചനത്തിലൂടെ സാമൂഹിക നവോത്ഥാനം സാക്ഷാത്കരിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്ന പ്രായോഗിക പദ്ധതിയാണ് ഇസ്ലാം ആവിഷ്കരിച്ചിട്ടുള്ളത്.

ഒരു നല്ല ശാസ്ത്രജ്ഞനും, ഒരു മികച്ച ഡോക്ടർക്കും, കഠിനാധ്വാനിയായ ഒരു കർഷകനും ഒരു ദിവസം കൊണ്ട് കിട്ടിയതല്ല അവരുടെ മേഖലയിലെ മികവുകൾ,മറിച്ച് കടുത്ത പരിശീലനങ്ങളും കഠിനാധ്വാനങ്ങളും നടത്തി വർഷങ്ങൾകൊണ്ട് നേടിയെടുത്തതാണ് ഇതെല്ലാം.

ഇതുപോലെ ആത്മനിയന്ത്രണവും വിശുദ്ധമായ ജീവിതക്രമവും,ഓരോ വ്യക്തിയും നിരന്തര പരിശീലനത്തിലൂടെയും ആത്മ ബോധവൽക്കരണത്തിലൂടെയും സമ്പാദിക്കേണ്ടതാണ്.

വ്രത ദിനങ്ങളിൽ നിർദ്ദേശിക്കപ്പെടുന്ന ചിട്ടകളും നിബന്ധനകളും ഒരു വ്യക്തിയെ ഈ പരിശീലനത്തിന് വിധേയമാക്കുന്നുണ്ട് എന്ന് നമുക്ക് മനസ്സിലാകും.

സാമൂഹ്യമധ്യത്തിൽ താൻ വിവാഹം കഴിച്ച് തന്റെ ജീവന്റെ പാതിയായി ചേർത്ത് നിർത്തിയ ഭാര്യയുമായുള്ള വൈകാരിക ലൈംഗിക ബന്ധങ്ങളെ ദൈവ തൃപ്തിക്ക് വേണ്ടി വ്രത ദിനത്തിന്റെ സൂര്യോദയം മുതൽ അസ്തമയം വരെ ഒഴിവാക്കാൻ വിശ്വാസിയോട് ഇസ്ലാം നിർദ്ദേശിക്കുന്നു.

ലൈംഗികമായ ആഗ്രഹമുണ്ടെങ്കിലും നോമ്പിന്റെ പകലിൽ തനിക്ക് അനുവദിക്കപ്പെട്ട തന്റെ ഇണയെ മാറ്റിനിർത്തുക വഴി ഒരു അന്യ പുരുഷനെ അല്ലെങ്കിൽ സ്ത്രീയെ ഒരു നിലക്കും ഞാൻ ആഗ്രഹിക്കാൻ പാടില്ല എന്ന് വ്രതം നമ്മെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നുണ്ട്.

അത്തരം ബന്ധങ്ങൾ
ദൈവപ്രീതിക്ക് നിരക്കുന്നതല്ല,

അതിനാൽ അവിശുദ്ധങ്ങളില്ലാത്ത ജീവിതമാകണം ഞാൻ നയിക്കേണ്ടത് എന്ന് വിശ്വാസി തീരുമാനിക്കുന്നു.

ശക്തമായ വിശപ്പും ദാഹവും ഉണ്ടെങ്കിലും തന്റെ കഠിനാധ്വാനത്തിലൂടെ ഉണ്ടാക്കിയ ഭക്ഷണ പാനീയങ്ങൾ കണ്മുന്നിൽ ഉണ്ടായിട്ടും ദൈവ ഇഷ്ടത്തിന് വേണ്ടെന്ന് വെക്കുന്ന ഒരു വ്യക്തിക്ക് തനിക്ക് അവകാശപ്പെടാത്ത സമ്പത്ത് തട്ടിയെടുക്കാൻ പാടില്ലെന്ന ഒരു മാനസികാവസ്ഥ ലഭിക്കുന്നുണ്ട്.

റമദാനിന്റെ പകലിൽ ഒരാൾ തന്റെ ഇണയുമായി നടത്തുന്ന ശാരീരിക ഇടപെടലുകളുടെ ഏതാനും നിമിഷങ്ങൾക്ക് മതം നിർദ്ദേശിക്കുന്ന പരിഹാരം അറുപത് അഗതികൾക്കുള്ള ഭക്ഷണമോ രണ്ടുമാസത്തെ തുടർച്ചയായ വ്രതമോ ആണ്.

വെറും നിമിഷങ്ങൾ മാത്രം നീളുന്ന ദൈവിക മാർഗ്ഗ ദർശന ലംഘനത്തിന് നിർദേശിക്കപ്പെടുന്ന പരിഹാരം ദൈവിക നിയമ ലംഘനം എത്ര കടുത്തതാണ് എന്ന് നമ്മെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നു.

എങ്കിൽ പരസ്ത്രീ- പുരുഷ ബന്ധങ്ങൾ എത്ര ഗൗരവം അർഹിക്കുന്നു എന്ന ആത്മ വിമർശനം സ്വയം ഉണരുന്നു

വിശപ്പിന്റെ ഗൗരവം ബോധ്യപ്പെടുത്താനും, വിശക്കുന്നവന്റെ അന്നം ഉറപ്പുവരുത്താനും വ്രത ദിനങ്ങൾ നമ്മെ പരിശീലിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്.

ഒരു പകൽ മുഴുവൻ ഭക്ഷണപാനീയങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുമ്പോൾ പട്ടിണിയുടെ വില എന്തെന്ന് മനുഷ്യർ അറിയുന്നു.

വ്രതദിനങ്ങൾ അവസാനിച്ച് ഫിത്വർ പെരുന്നാളിന് അത്തർ പുരട്ടും മുൻപ് നിശ്ചിത അളവ് പാവപ്പെട്ടവർക്കും പട്ടിണിക്കാർക്കും നൽകാൻ നിർദേശിക്കുന്ന ഫിത്ർ സക്കാത്ത് വഴി നടപ്പിൽ വരുത്തുന്നത് ഈ ആശയമാണ്.

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