

# ഒരു നിമിഷം

[ Malayalam - മലയാളം - مليالم ]

## دقيقة واحدة

ശൈഖ് മുഹമ്മദ് സാലിഹ് അൽ മുനജ്ജിദ്

الشيخ/محمد صالح المنجد

വിവ: മുഹമ്മദ് സിയാദ്, കണ്ണൂർ

ترجمة: محمد سياد كانور

കോപറേറ്റീവ് ഓഫീസ് ഫോർ കാൾ & ഗൈഡൻസ്

റബ്വ - റിയാദ് - സൗദി അറേബ്യ

المكتب التعاوني للدعوة وتوعية الجاليات بالربوة بمدينة الرياض

المملكة العربية السعودية

islamhouse.com

1432 - 2011

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

അല്ലാഹുവിന് സതുതി,

സമയം കാതലാണ്. പാഴാക്കിക്കളയാനോ അവഗണിച്ചു തള്ളാനോ പാടില്ലാത്ത വിധം അമൂല്യമാണത്. സമയത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ ശ്രദ്ധ കാണിക്കുന്നവനാണ് വിവേകി.വില കുറഞ്ഞ വസ്തുക്കളും വ്യർഥ സംസാരങ്ങളും കൊണ്ട് നിറക്കേണ്ട ഒരു പാത്രമായി അവൻ അതിനെ കണക്കാക്കുകയില്ല.

പകരം, അല്ലാഹുവിനെ തൃപ്തിപ്പെടുത്തുന്നതും ജനങ്ങൾക്ക് ഉപകാരമുള്ളതുമായ കാര്യങ്ങൾക്കായി അവൻ അതിനെ വിനിയോഗിക്കും. ജീവിതത്തിലെ ഓരോ നിമിഷത്തിനും സ്വന്തം പദവി അൽപാൽപമായി ഉയർത്താനും തന്റെ ചുറ്റുപാടുള്ള ജനങ്ങളെ ആനന്ദിപ്പിക്കാനുമുള്ള സ്രോതസ്സുണ്ട്.

ഏറ്റവും ഉന്നതമായ പദവി കരസ്ഥമാക്കലും ജനങ്ങളെ അത്യധികം സന്തോഷിപ്പിക്കലുമാണ് നിന്റെ ലക്ഷ്യമെങ്കിൽ നീ വിശ്രമത്തെ മറന്നേക്കുക. ഫലശൂന്യമായ ഉല്ലാസങ്ങളെ തിരസ്കരിക്കുകയും ചെയ്യുക.

ഒരു നിമിഷം കൊണ്ട് നിനക്ക് ധാരാളം നന്മകൾ പ്രവർത്തിച്ച് വളരെയധികം പ്രതിഫലം കരസ്ഥമാക്കാം. വെറും ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ടുള്ള ദാനധർമ്മത്തിലൂടെയും, പഠനത്തിലൂടെയും, മനഃപാഠത്തിലൂടെയും, സൽകർമ്മങ്ങൾക്കായി പരിശ്രമിക്കുന്നതിലൂടെയും, നിന്റെ ജീവിതത്തിലെ ആ ഒരു നിമിഷം പാഴായി പോയിട്ടില്ലെന്ന് നിനക്ക് ഉറപ്പു വരുത്താം.ഒരു നിമിഷത്തെ ഏറ്റവും ഫലപ്രദമായി എങ്ങിനെ വിനിയോഗിക്കാമെന്നും സൂക്ഷിക്കാമെന്നും നീ മനസ്സിലാക്കുകയാണെങ്കിൽ,നിന്റെ സൽകർമ്മങ്ങളുടെ പുസ്തകത്തിൽ ആ ഒരു നിമിഷം രേഖപ്പെടുത്തപ്പെട്ടേക്കും.

ഓരോ നിമിഷവും ഏറ്റവും ഫലപ്രദമായി വിനിയോഗിക്കാൻ പരിശ്രമിക്കുക.

നീ അത് മറന്നു പോകുകയാണെങ്കിൽ, ഏറ്റവും സുപ്രധാനമായ ഒരു കാര്യമാണ് നീ മറന്നത്: അതായത് ആത്യന്തിക സത്യം.

