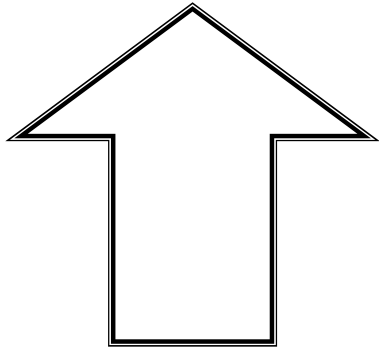
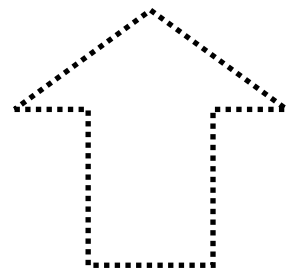


សំណុំ



ប្រហារ



គោរព

1431

## ความประเสริฐแห่งเดือนเราะฎิบ : แบบฉบับและบิตอะฮฺ

บ้านเรามักจะมีการปฏิบัติที่สวนทางกับสุนนะฮฺของท่านนบี ﷺ จึงต้องมีข้อตักเตือนแนะนำ ให้ปรับปรุงและแก้ไข และในเดือนเราะฎิบจะมีบางกลุ่มบางคนที่นิยมทำอิบาดะฮฺพิเศษในเดือนเราะฎิบ เช่น การถือศีลอด หรือการละหมาดบางชนิดที่ไม่มีแบบฉบับจากท่านนบี พฤติกรรมดังกล่าวบรรดาอุละมาอ์สั่งสอนให้ละทิ้งและหลีกเลี่ยง เพราะเป็นอุตริกรรมที่ค้านกับศาสนา แต่ถ้าหากว่าจะให้เกียรติเดือนนี้ในฐานะที่เป็นหนึ่งในบรรดาเดือนที่ต้องห้าม \*(อัลอัซซุลหุรัม)\* หรือจะปฏิบัติอิบาดะฮฺตามปกติก็ย่อมจะไม่มีปัญหา แต่อย่าให้เดือนเราะฎิบเป็นเดือนแห่งเทศกาลประเภทหนึ่งประเภทใด

มีฟัตวา(คำชี้แจง)จากท่านเชคอับดุลอะซีซ บินบาช ร่อหิมะฮฺลลอฮฺ อดีตมุฟตีแห่งประเทศซาอุดีอาระเบีย ที่ได้พูดถึงประเด็นนี้ไว้

ท่านเชคอับดุลอะซีซ บินบาช ได้ถูกถามว่า บางคนจะปฏิบัติอิบาดะฮฺบางชนิดในเดือนเราะฎิบโดยเฉพาะ เช่น การละหมาดรอฆออิบ หรือการฉลองค่าคืน 27 ของเดือนเราะฎิบ ขอเรียนถามว่า การปฏิบัติดังกล่าวมีรากฐานแห่งบทบัญญัติศาสนาหรือไม่ ? ขออัลลลอฮฺทรงตอบแทนท่าน

คำตอบ : การละหมาดรอฆออิบหรือการฉลองค่าคืนที่ 27 เดือนเราะฎิบโดยเฉพาะ ซึ่งอ้างว่าเป็นคืนแห่งอิสรออ์และมิอรอจนั้น การกระทำดังกล่าวเป็นบิตอะฮฺ(อุตริกรรม)ทั้งสิ้น ซึ่งไม่อนุญาตให้ปฏิบัติ และไม่มีรากฐานในบทบัญญัติแห่งศาสนาอิสลาม และบรรดานักปราชญ์ผู้เชี่ยวชาญได้เตือนในสิ่งเหล่านี้ และเราได้บันทึกฟัตวา(คำชี้แจง)ในเรื่องเหล่านี้หลายครั้ง และระบุว่า การละหมาดรอฆออิบ (ซึ่งมักจะปฏิบัติในคืนวันพฤหัสบดีแรกของเดือนเราะฎิบ) และการฉลองในคืนที่ 27 โดยมีความเชื่อว่าเป็นคืนที่เกิดเหตุการณ์อิสรออ์และมิอรอจ ทุกประเด็นดังกล่าวเป็นบิตอะฮฺและไม่มีหลักฐานยืนยันในศาสนา ส่วนคืนอัลอิสรออ์และมิอรอจที่แท้จริงก็ไม่มีหลักฐานกำหนดวันแห่งเหตุการณ์ ดังกล่าวอย่างแน่นอน และถึงแม้ว่าจะมีข้อมูลระบุถึงวันดังกล่าว ก็ไม่อนุญาตให้ฉลองในคืนนั้น เพราะเป็นสิ่งที่ท่านนบี ﷺ ไม่เคยปฏิบัติ แม้กระทั่งบรรดาคุละฟาอ์รอฮิฎุนผู้ผู้นำสูงสุดในบรรดาสาวกนบีและต่อฮาบะฮฺอื่นๆ ก็ไม่เคยฉลองเช่นเดียวกัน

ก็จริง (ดูน่าจะได้บุญมาก) แต่กลับ เป็นการบริจาคเพื่อการอ้อวด ผลร้ายคือการเพิ่มบาปให้แก่ตัวเอง นี่คือการบริจาคที่ยังอิงอยู่กับพฤติกรรมเก่าๆ พยายามอย่างยิ่งที่จะขัดขวางตนเองในการทวนกลับสู่หนทางเดิม เราต้องรู้วิธีพัฒนาตนเองเสมอ

