tIm]w

HXp¡nsh¡pI.

كظم الغيظ

**Malayalam – aebmfw**] **– مليالم** [



k¿nZv kAv^À kzmZnJv aZo\n

سيد سعفر صادق

🙠🙣

tIm]w HXp¡n sh¡pI.

بِسْمِ اللّهِ الرَّحْمـَنِ الرَّحِيم

{]]© \mY\nÂ \n¶v AhXoÀWamb CÉmw \qdv iXam\hpw {]IrXn ¡\ptbmPyamWv, AXv sIm­v Xs¶ a\pjyÀ¡v XnI¨pw A\ptbmPyam b \nba§fmWv CÉmanepÅXv. hnizmk ip²oIcWt¯msSm¸w Xs¶ kz`mh kwkvIcWhpw a\pjy\v AXymhiyamWv, Hcp a\pjys\ a\pjy \m¡n XoÀ¡p¶Xv hnizmk,kz`mh kwkvIcWamWv.kt´mjn¡pI, tIm ]n¡pI, Zp:Jn¡pI, IcbpI, k¦Ss¸SpI, hyk\n¡pI XpS§nb hnImc §Ä a\pjysâ {]IrXnbnÂ Xs¶bpÅXmWv. a\pjysâ apgph³ taJe Ifnte¡pw \nba§Ä \nÀt±in¡p¶ CÉmw taÂ kqNn¸n¨ cwK§fnepw Hmtcm hnizmknbpw ]ment¡­ \nÀt±i§Ä \ÂIp¶p­v. sFizcyhpw, kt´mjhpw hcp¶ cwK§fnÂ AXv \ÂInb c£nXmhns\ ad¶v AXncv IS¡phm³ ]mSnsÃ¶v hyàam¡p¶ CÉmw Zp:Jhpw, \ncmibpw \_m[n ¡p¶ cwK§fnÂ \ncmi\mbn Poh³ l\n¡p¶Xns\ CÉmw henb ]m] ambn«mWv ]cnNbs¸Sp¯p¶Xv.AXpt]mse tIm]w hcp¶ cwK§fnÂ X sâ a\kns\bpw,icocs¯bpw ]nSn¨v \ndp¯n tIm]w HXp¡phm\pw, £ abhew\_n¡phm\pw CÉmw iàambn \nÀt±iw \ÂIp¶p.A§ns\ tIm ]w hcpt¼mÄ AXns\ \nb{´n¡p¶hÀ¡pÅ Afhä {]Xn^ew hmKvZm \w sNbvXv sIm­v tIm]w HXp¡n sh¡m³ t{]mÂkml\w \ÂIpIbpw sN¿p¶p. tIm]s¯ Ipdn¨pw, AXv \nb{´n¡m\pÅ {]hmNI \nÀt±i §fpamWv Nne hmNI§fneqsS Ipdn¡p¶Xv.

**Fs¶ D]tZin¡pI:**

{]hmNI³()bpsS D]tZi§Ä¡v ImtXmÀ¯ncp¶ kzlm\_nIÄ ]e kµÀ`§fnepw AhnSps¯ hkzn¿¯pIÄ tNmZn¨p h¶ncp¶p. HcmÄ h ¶v XncpZqXtcmSv ]dbpIbp­mbn: A§v Fs¶ D]tZin¨mepw. lZoYv Im WpI:

**(عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِي اللَّه عَنْه أَنَّ رَجُلًا قَالَ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَوْصِنِي قَالَ لَا تَغْضَبْ فَرَدَّدَ مِرَارًا قَالَ لَا تَغْضَبْ) (بخاري)**

A\_qlpdbvd() \nthZ\w: HcmÄ \\_n()bpsS AcnInÂ h¶v sIm­v ]dªp: F\n¡v Xm¦Ä hkzn¿¯v \ÂIpI. AhnSp¶v ]dªp: \o tIm ]n¡cpXv. AXmhÀ¯n¨v tNmZn¨t¸mgpw AhnSp¶v adp]Sn ]dªp: \o tIm]n¡cpXv. (\_pJmcn)

**\· sN¿p¶hÀ:**

**(الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَن النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) (آل عمران: 134)**

‘(AXmbXv) kt´mjmhØbnepw hnjamhØbnepw Zm\ [À½§Ä sN ¿pIbpw, tIm]w HXp¡nsh¡pIbpw, a\pjyÀ¡v am¸p \ÂIpIbpw sN ¿p¶hÀ¡v th­n. (A¯cw) kÂIÀ½ImcnIsf AÃmlp kvt\ln¡p ¶p’ (Bep Cwdm³: 134).

**iànbÃ am\ZÞw:**

**(عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِي اللَّه عَنْه أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ) ( بخاري)**

A\_qlpssdd() \nthZ\w: dkqepÃmlv() ]dªp: ‘iàhm³ F¶m Â (BfpIsf) aÂ]nSp¯w \S¯n Iogvs¸Sp¯p¶h\Ã, adn¨v tIm]w h cpt¼mÄ kz´w icocs¯ \nb{´n¡p¶h\mWv iàhm³’ (\_pJmcn)

**{]Ya L«¯nÂ:**

tIm]ap­mIp¶ {]Ya L«¯nÂ Xs¶ AXns\ \nb{´nt¡­Xp­v, AXÃmsX tIm]w ImcW¯mÂ sNt¿­sXÃmw sNbvXXn\v tijw hcm \pÅ A]IS§sfÃmw kw`hn¨Xn\v tijw tIm]s¯ \nb{´n¨n«v Imcy anÃ. Xmsg hcp¶ lZokv \s½ AXmWv ]Tn¸n¡p¶Xv.

**(عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِي اللَّه عَنْه قَالَ مَرَّ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِامْرَأَةٍ تَبْكِي عِنْدَ قَبْرٍ فَقَالَ اتَّقِي اللَّهَ وَاصْبِرِي قَالَتْ إِلَيْكَ عَنِّي فَإِنَّكَ لَمْ تُصَبْ بِمُصِيبَتِي وَلَمْ تَعْرِفْهُ فَقِيلَ لَهَا إِنَّهُ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَتَتْ بَابَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَلَمْ تَجِدْ عِنْدَهُ بَوَّابِينَ فَقَالَتْ لَمْ أَعْرِفْكَ فَقَالَ إِنَّمَا الصَّبْرُ عِنْدَ الصَّدْمَةِ الْأُولَى) ( بخاري)**

A\kv\_v\pamenIv() \nthZ\w: ‘Hcp J\_dn\cnInÂ Icªv sIm­ncn ¡p¶ kv{XobpsS AcnIneqsS \\_n() \S¶v t]mbn. AhnSp¶v B kv{Xo tbmSv ]dªp: \o AÃmlphns\ kq£n¡pIbpw, £an¡pIbpw sN¿pI. AhÀ ]dªp: F\n¡v \_m[n¨ A]ISw Xm¦sf \_m[n¨nÃtÃm, Xm¦Ä ]n´ncnªv t]mhpI. AhÀ¡v Xncpta\nsb a\knembncp¶nÃ. Btcm A htcmSv AXv \\_n()bmsW¶v ]dªp. A§ns\ AhÀ \\_n()bpsS hmXnen\Sp¯v h¶p, XncpZqXcpsS ASp¯v ]mdmhpImsc I­nÃ,AhÀ ] dªp: F\n¡v Xm¦sf a\knembnÃ. AhnSp¶v ]dªp: \nivNbw, £a, AXnsâ BZyL«¯nemWv th­Xv’.(\_pJmcn).

**tIm]w h¶mÂ**

tIm]w hcp¶ thfbnÂ hnizmkn ]ment¡­ acymZIÄ dkqepÃmlv () hniZam¡p¶Xv ImWpI:

**(عَنْ مُعَاذِ بْنِ جَبَلٍ رَضِي اللَّه عَنْه قَالَ اسْتَبَّ رَجُلَانِ عِنْدَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ حَتَّى عُرِفَ الْغَضَبُ فِي وَجْهِ أَحَدِهِمَا فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنِّي لَأَعْلَمُ كَلِمَةً لَوْ قَالَهَا لَذَهَبَ غَضَبُهُ أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ) (الترمذي)**

apBZv\_v\p P\_Â() \nthZ\w: \\_n()¡cnInÂ sh¨v c­mfpIÄ ]c kv]cw hg¡Sn¡pIbp­mbn. AhcnÂ HcmfpsS apJ¯v tIm]aps­¶v a \knembt¸mÄ \\_n() ]dªp: \nivNbw, F\n¡v Hcp ]Zadnbmw, AXv ]dbpIbmsW¦nÂ Ahsâ tIm]w \o§n t]mIp¶XmWv. AXv:‘B«ntbm Sn¡s¸« ]nimNnÂ \n¶v AÃmlphnt\mSv Rm³ ImhÂ tNmZn¡p¶p’. (XnÀanZn).

**" عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ عَلِّمُوا وَيَسِّرُوا وَلَا تُعَسِّرُوا وَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَسْكُتْ " . قال الألباني في " السلسلة الصحيحة "**

C\_v\pAºmkv() \nthZ\w: \\_n() ]dªp: ‘\n§Ä ]Tn¸n¡pI, \n §Ä Ffp¸ap­m¡pI, \n§Ä {]bmkap­m¡cpXv, \n§fnemsc¦nepw tIm]n¡pIbmsW¦nÂ Ah³ au\ambncn¡s«’. (Camw AÂ\_m\n Xsâ knÂkneXp ÊzlolbnÂ tcJs¸Sp¯nb lZoYv).

**( عَنْ أَبِي ذَرٍّ قَالَ إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَنَا: إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ فَإِنْ ذَهَبَ عَنْهُ الْغَضَبُ وَإِلَّا فَلْيَضْطَجِعْ ) (رواه أحمد والترمذي) ( صحيح )**

A\_qZÀdv() \nthZ\w: dkqepÃmlv() R§tfmSv ]dªp:‘\n§fnemsc ¦nepw tIm]n¨mÂ, \nÂ¡pIbmsW¦nÂ Ah³ Ccn¡s«, Ahsâ tIm ]w \o§n t]mhpw, CsÃ¦nÂ Ah³ InS¡s«’. (AlvaZv, XnÀanZn)

**AÃmlphnsâ tIm]¯nÂ \n¶v c£:**

**(عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو أَنَّهُ سَأَلَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَاذَا يُبَاعِدُنِي مِنْ غَضَبِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ قَالَ لَا تَغْضَبْ ) (أحمد)**

A\_vZpÃmlv\_v\p Awdv() \nthZ\w: At²lw dkqepÃmlv()tbmSv tNm Zn¨p: D¶X\pw {]Xm]hm\pamb AÃmlphnsâ tIm]¯nÂ \n¶v Fs¶ AIän \nÀ¯p¶ Imcyw F´mWv? AhnSp¶v ]dªp: \o tIm]n¡cpXv.

**tIm]w HXp¡p¶hcpsS {]tXyIX:**

**( عَنْ سَهْلِ بْنِ مُعَاذِ بْنِ أَنَسٍ عَنْ أَبِيهِ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ يَقْدِرُ عَلَى أَنْ يُنَفِّذَهُ دَعَاهُ اللَّهُ عَلَى رُءُوسِ الْخَلَائِقِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُخَيِّرَهُ فِي أَيِّ الْحُورِ شَاءَ قَالَ هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ \*) (ابن ماجه وترمذي)**

kAvÂ\_v\p apBZv\_v\p A\kv Xsâ ]nXmhnÂ \n¶v, \\_n() ]dªp: 'Xm³ Dt±in¡p¶Xv \S¸nem¡phm\pÅ Ignhpw,km[yXbpap­mbn«v B cmtWm Xsâ tIm]w HXp¡nsh¡p¶Xv, Ahkm\ \mfnÂ Ahs\ AÃm lp krãnIÄ¡nSbnÂ sh¨v hnfn¡pIbpw, Ah³ Dt±in¡p¶ kzÀKob kpµcnIsf XncsªSp¡phm\pÅ Ahkcw \ÂIpIbpw sN¿p¶p' (C \_v\pamP, XnÀanZn, lk\mb lZokv)

dkqÂ() tIm]n¨ kµÀ`§fpw, hn«vhogvN kµÀ`§fpw GsXÃmw k ab¯mWv, GsXÃmw Imcy§Ä¡msW¶v IrXyambn a\knem¡pIbpw, AX\pkcn¨v PohnX¯nÂ \S¸nem¡pIbpw sNt¿­Xv Hmtcm hnizmkn bpsSbpw \_m[yXbmWv. hyIvXn]camb Imcy¯n\mbn AhnSp¶v Xosc tIm]n¨nÃ, F¶mÂ Zo\o Imcy§Ä¡mbn AhnSp¶v hfscb[nIw tIm]n ¡pIbpw sNbvXn«p­v. Hcp lZoYv ImWpI:

**( عَنْ عُرْوَةَ بْنِ الزُّبَيْرِ قَالَ سَأَلْتُ عَبْدَاللَّهِ ابْنَ عَمْرٍو عَنْ أَشَدِّ مَا صَنَعَ الْمُشْرِكُونَ بِرَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ رَأَيْتُ عُقْبَةَ بْنَ أَبِي مُعَيْطٍ جَاءَ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَهُوَ يُصَلِّي فَوَضَعَ رِدَاءَهُ فِي عُنُقِهِ فَخَنَقَهُ بِهِ خَنْقًا شَدِيدًا فَجَاءَ أَبُو بَكْرٍ حَتَّى دَفَعَهُ عَنْهُ فَقَالَ ( أَتَقْتُلُونَ رَجُلًا أَنْ يَقُولَ رَبِّيَ اللَّهُ وَقَدْ جَاءَكُمْ بِالْبَيِّنَاتِ مِنْ رَبِّكُمْ ) (بخاري)**

DÀÆXv\_v\p kpss\_À ]dbp¶p, Rm³ AÐpÃmC\_v\p Awdnt\mSv apivcn ¡pIÄ {]hmNIs\ D]{Zhn¨XnÂ Gähpw ImTn\yw \ndªXv GXmsW ¶v tNmZn¡pIbp­mbn, At¸mÄ At±lw ]dªp: \akvIcn¡pIbmbn cp¶ \\_n()¡cnInÂ DJv\_ C\_v\p A\_qapCuXzv h¶vsIm­v Xsâ Np aenep­mbncp¶ X«saSp¯v sIm­v Xncpta\nbpsS Igp¯nÂ \_Ôn¡p Ibpw, iànbmbn hen¡pIbpw sNbvXp, At¸mÄ A\_q\_¡À h¶v sIm ­v At±ls¯ hen¨v amäpIbp­mbn,F¶n«v ]dªp:‘\n§fpsS c£nXm hnÂ \n¶v hyàamb Zrãm´w \n§Ä¡v sIm­p h¶v, Fsâ c£nXmhv AÃmlphmsW¶v ]dª Hcpa\pjys\ \n§Ä h[n¡pItbm?’(\_pJmcn)

DJv\_\_v\p A\_qapCuXzv {]hmNIs\ D]{Zhn¨p,]t£,AhnSp¶v tIm ]n¨nÃ, AÃmlphn\mbn £an¡pIbpw hn«vhogvN \ÂIpIbpw sNbvXp. d kqepÃmlv()¡v GItZiw ]¯v hÀjt¯mfw tkh\w sNbvX A\kv () ]dbp¶Xv \mw ImWpI.

**عن أَنَسٌ رَضِي اللَّه عَنْه قَالَ خَدَمْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَشْرَ سِنِينَ فَمَا قَالَ لِي أُفٍّ وَلَا لِمَ صَنَعْتَ وَلَا أَلَّا صَنَعْتَ ) (بخاري ومسلم)**

A\kv()hnÂ \n¶v, Rm³ \\_n()¡v ]¯v hÀjt¯mfw tkh\w sN bvXp, Ft¶mSv Xncpta\n ‘tO’ F¶ Hcp hm¡v ]dªnÃ, \o F´n\mWv CXv sNbvXXv? C§s\ \n\¡v sNbvXv IqSmbncp¶pthm F¶pw tNmZn¨n«n Ã’ (\_pJmcn, apÉnw)

**asämcp kw`hw ImWpI.**

**عَنْ جَابِر بْنَ عَبْدِاللَّهِ رَضِي اللَّه عَنْهمَا أَخْبَرَهُ أَنَّهُ غَزَا مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَدْرَكَتْهُمُ الْقَائِلَةُ فِي وَادٍ كَثِيرِ الْعِضَاهِ فَتَفَرَّقَ النَّاسُ فِي الْعِضَاهِ يَسْتَظِلُّونَ بِالشَّجَرِ فَنَزَلَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تَحْتَ شَجَرَةٍ فَعَلَّقَ بِهَا سَيْفَهُ ثُمَّ نَامَ فَاسْتَيْقَظَ وَعِنْدَهُ رَجُلٌ وَهُوَ لَا يَشْعُرُ بِهِ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ هَذَا اخْتَرَطَ سَيْفِي فَقَالَ مَنْ يَمْنَعُكَ قُلْتُ اللَّهُ فَشَامَ السَّيْفَ فَهَا هُوَ ذَا جَالِسٌ ثُمَّ لَمْ يُعَاقِبْهُ) (بخاري)**

Pm\_ndp\_v\p A\_vZpÃmlv() \nthZ\w, At±lw \\_n()tbmsSm¸w bp ²w sN¿pIbp­mbn, P\§Ä ]Iensâ a[y¯nÂ hn{ian¡m\mbn hen b apÅpIfpÅ ac¯Wente¡v t]mhpIbp­mbn. AXpt]mse \\_n() bpw Hcp ac¨ph«nÂ hn{ian¡m\mbn t]mhpIbpw,Xsâ hmÄ B ac¯nÂ Xq¡nbnSpIbpw sNbvXv AhnSp¶v Dd§pIbpw sNbvXp. A§ns\ DWÀ ¶t¸mÄ AcnIneXm HcmÄ \nÂ¡p¶p. {]hmNI\Xv AdnªnÃ. \\_n() ]dªp: Abmsfsâ hmÄ DucnsbSp¯v tNmZn¨p: BcmWv \ns¶ XSbp I. Rm³ ]dªp: AÃmlp. At¸mgt²lw hmÄ DdbnÂ Xs¶bn«v Ahn Spt¯ ap¶nencn¡pIbpw sNbvXp. ]t£, AhnSp¶v At²ls¯ in£n ¨nÃ. (\_pJmcn)

CXpt]mse Hcp]mSv kw`h§Ä dkqepÃmlv()bpsS PohnX¯nÂ \ ap¡v ImWm\mhpw. C§s\bpÅ kµÀ`§fnseÃmw AhnSp¶v £abh ew\_n¡pIbpw, hn«v hogvN \ÂIpIbpamWv sNbvXncp¶Xv. F¶mÂ Zo\n sâ sNdnb sNdnb Imcy§fnÂ t]mepw AhnSp¶v At§bäw tIm]n¨Xm bn \ap¡v ImWmw. XncpZqXcpsS t]cInSm§Ä kIm¯nsâ apXenÂ \n ¶v Hcp Imc¡sbSp¯v Xsâ hmbbntes¡Sp¯n«t¸mÄ AhnSp¶v tZjy s¸«v sIm­v AXv Xp¸n¡fbphm³ IÂ]n¨p. ImcWw {]hmNI³()bp sS IpSpw\_¯n\v kIm¯v kzoIcn¡m³ ]mSnÃmsb¶mWv Ckvemansâ A[ym]\w. sNdnb Ip«nbmWXv sNbvXXv F¶n«pw AhnSp¶v tIm]n¨p. lZoYv ImWpI:

**(عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِي اللَّه عَنْه أَنَّ الْحَسَنَ بْنَ عَلِيٍّ أَخَذَ تَمْرَةً مِنْ تَمْرِ الصَّدَقَةِ فَجَعَلَهَا فِي فِيهِ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّه عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كِخْ كِخْ أَمَا تَعْرِفُ أَنَّا لَا نَأْكُلُ الصَّدَقَةَ) (بخاري ومسلم)**

A\_qlpdbvd() \nthZ\w: Aen()hnsâ aI³ lk³() k¡m¯nsâ apXenÂ \n¶v Hcp Imc¡sbSp¯v Xsâ hmbbnen«p. At¸mÄ \\_n()] dªp: "Xp¸n¡fbq, Xp¸n¡fbq.. \n\¡dnbnsÃ, \mw kIm¯nÂ \n¶v ` £n¡pIbnÃmsb¶v'. (\_pJmcn, apkvenw)

F¶mÂ kXyhnizmknIsf \mw Zp³bhnbmb Imcy§Ä¡v th­n A t§bäw tIm]n¡pIbpw, aX]camb Imcy§Ä¡mbn tIm]n¡mXncn¡pI bpw sN¿p¶p. CXv icnbÃmsb¶v \mw a\knem¡pI. hyIvXn]chpw, sF lnIhpamb Imcy§fnÂ \mw £abhew\_n¡pIbpw, hn«v hogvN sN¿pI bpw sN¿p¶tXmsSm¸w Zo\o]camb Imcy§Ä AXv F{X sNdpXmsW¦n epw \mw tIm]n¡pIbpw, hn«vhogN sN¿mXncn¡pIbpw sN¿pI. AXmWv bYmÀ° apkvenw {]hmNI\nÂ \n¶v ]Tnt¡­ ]mTw. AÃmlp A\p{K ln¡pamdmhs«.

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