അല്ലാഹുവിന്റെ അനുമതിയോടെ, ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് ചെയ്യാവുന്ന കാര്യങ്ങളുടെ ഒരു പട്ടികയാണ് താഴെ വരുന്നത്:

1. അൽപം വേഗതയിലും, ശബ്ദമുയർത്താതെയും ഓതുകയാണെങ്കിൽ, ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് മൂന്നു തവണ സൂറതുൽ ഫാതിഹ ഓതാൻ സാധിക്കും. ഒരു തവണ ഫാതിഹ ഓതിയാൽ അറുന്നൂറിലധികം നന്മകൾ രേഖപ്പെടുത്തുമെന്നാണ് ഫാതിഹ ഓതുന്നതിന്റെ പ്രതിഫലമായി ചില പണ്ഡിതന്മാർ പറഞ്ഞത്. അപ്പോൾ മൂന്നു തവണ ഓതുകയാണെങ്കിൽ, അല്ലാഹുവിന്റെ അനുമതിയോടു കൂടി, 1800 ലധികം നന്മകൾ കരസ്ഥമാക്കാൻ സാധിക്കും. എല്ലാം ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട്.
2. അൽപം വേഗതയിലും, ശബ്ദമുയർത്താതെയും ഓതുകയാണെങ്കിൽ, ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് 20 തവണ സൂറതുൽ ഇഖ്ലാസ് ഓതാൻ സാധിക്കും. സൂറതുൽ ഇഖ്ലാസ് ഖുർആനന്റെ മൂന്നിലൊന്നാണ്. അപ്പോൾ, 20 തവണ ഓതുകയാണെങ്കിൽ, അത് ഖുർആൻ മുഴുവൻ ഏഴ് തവണയോളം ഓതുന്നതിന് തുല്യമാണ്. എല്ലാ ദിവസവും ഒരു മിനിറ്റിൽ 20 തവണ ഓതുകയാണെങ്കിൽ, ഒരു മാസം 600 തവണയും, ഒരു വർഷം 7200 തവണയും ഓതാൻ സാധിക്കും. അതായത് ഒരു വർഷം 2400 തവണ ഖുർആൻ മുഴുവൻ ഓതുന്നതിന്റെ പ്രതിഫലം.
3. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് ഖുർആനിലെ ഒരു പേജ് ഓതാൻ സാധിക്കും.
4. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് ഖുർആനിലെ ഒരു ചെറിയ വചനം മനഃപാഠമാക്കാൻ സാധിക്കും.
5. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് **لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ الْمَلِكُ** (അല്ലാഹുവല്ലാതെ ആരാധനക്കർഹനില്ല. അവൻ ഏകനും പങ്കുകാരില്ലാത്തവനുമാണ്. രാജാധിപത്യം അവനാണ്. എല്ലാ സ്തുതിയും അവന്നു തന്നെ. അവൻ എല്ലാ കാര്യത്തിനും കഴിവുള്ളവനത്രെ.) എന്ന് 20 തവണ പറയാൻ സാധിക്കും. ഇത് ഒരു തവണ പറഞ്ഞാലുള്ള പ്രതിഫലം ഇസ്‌മാഇൽ സന്തതികളിൽ പെട്ട 8 അടിമകളെ അല്ലാഹുവിന്റെ പ്രീതി ലക്ഷ്യം വെച്ചു കൊണ്ട് മോചിപ്പിച്ചതിന് തുല്യമാണ്.

6. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് **سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ** (അല്ലാഹുവിനെ സ്തുതിക്കുന്നതോടൊപ്പം അവന്റെ പരിശുദ്ധിയെ വാഴ്ത്തുന്നു.) എന്ന് 100 തവണ പറയാൻ സാധിക്കും. ഇത് ഒരു ദിവസം പറഞ്ഞവന്റെ പാപങ്ങൾ സമുദ്രത്തിലെ പതയോളമുണ്ടെങ്കിലും, പൊറുക്കപ്പെടും.
7. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് **سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ** (അല്ലാഹുവിനെ സ്തുതിക്കുന്നതോടൊപ്പം അവന്റെ പരിശുദ്ധിയെ വാഴ്ത്തുന്നു. മഹാനായ അല്ലാഹു പരിശുദ്ധൻ) എന്ന് 50 തവണ പറയാൻ സാധിക്കും.നാവുകൾക്ക് ഭാരം കുറഞ്ഞതും, തുലാസുകളിൽ ഘനം തൂങ്ങുന്നതും, പരമകാരുണികന് ഏറ്റവും പ്രിയങ്കരവുമായ രണ്ട് വാചകങ്ങളാണിത്. ബുഖാരിയും മുസ്ലിമും റിപ്പോർട്ട് ചെയ്ത ഹദീസിൽ അപ്രകാരം കാണാം.
8. നബി(ﷺ) പറഞ്ഞു: “സൂര്യോദയം അനുഭവിക്കുന്ന ഏതൊരു വസ്തുവിനേക്കാളും ഞാനിഷ്ടപ്പെടുന്നത് ‘സുബ്ഹാനല്ലാഹ്, വൽ ഹംദു ലില്ലാഹ്, വ ലാ ഇലാഹ ഇല്ലല്ലാഹു, വല്ലാഹു അക്ബർ’ (അല്ലാഹു പരിശുദ്ധൻ, അല്ലാഹുവിനാകുന്നു സർവ സ്തുതിയും,അല്ലാഹുവല്ലാതെ ആരാധനക്കർഹനില്ല, അല്ലാഹുവാണ് ഏറ്റവും വലിയവൻ)എന്ന് ഉരുവിടുന്നതിനെയാണ്.”(മുസ്ലിം ഉദ്ധരിച്ച ഹദീസ്) ഒരു മിനുട്ട് കൊണ്ട് ഇവ 18 ലധികം തവണ പറയാൻ സാധിക്കും.ഈ വാക്കുകൾ അല്ലാഹുവിന് ഏറ്റവും പ്രിയങ്കരവും, ഏറ്റവും ഉത്തമവും, നന്മയുടെ തുലാസിൽ ഘനം തൂങ്ങുന്നതുമാണ്. സ്വഹീഹായ ഹദീസുകളിൽ വന്നതാണിത്.
9. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് **لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ** (അല്ലാഹുവിനല്ലാതെ കഴിവും ശക്തിയുമില്ല) എന്ന് 40 ലധികം തവണ പറയാൻ സാധിക്കും. ബുഖാരിയിലെയും മുസ്ലിമിലെയും റിപ്പോർട്ടനുസരിച്ച് ഇത് സ്വർഗത്തിലെ വജനാവുകളിൽപ്പെട്ട ഒരു വജനാവാണ്. പ്രയാസങ്ങൾ ദൂരീകരിക്കുന്നതിനും മഹത്തായ കാര്യങ്ങൾ ലക്ഷ്യം വെക്കുന്നതിനുമുള്ള ഒരു മാർഗമാണിത്.