16) ขอความช่วยเหลือเกื้อหนุนจากผู้ทรงสร้าง ให้ทุกระบวนการณ์ประสบความสำเร็จ ไม่ว่าตอนเริ่มการเดินทาง ระหว่างทางหรือหลังจากที่ได้พยายามแล้ว ทำด้วยความจริงใจ บริสุทธิ์ใจ แน่วแน่ แม้คุณจะให้อ่อนวอนเหมือนเด็กๆ ก็ตาม ในเมื่อคุณมีแรงปรารถนาเช่นนั้นจริงๆ อัลลลอฮฺ ﷻ ผู้ทรงเป็นเจ้าของชีวิตจะช่วยเหลือด้วยความยินดีและตอบสนองความต้องการของเรา แต่ขาดเสียไม่ได้คือการก้าว การรำลึกถึงพระองค์ ยินดีต่อการชวนชวนเข้าใกล้พระองค์อย่างจริงจัง

..และผู้ใดมอบหมายแต่อัลลลอฮฺ พระองค์  
ก็จะทรงเป็นผู้พอเพียงแก่เขา..[อัลกุฎอลาก 3]

ที่มา [www.soundvision.com](http://www.soundvision.com)  
เรียบเรียงโดย : บ้านมุสลิมะฮฺ  
[www.baanmuslimah.com](http://www.baanmuslimah.com)



เรื่องจริงได้อีก กำจัดนิสัยแย่ๆไปให้พ้น ฉันทจะดีกว่านี้ กล้าแกร่ง  
เข้มแข็งเด็ดเดี่ยวเพื่ออัลลอฮ์"



10) **รางวัลแห่งความสำเร็จ** ง่ายก็คือ การให้รางวัลจิตใจให้เกิด  
ความคิดทำดีขึ้นอีก บางทีการตั้งรางวัลที่เป็นทางการและ**ไม่**เป็น  
ทางการ ก็อาจช่วยได้ด้วยการทำให้ผ่อนคลาย ขณะเดียวกันกำหนด  
บทลงโทษต่อผลของการกระทำนิสัยเสียด้วย แต่แน่นอนที่สุด มุสลิมนั้นต้องเชื่อว่าผลรางวัล  
การตอบแทนแท้ที่จริงแล้วมีเพียงอัลลอฮ์ ﷻ ผู้เป็นเจ้าของสวรรค์ที่ทุกคนปรารถนา

11) **ตารางและกำหนดพฤติกรรมไม่ดี** ถ้าคุณมั่นคงที่จะต่อสู้อย่างแน่วแน่ในการกำจัดนิสัย  
**ไม่**พึงปรารถนาออกไป ควรกำหนดเวลาที่ตายตัวลงไป หรืออาจจะหาข้อมูลจากกรณีตัวอย่าง  
ของคนที่มีการกระทำแย่แล้วพยายามแก้ไข ปรับเปลี่ยนในขั้นตอนแรกๆ เขาทำอย่างไร  
ประสบการณ์การเรียนรู้ได้สอนอะไรเขาบ้าง ข้อคิด คำคม แรงบันดาลใจจากคนอื่นๆ จะ  
ส่งผลเป็นกำลังใจแก่หัวใจ ที่สำคัญต้องหลีกเลี่ยงการประจานความผิดพลาดของตนเอง และ  
อาจก่อให้เกิดพิษะฮ์ขึ้นได้โดย**ไม่**รู้ตัว

12) **บอกใครสักคน** **ไม่**ว่าจะจะเป็น พ่อแม่ ภรรยา/สามี ลูกๆ หรือเพื่อน ญาติสนิทใกล้ชิด  
เกี่ยวกับความพยายามของคุณ เพื่อที่คนนั้นจะได้คอยตักเตือนในเส้นทางทางเสมอ สิ่งที่ต้อง  
คำนึงคือ คนนั้นจะต้องให้กำลังใจคุณ **ไม่**บั่นทอนให้คุณเสียใจในการพยายามเป็นคนที่มี  
บุคลิกภาพใหม่ และเตือนเขาถึงการช่วยขออภัยแก่คุณด้วย

13) **กระทำอย่างต่อเนื่องและขยายผล** และทิ้งนิสัยที่**ไม่**ดี พร้อมเรียนรู้นิสัยที่ดี กระทำให้ดี  
ขึ้นอย่างสม่ำเสมอและตั้งใจ อาจจะใช้เวลานานสักหน่อย การตัดชกียะฮ์ การขัดเกลา  
ปรับปรุง ประดับประดา มันอาจจะยากในขั้นตอนแรกๆ ลองนึกถึงตอนลดน้ำหนักดูสิ คุณ  
รู้สึกอย่างไรในผลที่ได้รับใน**ไม่**กี่อาทิตย์ถัดมา

14) **เตือนตัวเองเกี่ยวกับความตายนับจากนี้** การระลึกถึงสภาพลมหายใจสุดท้ายอย่าง  
สม่ำเสมอ นั้นจะดับอารมณ์ความปรารถนาของมนุษย์อันใฝ่ต่ำ (นัฟซู) ได้อย่างน่าทึ่ง

15) **รู้เท่าทันและพัฒนากลยุทธ์** คุณจะแน่ใจได้อย่างไรว่า ตัวเองจะ**ไม่**กลับไปทำพฤติกรรม  
แย่ๆ นั้นอีก คุณพยายามที่จะปรับปรุงตัวอยู่ตลอดเวลาหรือเปล่า? บางคนอาจจะบิรจามาก

ความสำเร็จอย่างยิ่งในศาสนานั้นคือการปฏิบัติตามแนวทางที่อัลลอฮ์ ﷻ ตรัสไว้  
มีความว่า “บรรดาบรรพชนรุ่นแรกในหมู่ผู้อพยพ (ชาวมุฮัจญิรีนจากมักกะฮ์) และในหมู่  
ผู้ให้ความช่วยเหลือ (ชาวอันศอรจากมะดีนะฮ์) และบรรดาผู้ดำเนินตามพวกเขาด้วยการ  
ทำดีนั้น อัลลอฮ์ทรงพอพระทัยในพวกเขา และพวกเขาก็พอใจในพระองค์ด้วย และ  
พระองค์ทรงเตรียมไว้ให้พวกเขาแล้ว ซึ่งบรรดาสวรรค์ที่มีแม่น้ำหลายสายไหลผ่าน  
อยู่เบื้องล่าง พวกเขาจะพำนักอยู่ในนั้นตลอดกาล นั่นคือชัยชนะอันใหญ่หลวง” (อัต  
เตาเบฮ์ 100)

