முக்கிய வார்த்தைகள்:
*உணர்ச்சிகள்*
*உணர்வுகள்*
*நலமான வாழ்க்கை*

**இஸ்லாமிய சமய மன்றம் (சிங்கப்பூர்)**
**வெள்ளிக்கிழமைப் பிரசங்கம்**
**09 அக்டோபர் 2026 / 27 ரபீவுல் ஆகிர் ஹிஜ்ரி 1448**

# <u>இஸ்லாமும் தனிப்பட்ட நல்வாழ்வும்</u>

ٱلْحَمْدُ لِلَّهِ ٱلَّذِي هَدَانَا لِهَٰذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنْ هَدَانَا ٱللَّهُ. أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَٰهَ إِلَّا ٱللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ سَيِّدَنَا مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ. ٱللَّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ، وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ. أَمَّا بَعْدُ، فَيَا عِبَادَ ٱللَّهِ، ٱتَّقُوا ٱللَّهَ. قَالَ تَعَالَى فِي التَّنْزِيل: يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱتَّقُوا۟ ٱللَّهَ حَقَّ تُقَاتِهِۦ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنتُم مُّسْلِمُونَ.

**ஜும்ரதல் முஃமினீன் ரஹிமகுமுல்லாஹ் [ஓரிறை நம்பிக்கை யாளர்களின் சமுதாயமே அல்லாஹ் உங்களுக்கு அருள் புரிவானாக!]** அல்லாஹ் சுப்ஹானஹு வதஆலாவின் கட்டளைகளுக்கு அடிபணிந்து நடப்பதன் மூலமாகவும், அல்லாஹ் தடுத்துள்ள விஷயங்களிலிருந்து விலகி இருப்பதன் மூலமாகவும் அல்லாஹ்வின் மீது "தக்வா" [பக்தியை] ஏற்படுத்திக் கொள்வோமாக! இம்மையிலும் மறுமையிலும் அவனது வெற்றி பெற்ற நல்லடியார்களில் ஒருவராக நாமும் ஆகுவோமாக! ஆமீன். யாரப்பல் ஆலமீன்.

**வெள்ளிக்கிழமையில் ஒன்று கூடியுள்ள அன்பிற்குரிய ஜமாஅத்தார்களே!** அரபுப் பழமொழி ஒன்று உண்டு: அதாவது, *"எவரிடம் எதுவுமில்லையோ அவர் மற்றவர்களுக்கு எதையும் கொடுக்க முடியாது; காய்ந்து, காலியாக உள்ள ஒரு பாத்திரத்தால் மற்றொரு பாத்திரத்தில் தண்ணீர் ஊற்ற முடியாது"*

**அன்பிற்குரிய ஜமாஅத்தார்களே!**

நமது இதயங்களுக்கும் இப்பழமொழி பொருந்தும். நம்முடைய ஆன்மாக்கள் வறண்டு போயிருந்தால், நம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்களுக்கு சமாதானத்தையும் சாந்தியையும் உண்மையான அன்பையும் நம்மால் எப்படி வழங்க முடியும்? வாழ்க்கையின் வேகமான ஓட்டமானது, எப்போதும் நாம் ஆற்றல் நிறைந்தவர்களாகக் காணப்பட வேண்டும் என்று நம்மிடம் அடிக்கடி கேட்டுக் கொள்கிறது என்பது யதார்த்த நிலையாகும். சில சமயங்களில், வாழ்க்கையின் இந்த வேகமான ஓட்டமானது, நமக்கு ஏற்படும் உணர்ச்சி ரீதியிலான சோர்வையும், **மன உளைச்சலையும்** ஒதுக்கி வைக்கவோ அல்லது புறக்கணிக்கவோ நம்மை நிர்ப்பந்திக்கக் கூடும். இது ஆரோக்கியமான விஷயமல்ல.