10. ഒരു നിമിഷനേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് **لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ** (അല്ലാഹുവല്ലാതെ ആരാധനക്കർഹനില്ല) എന്ന് 50 ഓളം തവണ പറയാൻ സാധിക്കും. തൗഹീദിന്റെ വചനമായത് കൊണ്ട് തന്നെ ഇത് ഏറ്റവും ഉന്നതമായ വചനമാണ്. മാത്രമല്ല, ഈ വചനത്തിന് മഹത്വവും ദൃഢതയുമുണ്ട്. ആരുടെയെങ്കിലും അവസാനത്തെ വാക്കുകൾ ഇതായാൽ, അവൻ സ്വർഗത്തിൽ പ്രവേശിക്കും. ഈ വാക്കുകളുടെ മഹത്വം വിവരിക്കുന്ന മറ്റു ധാരാളം റിപ്പോർട്ടുകളുണ്ട്.
11. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് **سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ عَدَدَ خَلْقِهِ وَرِضَا نَفْسِهِ وَزِنَةَ عَرْشِهِ وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ** (അല്ലാഹുവിനെ സ്തുതിക്കുന്നതോടൊപ്പം അവന്റെ പരിശുദ്ധിയെ വാഴ്ത്തുന്നു. അവന്റെ സൃഷ്ടികളുടെ എണ്ണത്തോളം, അവന്റെ മനസ്സിന്റെ തൃപ്തിയോളം, അവന്റെ സിംഹാസനത്തിന്റെ ഭാരത്തോളം, അവന്റെ വചനങ്ങളുടെ അളവോളം) എന്ന് 15 തവണയിലധികം പറയാൻ സാധിക്കും. പ്രവാചക(ﷺ)നിൽ നിന്നും സ്വഹീഹായി വന്ന ഹദീസുകളനുസരിച്ച് വിവിധ രൂപത്തിലുള്ള തസ്ബീഹിനും ദിക്റിനും അനേകമിരട്ടി പ്രതിഫലങ്ങൾ വാഗ്ദാനം ചെയ്തതായി കാണാം.
12. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് **أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ** (ഞാൻ അല്ലാഹുവോട് പാപമോചനം തേടുന്നു.)എന്ന് 100 തവണയിലധികം പറഞ്ഞു കൊണ്ട് അല്ലാഹുവോട് പാപമോചനം തേടാൻ സാധിക്കും.പാപമോചനം തേടുന്നതിന്റെ മഹത്വങ്ങൾ നിഗൂഢമല്ല. കാരണം, അവ പാപമോചനം ലഭിക്കുന്നതിനും സ്വർഗപ്രവേശനത്തിനുമുള്ള മാർഗമാണ്.മാത്രമല്ല, അത് നല്ലൊരു ജീവിതം നയിക്കുന്നതിനും, ദൃഢത വർദ്ധിപ്പിക്കുന്നതിനും, പ്രയാസങ്ങൾ അകറ്റുന്നതിനും, കാര്യങ്ങൾ എളുപ്പമാക്കുന്നതിനും, മഴ ലഭിക്കുന്നതിനും, സമ്പത്തും സന്താനങ്ങളും വർദ്ധിക്കുന്നതിനും ഉപകരിക്കും.
13. ഒരു നിമിഷനേരം കൊണ്ട് നിനക്ക് ലഘുവും സംക്ഷിപ്തവുമായ ഏതാനും വാക്കുകൾ പറയാം.സങ്കൽപ്പിക്കാൻ പോലും സാധിക്കാത്തത്ര നന്മകൾ അതിലൂടെ അല്ലാഹു നിനക്ക് കൊണ്ടുവന്നേക്കും.

14. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ (അല്ലാഹുവിന്റെ അനുഗ്രഹവും സമാധാനവും അവിടുത്തെ മേലുണ്ടാകട്ടെ) എന്ന് 50 തവണ നബിയുടെ മേൽ സ്വലാത്ത് ചൊല്ലാൻ നിനക്കാകും. പകരം, നിന്റെ മേൽ അല്ലാഹു 500 അനുഗ്രഹങ്ങൾ ചൊരിയും. കാരണം, ഒരു സ്വലാത്തിന് പകരമായി തുല്യമായ പത്ത് അനുഗ്രഹങ്ങളാണ് ലഭിക്കുക.
15. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് അല്ലാഹുവിന് ശുക്ർ ചെയ്യാനും, അവനെ സ്നേഹിക്കാനും, ഭയപ്പെടാനും, അവനിൽ പ്രതീക്ഷയർപ്പിക്കാനും, ഹൃദയത്തെ പ്രേരിപ്പിക്കാൻ സാധിക്കും. അങ്ങനെ, ഉബൂദിയ്യത്തിന്റെ ഘട്ടങ്ങളിലൂടെ നിനക്ക് സഞ്ചരിക്കാം. കട്ടിലിൽ കിടക്കുമ്പോഴും, തെരുവിലൂടെ നടക്കുമ്പോഴും ഇത് പ്രാവർത്തികമാക്കാൻ സാധിക്കും.
16. എളുപ്പം ഗ്രഹിക്കാവുന്ന ഒരു ഗ്രന്ഥത്തിലെ രണ്ടിലധികം പേജുകൾ ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് വായിക്കാം.
17. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് ഫോണിൽ ഒരു ബന്ധുവിനെ വിളിച്ച് കുടുംബ ബന്ധം നിലനിർത്താം.
18. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് പ്രാർത്ഥനയുടെ പുസ്തകത്തിൽ നിന്നും ഇഷ്ടമുള്ള ഏതെങ്കിലും ഒരു പ്രാർത്ഥന കൈകളുയർത്തിക്കൊണ്ട് പ്രാർത്ഥിക്കാം.
19. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് ധാരാളമാളുകൾക്ക് സലാം പറയുകയും ഹസ്തദാനം നടത്തുകയും ചെയ്യാം.
20. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് ഒരു തിന്മയെ തടുക്കാം.
21. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് ഏതെങ്കിലും ഒരു നന്മ കൽപിക്കാം.
22. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് നിന്റെ ഒരു സഹോദരന് സദുപദേശം നൽകാം.
23. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് പ്രയാസത്തിലകപ്പെട്ട ഒരു സഹോദരനെ ആശ്വസിപ്പിക്കാം.
24. ഒരു നിമിഷ നേരം കൊണ്ട് വഴിയിൽ നിന്നും എന്തെങ്കിലും ഉപദ്രവം നീക്കാം.