และมีหะดีษข้ออื่นๆจากท่านนบี ﷺ กล่าวไว้ความว่า “**ใครก็ตามที่นำเสนอสั่งใดใน  
กิจการของเรา (ศาสนาของเรา) ซึ่ง**ไม่**มีปรากฏ สิ่งที่ถูกเสนอนั้นต้องถูกปฏิเสธ**” (บันทึกโดย  
บุคอรีและมุสลิม)

และท่านนบี ﷺ เมื่อปราศรัยทุกครั้งจะยืนยันในคำกล่าวซึ่งมีใจความ ความว่า  
“**ถ้อยคำอันประเสริฐคือคัมภีร์ของพระองค์อัลลอฮ์ และทางนำอันประเสริฐคือทางนำของ  
ท่านนบีมุฮัมมัด ﷺ และกิจกรรมอันชั่วร้ายคือกิจกรรมที่เป็นบิตอะฮ์ (อูตริกรรม) และ  
บิตอะฮ์ทุกชนิดเป็นฎอลาะฮ์ (การหลงผิด)**” (บันทึกโดยอิมามมุสลิม)

เพราะฉะนั้น เป็นความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับมุสลิมทั้งปวงที่ต้องปฏิบัติตามซุนนะฮ์  
และยืนยันหยัดในแนวดังกล่าว และตักเตือนซึ่งกันและกันในการอนุรักษ์ซุนนะฮ์ของท่านนบี  
พร้อมกับให้ความระมัดระวังจากบิตอะฮ์ต่างๆ โดยปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ  
ตรัสไว้มีความว่า “และพวกเจ้าจงช่วยเหลือกันในเรื่องที่เป็นคุณธรรมและความยำเกรง”

**"ขอสาบานด้วยกาลเวลา แท้จริงมนุษย์นั้นอยู่ในการขาดทุน นอกจากบรรดาผู้  
ศรัทธาและกระทำความดีทั้งหลาย และตักเตือนกันและกันในสิ่งที่เป็นสัจธรรม และ  
ตักเตือนกันและกันให้มีความอดทน"** (ซูเราะฮ์อัลอัศร 1-3)

และตามคำกล่าวที่ท่านนบี ﷺ กล่าวไว้ว่า “**ศาสนาคือการตักเตือน**” ท่านถูกถามว่า  
“**ตักเตือนให้แก่ใคร โอ้อูซูลของอัลลอฮ์**” ท่านตอบว่า “**ตักเตือนเพื่ออัลลอฮ์ คัมภีร์ของ  
พระองค์ ร่อซูลของพระองค์ และให้บรรดาผู้นำและบรรดามุสลิมินทั่วไป**” (บันทึกโดยอิมาม  
มุสลิม)

สำหรับการประกอบอุมเราะฮ์ในเดือนเราะฎิบก็ไม่มีปัญหา ดังที่มีรายงานจากท่าน अबดุลลอฮ์ อิบน์อุมร์ว่า ท่านนบี ﷺ เคยประกอบอุมเราะฮ์ในเดือนเราะฎิบ (บันทึกโดยบุคอรีและมุสลิม)

และท่านอิมามอิบนีเราะฎิบ ได้ระบุในหนังสือ “อัลละฎออิฟ” ว่าท่านอุมร์และบุตรของท่าน และท่านหญิงอาอิชะฮ์ได้ประกอบอุมเราะฮ์ในเดือนเราะฎิบ และในหนังสือดังกล่าวมีระบุไว้ว่า ท่านมุฮัมมัด อิบน์ซุรัยน รายงานจากบรรดาสะลัฟว่า เขาก็กระทำเช่นนั้น วัลลอฮุอะลียตุเตอาฟีก (พิตวานีตีพิมพ์ในวารสารอัลอะอะฮ์ ฉบับ 1566 เดือนญุมาดอัลอุคอรอ ฮ.ศ.1417)

**\*เดือนต้องห้าม - อัลอัซฮุรุลหุรัม\*** ท่านนบีมุฮัมมัด ﷺ ได้อธิบายว่า 4 เดือนที่ต้องห้ามนั้นคือ เดือนซุลกะฮะดะฮ์ ซุลฮิจญะฮ์ มุฮัรรัม และเราะฎิบมุฎ็อร โดยสามเดือนแรกเป็นสามเดือนต่อเนื่องกัน แต่เดือนเราะฎิบที่ถูกแยกมาเป็นเดือนที่ต้องห้ามระหว่างเดือนญุมาดอัลอุครอกับเดือนชะอบาน เพราะในประวัติศาสตร์ของอาหรับก่อนยุคอิสลาม ชาวเผ่ารอบิอะตุบุนนิซาร์ได้เรียกเดือนรอมฎอนว่าเดือนเราะฎิบ และถือเป็นเดือนต้องห้ามแทนเดือนเราะฎิบของเผ่ามุฎ็อร ซึ่งเดือนเราะฎิบของมุฎ็อรเป็นการกำหนดที่ถูกต้องตามศาสนบัญญัติ จึงทำให้ท่านนบี ﷺ เน้นในการกำหนดเดือนต้องห้ามว่าเป็นเดือนเราะฎิบของมุฎ็อร

## ขุมนะฮ์ในเดือนชะอบาน

**1. การถือศีลอดในเดือนชะอบาน** เป็นสิ่งที่ท่านนบี ﷺ ปฏิบัติและสนับสนุน โดยมีรายงานจากท่านหญิงอาอิชะฮ์กล่าวไว้ว่า “ท่านนบีﷺ จะถือศีลอดจนกระทั่งเรานึกว่าท่านจะไม่เว้น และท่านอาจจะงดการถือศีลอดจนกระทั่งเรานึกว่าท่านจะไม่ถือศีลอด และฉันไม่เคยเห็นท่านบิถือศีลอดครบเดือนหนึ่งเดือนใดเว้นแต่เดือนรอมฎอน และไม่เคยเห็นท่านถือศีลอดมากมายเหมือนที่ท่านถือศีลอดในเดือนชะอบาน” (บันทึกโดยบุคอรีและมุสลิม)

และมีรายงานจากท่านอุซามะฮ์ อิบน์ซัยด์ กล่าวว่า “ฉันได้พบกับท่านนบีว่า โอ้อัลลอฮ์ของอัลลอฮ์ ฉันไม่เคยเห็นท่านขยับถือศีลอดในเดือนหนึ่งเดือนใดเหมือนที่ท่านถือศีลอดในเดือนชะอบาน (หมายถึงถือศีลอดขุมนะฮ์)” ท่านนบีจึงตอบว่า “นั่น (เดือนชะอบาน) เป็นเดือนที่มนุษย์มักจะทำผิดระหว่างเดือนเราะฎิบและเดือนรอมฎอน และเป็นเดือนที่

ทรงอภัยโทษให้แก่พวกเขา แท้จริงอัลลอฮ์นั้นเป็นผู้ทรงอภัยโทษ ผู้ทรงเอ็นดูเมตตาเสมอ” (อัลมาอิดะฮ์ : 39)

5) ตั้งใจและวางแผนเพื่อเปลี่ยน “ถ้าคุณล้มเลิกที่จะเปลี่ยนเท่ากับคุณล้มเหลว” คุณค่าของมันคือการทำอย่างจริงจังแม้จะไต่ระดับทีละเล็กทีละน้อย อาจจะช้ากว่าที่คุณคิด การพัฒนาคือผลลัพธ์ของการเปลี่ยน

6) เปลี่ยนความเคยชินแย่ๆ ด้วยสิ่งใหม่ ความสำเร็จในการกำจัดนิสัยแย่ๆ นั้น ทำทนายยิ่งด้วยการแทนที่ของไร้สาระด้วยของที่ดียิ่งกว่า การที่เริ่มต้นวันนี้คือการก้าวสู่ความจริงของชีวิตอาคิเราะฮ์ บางอย่างซึ่งยังไม่เคยชิน ก็ใช้วิธีแทนที่ด้วยการออกกำลังกาย หรือการศึกษาเรื่องศาสนา แทนที่คุณจะกำจัดโทษที่หนีไปจากชีวิตของคุณเลยซึ่งในตอนนั้นมักยากเย็นแสน มีคำกล่าวที่ว่า ท่านนบีมุฮัมมัด ﷺ คือนักจิตวิทยาผู้ยิ่งใหญ่ และตระหนักในคำกล่าวที่ว่า “จงอย่าเกรงอัลลอฮ์ในทุกๆ สถานที่” ยามที่คุณจะยกมือทบทวนเพื่อชมรายการไร้สาระหรือประเภททำให้เราฟุ้งซ่าน จงระลึกว่า “อัลลอฮ์ทรงมองเห็นเราอยู่เสมอและเราต้องอย่าเกรงพระองค์” ใช้วิธี ลด ละ เลิก จากสิ่งไร้สาระก็เลือกดูข่าว สารคดี เป็นต้น

7) เปลี่ยนสิ่งแวดล้อม เราสามารถสยบแรงกดดัน ด้วยการหาเพื่อนใหม่ที่เป็นคนดีมีคุณธรรม (คอลีห) เพื่อนที่เป็นส่วนร่วมในการเปลี่ยนแปลงนี้มีอิทธิพลสูงจนแทบไม่น่าเชื่อ “อุปมาเพื่อนที่ดีและเพื่อนที่เลวเสมือนคนขายน้ำหอมและถ่าน คนขายน้ำหอมอาจจะให้น้ำหอมเป็นของขวัญ คุณอาจจะซื้อบางอย่างจากเขา หรืออย่างน้อยที่สุดคุณจะได้กลิ่นหอมติดตัวมา เช่นเดียวกับคนขายถ่าน เขาอาจจะทำเสื้อผ้าคุณเลอะเทอะหรืออย่างน้อยที่สุดคุณอาจจะได้กลิ่นไม่ดีจาก เขา” (บุคอรีและมุสลิม)

8) ออกกำลังกายและจิต โดยปกติพฤติกรรมออกกำลังกายนั้น เป้าหมายคือการเผาผลาญพลังงานในร่างกายและควบคุมน้ำหนัก แต่คุณอาจไม่ได้ตระหนักว่า คนที่สูบบุหรี่จำนวนหนึ่งกลายมาเป็นนักวิ่งแข่งขัน และมีอีก 80% ยอมแพ้ให้กับบุหรี่ นอกจากนี้ การออกกำลังกายยังช่วยให้เราสามารถควบคุมอารมณ์ที่มีต่อสิ่งชั่วร้ายรอบข้างได้

9) คิดถึงภาพเมื่อคุณเปลี่ยนเป็นคนใหม่ หากจินตนาการความคิดในเชิงบวกเกี่ยวกับตัวคุณ อาจจะสร้างความประหลาดใจไม่น้อย บอกกับตัวเอง “ฉันไม่สามารถทนกับพฤติกรรมป่วย

ชาอัลลอฮฺ การนอนเพียงน้อยนิด ชั่วโงงที่หิวกระหายแม้จะยาวนาน การลดทอนในการบริโภคอาหารขยะ ละปริมาณการใช้เทคโนโลยี ถอดถอนการเสพติดคาเฟอีน การยืนสงบนิ่งนานๆ ในการละหมาดกลางคืนตะรอวิหฺ การแน่วแน่ในการอ่านและสวดฟังอัลกุรอาน แน่นอนมันคือการเปลี่ยนแปลงที่แท้จริง

มากกว่าความศรัทธา รอมฎอนนั้นเป็นเหตุผลในการเปลี่ยนแปลงจากภายใน มันจะนำสู่การเปลี่ยนวิถีการดำเนินชีวิต บุคลิกภาพ ทัศนคติ วิธีการสนทนา และพฤติกรรมจริยธรรม จรรยา มารยาทที่ไม่เหมาะสมกับการดำรงชีวิตของผู้ศรัทธา อัลลอฮฺ ﷻ ได้กล่าวว่า "บรรดาผู้ศรัทธาทั้งหลาย! การถือศีลอดนั้นได้ถูกกำหนดแก่พวกเจ้าแล้ว เช่นเดียวกับที่ได้ถูกกำหนดแก่บรรดาผู้ก่อนหน้าพวกเจ้ามาแล้วเพื่อว่าพวก เจ้าจะได้ยำเกรง" (อัลบะเกาะเราะฮฺ 183)

เคล็ดลับที่จะเป็นบันไดก้าวสู่การเปลี่ยนแปลงที่จริงจังยั่งยืนเพื่อการเปลี่ยนแปลงในทางบวก

- 1) **รู้จักและเจาะจง** ก่อนอื่นต้องยอมรับในพฤติกรรมไม่ดี นิสัยแย่ๆ ที่ต้องการจะกล่าวอำลา คุณต้องค้นหาให้เจอ ชื่อสัตย์ต่อตนเอง ยอมรับฟังความคิดเห็น คำแนะนำของคนรอบตัว หากไม่แล้ว คุณก็คงไม่อยู่ในสภาพที่ต้องการเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงไปเพื่ออะไร
- 2) **จับให้มั่นและตั้งเป้า** เมื่อรู้แล้วว่าพฤติกรรมอะไรที่ไม่ดีบ้าง ถึงคราวที่คุณต้องจับมันให้อยู่หมัดและกำจัดออกไปถาวรที่สุด โดยกำหนดเวลาตายตัวไว้เลยว่าพฤติกรรมอะไรที่ต้องการแก้ไขโดยเร่งด่วน หากมีมากกว่าหนึ่ง ก็เรียงลำดับลงมา ทั้งนี้ผลลัพธ์ที่ได้อยู่ที่ความตั้งใจจริงลงมือทำของคุณและอัลลอฮฺเท่านั้น
- 3) **ตระหนักว่าทุกอย่างเปลี่ยนแปลงได้** เลิกเสียทีกับคำพูดที่ว่า "ฉันไม่สามารถแก้ไขอะไรได้หรอก มันยากเหลือเกิน ฉันเป็นแบบนี้มานานแล้ว" นั่นเท่ากับว่าคุณผลักพฤติกรรมดีๆ ที่อยากเปลี่ยนให้ดีขึ้นให้ไกลตัวออกไป โอกาสแห่งการเป็นคนใหม่จะไกลคุณออกไปทุกที จำไว้ว่า "ไม่มีใครสามารถแก้ไขความประพฤติกรรมของคุณได้ หากคุณไม่ต้องการ"
- 4) **ระลึกเสมอ** อัลลอฮฺรักคนที่ยอมรับในข้อผิดพลาดของตนและเตาบัต "แล้วผู้ใดสำนึกผิด กลับเนื้อกลับตัวหลังจากการอธรรมของเขา และแก้ไขปรับปรุงแล้ว แท้จริงอัลลอฮฺจะ

บรรดาการกระทำจะถูกยกและถูกเสนอต่อองค์พระผู้อภิบาลแห่งสากลโลก และฉันชอบให้ การกระทำของฉันถูกยกและถูกเสนอขณะที่ฉันถือศีลอด" (บันทึกโดยอิมามนะซาอีย์และอิมามอบีดาวูด; ดู "ค่อฮียัตตุรรมิวัตตุรฮีย" )

ท่านอิมามอิบนุเราะฎีบกล่าวว่า การถือศีลอดในเดือนชะอฺบานมีความประเสริฐยิ่งกว่าการถือศีลอดในเดือนต้องห้าม (อัลฮัจญ์ฮุรัม) และการถือศีลอดซุนนะฮฺที่ดีที่สุดคือการถือศีลอดในบรรดาวันใกล้ซิด (ก่อนหรือหลัง) เดือนรอมฎอน ซึ่งมีตำแหน่งเสมือนการละหมาดซุนนะฮฺก่อนและหลังละหมาดฟัรฎู เพื่อเป็นการปรับปรุงข้อบกพร่องที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติฟัรฎู นับเป็นการละหมาดซุนนะฮฺที่ประเสริฐยิ่งในบรรดาการละหมาดซุนนะฮฺทั่วไป เช่นเดียวกัน การถือศีลอดซุนนะฮฺก่อนหรือหลังเดือนรอมฎอน ก็จะเป็นการถือศีลอดซุนนะฮฺอันประเสริฐยิ่งกว่าการถือศีลอดซุนนะฮฺทั่วไป

และในหะดีษที่พูดถึงการเพิกเฉยเดือนชะอฺบาน มีบทเรียนให้เราขยันทำอิบาดะฮฺในช่วงเวลาหรือสถานที่ที่มนุษย์มักจะมีอาการระลึกลงถึงอัลลอฮฺ ﷻ อาทิเช่น การละหมาดหรือทำอิบาดะฮฺระหว่างมัฆริบและอิซาอ เป็นการทำอิบาดะฮฺที่มีความประเสริฐ และบรรดาอัสสละฟุศศอลิหฺจะชอบทำอิบาดะฮฺในช่วงเวลานี้ โดยมีเหตุผลว่าเป็นเวลาที่คนมักจะมีเพิกเฉยในการทำอิบาดะฮฺ และการซิกรุลลอฮฺในสถานที่ทำการค้า (ตลาด) มีความประเสริฐมากเพราะเป็นสถานที่ที่มนุษย์มักจะมีซิกรุลลอฮฺ

**2. การอ่านอัลกุรอาน** ท่านสะละมะฮฺ อิบนุญัยลฺ กล่าวว่า เขา (ชาวสะลัฟ) จะเรียกเดือนชะอฺบานว่า "เดือนแห่งนักอ่านอัลกุรอาน" ท่านอัมรฺ อิบนุก็อยสฺ เมื่อถึงเดือนชะอฺบาน จะเลิกทำการค้า และจะขยันอ่านกุรอาน และท่านอบูบักรฺ อัลบัลศิยฺ กล่าวว่า เดือนเราะฎีบเป็นเดือนแห่งการปลูก เดือนชะอฺบานเป็นเดือนแห่งการรดน้ำ และเดือนรอมฎอนเป็นเดือนแห่งการเก็บเกี่ยว

ความประเสริฐของการอ่านอัลกุรอานในเดือนชะอฺบานนั้นเหมือนการถือศีลอด คือเพื่อให้มุอฺมินได้ฝึกฝนและขัดเกลาตนเองให้มีความอยากและความเคยชินในการปฏิบัติมิฉะนั้น มุอฺมินจะเข้าสู่เดือนรอมฎอนโดยมีสนิมเกาะอยู่กับอีมานและความปรารถนา จึงต้องขยันขัดเกลา เพื่อขจัดสนิมที่เกาะในหัวใจให้หมดเกลี้ยง เป็นหัวใจที่มีความตั้งใจทำอิบาดะฮฺในเดือนรอมฎอน



จริงใจ น่าสังเกตว่าแม้เดือนรอมฎอนนี้ ชัยฎอนตัวใหญ่ถูกล่ามโซ่ แต่หากได้กระทำบาปใดๆ  
อย่าได้โทษมารร้ายชัยฎอน แต่จงโทษตัวพี่น้องเอง และรำลึกว่า “ความศรัทธา (อิหม่าน)”  
“ความยำเกรง (ตักวา)” นั้นที่จะต้องเพิ่มพูนมากขึ้นด้วยความตั้งใจและเจตนาอันบริสุทธิ์  
เท่านั้นที่จะบรรลุเป้าหมาย

3) มองไปยังมุสลิมอีกหลายล้านๆ คนทั่วโลกที่พยายามอย่างสมบูรณ์ที่สุดตามแบบ  
ฉบับจากท่านนบีมุฮัมมัด ﷺ เพื่อใกล้ชิดผู้ทรงกรุณาปราณียิ่ง แล้วพี่น้องไม่ยอมยกมือใกล้ชิด  
กับอัลลอฮฺหรือ? อยากที่จะถือศีลอดอย่างสมบูรณ์ที่สุดเหมือนพี่น้องของเราไหม? เอา  
เลย...พิสูจน์เลย

4) มุสลิมะฮฺที่อยู่ในช่วงมีรอบเดือน แน่แน่นอนไม่สามารถละหมาดและถือศีลอดได้ แต่  
นั้นมิได้หมายความว่าในวันหยุดพักผ่อนจากการรำลึถึงอัลลอฮฺ ﷻ มุสลิมะฮฺสามารถตัก  
ดวงผลบุญได้ตลอดระยะเวลาที่มีรอบเดือนนั้น เช่น บริจาค, อ่านความหมายอัลกุรอาน ฟัง  
เทปหรือ mp3 อัลกุรอาน, การซิกรุลลอฮฺ,, ศึกษาเรื่องศาสนาเพิ่มเติม ชักชวนกันปฏิบัติ  
ความดี ช่วยเหลือพี่น้องที่เดือดร้อน ฯลฯ

5) แม้มุสลิมเราจะขยันทำอิบาดะฮฺในรอมฎอนอย่างสุดความสามารถ แต่นั้นไม่ได้  
หมายรวมถึงการต้องหยุดทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ทั้งการเรียนหรือทำงาน เพียงแต่ต้อง  
จัดสรรเวลาให้สมดุลกัน เช่น สอบในช่วงรอมฎอนก็ต้องแบ่งเวลาในการอ่านหนังสือและทำ  
อามัล หรืองานอื่นๆ บางครั้งภารกิจในดุนยาอาจลดประสิทธิภาพลงไปบ้างก็อย่าได้เป็นกังวล  
ใดเลย มั่นรังแต่จะจุดพี่น้องให้ต่ำลงและไกลยิ่งในการพบอัลลอฮฺ ﷻ เพราะเรามีเจตนาเพื่อ  
สวนสวรรค์ในโลกอาคิเราะฮฺมิใช่หรือ???

ดังนั้นขอให้เราทุกคนหยุดชั่วขณะหนึ่ง เพื่อพิจารณาและสอบสวนตัวเอง หลังจากได้  
ปฏิบัติศาสนกิจหลากหลายมาแล้วในเดือนรอมฎอน และขอให้เราทบทวนตั้งคำถามบางข้อ  
และตอบด้วยความระมัดระวังและเป็นธรรมว่า

**อัลลอฮฺตะอาลาจะทรงรับการถือศีลอด การยืนละหมาด และการงานอามัลอิบา  
ดะฮฺอื่นๆ ของเราหรือไม่?**

**เมื่อเดือนรอมฎอนได้จากเราไปแล้ว การถือศีลอด การยืนละหมาดเป็นญะมาอะฮฺ  
การละหมาดตะรอวิหฺ และการอ่านอัลกุรอานของเราจะยุติลงด้วยหรือไม่?**

สำหรับค่านิกกลางเดือนชะอฺบานที่เรียกกันว่า นิสฟูชะอฺบาน นั้นไม่มีอิบาดะฮฺพิเศษ  
ที่ควรปฏิบัติโดยเฉพาะ มีเพียงอิบาดะฮฺที่เราเคยกระทำทุกคืน และไม่มีดุอาเฉพาะค่านิก  
นี้ ดังที่ปรากฏกับบางกลุ่ม

การถือศีลอดในเดือนชะอฺบานนั้นไม่มีข้อห้าม นอกจากในสองวันสุดท้ายของเดือน  
ชะอฺบาน ซึ่งท่านนบี ﷺ ห้ามไว้ เพื่อจำแนกระหว่างเดือนชะอฺบานกับเดือนรอมฎอน ยก  
เว้นผู้ที่ถือศีลอดชุนนะฮฺเป็นประจำ เช่น การถือศีลอดทุกวันจันทร์หรือพฤหัสบดีแล้วไปตรงกับ  
สองวันนี้ จึงจะอนุญาตให้ถือศีลอดเหมือนปกติ ซึ่งในบันทึกของอบูดาอูดและอันนะซาอีย์ มี  
รายงานจากท่านสุชัยบะฮฺ จากท่านนบี ﷺ กล่าวว่า

“พวกท่านอย่าถือศีลอดล่วงหน้าเดือนรอมฎอน (ก่อนเข้าเดือนรอมฎอน) หนึ่งวัน  
หรือสองวัน เว้นแต่จะตรงกับ การถือศีลอดที่พวกท่านถือไว้อยู่แล้ว (คือปฏิบัติเป็นประจำ)”

จากข้อมูลข้างต้น พี่น้องผู้ศรัทธาจึงต้องตระหนักในความประเสริฐของเดือนชะอ  
บาน อันเป็นพื้นฐานแห่งการปฏิบัติอิบาดะฮฺอย่างมั่นคงเพราะการขาดความรู้ในความ  
ประเสริฐของการทำอิบาดะฮฺ จะส่งผลให้ผู้ศรัทธาไม่กระตือรือร้นในการปฏิบัติอิบาดะฮฺ จึง  
ต้องแสวงหาสิ่งที่จะปลุกจิตศรัทธา และความปรารถนาในการสะสมผลบุญ โดยเฉพาะในฤดู  
การทำอิบาดะฮฺ เช่น เดือนชะอฺบานและเดือนรอมฎอน จึงขอฝากไว้กับพี่น้องผู้อ่านให้เป็น  
บทเรียน ที่ควรจะไปเผยแพร่แก่กับคนใกล้ชิดและพี่น้องผู้ศรัทธาทั่วไป

ขออัลลอฮฺทรงประทานเตาฟีก การช่วยเหลือ เพื่อยืนหยัดในการทำอิบาดะฮฺอย่าง  
บริสุทธิ์ใจและสม่ำเสมอ และขอให้พี่น้องทุกท่านมีชีวิตยืนยาว ด้วยสุขภาพพลานามัยที่  
สมบูรณ์ อันเป็นเสบียงแห่งการทำอิบาดะฮฺอย่างเคร่งครัดเกิด

ที่มา : บทความโดยเชคริฎอ อะหมัด สมะดี

## มากกว่าอดอาหาร...

เดือนรอมฎอนอันประเสริฐนี้มาyingพวกท่านแล้วและเป็นโอกาสตักดวงผลบุญความดี  
โอกาสที่พี่น้องจะแสดงความยำเกรง (ตักวา) ความรักต่ออัลลอฮฺ ﷻ และท่านนบีมุฮัมมัด  
ﷺ อย่างเต็มที่ “เดือนรอมฎอนนั้นเป็นเดือนที่อัลกุรอานได้ถูกประทานลงมาให้ฐานะเป็น

ข้อแนะนำสำหรับมนุษย์ และเป็นหลักฐานอันชัดเจนเกี่ยวกับข้อแนะนำนั้น และเกี่ยวกับสิ่งที่จำแนกระหว่างความจริงกับความเท็จ” [ซูเราะฮ์อัลบะเกาะเราะฮ์ : 185]

โอกาสอันยิ่งใหญ่และมีเกียรติสูงกำลังเยื้องกรายเข้ามา ด้วยพระเมตตาแห่งอัลลอฮ์ ﷻ ที่เปิดโอกาสให้เหล่าผู้ศรัทธาทั้งชายหญิงได้เข้าใกล้พระองค์ เพื่อขัดเกลาและตรวจสอบตนเองสู่หนทางที่ถูกต้อง ออกห่างจากบาปทั้งปวง ตลอดจนตัดดวงผลบุญบนตราชูแห่งวันตอบแทน สัญญาหนึ่งของเอกภาพแห่งอัลลอฮ์ ﷻ

พี่น้องผู้ศรัทธาที่รักทั้งหลาย... เพียงใช้เวลาไม่กี่นาทีนี้ มันอาจจะช่วยให้เข้าใจเป้าหมายและเตรียมวางแผนรอมฎอนนี้ เราแบ่งบุคคลที่ถือศีลอดเป็น 3 แบบ ตามตัวเองดูสิ แบบไหนที่คุณอยากเป็น?

ประเภทที่ 1 การถือศีลอดประเภทนี้ คือ การงดกิน งดเครื่องดื่ม งดการร่วมประเวณี แต่แม้กระทั่งเพียงแค่นั้น คนที่ถือศีลอดประเภทนี้มีได้งตจากการโกหก การนินทาใส่ร้าย การคดโกง การพูดจาหยาบคาย การพูดเท็จ และยังกระทำในสิ่งที่ไร้สาระอื่นๆ พวกเขาไม่ได้ใส่ใจเลยกับรางวัล ความโปรดปรานที่อัลลอฮ์ ﷻ จะประทานให้ เช่น การให้อภัยโทษ การสะสมผลบุญ เป็นต้น “ผู้ใดไม่ละเว้นการพูดเท็จและการกระทำที่เป็นเท็จ อัลลอฮ์ก็ไม่ทรงประสงค์การรอดอาหารและเครื่องดื่มของเขา” (อัลบุคอรี)

ประเภทที่ 2 การถือศีลอดนี้พิเศษตรงที่มีการงดดื่ม กิน งดการร่วมประเวณีช่วงกลางวัน และจากพฤติกรรมที่ไม่ดีทั้งหลาย เช่น การโกหก หลอกลวง การคดโกง การพูดจาหยาบคาย การพูดเท็จ รวมถึงกระทำในสิ่งที่ไร้สาระ เขาทำเพราะมันเป็นเพียงหน้าที่ของมุสลิมที่อัลลอฮ์ ﷻ ทรงบัญญัติ แต่คนจำพวกนี้จะคิดเพียงว่าแล้วแต่อัลลอฮ์ ﷻ ทรงประสงค์รางวัลแก่พวกเขา เขามีได้หวังความโปรดปรานจากอัลลอฮ์ ﷻ อย่างบริสุทธิ์ใจ “บางที่ผู้ถือศีลคนนั้น ส่วนได้ของเขาจากการถือศีลอดของเขาก็คือ การหิวและการกระหายเท่านั้น (อิบนุมาญะฮ์และอะหมัด)

ประเภทที่ 3 การถือศีลอดประเภทนี้พิเศษกว่าสองประเภทแรก คือการงดกิน งดดื่ม งดการร่วมประเวณี ตลอดจนงดพฤติกรรมไม่ดีทั้งหลาย และที่สำคัญหัวใจของพวกเขาที่จะออกห่างจากความรู้สึกนึกคิดที่ไม่ดี นั้นมีได้แค่เพียงงดกระทำบาปจากอวัยวะภายนอกแล้ว แต่

รวมทั้งจิตใจที่สะอาดใจไม่ตี พวกเขาถืออกห่างและมุ่งขยันทำอิบาดะฮ์อย่างมากมายด้วยความหวังความโปรดปรานจากผู้ทรงสร้าง นั้นแสดงถึงความสมบูรณ์ของการถือศีลอด กลุ่มนี้จะเป็นคนที่ได้รับผลบุญการตอบแทนจากอัลลอฮ์ ﷻ มากกว่าสองประเภทแรก “และผู้ใดถือศีลอดในเดือนรอมฎอน ด้วยเปี่ยมศรัทธาและหวังในผลบุญ เขาจะได้รับการอภัยโทษจากความผิด (บาป) ที่ผ่านมา” (อัลบุคอรีและมุสลิม)

แบบไหนที่คุณอยากเป็น? ท่านบิฮัมมัด ﷺ ได้กล่าวไว้ว่า “ความพินาตจงประสบแก่ชายคนหนึ่ง เมื่อเดือนรอมฎอนได้มาหาเขา แล้วมันได้ผ่านพ้นไปก่อนที่เขาจะได้รับการอภัยโทษ (คืออยู่ในสภาพที่ขาดทุน)” (อะหมัด ติริมิซีย อิบนุฮิบบาน) พวกเราต้องรำลึกถึงข้อนี้ และต้องตรวจสอบตนเองรวมถึงพี่น้องของเราด้วย เป็นธรรมดาที่มนุษย์เราจะกระทำผิดได้ แต่อย่างไร ตลอดทั้งเดือนรอมฎอนอันมีเกียรตินี้จะต้องให้เกิดข้อบกพร่องน้อยที่สุด และขอต้ออวิงวอนจากอัลลอฮ์ ﷻ ให้เรามีความอิดลาสและบรรลุลี้กแก่แห่งการถือศีลอดอย่างสมบูรณ์

มีหะดีษที่อัลลอฮ์ได้สัญญาไว้ พระองค์ได้ตรัสไว้ สำหรับผู้ที่ถือศีลอดโดยสมบูรณ์ นั่นคือ “แท้จริง.. ประตุสววรรค์ อรรอยยาน ถูกเปิดเฉพาะแก่ผู้ถือศีลอด ประตุนั้นคนอื่น ๆ ไม่สามารถเข้าได้นอกจากผู้ถือศีลอดเท่านั้น เมื่อพวกเขาเข้าไปประตูจะถูกปิด”

### ส่วนที่สองนี้เป็นเคล็ดลับเล็กน้อย

1) หยิบกระดาช ปากกาขึ้นมา และนั่งเพียงลำพัง ไตร่ตรองอย่างซื่อสัตย์ เขียนสิ่งที่ผิดพลาดในรอมฎอนที่ผ่านมา และอะไรคือสาเหตุของการบั่นทอนคุณภาพในการถือศีลอด และเป้าหมายที่อยากจะทำในรอมฎอนนี้มีอะไรบ้าง เช่น สวมหิญาบ ละหมาดให้ครบ อ่านอัลกุรอานและเข้าใจความหมาย รักในการทำอิบาดะฮ์ รำลึกถึงอัลลอฮ์ให้มาก เรียนรู้ที่จะรักอัลลอฮ์ ﷻ อย่างจริงจังใจมิใช่แค่ลมปาก (การทำตามคำสั่งใช้ทุกกรณีปราศจากข้ออ้างใดๆ) และหยุดการกระทำที่นำสู่สิ่งที่เป็นบาปทั้งปวง ฯลฯ

จำได้ไหม!! รอมฎอนนั้นประตุสววรรค์ถูกเปิด และประตุนรกถูกปิด บรรดาชัยภูอนตัวใหญ่ถูกล่ามโซ่ ดังนั้น หากเราไม่ถือโอกาสเดือนรอมฎอนแห่งศักดิ์สิทธิ์นี้ตัดดวงผลบุญแห่งความดี แล้วเราเริ่มปฏิวัติตนเองเมื่อใดหรือ เมื่อความตายมาจ่อที่ต้นคอ

2) จากข้อ 1 หาวิธีการแก้ไขในสิ่งที่ผิดพลาดพร้อมต้อออย่างแรงกล้าด้วยความ