സി.എം റഫീഖ് കോക്കൂർ

കോപം വിഴുങ്ങുക

[illegible]

[illegible]

അബൂഹുറയ്‌റ(റ)യിൽനിന്ന് നിവേദനം: നബി(സ) പറഞ്ഞു: "ഗുസ്തി പിടിച്ച് തന്റെ പ്രതിയോഗിയെ മറിച്ചിടുന്നവനല്ല ശക്തൻ. പിന്നെയോ, കോപമുണ്ടാകുമ്പോൾ ആത്മനിയന്ത്രണം പാലിക്കുന്നവനാണ്." (ബുഖാരി, മുസ്‌ലിം)

മനുഷ്യനെ ഇതര ജീവജാലങ്ങളിൽനിന്ന് വ്യതിരിക്തനാക്കിത്തീർക്കുന്ന സുപ്രധാന ഗുണമാണ് ആത്മനിയന്ത്രണ ശേഷി. ഈ ഗുണം നഷ്ടപ്പെടുന്നതോടെ മനുഷ്യൻ മൃഗസമാനമായ അവസ്ഥയിലെത്തിച്ചേരുന്നു. ശരി തെറ്റുകളും ഹലാൽ ഹറാമുകളും അവനെ സംബന്ധിച്ചേടത്തോളം അപ്രസക്തമായിത്തീരുന്നു.

ആത്മനിയന്ത്രണശേഷി വളർത്തിയെടുക്കേണ്ടത് ഇഹപര വിജയത്തിനനുപേക്ഷണീയമാണ്. ആത്മനിയന്ത്രണ ശേഷി നഷ്ടപ്പെട്ടവന് ഇഹലോകത്ത് തന്നെ ഒട്ടനവധി തിരിച്ചടികളും പരാജയങ്ങളും ഏറ്റുവാങ്ങേണ്ടി വരും. അതിനാൽ, ഏറ്റവും ശ്രേഷ്ഠമായ ജിഹാദ് എന്ന് വിശേഷിപ്പിക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ള 'സ്വന്തത്തോടുള്ള ജിഹാദി'ന്റെ (ജിഹാദുന്നഫ്സ്) അവിഭാജ്യ ഘടകമാണ് ആത്മനിയന്ത്രണ ശേഷി വളർത്തിയെടുക്കാനുള്ള പ്രയത്നങ്ങൾ.

മാനുഷിക വികാരങ്ങളിലൊന്നാണ് കോപം. ആവശ്യമായിടത്ത്, ആവശ്യമായ അളവിൽ നിയന്ത്രിച്ച് ഉപയോഗിക്കുകയാണെങ്കിൽ, അപകടം വരുത്തിവെക്കുകയില്ല എന്ന് മാത്രമല്ല, ഗുണകരമാവുകയും ചെയ്യും. ആത്മനിയന്ത്രണം നഷ്ടപ്പെട്ടാൽ വലിയ അനർഥങ്ങൾക്ക് കാരണമായിത്തീരുന്ന വികാരം കൂടിയാണ് കോപം. കോപത്തിനടിപ്പെടുന്ന മനുഷ്യൻ ഒരർഥത്തിൽ പൈശാചികതക്കടിപ്പെടുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്. അതിനാൽ കോപം വരുമ്പോൾ വുദൂ ചെയ്യണമെന്നും പിശാചിൽനിന്ന് അല്ലാഹുവിൽ അഭയം തേടിക്കൊണ്ടിരിക്കണമെന്നും നടക്കുകയാണെങ്കിൽ നിൽക്കണമെന്നും ഇരിക്കുകയാണെങ്കിൽ കിടക്കണമെന്നും നിർദേശിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

പരിധിവിട്ട കോപം മനുഷ്യനെ സ്വാധീനിക്കുന്നതോടെ, വിവേചന ശേഷി നഷ്ടപ്പെടുകയും ന്യായാന്യായതകൾ നോക്കാതെ പലവിധത്തിലുള്ള തെറ്റുകുറ്റങ്ങളിലേർപ്പെടുകയും ചെയ്യും.

കൊല, കൊള്ള, അക്രമം തുടങ്ങി സമൂഹത്തിൽ നടമാടിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്ന പലവിധ തെറ്റുകുറ്റങ്ങളും കോപത്തിനടിപ്പെട്ട് ആത്മനിയന്ത്രണശേഷി നഷ്ടപ്പെട്ട ആളുകൾ ചെയ്തു കൂട്ടുന്നതാണെന്ന് കാണാൻ കഴിയും. പിന്നീട് വീണ്ടുവിചാരമുണ്ടായാൽ പോലും, പരിഹരിക്കാനാകാത്ത അനർഥങ്ങൾക്ക് കോപം കാരണമായിത്തീരുന്ന എത്രയോ സംഭവവികാസങ്ങൾ സമൂഹത്തിൽ നമുക്ക് കാണാൻ കഴിയും.

ഖുർആൻ വിശ്വാസികളുടെ ഗുണങ്ങൾ പറഞ്ഞേടത്ത് 'കോപത്തെ കടിച്ചിറക്കുന്നവർ' എന്ന് പ്രത്യേകം എടുത്ത് പറഞ്ഞത് കാണാൻ കഴിയും.

അൽപം കൈക്കരുത്തും മെയ്ക്കരുത്തുമുണ്ടെങ്കിൽ ഗുസ്തിയിൽ അപരനെ പരാജയപ്പെടുത്താൻ സാധിച്ചേക്കാമെങ്കിലും, അസാമാന്യമായ ആത്മനിയന്ത്രണവും മനോനിയന്ത്രണവും കൊണ്ട് മാത്രമേ കോപത്തെ നിയന്ത്രിച്ച് നിർത്താനാവൂ. ഇതാണ് യഥാർഥ ശക്തന്റെ അടയാളമെന്ന് പ്രവാചകൻ പഠിപ്പിക്കുകയാണിവിടെ. അതുകൊണ്ടാണ് ഉപദേശമന്വേഷിച്ച് വന്നവനോട് പോലും പ്രവാചകൻ ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞത്: "നീ കോപിക്കരുത്." അദ്ദേഹം വീണ്ടും ഉപദേശമാവശ്യപ്പെട്ടുകൊണ്ടിരുന്നു. അപ്പോഴെല്ലാം 'നീ കോപിക്കരുത്' എന്ന് മാത്രമാണ് തിരുമേനി(സ) അരുളിയത്. ■