25. ഒരു നിമിഷ നേരം ഏറ്റവും നന്നായി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്നത് മൂലം ബാക്കിയുള്ള സമയങ്ങൾ പാഴാകാതെ ശ്രദ്ധിക്കും.

ഇമാം ശാഫിഇ(☪) പറഞ്ഞു:

“ജനങ്ങൾ ഉറങ്ങാൻ പോകുമ്പോൾ,ഞാൻ എന്റെ കണ്ണുകളെ കരയാൻ വിടുകയും ഏറ്റവും വാചാലമായ ഒരു വരി കവിത ചൊല്ലുകയും ചെയ്യും. എന്റെ വിജ്ഞാനത്തിൽ യാതൊരു അഭിവൃദ്ധിയുമില്ലാതെ രാത്രികൾ ഇങ്ങനെ കടന്നു പോകുന്നത് വ്യർത്ഥമല്ലേ? എങ്കിലും ഈ സമയങ്ങൾ എന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ ഭാഗമായിട്ടാണ് എണ്ണപ്പെടുന്നത്.”

അവസാനമായി, നിഷ്കളങ്കമായി നീ അല്ലാഹുവിനിലേക്ക് അടുക്കുകയും അവനെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ അറിയുകയും ചെയ്യുന്നതിനനുസരിച്ച് നിന്റെ നന്മകളും പ്രതിഫലവും വർദ്ധിക്കും.

ഇതിൽ പ്രതിപാദിച്ച ഭൂരിഭാഗം കർമ്മങ്ങളും പ്രയാസമില്ലാത്തവയാണ്. അവയ്ക്ക് ശുദ്ധിയുടെ ആവശ്യമില്ല. മാത്രമല്ല, ചെയ്തു തളരുന്നതോ, കഠിനാധ്വാനം ആവശ്യമുള്ളതോ ആയ കർമ്മങ്ങളുമല്ല. മറിച്ച്, നടന്നു കൊണ്ടും, വാഹനത്തിലായിരിക്കുമ്പോഴും, കിടന്നു കൊണ്ടും, നിന്നു കൊണ്ടും, ഇരുന്നു കൊണ്ടും, ആരെയെങ്കിലും കാത്തു നിൽക്കുമ്പോഴും ചെയ്യാവുന്നവയാണ്.

ആനന്ദ ലബ്ധിക്കും, ഹൃദയവിശാലതക്കും, പ്രയാസ ദുരീകരണത്തിനും ഉതകുന്ന ഏറ്റവും ഉത്തമമായ മാർഗങ്ങളാണ് ഈ കർമ്മങ്ങൾ. അല്ലാഹു ഇഷ്ടപ്പെടുകയും തൃപ്തിപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നത് പ്രവർത്തിക്കാൻ അവൻ നമ്മെ ഏവരെയും സഹായിക്കുമൊരാകട്ടെ.നമ്മുടെ പ്രവാചകനായ മുഹമ്മദി(☪)ന്റെ മേൽ അല്ലാഹു അനുഗ്രഹം ചൊരിയട്ടെ.

وصلى الله عليه وسلم على نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم.

\*\*\*\*\*