**அன்பும் அருளுமிக்க ஜமாஅத்தார்களே!**

சோர்வு மற்றும் சோகம் போன்ற **உணர்ச்சிகள்**, நமது ஈமான் [ஓரிறை நம்பிக்கை] பலவீனமானது என்பதற்கான அறிகுறிகள் அல்ல. இறைத்தூதர் முஹம்மது[ஸல்] அவர்கள், தனது சொந்த மக்களால் கண்டிக்கப்பட்டு, நிந்தனை செய்யப்பட்ட போது அடைந்த துன்பங்கள் முதல், ஃபிர்அவ்னின் சூனியக்காரர்களை எதிர்கொண்ட போது, இறைத்தூதர் மூஸா [அலை] அவர்கள் உணர்ந்த அச்சம் வரை, இறைத்தூதர்கள், **உணர்ச்சி** ரீதியிலான ஏற்றத் தாழ்வுகளை எவ்வாறு அனுபவித்தார்கள் என்பதைத் திருக்குர்அன் பதிவு செய்து தெரிவிக்கின்றது. திருக்குர்ஆனின் ”தாஹா” எனும் அத்தியாயத்தின் பின்வரும் 67-68 வரையிலான வசனங்களில் அல்லாஹ் சுப்ஹானஹு வதஆலா கூறும்  வார்த்தைகளில் நாம் கவனம் செலுத்த வேண்டும்:

فَأَوْجَسَ فِى نَفْسِهِۦ خِيفَةً مُّوسَىٰ ﴿٦٧﴾ قُلْنَا لَا تَخَفْ إِنَّكَ
أَنتَ ٱلْأَعْلَىٰ ﴿٦٨﴾

பொருள்: *"அப்போது மூஸா தம் மனதில் அச்சம் கொண்டார்; [மூஸாவே!] நீர் பயப்படாதீர்! நிச்சயமாக நீர் தான் மேலோங்கி நிற்பீர் என்று நாம் கூறினோம்"*

அன்பிற்குரிய சகோதரர்களே! சிந்தித்துப் பாருங்கள்! இறைத்தூதர் மூஸா [அலை] அவர்கள் அச்சத்தை அனுபவித்த போது, அதனை ஏற்றுக் கொண்டு, அடுத்த வசனத்தில் அவர்களுக்கு அல்லாஹ் சுப்ஹானஹு வதஆலா ஆறுதல் அளித்துள்ளான். எனவே நமது ஆன்மாக்கள் வற்றி, வறண்டு போகும் அளவுக்கு நமது **உணர்வுகளை** நாம் தொடர்ந்து அடக்கவோ மறுக்கவோ கூடாது. இந்த **உணர்ச்சியின்** ஏற்ற, இறக்கங்கள் நமது மனித இயல்பின் ஒரு பகுதியாகும். இதனை அல்லாஹ் சுப்ஹானஹு வதஆலா, தானே ஏற்றுக் கொள்கிறான்.

**எனது அன்பிற்குரிய சகோதரர்களே!**

இஸ்லாம், நமது **தனிப்பட்ட நலனைக்** கவனித்துக் கொள்வதற்கு முக்கியத்துவம் அளிக்கிறது. அவ்வாறு செய்வது சுயநலச் செயலாகக் கருதப்படமாட்டாது. மாறாக, அது நாம் ஒருவரையொருவர் தொடர்ந்து கவனித்துக் கொள்வதற்கான அடித்தளத்தை வழங்குகிறது. எனவே, நமது **சொந்த நலனையும்** நம்மைச் சுற்றியுள்ளவர்களின் நலனையும் பேணுவதற்கான இரண்டு வழிமுறைகளை இந்த "குத்பா" பிரசங்கம் உங்களிடம் முன்வைக்க விரும்புகிறது:

## முதலாவதாக: நமது உடல்களின் உரிமைகளை மதிக்கும் எல்லைகளை அமைத்துக் கொள்ளுங்கள்

நாம் இன்று அனுபவிக்கும் பல முன்னேற்றங்களுடன், வேலைக்கும் ஓய்வுக்கும் இடையே ஆரோக்கியமான எல்லைகளைப் பேணுவதில் நாம் ஒரு சவாலையும் எதிர்கொள்கிறோம். அதாவது, நாம் எங்கிருந்தாலும் தகவல்களும் அறிவிப்புகளும் நம்மை வந்தடைகின்றன; இருப்பினும், நம் அன்புக்குரியவர்களுடன் ஓரளவாவது இருக்க முடியாத அளவிற்கு, வேலையானது நமது ஓய்வு நேரத்தையும் தனிப்பட்ட இடத்தையும் ஆக்கிரமிக்க நாம் அனுமதிக்கக் கூடாது.

ரசூலுல்லாஹி[ஸல்] அவர்களின் பின்வரும் நினைவூட்டலை நாம் நினைவில் கொள்வது அவசியமாகும்; ரசூலுல்லாஹி[ஸல்] நவின்றுள்ளார்கள்: *"நிச்சயமாக உங்கள் உடலுக்கு உங்கள் மீது உரிமை உண்டு; உங்கள் கண்களுக்கு உங்கள் மீது உரிமை உண்டு; உங்கள் வாழ்க்கைத் துணைவருக்கும் உங்கள் மீது உரிமை உண்டு"* [ஹதீதைப் பதிவு செய்து அறிவிப்பவர்: இமாம் புகாரி ரஹ்].
**நமது நல்வாழ்வைப்** பாதுகாப்பதில் நமது மார்க்கம் நம்மிடம் இதையே எதிர்பார்க்கிறது.

**இரண்டாவதாக: நாம் கவனத்துடன் இருப்பதற்கும், கேட்பதற்கும் தயாராக இருப்பதற்கு நம்மை நாம் பயிற்றுவித்துக் கொள்வது**

தாக்கம் மற்றும் விளைவுகளுக்கு அதிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கும் ஒரு சமுதாயமாக இருக்கின்ற நாம், சில சமயங்களில், ஆலோசனைகளையோ, தீர்வுகளையோ வழங்குவதில் அவசரப்படுபவர்களாக இருக்கலாம். எனினும், அவ்வாறு செய்வதன் மூலம், ஆழ்ந்த ஆறுதலையும் நம்பிக்கையையும் அளிக்கக் கூடிய **உணர்வுப் பூர்வமானத்** தொடர்புகளை உருவாக்கும் வாய்ப்பை நாம் இழக்க நேரிடலாம்.

"ஹிரா" குகையில் முதன்முதலாக "வஹி" எனும் இறை ஞான உதயத்தைப் பெற்ற போது, ரசூலுல்லாஹி[ஸல்] அவர்கள் அச்சத்தால் நடுங்கிக் கொண்டு, தனது வீட்டிற்குத் திரும்பிய போது, சையிததினா கதீஜா [ரலி] அவர்கள் கூறிய பதிலில் நாம் கவனம் செலுத்த வேண்டும்; கதீஜா [ரலி] அவர்கள் உடனடியாகத் தீர்வுகளை வழங்கி, பதிலளிக்கவில்லை; மாறாக, இறைத்தூதர்[ஸல்] அவர்கள் தன்னைப் போர்வையால் போர்த்துமாறு கேட்டுக் கொண்ட போது, கதீஜா [ரலி] அவர்கள் அவர்களுடன் உடனிருந்து உண்மையான அன்பையும் அக்கறையையும் வழங்கினார்கள். **மன உளைச்சல்** சம்பந்தப்பட்ட சூழ்நிலைகளுக்கு நாம் எவ்வாறு பதிலளிக்கலாம் என்பதற்கு இது ஒரு சிறந்த எடுத்துக் காட்டாகும்.

