

เพื่อให้อุมเราะฮ์ของท่านมีรสชาติ¹

เชคริฎอ อะหมัด สมะดี
แปลโดย อบุญญัย นาศ

1. ในระหว่างที่เตรียมตัวเดินทาง พึงจุดไฟแห่งความคิดถึงในหัวใจ

ให้รู้สึกห่วงกังวลว่าอาจจะเสียชีวิตก่อนเดินทาง อาจจะพลาดผลบุญครั้งสำคัญแห่งชีวิตก็ได้ เพียรศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับความประเสริฐของการทำอุมเราะฮ์ รวมถึงผลบุญและการตอบแทนของการละหมาดที่มีสติอัลหะรอมและมัสญิดนบี พึงรำลึกถึงการเรียกร้องของท่านนบีอิบรอฮีมยังมนุษยชาติเพื่อไปประกอบพิธีฮัจญ์ที่นครมักกะฮ์ ให้หัวใจของเราหมั่นกล่าวอัตตัลบียะฮ์ (ลับบัยกัลดอฮุมมะลับบัยกะ²) ให้นึกถึงคำพูดของนบีมุซาที่อัลลอฮ์ได้ทรงเล่าไว้ในอัลกุรอานว่า

﴿وَعَجَلْتُ إِلَيْكَ رَبِّ لِتَرْضَى﴾ سورة طه 80

ความหมาย “และข้าพระองค์ได้รับเร่งมายังพระองค์ท่านนั้น โอ้พระเจ้าของข้าพระองค์ก็เพื่อให้พระองค์ทรงพอพระทัยท่านนั้น” ให้คำพูดนี้เป็นคติพจน์ของท่านในการทำฮัจญ์และอุมเราะฮ์

2. ในระหว่างการเตรียมเสบียงสิ่งของเพื่อเดินทาง ให้เตรียมเสบียงแห่งความศรัทธา

คือความตักวา ความยำเกรง ความอิคลาศ (บริสุทธิ์ใจ) ว่าเป้าหมายการเดินทางนี้มีไว้เพื่อใคร หรือสิ่งใดทั้งสิ้นแต่เพื่ออัลลอฮ์เพียงพระองค์เดียวเท่านั้น สร้างความเชื่อมั่นและหวังในความเมตตาและการตอบแทนจากอัลลอฮ์ตะอาลา และอย่าได้ลืมเสบียงแห่งจิตวิญญาณนั่นคือซิกรุลลอฮ์ (การรำลึกถึงอัลลอฮ์) และการคิดถึงโลกอาคิเราะฮ์ ไม่ยึดติดหรือผูกพันอยู่กับคุณยา เพราะจิตวิญญาณจะอ่อนแอหากขาดซิกรุลลอฮ์ และจิตวิญญาณจะไม่ก้าวไปข้างหน้า หากมัวแต่พะวงหลงอยู่กับคุณยา

3. ให้หัวใจของท่านชุ่มชื้นด้วยเหนียตที่ยิ่งใหญ่ เหนียตที่ทำให้ทุกส่วนของร่างกายต้องเตรียมพร้อม

นั่นคือท่านต้องเหนียต(ตั้งเจตนา)ว่าอุมเราะฮ์นี้กระทำให้ชีวิตและจิตใจสะอาด บริสุทธิ์จากความสกปรก ความอาฆาตพยาบาท ความหลงใหลในคุณยา และเพื่อให้สมมุคบันทีกของท่านสะอาดปราศจากบาปและมลทิน เพื่อเตรียมตัวไปพบกับจุดจบของท่าน เตรียมตัวไปพบอัลลอฮ์ ชุบฮานะฮฺวะตะอาลา หลังจากก้าวสุดท้ายของท่านในการเญาะวาฟิคาอู(อ้อลา) และก่อนเดินทางก็ให้อ้อลาครบครัน ญาตีฟีน้อง เพื่อนฝูง และที่สำคัญคืออย่าคิดว่าจะได้กลับมาอย่างแน่นอน

4. พึงรำลึกถึงเส้นทางสู่โลกอาคิเราะฮ์ เส้นทางสู่สวรรค์ เส้นทางแห่งการรอดพ้นจากไฟนรก ในทุกย่างก้าวของการเดินทาง

¹ แปลและเรียบเรียงจาก حفظه الله - رضا أحمد صمدي ، العُمْرَةُ الْمُزَيَّيَّةُ وَمَنَاسِكُ الْحَجِّ الْعَلِيَّةِ ،

² ความหมาย “ข้าพระองค์อยู่ที่นี้เพื่อภักดีต่อพระองค์แล้ว”

ในระหว่างการเดินทาง ไม่ว่าจะเดินทางบก ทางน้ำ หรืออากาศ ให้รำลึกอยู่เสมอว่าทุกอย่างก้าว นั้นเปรียบเสมือนการก้าวไปสู่โลกอาคิเราะฮ์ ทุกก้าวเดินพร้อมคำกล่าวอัตตัลบียะฮ์(ลับบัยกัลลอฮุมมะลับบัยกะ) คือทุกอย่างก้าวในการเชื่อฟังคำสั่งของอัลลอฮ์และรอซูล ให้เรารำลึกถึงภาคผลการตอบแทนในทุกก้าวที่เดินทางด้วยการระลึกถึงพระองค์

ตลอดการเดินทางให้รักษาน้ำละหมาด อยู่กับคนดีคนซอและหุ ดูและทำตามอะมัล(การกระทำ) ของพวกเขาเหล่านั้น พร้อมๆกับการละสายตาจากความสวยงามของโลกดุนยาแม้ว่าจะเป็นสิ่งหะลาลก็ตาม สรุปคือให้ละทิ้งจากทุกสิ่งที่เกิดความพอดีทั้งการมอง อาหาร การนอน การพูด หรือการคลุกคลีกับมนุษย์

5. เมื่อจะครองเอียะหฺรอมที่มูกอต³ ให้นึกถึงฝ่ากะฝืน(ห่อศพ) นึกถึงความตาย นึกถึงการคิดบัญชี

และในขณะที่กล่าวอัตตัลบียะฮ์ ฟังระลึกอยู่เสมอว่า “ถ้าอุมเราะฮ์หรือฮัจญ์ของเราไม่ถูกตอบรับ เล่า?” ดังนั้นจึงต้องระวังทุกก้าว โดยเฉพาะการเริ่มต้นนั่นคือการครองเอียะหฺรอม ถ้าเริ่มดี เริ่มถูก อิน ชาอัลลอฮ์ผลสุดท้ายก็จะดีด้วย ฉะนั้นจงครองเอียะหฺรอมด้วยความอิดาสาจนสุดความสามารถของท่าน อย่าให้ในหัวใจมีสิ่งอื่นขณะครองเอียะหฺรอมนอกจากพระองค์

ขณะครองเอียะหฺรอมให้ตระหนักว่า อัลลอฮ์ทรงเป็นผู้บัญญัติกรอบ กฎเกณฑ์ต่างๆ ดังนั้น ขณะที่ยืนอยู่ที่มูกอต ก็ให้สัญญากับอัลลอฮ์ว่าเราอยู่ในกรอบของพระองค์ ไม่ฝ่าฝืนข้อห้ามของพระองค์ และปฏิบัติในสิ่งที่พระองค์ทรงบัญญัติ ให้คิดเสียว่า ชีวิตดุนยาที่เปรียบเสมือนกับมูกอตที่เราต้องรักษา ขอบเขตและหลักการต่างๆอย่างเคร่งครัด

จากนั้นให้ขยับกล่าวอัตตัลบียะฮ์ (ลับบัยกัลลอฮุมมะลับบัยกะ) พร้อมกับตระหนักถึงความหมายนั่นคือการตอบรับคำเรียกร้องของพระผู้เป็นเจ้าของให้รู้สึว่าอัตตัลบียะฮ์นี้คือคำมั่นสัญญาของเราว่าจะตอบรับ นอบน้อม ก้มหัวต่อพระผู้อภิบาลเพียงพระองค์เดียว นั่นคือการเป็นมุสลิมหรือผู้ภักดีต่ออัลลอฮ์นั่นเอง

ครั้นเมื่อเห็นเมืองมักกะฮ์แล้วให้เตรียมตัวเตรียมใจที่จะเห็นมัสญิดหะรอมและกะอฺบะฮ์ และเมื่อเห็นกะอฺบะฮ์แล้ว ให้รู้สึว่าท่านอยู่ ณ อัลลอฮ์ อยู่ในบ้านของพระองค์อันทรงเกียรติทรงศักดิ์สิทธิ์ยิ่ง และท่านขอพระอนุญาตเพื่อเข้าบ้านของพระองค์ และท่านจงเป็นบุคคลที่นบีอิบรอฮีม ได้ดูเอาไว้ว่าเป็นหนึ่งในมนุษย์ที่อัลลอฮ์ทรงเลือกให้มีความหวังที่คิดถึงบ้านของพระองค์

และเมื่อเห็นมัสญิดหะรอมและกะอฺบะฮ์แล้วให้ท่านตั้งความรู้สึกรักและคิดถึงการพบเจอพระองค์มาไว้ในหัวใจ ให้รู้สึถึงเกียรติอันใหญ่หลวงที่พระองค์กำลังมอบให้ท่านซึ่งกำลังยืนอยู่ในบ้านในอ้อมกอดของพระองค์

ขณะเดียวกันก็ขอให้ท่านระลึกถึงความน่ากลัว ความโกลาหลของวันกิยามะฮ์ และนึกถึงสถานการณ์ที่พระองค์จะเสด็จมาพร้อมด้วยพระบัลลังก์ และบรรดามลาอิกะฮ์ของพระองค์ ให้ท่านรู้สึว่า

³ สถานที่ที่กำหนดไว้สำหรับครองเอียะหฺรอม

ณ ตอนนั้นท่านจะเป็นอย่างไร ท่านจะเป็นคนหนึ่งในหมู่ผู้ที่มีเกียรติของอัลลอฮ์หรือเป็นผู้หนึ่งที่จะพินกันชีพพร้อมกับคนชั่วและมัลลูกที่ด้อยต่ำ

6. ในขณะเงาะวาฟและสะอเอให้รู้สึกภายในหัวใจของท่านซึ่งความยำเกรง ความเคารพ ความให้เกียรติต่อสถานที่และสภาพที่ท่านกำลังปฏิบัติอยู่

เพราะอัลลอฮ์กำลังทรงมองยังหัวใจ การงาน การเงาะวาฟ การสะอเอของท่าน ให้ทุกอย่างก้าวเป็นก้าวแห่งความทรงจำ ก้าวเท้าสั้นๆ ผลบุญจะได้เพิ่มพูน ให้ทุกการยกเท้าและวางเท้ามีความหมาย

ในระหว่างที่ท่านเคลื่อนที่จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่งให้นึกถึงว่าสถานที่เหล่านี้เคยถูกเขียน ถูกขำ ถูกเดิน ถูกเงาะวาฟ ถูกสะอเอโดยท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวะซัลลัม ครอบครัวของท่าน ตลอดจนวีรบุรุษของอิสลามทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นเศาะฮาบะฮ์ ตาบิอินและบรรดาบรรพชนที่เราเคยได้ฟังเรื่องราวดีๆ ของพวกเขา บนเนินเขาเศาะฟ้านั้นท่านนบีเคยขึ้นไปกล่าวตักเตือนกลุ่มชนของท่าน และรอบๆ กะอูบะฮ์ก็เป็นสถานที่ที่มีเหตุการณ์สำคัญๆ มากมายเกิดขึ้น บทบาทของท่านนบีทั้งในด้านการอะฮ์ลุสเศาะอ์บะฮ์ เศาะอ์บะฮ์ ธรรมความจริง การต่อสู้กับความเท็จ ล้วนเริ่มต้นจากสถานที่แห่งนี้ และในทุกๆ ที่ที่ท่านไปก็ให้รำลึกถึงเหตุการณ์ต่างๆ ที่เคยเกิดขึ้นในอดีต ณ สถานที่แห่งนั้น เช่น เมืองมะดีนะฮ์

เมื่อสัมผัสหรือจับหีนดำหรือทำสัญลักษณ์ด้วยมือ ให้รำลึกถึงคำสัญญามั่นหรือสัตยาบันของท่านต่ออัลลอฮ์(ที่จะเป็นคณิดของพระองค์) และให้สำนึกว่าการจับหรือสัมผัสหีนดำนั้น เปรียบเสมือนการเชื่อฟังอย่างไร้ข้อกังขา เปรียบเช่นการนอนบ้น้อมต่ออัลลอฮ์อย่างสิโรราบเพราะเรารู้ว่าหีนดำไม่สามารถที่จะมีคุณมีโทษต่อเราได้เพราะเป็นหีน แต่เมื่อเป็นพระบัญชาของพระองค์แล้ว เรายินยอม ยอมรับ ยอมปฏิบัติอย่างไร้ข้อสงสัย ไม่เอาปัญญาของเรามาคิดเองให้อยู่เหนือคำสั่งของพระองค์

และพึงระมัดระวังทุกๆ การกระทำของท่านในระหว่างนี้ มิเช่นนั้นงานของท่านอาจจะถูกปฏิเสธจากพระองค์ ในขณะที่การงานของคนอื่นรอบๆ ท่านถูกตอบรับ ซึ่งถือเป็นการขาดทุนที่ประเมินค่ามิได้เลย

ในระหว่างเงาะวาฟก็เช่นเดียวกัน ท่านจงรำลึกว่า มีบัญญัติมะอูรบนชั้นฟ้าตรงกับอัลอะฮ์ลุสเศาะอ์บะฮ์ ที่บรรดามีลาอิละฮะฮ์กำลังเงาะวาฟ และเข้าไปข้างในโดยไม่ออกมาหรือหยุดพัก ซึ่งจะเป็นเช่นนี้ตราบนาน กิยามะฮ์ และให้รู้สึกว่าการเงาะวาฟของมนุษย์เป็นเสมือนตัวอย่างหนึ่งที่บรรดามัลลูกทั้งหลายต้องยอมสยบต่อพระอำนาจของอัลลอฮ์และต้องพึงพาพระองค์เพียงองค์เดียว

ในขณะที่เงาะวาฟ จงดูเอาให้มากๆ ซิกรุลลอฮ์ให้เยอะๆ หรือจะอ่านอัลกุรอานก็ได้ ในทัศนะของข้าพเจ้า การดูเอา การอ่อนวอน วิงวอนขอพรต่ออัลลอฮ์ถือเป็นสิ่งที่ดีที่สุดขณะเงาะวาฟ เนื่องจากมีรายงานว่าท่านนบีได้ดูเอาระหว่างการเงาะวาฟจากมุมอัลอะฮ์ลุสเศาะอ์บะฮ์ถึงมุมหีนดำด้วยสำนวนว่า

(رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ)

คำอ่าน ร็อบบะนา อาตินา ฟิดดุญา ฮะซันะฮ์ วะฟีลอาคิเราะฮ์ฮะซันะฮ์ วะกินา อะซาบันนาร ความหมาย โอ้พระเจ้าของเรา โปรดประทานให้แก่พวกเรา ซึ่งสิ่งดีงามในโลกนี้ และสิ่งดีงามในอาคิเราะฮ์ และโปรดคุ้มครองพวกเราให้พ้นจากลงโทษแห่งไฟนรกด้วยเถิด

โดยไม่มีรายงานอื่นที่มีน้ำหนักกว่าท่านนบีได้กล่าวอย่างอื่น จึงเป็นหลักฐานว่าการศุอาอ์ในขณะที่เงาะวาฟนั้นเป็นสิ่งที่สนับสนุนให้ทำอย่างยิ่ง ท่านนบีก็เคยกล่าวว่า การศุอาอ์นั้นก็คือการทำอิบาดะฮ์นั่นเอง ดังนั้นให้เราขยันขันแข็งขอศุอาอ์ในขณะเงาะวาฟ

ในขณะเงาะวาฟให้ท่านรู้สึกที่ท่านกำลังเงาะวาฟรอบพระบัลลังก์ของอัลลอฮ์ ซุบฮานะฮูวะตะอาลา กำลังขอและหวังในพระเมตตา ความพอพระทัยและการตอบรับจากพระองค์

ให้ท่านจินตนาการถึงการชุมนุมของมลาอิกะฮ์รอบๆ บัลลังก์ของอัลลอฮ์ในวันกิยามะฮ์ วันที่มีกลุ่มทั้งหลายต่างมาชุมนุมกัน ไม่มีใครกล้าออกเสียงใดๆ มีแต่ความเงียบ ซึ่งสภาพของการเงาะวาฟก็ไม่ต่างไปจากนี้

และภาพที่หาดูยากขณะเงาะวาฟคือภาพที่มนุษย์ชาติต่างมุ่งสู่อัลลอฮ์ มีแต่เสียงศุอาอ์พึมพำ อ่อนหวานวิงวอน เสียงซิกรุลลอฮ์ สรรเสริญพระองค์ ในสภาพเช่นนี้ลองจินตนาการดูว่าหากท่านสามารถที่จะฟังเสียงของบรรดามลئكที่อยู่ในโลกที่กำลังสรรเสริญพระองค์ มันจะเป็นอย่างไร

﴿ سَبِّحْ لَهُ السَّمَوَاتُ السَّبْعُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ

وَلَكِنْ لَا تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ ﴾ الإسراء 44

ความหมาย ชั้นฟ้าทั้งเจ็ดและแผ่นดินและที่อยู่ในนั้นสดุดีสรรเสริญแด่พระองค์ และไม่มีสิ่งใดเว้นแต่จะสดุดีด้วยการสรรเสริญพระองค์ แต่ว่าพวกเขาไม่เข้าใจคำสดุดีของพวกเขา

7. ในขณะที่จะดื่มน้ำซัหมัซงเตรียมเหนียตให้ดี

ในขณะที่จะดื่มน้ำซัหมัซง (เมื่อเสร็จจากการเงาะวาฟ และละหมาดซุนนะฮ์ 2 ร็อกอะฮ์แล้ว) จงเตรียมเหนียตให้ดี ก่อนที่จะดื่มน้ำด้วยสภาพของคนที่หิวกระหาย และให้รู้สึกว่าคุณดื่มน้ำซัหมัซงนี้(นอกจากเป็นการปฏิบัติตามซุนนะฮ์แล้ว)ก็เพื่อที่จะได้ชำระมลทินต่างๆออกจากจิตใจของฉันทัน และเพื่อขจัดสิ่งที่จะขัดขวางฉันทันจากความเข้าใจในคำสั่งใช้ของอัลลอฮ์และรอซูลที่อยู่ในอัลกุรอานและอัซซุนนะฮ์ พร้อมศุอาอ์

((اللهم قو حظي ، وسدد فهمي ، وارزقني الإصابة في اجتهادي ، وأعل همتي وأمض عزمي ،

وسهل علي العبادَة وحببها إلى قلبي يا أرحم الراحمين))

ความหมาย โอ้อัลลอฮ์ ขอพระองค์โปรดทรงทำให้ความจำของฉันทันดี โปรดทรงทำให้ความรู้ความเข้าใจในศาสนาของบ่าวฉันทันถูกต้องแม่นยำ และโปรดประทานความถูกต้องแก่การอิติฮาดของฉันทัน (การวินิจฉัยประเด็นศาสนา) ให้ฉันทันได้มีกำลังใจที่สูงส่ง(ที่จะเป็นบ่าวที่ดีและรับใช้ศาสนาของพระองค์) ให้ทรงช่วยฉันทัน อำนวยความสะดวกให้ฉันทันได้ปฏิบัติอิบาดะฮ์ และให้หัวใจของฉันทันรักการอิบาดะฮ์ต่อพระองค์ โอ้อั้พระผู้ทรงเมตตาปราณี

8. เมื่อท่านเดินขึ้นภูเขาเศาะฟา ให้นึกถึงการขึ้นเขาเศาะฟาของท่านนบี

และจงกล่าวว่า เราจะเริ่ม(การสะเอา)ตามที่อัลลอฮ์ได้(สั่งให้)เริ่ม โดยเหนียตทำตามที่อัลลอฮ์และรอซูลสั่งใช้ และจงระลึกถึงเหตุการณ์ที่ท่านหญิงฮาญัร(ภรรยาของนบีอิบรอฮีม)ได้ขึ้นเขาเศาะฟาและเดินไปเดินมาระหว่างเศาะฟากับมัรวะฮ์ (สะเอา) หรือให้ระลึกว่าการสะเออนี้ก็เปรียบเสมือนการเดินทางของมนุษย์

จากโลกคุณยาสู์โลกอาคิเราะฮ์ หรือเปรียบเสมือนการเดินทางกลับไปสู่สวรรคตที่มนุษย์ถูกขับออกมา และหวังว่าจะได้กลับเข้าไปอีกครั้งหนึ่ง ซึ่งคนที่จะได้กลับเข้าไปสู่สวรรคตคือคนที่สามารถเดินทางถึง เป้าหมายด้วยความมั่นคงสมบูรณ์ ไม่ออกนอกกลุ่มนอกทาง การสะเอัจำนวนเจ็ดรอบระหว่างภูเขาทั้งสองก็ เปรียบเสมือนระดับวัยต่างๆของมนุษย์ ตั้งแต่แบเบาะในเปล เข้าวัยเด็ก ผ่านร้อนผ่านหนาว เข้าสู่วัยรุ่น วัยหนุ่มที่อาจขาดความรู้และคือร้อน ล่วงเข้าวัยฉกรรจ์ที่เข้มแข็ง จนถึงวัยแก่เฒ่า กระทั่งเป็นศพในหลุมดิน จากนั้นก็จะไปสู่สวรรคตหรือนรก เราขอพระองค์ทรงประทานจุดจบที่ดีและสวยงามแก่เราด้วยเทอญ

9. เมื่อจะโกนหรือตัดผม(หลังเสร็จสิ้นการสะเอ) ให้รู้สึกว่าคุณเองต่ำต้อย และอ่อนแอต่ออัลลอฮ์

ให้สัญญาต่ออัลลอฮ์อย่างจริงจังในขณะที่เส้นผมของท่านถูกโกนหรือตัดออกไปทีละเส้นๆ ว่า ท่านจะยืนหยัดในการเป็นบ่าวของพระองค์ ในขณะที่ท่านก้มหัวเพื่อ โคนหรือตัดผมก็ให้รู้สึกว่าคุณยอม สยบที่จะทำทุกอย่างเพื่อให้พระองค์ทรงพอพระทัย ให้ตระหนักว่าคุณจะยอมก้มหัวแค่พระผู้อภิบาล พระองค์เดียวเท่านั้น

10. ในการแกะวาวีดาอู จงเตรียมพละกำลังที่ท่านมีเพื่ออำลาบ้านของอัลลอฮ์

แกะวาวีดาอูนี้เป็นช่วงเวลาที่สำคัญมาก การที่อัลลอฮ์ ชุบฮานะฮฺวะตะอาลา จะตอบรับอิบา ดะฮฺของท่านทั้งหมดที่ท่านจะมาจะปรากฏให้เห็นในช่วงเวลานี้ ท่านจะรู้สึกและรับรู้ได้เอง ดังนั้นจึงเพียร พยายามอยู่โดยลำพัง เพื่อพิจารณาการปฏิบัติอิบาเดฮฺที่ผ่านมา จงขยันคฺออาอู อ้อนวนอน วิกวอน และหวัง ในการตอบรับของพระองค์ ให้หัวใจมีความรู้สึกสองอย่างพร้อมๆ กัน นั่นคือเป็นห่วง ว้าวุ่นและกังวลว่าการ งานของเราจะถูกตอบรับหรือไม่ ในขณะที่เดียวกันก็คิดถึงต่ออัลลอฮ์ หวังในพระเมตตาและการตอบรับจาก พระองค์ โดยไม่คิดในแง่ร้ายต่อพระองค์โดยเด็ดขาด

11. ให้ละจากสิ่งที่ไร้ประโยชน์ ทั้งกาย วาจา หรือใจ ในทุกสภาพ และทุกวาระของการทำฮัจญ์หรืออุมเราะฮ์

จงพยายามอย่างสุดความสามารถที่จะหลีกเลี่ยงการกระทำ คำพูด หรือแม้แต่ความคิดถึงสิ่งอื่น ที่ไม่ใช่ภารกิจของอิบาเดฮฺนี้ จงละทิ้งสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้องหรือไม่ก่อประโยชน์ใดๆ แก่ตัวท่าน

ให้สิ้นของท่านอยู่กับการชิกรุลลอฮ์ ระลึกถึง วิกวอน ขอพร คฺออาอูต่อพระองค์ตลอดเวลา อย่า บ่นหรือแสดงอาการไม่พอใจต่อสิ่งที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นรถติด คนแน่น อากาศร้อน อาหารไม่ถูกปาก หิว กระหาย โคนคนอื่นเอาเปรียบหรือแก่งแย่งต่างๆ หรืออะไรอื่นที่ท่านองนี้

จงขยันตรวจสอบตนเอง เตาบัต กลับเนื้อกลับตัว ขออภัยโทษ สำนึกและรู้สึกผิดในสิ่งที่ผ่านมา มีตัวอย่างจากบรรดาศัลฟ(บรรพชนยุคแรก)บางท่าน ที่จะถือถุงหรือภาชนะไว้ ถ้าวัดที่เขารู้สึกว่าตนเองไม่ทำบาปหรือไม่โอ้อวดหรือทำสิ่งที่ไร้สาระ เขาจะนำเมล็ดหรือก้อนหินเล็กๆ ใส่อุญ จุดประสงค์คือเพื่อจะให้เห็นว่าวันที่เราปลอดภัยจากการกระทำสิ่งเหล่านี้ช่างน้อยเหลือเกิน ไม่อาจจะเป็น ผลงานที่จะนำไปพบอัลลอฮ์ได้เลย

ตัวอย่างเช่นนี้เราเองก็สามารถทำได้ หากเราจะทำภารกิจอุมเราะฮ์สัก 15 วัน ก็เตรียมเมล็ดหรือ เม็ดอะไรก็ได้ 15 เมล็ด วันไหนที่รู้สึกที่เราเริ่มต้นวัน โดยไม่ได้ทำบาป ไม่ได้ไอ้อวด ไม่ได้ทำสิ่งที่ไร้สาระ หรือบกพร่องใดๆ ก็นำเมล็ดหนึ่งใส่ลงไปในถุง แต่ถ้าเมื่อเวลาผ่านไปยังไม่ครบวันแล้วรู้สึกว่าได้ทำอะไร บางอย่างข้างต้น ก็ให้ทิ้งเม็ดที่อยู่ในถุง และให้สำนึกว่าวันนี้ท่านพลาดไปแล้ว อยากรู้ก็ตามแม้ว่าจะพลาด โดยตั้งใจหรือปลั้งผลอกก็อย่าได้หมกกำลังใจหรือท้อแท้ แต่ให้ตบัตตัว สำนึกผิดและเริ่มต้นใหม่ด้วยความ ดี หวังว่าอัลลอฮ์จะทรงเมตตา

ที่สำคัญหลังจากทำอุมเราะฮ์หรือฮัจญ์แล้วก็ให้รู้สึกหวนใจหรือห่วงกังวลว่าอัลลอฮ์จะรับ การงานของเราหรือไม่ นั่นคือต้องไม่ตะกับนุร มันใจในตนเองว่าฮัจญ์หรืออุมเราะฮ์ของเรา อัลลอฮ์ต้องรับแน่ๆ ไม่ต้องกลัว ต้องไม่ให้มีความรู้สึกเช่นนี้ในหัวใจ แต่ให้รู้สึกกังวลพร้อมกับความหวังในพระเมตตาของ พระองค์

อีกประการคือต้องระมัดระวังเรื่องการเล่า พูดคุยเล่น คุยโม้ไอ้อวดอวดอวดของเรา (เกรงว่าจะ เกิดการ ไอ้อวดหรือตะกับนุร) ให้ระลึกอยู่เสมอว่า

﴿ قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴾ (162) الأنعام

ความหมาย (มุฮัมมัด) จงกล่าวเถิด แท้จริงการละหมาดของฉัน พิธีกรรมของฉัน การมีชีวิตของฉัน และการตายของฉัน เพื่ออัลลอฮ์ พระผู้อภิบาลแห่งสากลโลก

หมั่นตรวจสอบตัวของท่าน อิบาอะฮ์ของท่านที่ได้ทำมา ว่าถูกต้องบริสุทธิ์ใจมากน้อยแค่ไหน และคอยแก้ไขปรับปรุงอะมัลของท่านอยู่เสมอ (นี่ถือเป็นหนึ่งในสัญลักษณ์ของผู้ที่อุมเราะฮ์หรือฮัจญ์ของ เขาถูกต้องครบถ้วน)

และเมื่อเดินทางกลับถึงบ้าน ได้พบปะครอบครัวญาติพี่น้อง เพื่อนฝูงแล้ว ก็อย่าลืมกะอูบะฮ์ เป็นอันขาด อย่าแม้แต่จะหยุดคิดถึงมัสญิดอัลหะรออม หมั่นตรวจสอบจิตใจ สร้างความรู้สึกคิดถึง อยากรุ่ง ไปยังสถานที่ศักดิ์สิทธิ์เหล่านั้น หวังว่าเราทุกคนจะอยู่ในดุอาอ์ที่ท่านนบีอิบรอฮีมได้กล่าวไว้ว่า

﴿ رَبَّنَا إِنِّي أَسْكَنْتُ مِنْ ذُرِّيَّتِي بِوَادٍ غَيْرِ ذِي زَرْعٍ عِنْدَ بَيْتِكَ الْمُحَرَّمِ رَبَّنَا لِيُقِيمُوا الصَّلَاةَ فَاجْعَلْ أَفْئِدَةً مِنَ النَّاسِ تَهْوِي إِلَيْهِمْ... ﴾ (37) سورة الإبراهيم

ความหมาย โอ้พระเจ้าของเรา แท้จริงข้าพระองค์ได้ให้ลูกหลานของข้าพระองค์พำนักอยู่ ณ ที่ราบลุ่ม นี้โดยไม่มีพืชผลใดๆ ซึ่งอยู่ใกล้บ้านอันเป็นเขตหวงห้ามของพระองค์ โอ้พระเจ้าของเรา เพื่อให้พวกเขา ดำรงการละหมาด ขอพระองค์ทรงให้จิตใจจากปวงมนุษย์มุ่งไปยังพวกเขา..