**அன்பும் அருளுமிக்க ஜமாஅத்தார்களே!**

நம்மிடமிருந்து தொடங்கி, நம் குடும்பத்தினர், நண்பர்கள், அண்டை அயலார் போன்ற நமக்கு நெருக்கமானவர்கள் வரை, **நமது மனம்** மற்றும் உடலின் நலனை நாம் அனைவரும் ஒன்றிணைந்து பாதுகாப்போமாக! அல்லாஹ் சுப்ஹானஹு வதஆலா, நமக்கு அமைதியை வழங்கி, நம்மை எப்போதும் தனது பாதுகாப்பில் வைத்திருப்பானாக! ஆமீன். யாரப்பல் ஆலமீன்.

**أَقُوْلُ قَوْلِي هَذَا وَأَسْتَغْفِرُ اللهَ العَظِيْمَ لِي وَلَكُمْ، فَاسْتَغْفِرُوهُ إِنَّهُ هُوَ الغَفُوْرُ الرَّحِيْم.**

## இரண்டாவது பிரசங்கம்

الحَمْدُ للهِ حَمْدًا كَثِيرًا كَمَا أَمَرَ، وَأَشْهَدُ أَن لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ سَيِّدَنَا مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ. اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ. أَمَّا بَعْدُ، فَيَا عِبَادَ الله، اِتَّقُوا اللهَ تَعَالَى فِيمَا أَمَرَ، وَانتَهُوا عَمَّا نَهَاكُم عَنْهُ وَزَجَرَ.

أَلَا صَلُّوا وَسَلِّمُوا عَلَى النَّبِيِّ الْمُصْطَفَى، فَقَدْ أَمَرَنَا اللهُ بِذَلِكَ حَيْثُ قَالَ فِي كِتَابِهِ العَزِيزِ: إِنَّ اللهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا صَلُّوا عَلَيهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا. اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ.

وَارْضَ اللَّهُمَّ عَنِ الخُلَفَاءِ الرَّاشِدِينَ المَهْدِيِّينَ سَادَاتِنَا أَبِي بَكْرٍ وَعُمَرَ وَعُثْمَانَ وَعَلِيٍّ، وَعَن بَقِيَّةِ الصَّحَابَةِ وَالقَرَابَةِ وَالتَّابِعِينَ، وَتَابِعِي التَّابِعِينَ، وَعَنَّا مَعَهُم وَفِيهِم بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِلمُؤْمِنِينَ وَالمُؤْمِنَاتِ، وَالمُسْلِمِينَ وَالمُسْلِمَاتِ، الأَحْيَاءِ مِنهُم وَالأَمْوَاتِ. اللَّهُمَّ ادْفَعْ عَنَّا البَلَاءَ وَالوَبَاءَ وَالزَّلَازِلَ وَالمِحَنَ، مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ، عَن بَلَدِنَا خَاصَّةً، وَسَائِرِ البُلْدَانِ عَامَّةً، يَا رَبَّ العَالَمِينَ. اَللَّهُمَّ انْصُرْ إِخْوَانَنَا اَلْمُسْتَضْعَفِيْنَ فِي غَزَّة وَفِي فِلِسْطِينَ وَفِيْ كُلِّ مَكَانٍ

عَامَّةً، يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ. رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنيَا حَسَنَةً، وَفِي الآخِرَةِ حَسَنَةً، وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ.

عِبَادَ اللهِ، إِنَّ اللهَ يَأْمُرُ بِالعَدْلِ وَالإِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي القُرْبَى، وَيَنْهَى عَنِ الفَحْشَاءِ وَالمُنكَرِ وَالبَغْيِ، يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ، فَاذكُرُوا اللهَ العَظِيمَ يَذْكُرْكُمْ، وَاشْكُرُوهُ عَلَى نِعَمِهِ يَزِدْكُمْ، وَاسْأَلُوهُ مِن فَضْلِهِ يُعْطِكُم، وَلَذِكْرُ اللهِ أَكْبَرُ، وَاللهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ.