নবীজির ২৪ ঘণ্টা রুটিনের আলোকে

সুন্নাহ গাইডলাইন

রিদওয়ান হাসান

নবীজির ২৪ ঘণ্টা রুটিনের আলোকে

সুন্নাহ গাইডলাইন

গ্রন্থনা ও সম্পাদনা

রিদওয়ান হাসান

শিক্ষক, জামিয়া ইসলামিয়া দারুল উলূম মাদানিয়া

যাত্রাবাড়ি, ঢাকা-১২০৪

প্রকাশক ও স্বত্বাধিকারীর অনুমতি ছাড়া এ বইয়ের কোনো অংশের পুনরুৎপাদন বা প্রতিলিপি করা যাবে না, কোনো যান্ত্রিক উপায়ে প্রতিলিপি করা যাবে না, ডিস্ক বা তথ্য সংরক্ষণের কোনো যান্ত্রিক পদ্ধতিতে উৎপাদন বা প্রতিলিপি করা যাবে না। এ শর্তের লঙ্ঘন আইনী দৃষ্টিকোণ থেকে দণ্ডনীয়।

নবীজির ২৪ ঘণ্টার আলোকে সুন্নাহ গাইডলাইন

রিদওয়ান হাসান

প্রকাশনায়
sukunshop
buy satisfaction

প্রকাশকাল : ২০২৪ ইং

© প্রকাশক কর্তৃক সংরক্ষিত

বিনামূল্যে বিতরণের জন্য

ISBN: 978-984-35-6336-1

SUNNAH GUIDELINE

in the basis of the prophet's 24 hours

By Ridwan Hasan

Published by sukunshop.com

01518-921625, Email: sukunshopbd@gmail.com

sukunshop
buy satisfaction

কৈফিয়ত

আমরা এই ইনফোগ্রাফির মাধ্যমে মহানবী হযরত মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের একটি দিনের কর্মব্যবস্থাপনা পর্যবেক্ষণ করব। একটি সাধারণ দিনে রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের প্রত্যেকটি মুহূর্ত, প্রত্যেকটি ঘণ্টা কীভাবে অতিবাহিত হতো, তা পর্যবেক্ষণের চেষ্টা করব। এর ফলে আমরা রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের যাপিত জীবন সম্পর্কে ধারণা লাভ করতে পারব, ইনশাআল্লাহ। আমরা অনুধাবন করতে পারব রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম কীভাবে সময়ের মাঝে পরিপূর্ণ সমতা বজায় রাখতেন, কীভাবে দ্বীনি ও দুনিয়াবি চাহিদা ও দায়িত্ব সুষ্ঠুভাবে সম্পন্ন করতে সমর্থ হতেন, কীভাবে স্বতঃস্ফূর্তভাবে প্রত্যেকটি কাজে তাঁর জীবনের প্রতিটি মুহূর্ত ছিল প্রাণোচ্ছল।

রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের জীবনের একটি সেকেন্ডও অপচয়িত হতো না। প্রতিটি মুহূর্তেই তিনি জীবনের বিভিন্ন বিষয়ে বোঝাপড়া করতেন, সমস্যার সমাধান করতেন, দায়িত্ব ও কর্তব্য সম্পন্ন করতেন। গৃহে কিংবা মসজিদে, মদিনার অলিগলিতে কিংবা প্রিয় সাহাবিদের ঘরে; এমনকি খাদ্যগ্রহণের সময় অথবা ঘুমানোর প্রস্তুতিকালে—সর্বদাই তিনি থাকতেন কর্মমুখর।

রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামকে সর্বদা অনুসরণ করতেন তাঁরই প্রিয় সাহাবিগণ। রাসূলের মুখনিঃসৃত প্রত্যেকটি শব্দ; এমনকি তাঁর সূক্ষ্ম গতিবিধি পর্যন্তও তাঁদের নজর এড়াতো না। রাতের অন্ধকারের সাধ্য ছিল না রাসূলপ্রেমী এই সাহাবায়ে কেরামের স্নেহাশিস অন্তরগুলো আটকানোর। এমনকি তাঁরা এটি জানার জন্যেও উদগ্রীব থাকতেন যে, আমাদের প্রিয় রাসূল কীভাবে রাত কাটান।

এমন কোনো উচ্চ দেয়াল নেই, যা রাসূলের ব্যক্তিজীবনকে ঢেকে রাখতে পারে। কিছু আলোকিত অন্তর এবং দীপ্ত চক্ষু সর্বদাই রাসূল

sukunshop
buy satisfaction

সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামকে নজরে রাখত, যতক্ষণ না তিনি ঘুমোতে যেতেন। এমনকি যখন রাসূল ঘুমিয়ে পড়তেন কিংবা ঘুম থেকে জাগ্রত হতেন, তখনো তাঁরা তাঁদের প্রিয় নবীকে পর্যবেক্ষণ করতেন।

রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম আর দশজন সাধারণ মানুষের মতো ছিলেন না। একজন সাধারণ ব্যক্তি হয়তো সকালে খুব প্রাণোচ্ছলতার সাথে দিন শুরু করতে পারেন, কিন্তু দিনের শেষে সন্ধ্যা নামতেই সে ক্লান্ত-পরিশ্রান্ত হয়ে পড়েন। পক্ষান্তরে, সমগ্র দিন-রাতের প্রতিটি মুহূর্তে রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের মাঝে কর্মশক্তির এত অনাবিল অমিয় প্রবাহ বিরাজ করত যে, আপনি অনুভব করবেন, সমগ্র দিনের প্রত্যেক মুহূর্তই যেন ছিল তাঁর জন্যে এক নতুন সূচনা।

রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম একটি মুহূর্তও অপচয় করতেন না, কোনো সুযোগকে হেলায় হারাতেন না। তিনি সহজাতভাবেই অনুভব করতেন যে, আল্লাহর নবী ও রাসূল হিসেবে প্রতিটি কাজের ও মুহূর্তের হিসাব তাঁকে দিতে হবে, জবাবদিহি করতে হবে। তাই তো তাঁর জীবনের প্রতিটি ক্ষণ, প্রতিটি মুহূর্ত ছিল কর্মমুখর ও সাফল্যমণ্ডিত। আর এভাবেই আমাদের জীবনেও দুনিয়া ও আখিরাতের সাফল্য অর্জনের লক্ষ্যে রাসূলের পরিপূর্ণ অনুসরণ করতে হবে। আমাদের যাপিত জীবন পরিচালিত হোক সেই আদর্শে। প্রতিটি কাজ হোক সেই মরুদুলালের পদাঙ্ক অনুসরণ করে। শান্তির জন্য এর বাইরে আদতে আমাদের জন্য আর কোনও পথ নেই। আমাদের আইকন, আমাদের আইডল হচ্ছেন আমাদের প্রিয় নবী। তাঁর জীবনী হচ্ছে আমাদের জীবনের শ্রেষ্ঠ পাঠশালা।

এক্সিকিউটিভ অব সুকুনশপ
১৫.০৩.২০২৪

sukunshop
buy satisfaction

বিছানার সময়

ঘুমের প্রস্তুতি নিতেন।

মধ্যরাত পর্যন্ত ঘুমাতেন।

রাতের খাবার

কখনও কখনও শুধু খেজুর ও পানি খেয়ে থাকতেন।

খাবার পর আল্লাহ রাব্বুল আলামিনের প্রশংসা ও কৃতজ্ঞতা আদায় করতেন।

মাগরিবের নামাজ

মসজিদে গিয়ে মাগরিবের নামাজ আদায় করতেন।

আসরের পর

আসরের পর ঘরে ফিরতেন।

পরিবার-পরিজনদের সাথে সময় কাটাতেন।

আসরের নামাজ

মসজিদে গিয়ে আসরের নামাজ আদায় করতেন।

সামাজিক ইবাদাত দৈহিক

ইশার নামাজ

মসজিদে ইশার নামাজ আদায় করতেন।

নামাজের পর মুসলমানদের স্বার্থসংশ্লিষ্ট বিষয় সাহাবায়ে কেরামের সঙ্গে পরামর্শ করতেন।

নতুবা ঘরে ফিরে পরিবারকে কিছুটা সময় দিতেন।

জোহরের নামাজ

মসজিদে গিয়ে জোহরের নামাজ আদায় করতেন।

সাহাবিদের সঙ্গে বসতেন, আলাপচারিতা ও নসিহত করতেন।

অভিযোগ শুনতেন, বিচারকার্য সম্পাদনা করতেন।

বিশ্রাম

অল্প সময়ের জন্য বিশ্রাম নিতেন, যেন রাতে অধিক ইবাদত করতে পারেন।

মধ্য রাতে

মধ্য রাতে ঘুম থেকে জেগে উঠতেন। ঘরে অথবা মসজিদে তাহাজ্জুদের নামাজ আদায় করতেন। মাঝেমধ্যে তিনি কবরস্থানে যেতেন ও দোয়া করতেন। অধিকাংশ সময় সুবহে সাদিকের আগপর্যন্ত ইবাদাতে কাটাতেন।

রাতের শেষ ভাগে

কোনো কোনো সময় রাত বাকি থাকলে একটুখানি ঘুমিয়ে নিতেন।

সুবহে সাদিকে

রাতের শেষ তৃতীয়াংশে জাগ্রত হয়ে আল্লাহর কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করতেন। মিসওয়াক এবং ওযু করতেন। এরপর আজান শুনতে পেলে নামাজের জন্য প্রস্তুতি নিতেন।

ফজরের নামাজ

মসজিদে গিয়ে সাহাবায়ে কেরামের সঙ্গে ফজরের নামাজ আদায় করতেন।

সূর্যোদয়ের আগপর্যন্ত আল্লাহর যিকির-আযকারে থাকতেন।

সূর্যোদয়ের পর

দুই রাকাত নামাজ আদায় করতেন। এরপর ঘরে ফিরতেন। পরিবার পরিজন ও সাহাবিদের সাথে সময় কাটাতেন।

সকালের খাবার

ঘরে খাবার থাকলে খেতেন। যদি না থাকত, বলতেন— 'আমি আজ রোজা রেখেছি।'

দিনের শুরুর ভাগে

মসজিদে ফিরে দুই রাকাত নামাজ আদায় করতেন। সাহাবিরা তার কাছ থেকে ধর্মীয় বিভিন্ন বিষয়ের দীক্ষা নিতেন। সাহাবিদের কারো প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর প্রদান শেষে ঘরে ফিরে যেতেন।

দুপুরের আগে

আত্মীয়-স্বজনের বাসায় যেতেন। মদিনার মানুষ আসলে তিনি তাদের সঙ্গে দেখা করতেন। সকলের খোঁজখবর নিতেন।

দুপুরের খাবার

বিভিন্ন সময় হাদিয়া বা উপহার হিসেবে প্রাপ্ত খাবার থাকত। দুপুরে অল্প পরিমাণে খেতেন। তিনি সাধারণত নিজ পরিবার, সঙ্গীসাথি কিংবা অসহায় লোকদের সাথে একসঙ্গে খাবার খেতেন।

একনজরে প্রিয়নবীর ২৪ ঘণ্টা

নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের চরিত্র ছিল কুরআনি সজ্জায় সজ্জিত। কুরআন ও হাদিসের সেই জীবনকেই তুলে ধরা হয়েছে নবীজির ২৪ ঘন্টা ইনফোগ্রাফিতে। বক্ষমাণ গ্রন্থেও রয়েছে এর অল্পবিস্তর আলোচনা।

এটি কেবল একটি ইনফোগ্রাফিক্যাল পোস্টার কিংবা শুধু একটি বই নয়; বরং এটি রাসুল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের জীবনধারা থেকে উম্মতের দৈনন্দিন জীবনে অনুসরণযোগ্য আমলের সুন্নাহভিত্তিক গাইডলাইন, যার মাধ্যমে একজন খাঁটি রাসুলপ্রেমী মানুষ প্রতিদিন হিসাব করে করে রাসুল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের বিভিন্ন সুন্নাতকে নিজের জীবনধারায় অনুসরণের অভ্যাস গড়ে তুলতে সক্ষম হবেন।

মূলত ইনফোগ্রাফিতে উল্লেখিত রাসুল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের দৈনন্দিন, সাপ্তাহিক ও মাসিক আমলের হাদীসভিত্তিক বিস্তারিত বিবরণ সঙ্কলিত হয়েছে। বাস্তবজীবনে রাসুল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের আদর্শ ও সুন্নাতের অনুসরণ নিশ্চিত করার সহায়ক প্রয়াস।

তবে নবীজির ২৪ ঘন্টার এই আমলিক রুটিনের সময়সূচি ও কাজের টাইমলাইন হাদিসের বিভিন্ন বিবরণ ও ফকিহগণের তথ্যের ভিত্তিতে নির্ধারণ করা হয়েছে। আমলের ক্ষেত্রেও সময়ের কিছুটা ব্যবধান হতে পারে। তবে সময় অনুপাতে দৈনিন্দিন জীবনে আমলগুলো পালন করাই হবে আমাদের মূল উদ্দেশ্য। আল্লাহ তায়ালা আমাদের সকলকে তাওফিক দান করুন।

sukkshop
buy satisfaction

সুবহে সাদিক ও ফজরের নামাজ
স্পিরিচুয়াল টাইম : সুবহে সাদিক থেকে সূর্যোদয় পর্যন্ত[১]

- রাতের শেষ তৃতীয়াংশে জাগ্রত হয়ে আল্লাহর কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করতেন।
- মিসওয়াক করতেন এবং ওযুর শুরু, মাঝে ও শেষে দোয়া পড়তেন।
- আজান শুনতে পেলে আজানের উত্তর দিতেন।
- আজানের দোয়া পড়তেন।
- ঘরে দুই রাকাত সুন্নত নামাজ পড়তেন। সুন্নত নামাজের পর দোয়া পড়তেন।
- ফজরের নামাজের জন্য মসজিদের দিকে রওনা দিতেন।
- ঘর থেকে বের হওয়ার দোয়া পড়তেন।
- দোয়া পড়ে ডান পা দিয়ে দুরুদ পড়ে মসজিদে প্রবেশ করতেন।
- কাতার সোজা করতেন।
- ফজরের নামাজ আদায় করতেন।
- বিশেষ পরিস্থিতিতে ফজরের নামাজে 'কুনুতে নাযিলা' পড়তেন।
- নামাজের পর ঘুরে বসে সাহাবিদের সময় দিতেন।
- ঘুমানোর অভ্যাস ছিল না। সুর্যোদয়ের আগ পর্যন্ত কোরআন তিলাওয়াত, আল্লাহর যিকির-আযকার বা বিভিন্ন দোয়া-মামুলাত আদায় করতেন।

সূর্যোদয়ের পর
সোস্যাল টাইম : সূর্যোদয়ের পর থেকে ৮টা পর্যন্ত

- সুর্যোদয়ের সময় দোয়া পড়তেন।
- সুর্যোদয়ের পর দুই রাকাত ইশরাকের নামাজ পড়তেন।

---

[১] সুবহে সাদিক বলা হয় রাতের শেষ দিকে পূর্ব দিগন্তের উভয় দিকে ক্ষীণ (দিগন্তের সাথে ভার্টিক্যালি) প্রশস্ত আকারে যে আলো প্রকাশ পায় তখন থেকে সাহরির সময় শেষ হয়ে যায় এবং এরপর থেকেই ফজরের সময় শুরু হয়। ফিকহের পরিভাষায় এ সময়টির নাম সুবহে সাদিক। সুবহে সাদিক থেকে সূর্যোদয় পর্যন্ত সময় সাধারণত সাড়ে ৪ টা থেকে সাড়ে ৬ টা পর্যন্ত ধরা যেতে পারে।

sukunshop
buy satisfaction

- দোয়া পড়ে বাম পা দিয়ে মসজিদ থেকে বের হতেন।
- কেউ চাইলে পানির পাত্রে আঙ্গুল চুবিয়ে তা বরকতময় করতেন।
- স্ত্রীদের ঘরে যেতেন এবং সালাম দিতেন।
- ঘরে খাবার থাকলে খেতেন। যদি না থাকত, বলতেন—'আমি আজ রোজা রেখেছি।'
- খাওয়ার আগে ও পরে হাত ধুয়ে নিতেন।

দিনের শুরুর ভাগ
সোস্যাল টাইম : সকাল ৮টা থেকে ১০টা পর্যন্ত

- মসজিদে ফিরে দুই রাকাত তাহিয়্যাতুল মসজিদ পড়তেন।
- সাহাবিরা তার কাছ থেকে ধর্মীয় বিভিন্ন বিষয়ের দীক্ষা নিতেন।
- ইসতেগফারের আমল করতেন।
- মাঝেমধ্যে নবজাতক শিশুদের তাহনিক ও নামকরণ করতেন।
- মদীনার মানুষ বা আগত প্রতিনিধি দলের সঙ্গে দেখা করতেন।
- শুরা ও পরামর্শ করতেন।
- সাহাবিদের কারো প্রশ্ন থাকলে তার উত্তর প্রদান করতেন।
- মজলিস শেষে দোয়া পড়তেন।

দুপুরের আগে
সোস্যাল টাইম : ১০টা থেকে ১১/১২টা পর্যন্ত

- আত্মীয় স্বজনের বাসায় যেতেন।
- সকলের খোঁজখবর বা রোগীকে দেখতে যেতেন।
- কখনো বাজারে যেতেন।
- দেখা সাক্ষাতে হাসিমুখে সালাম-মুসাফাহা করতেন।
- কারো বাড়িতে গিয়ে সালামের সাড়া না পেলে ফিরে আসতেন।
- কখনো কখনো এ সময় মদীনার বাগানে যেতেন।

sukunshop
buy satisfaction

- সপ্তাহে একদিন মসজিদে কুবায় যেতেন।
- বাইরের কাজ সেরে ঘরে ফিরতেন।
- সালাতুত দোহা (চাশত) আদায় করতেন।

দুপুরের খাবার ও বিশ্রাম
ফিজিক্যাল টাইম : ১১/১২টা থেকে ১টা পর্যন্ত

- বিভিন্ন সময় হাদিয়া হিসেবে প্রাপ্ত খাবার থাকত।
- দুপুরে অল্প পরিমাণে খেতেন।
- সাধারণত নিজ পরিবার, সঙ্গীসাথি কিংবা অসহায় লোকদের সাথে একসঙ্গে খাবার খেতেন।
- খাওয়ার শুরুতে ও শেষে দোয়া পড়তেন।
- অল্প সময়ের জন্য বিশ্রাম নিতেন, যেন রাতে অধিক ইবাদত করা যায়।
- বিশেষ প্রয়োজনে কেউ এলে তাকে সময় দিতেন।
- মহিলাদের বিভিন্ন সমস্যা ও মাসআলার সমাধান দিতেন।

sukunshop
buy satisfaction

জোহরের নামাজ
স্পিরিচুয়াল টাইম : ১টা থেকে ২/৩টা পর্যন্ত

- জোহরের চার রাকাত সুন্নত ঘরে পড়তেন।
- নামাজে গমনকালে কখনো স্ত্রীকে চুমু খেতেন।
- মসজিদে গিয়ে জোহরের নামাজ আদায় করতেন।
- সাহাবিদের সঙ্গে বসতেন।
- আলাপচারিতা, নসিহত ও দ্বীনি তালিম করতেন।
- অভিযোগ শুনতেন ও বিচারকার্য সম্পাদনা করতেন এবং গুরুত্বপূর্ণ বিষয়ে ফয়সালা ও মীমাংসা করতেন।

জোহরের পর
সোস্যাল টাইম : ২/৩টা থেকে আসরের আগ পর্যন্ত

- বাড়িতে ফিরে দুই রাকাত সুন্নত পড়তেন।
- সামাজিক বিভিন্ন প্রয়োজনে সময় দিতেন।
- অন্যের কাজে সহযোগিতা করতেন।

আসরের নামাজ
স্পিরিচুয়াল টাইম : মধ্যবর্তী সময়ের নামাজ

- আসরের আজান হলে চার রাকাত সুন্নত পড়তেন।
- মসজিদে গিয়ে আসরের নামাজ আদায় করতেন।
- সাহাবিদের সঙ্গে বসতেন।

আসরের পর
সোস্যাল টাইম : মাগরিবের আগ পর্যন্ত

sukmshop
buy satisfaction

- আসরের পর ঘরে ফিরতেন।
- পরিবার-পরিজনদের সাথে সময় কাটাতেন।
- সাহাবিদের দাওয়াতে যেতেন।
- সম্পত্তি বণ্টন ও বিবাদসহ বিভিন্ন সমাধানে সময় দিতেন।

মাগরিবের নামাজ
স্পিরিচুয়াল-ফিজিক্যাল-স্যোসাল টাইম : মাগরিব থেকে ৮টা পর্যন্ত

- রোজা থাকলে দোয়া পড়ে ইফতার করতেন। আজানের উত্তর ও আজানের পর দোয়া পড়তেন।
- মসজিদে গিয়ে মাগরিবের নামাজ আদায় করতেন।
- বিভিন্ন দোয়া ও মামুলাত আদায় করতেন।
- দুই রাকাত সুন্নত নামাজ ঘরে এসে পড়তেন।

- ঘুমানো অপছন্দ করতেন।
- দস্তরখান বিছিয়ে পানাহার করতেন।
- কখনো কখনো শুধু খেজুর ও পানি খেয়ে থাকতেন।
- খাবারের মজলিসে কথাবার্তা থাকলে বলতেন।
- খাবারের পর আল্লাহর প্রশংসা ও কৃতজ্ঞতা আদায় করতেন।
- দস্তরখান উঠানোর দোয়া পড়তেন।
- দোয়া পড়ে দুধ পান করতেন। এরপর কুলি করতেন।
- ইশার নামাজের পূর্ব পর্যন্ত ঘরে থাকতেন।

ইশার নামাজ
স্পিরিচুয়াল টাইম : ৮টা থেকে ১০টা পর্যন্ত

- মসজিদে ইশার নামাজ আদায় করতেন।
- নামাজের পর মুসলমানদের স্বার্থসংশ্লিষ্ট বিষয় সাহাবায়ে কেরামের সঙ্গে পরামর্শ করতেন।
- কখনো কখনো মুহাজির সাহাবিদের বাড়িতে যেতেন।
- বাইরে থেকে ঘরে ফেরার আগে মসজিদে দুই রাকাত নামাজ পড়তেন।
- ঘরে ফিরে দুই রাকাত সুন্নত আদায় করতেন।
- স্ত্রীদের সময় দিতেন।

বিছানার সময়
ফিজিক্যাল টাইম : ১০টা থেকে মধ্যরাত ১২/১টা পর্যন্ত

- ঘুমানোর প্রস্তুতি নিতেন এবং শুয়ে পড়তেন।
- বিছানায় শুয়ে স্ত্রীর সঙ্গে কথা বলতেন।
- ঘুমের দোয়া পড়তেন।
- ঘুমের শুরুতে মাঝে মাঝে শরীরে ফুঁ দিতেন।
- প্রয়োজন অনুভব করলে দোয়া পড়ে সহবাস করতেন।
- মাঝেমধ্যে গোসল করতেন।

sukunshop buy satisfaction

- বালিশের পাশে মিসওয়াক রেখে ঘুমাতেন।
- ঘুমের মাঝে এপাশ-ওপাশ করলে দোয়া পড়তেন।
- মধ্যরাত পর্যন্ত ঘুমাতেন।

মধ্যরাত
স্পিরিচুয়াল টাইম : রাত ১২/১টা থেকে ৩টা পর্যন্ত

- ঘুম থেকে জেগে উঠতেন।
- ঘুম থেকে ওঠার দোয়া পড়তেন।
- মিসওয়াক করতেন।
- ইস্তিঞ্জার স্থানে প্রবেশ ও বের হওয়ার দোয়া পড়তেন।
- প্রয়োজন হলে গোসল করতেন।
- ওযুর শুরু, মাঝে ও শেষে দোয়া পড়তেন।
- দোয়া ও যিকির-আযকার করতেন।
- তাহাজ্জুদের নামাজ পড়তেন। নামাজে লম্বা কেরাত পড়া অবস্থায় কাঁদতেন এবং দীর্ঘ রুকু ও সেজদা করতেন।
- দোয়া ও মোনাজাতে কাঁদতেন।
- মাঝেমধ্যে কবর যিয়ারত করতেন।
- কখনো কখনো হযরত ফাতেমা রাদিয়াল্লাহু আনহার ঘরে গিয়ে তাঁদের তাহাজ্জুদের জন্য জাগাতেন।
- বিতরের নামাজ পড়তেন। বিতরের নামাজের পর নিম্নের দোয়াটি পড়তেন :

سُبْحَانَ الْمَلِكِ الْقُدُّوْسِ

- রোজা রাখার নিয়ত থাকলে সাহরি খেতেন।
- অধিকাংশ সময় সুবহে সাদিকের আগ পর্যন্ত ইবাদাতে কাটাতেন।

রাতের শেষ ভাগ
ফিজিক্যাল টাইম : রাত ৩টা থেকে সুবহে সাদিক পর্যন্ত

- কোনো কোনো সময় রাত বাকি থাকলে একটুখানি ঘুমিয়ে নিতেন।

sukunshop
buy satisfaction

আমাদের দৈনন্দিন জীবনে বরকত আসবে যেভাবে

একজন মুসলিম ব্যক্তির জীবন ইবাদত-নির্ভর। দৈনিক পাঁচ ওয়াক্ত নামাজ আদায় করা ছাড়াও সকাল-সন্ধ্যায় পালনীয় তার জন্য মাসনুন আমল এবং দোয়া-আযকার রয়েছে। এমনকি প্রত্যেক কাজেই তার জন্য রয়েছে নির্দিষ্ট দোয়া ও তাসবিহ। এগুলো পাঠ এবং পালনের মাধ্যমে তাকে মেনে চলতে হয় ইসলামি শরিয়তের বিধি-বিধান।

শরয়ি এসব বিধি-বিধান ও নিয়ম-কানুন অনুযায়ী নির্দিষ্ট নিয়ম এবং সীমার মধ্যে থেকেই জীবন পরিচালনা করতে হয় তাকে। যে কারণে তার জীবনের প্রতিটি পদক্ষেপ গুরুত্বপূর্ণ। তার প্রতিটি কাজকর্ম হওয়া চাই সুন্দর, সর্বোৎকৃষ্ট এবং সুশৃঙ্খল। তার আচার-আচরণ, কাজকর্ম, কথাবার্তা, লেনদেন, চলাফেরা ইত্যাদি—মোটকথা, সামগ্রিক বিচারে তাকে হতে হবে আলোকিত একজন মানুষ, যার কাজ দ্বারা কেউ ক্ষতিগ্রস্ত হবে না, যার কথা দ্বারা কেউ কষ্ট পাবে না, যার আচরণে কেউ আহত হবে না, যার হাত ও মুখ অন্যের গ্রাস কেড়ে নিবে না।

sukunshop buy satisfaction

দৈনন্দিন জীবনে কীভাবে একজন মুসলিম তার সারাদিন ও রাতের সময়গুলোকে সর্বোত্তমভাবে কাজে লাগাতে পারে, সে সম্বন্ধেই এই নিবন্ধ। আল্লাহ তায়ালা আমাদের উত্তম জীবন গঠন করার তাওফিক দান করুন।

ভুল রুটিনে বিপন্ন জীবন

সুন্দর এই পৃথিবীতে আমরা সকলেই কম-বেশি ব্যস্ত। জীবন কোথাও থেমে নেই, ব্যস্ততারও শেষ নেই। ব্যস্ততা থাকবেই। থাকাটাই তো স্বাভাবিক। জীবন শেষ হয়ে গেলে আমাদের সকল প্রয়োজনও ফুরিয়ে যায়। ইতি ঘটে সকল ব্যস্ততারও। কিন্তু আমাদের অনেকেরই জীবন সয়লাব হয়ে আছে অযাচিত, অপ্রয়োজনীয় কিংবা পরিমিতবোধহীনতায় সৃষ্ট অনাকাঙ্ক্ষিত ব্যস্ততা আর অনর্থক কোলাহলে। এই ভুল ব্যস্ততার পেছনে পড়ে আমাদের কাঙ্ক্ষিত অমল-ধবল জীবন কোথায় যেন হারিয়ে যাচ্ছে।

আর এর কারণ হলো—আমাদের দিনের শুরুটাই হয় ভুলভাবে।

রাত বারোটার পরে ঘুমানো আর দিনের দশটা বাজিয়ে ঘুম থেকে উঠা মানুষের নিত্য-নৈমিত্তিক রুটিন হয়ে দাঁড়িয়েছে। এটা নববি আদর্শ এবং সুন্নাহ পরিপন্থী মারাত্মক একটি ভুল রুটিন। আর এই ভুল রুটিনের কারণে বরকতশূন্য হয়ে পড়ছে আমাদের গোটা জীবন। কোথাও যেন শান্তি-প্রশান্তি নেই। বারাকাহ-প্রাচুর্য্য নেই। রহমত যেন উবে গেছে জীবন থেকে। শান্তির নীড়ের বদলে আমাদের ঘর-সংসারগুলো যেন ক্রমশ হয়ে উঠছে অশান্তির কারখানা। পরিবারগুলো থেকে বিদায় নিচ্ছে শৃঙ্খলা, সৌন্দর্য্য এবং প্রশান্তির পরশ।

জীবনের বরকত যেখানে

জীবনের সকল ক্ষেত্রে বরকত লাভ, প্রয়োজনীয় প্রতিটি কাজের সুষম সমন্বয় এবং সত্যিকারের শৃঙ্খলা অর্জনের জন্য ইসলামি শরিয়া নির্দেশিত দৈনন্দিন রুটিন অনুসরণ করার বিকল্প নেই। ইসলামি শরিয়াসম্মত সেই রুটিন হচ্ছে আল্লাহ প্রদত্ত পদ্ধতিতে নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের অনুসৃত জীবনযাপনের তরিকার আনুপুঙ্খিক বাস্তবায়ন। বলাবাহুল্য, ইসলাম আমাদের আগে আগে ঘুমাতে এবং অতি প্রত্যুষে জাগ্রত হতে উৎসাহিত করে। এটিই ছিল রাসূলে কারিম সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের সারাজীবনের ধারাবাহিক এবং নিয়মিত আমল।

রাসূলে কারিম সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম রাতের প্রথম প্রহরে বিশেষ প্রয়োজন ছাড়া দীর্ঘ সময় জেগে থাকতেন না, বরং তাড়াতাড়ি শুয়ে পড়তেন এবং রাত দ্বিপ্রহরের পরপরই আবার জাগ্রত হতেন। এরপর কিয়ামুল লাইল তথা তাহাজ্জুদে দীর্ঘ সময় অতিবাহিত করতেন। এমনকি অধিকাংশ সময় ফজরের ওয়াক্ত অবধি চলতে থাকত রাতের সেই ইবাদত।

আমাদের জীবনও কি এমন হওয়া উচিত নয়? শেষরাতের নিস্তব্ধতায় মহান রব যখন প্রথম আসমানে অবতীর্ণ হন; অভাবী, বঞ্চিত, প্রার্থনাকারীদের সকাতর প্রার্থনা শোনার জন্য বারবার আহ্বান করতে থাকেন; কবুল করে নেওয়ার জন্য ডাকতে থাকেন—কে আছ অভাবী? আমার কাছে চাও, আমি অভাব পূরণ করে দিবো। কে আছ ক্ষমাপ্রার্থী? আমার কাছে ক্ষমাপ্রার্থনা করো, আমি ক্ষমা করে দিবো। আল্লাহ তায়ালা যখন এমনি করে প্রেম-বিগলিতকণ্ঠে ডাকতে থাকেন আর মুঠি মুঠি রহমতের বারিধারা বর্ষণ করতে থাকেন বিশ্ববাসী সকলের জন্য—প্রিয় বন্ধু, তখন আমরা কেন ঘুমের ঘোরে অচেতন হয়ে পড়ে থাকি? আমরা

কেন জাগতে পারি না? আমরা কেন মহান মালিকের নীরব রাতের সেই ঐকান্তিক আহ্বান শুনতে পাই না? আমরা কেন মহান রবের সেই আকুল ডাকে সাড়া দিয়ে নিজেদের কিসমত বুলন্দ করে নিতে পারি না? আমরা কেন আমাদের ভাগ্যকে বদলে নিতে পারি না? আমরা কেন আমাদের তাকদিরকে প্রশস্ত এবং প্রসন্ন করে নিতে পারি না?

দিনের সূচনা হবে সুবহে সাদিক থেকে

একজন মুসলমানের দিনের সূচনা হবে সুবহে সাদিক থেকে। যেন সে ফজরের নামাজের পরে ভোরের শুভ্র হাওয়া এবং নির্মল প্রাকৃতিক সজীবতা গায়ে মাখতে পারে। সকালের পরিবেশ থাকে ভীষণ সতেজ এবং কোমল। ফলস্বরূপ, ভোরের এই সম্পূর্ণ সময়টাই নিরবচ্ছিন্ন ভাবনা, চিন্তা ও মাইন্ড রিফ্রেশের জন্য মোক্ষম সময়। অথচ অনেকের এই সময়টা কাটে গভীর নিদ্রায় বিভোর থেকে।

যারা অতি প্রত্যুষে ঘুম থেকে উঠে থাকেন, নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম তাদের জন্য বরকতের দোয়া করেছেন, 'হে আল্লাহ! আমার উম্মতের মধ্যে যারা ভোরে জাগে, তাদের জীবনে বরকত দান করুন।' [মুসনাদে আহমদ, সহিহ ইবনে হিব্বান]

দুঃখের বিষয় হলো, আমাদের লাইফস্টাইল একদমই এর বিপরীত। আমরা অযথাই অনেক রাত করে ঘুমাই, ফলে ফজরের নামাজ ওয়াক্ত মতো পড়া আমাদের নসিব হয় না। আমাদের সালাফেরা, আমাদের পূর্বসূরি জ্ঞানীগণ বলতেন, 'যারা সূর্য উঠার পর ফজরের নামাজ পড়ে, তারা কীভাবে আল্লাহর কাছে রিজিক আশা করে আমাদের বুঝে আসে না!'

হযরত আবু হুরায়রা রাদিয়াল্লাহু আনহু বলেন, নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, 'তোমরা ঘুমালে শয়তান তোমাদের ঘাড়ে তিনটা গিঁট্টু দেয়, প্রতিটা গিট্টুঁতে 'রাত এখনো অনেক লম্বা, তুমি ঘুমাও' বলে শয়তান ফুঁ দেয়। ঘুম থেকে উঠে কেউ আল্লাহর নাম নিলে প্রথম গিঁট্টু খুলে যায়। এরপর ওযু করলে দ্বিতীয় গিঁট্টু খুলে যায়। এরপর যদি নামাজ আদায় করে তাহলে তৃতীয় গিঁট্টুটিও খুলে যায়। ফলে তার দিনের শুরুটা হয় কর্মময় এবং প্রশান্ত চিত্তে। অন্যথায় তার সকাল শুরু হয় অলস এবং মনমরা অবস্থায়। [সহিহ বুখারি]

sukunshop buy satisfaction

সকালের বরকতময় দোয়া

এরপর রয়েছে নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম কর্তৃক পঠিত সকালের অনিন্দ্য সুন্দর দোয়ামালা। দোয়াগুলো পড়লে একজন পাঠকের মন ভালো না হয়ে পারে না, যা 'ফজরের পর করণীয়' শীর্ষক আলোচনায় আসবে। এসব দোয়ার বৈজ্ঞানিক কার্যক্ষমতা আমরা হয়তো হাজার বছর ধরেও বুঝিনি। সম্প্রতি আধুনিক বিভিন্ন ধরনের মেডিটেশনে এরচেয়ে কম পাওয়ারফুল শব্দগুলো 'অ্যাফারমেশন' নামে ব্যবহৃত হচ্ছে। মাসনুন দোয়া আদায় করে কিছুক্ষণ অর্থ ও মর্ম অনুধাবন করে কুরআন তিলাওয়াত করতে পারেন। তবে অর্থ না জেনে পড়লেও সওয়াবের কোনো কমতি হয় না।

জীবিকার তালাশে বের হওয়া

এরপর সকালের নাস্তা সেরে দিনের কাজের জন্য বের হবেন এবং জীবিকার তালাশে যুক্ত হবেন যে-কোনো হালাল পেশায়। জীবন থেকে প্রয়োজনীয় জিনিসপত্র গ্রহণ করার মতোই মানুষের উচিত পৃথিবীর প্রয়োজনীয় জিনিসপত্র সরবরাহ করা।

কোনো কাজ না করে, খেয়ে আর ঘুমিয়ে সময় নষ্ট করা নববি আদর্শের পরিপন্থী। এমনকি এই কর্মহীনতা ও অলস সময় যদি ইবাদতের নামেও হয়, তবু ইসলাম এর অনুমোদন দেয় না। কারণ ইসলামে কোনো সন্ন্যাসবাদের স্থান নেই।

মুসলমান বিশুদ্ধ নিয়ত এবং সঠিক পন্থায় জাগতিক যেসব কাজকর্ম করে, সেগুলোও ইবাদত। কারণ, প্রতিটি কাজ সঠিকভাবে আদায় করা মুসলমানের ওপর অর্পিত দায়িত্ব। নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন, 'আল্লাহ প্রতিটি জিনিসের ওপর 'ইহসান' আবশ্যক করেছেন। আর ইহসান হলো প্রতিটি জিনিস সুন্দর এবং সুচারুরূপে সম্পন্ন করা।

সাধারণ পরিভাষায় যাকে আমরা আধুনিকতা বা স্মার্টনেস নামে অভিহিত করি, ইসলামে একে 'মুহসিন' বা পরিশীলিত বলা হয়। ইসলামের মুহসিন এসেছে আরবি ইহসান শব্দ থেকে কর্তৃবাচ্য হিসেবে। আর ইহসান এসেছে হুসনু শব্দ থেকে, যার অর্থ হলো সুন্দর। আধুনিক পরিভাষায় এরই নাম স্মার্টনেস,

পরিশীলিত বা আধুনিকতা। এই একটি শব্দের মাধ্যমে ইসলাম যে চির আধুনিক, অটো আপডেটেড ও যুগোপযোগী—এর জানান দেয়।

ইহসান শব্দের ব্যাখ্যা থেকেই জানতে পারবেন ইসলাম কোনো সেকেলে জীবনব্যবস্থা নয়। ইসলাম চির আধুনিক এক জীবনব্যবস্থার নাম। ইহসান মানে সুচারুরূপে কোনো কাজ করা। একটি কাজের আদেশ করা হয়েছে, আপনি তা করে দিলেই অর্ডার পালিত হয়েছে, এরকমটি করে আপনি একজন সাধারণ মুসলিম হিসেবে নিজেকে দাবি করতে পারেন, কোনো সন্দেহ নেই। কিন্তু নিজেকে মুহসিন দাবি করতে পারবেন না।

মুহসিন দাবি করতে হলে আদেশ পালনের সাথে আরো কিছু অতিরিক্ত কাজ আপনাকে করতে হবে। তা হলো আদেশটি অবশ্যই সুচারুরূপে পালন করতে হবে। যেই কাজের আদেশ করা হয়েছে তা মনের মাধুরি মিশিয়ে, ভালোবাসার সংযোগ ঘটিয়ে, নিজের সব যোগ্যতাকে ঢেলে দিয়ে, সব উপায়-উপকরণ তার পেছনে নিয়োজিত করে ও মনপ্রাণ উজাড় করে চিত্তাকর্ষক ও সুন্দরভাবে পরিশীলিতার সাথে সুসম্পন্ন করার কারণে তিনি একই সাথে মুসলিম ও মুহসিন। যেমনটি আমরা অন্য হাদিসে দেখতে পাই, যেখানে নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সালাম ইরশাদ করেন, 'তোমরা যখন কোনো কাজ করবে, তা সুন্দরভাবে সম্পন্ন করবে'। [সুনানে বায়হাকি]

sukunshop
buy satisfaction

বরকতময় সাদাকাহ

দৈনন্দিন কাজকর্মের মধ্যে একজন মুসলমানের জন্য যে বিষয়টি কখনোই ভুলে যাওয়া উচিত নয়, তা হলো মানুষকে সাহায্য করা এবং সমাজসেবায় নিজেকে নিয়োজিত রাখা। কারণ এসব তার আমলনামায় সাদাকাহ হিসাবে গণ্য হয়।

নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন, 'তোমাদের প্রত্যেকের ওপর সাদাকাহ আবশ্যক।' সাহাবায়ে কেরাম বললেন, 'কেউ যদি সাদাকাহ করার মতো কিছু না পায়?' নবীজি বললেন, 'সে নিজ হাতে কামাই করবে। এতে সে নিজেও লাভবান হবে, সাদাকাহও করতে পারবে।' তাঁরা বললেন, 'যদি তা করতে সক্ষম না হয়?' তিনি বললেন, 'গরিব-দুঃখীদের সাহায্য করবে।' তাঁরা বললেন, 'যদি তা করতে না পারে?' তিনি বললেন, 'সৎ কাজের আদেশ করবে।' তাঁরা বললেন, 'যদি তাও করতে না পারে?'

নবীজি বললেন, 'তাহলে সে মন্দ কাজ থেকে বিরত থাকবে, এটাই তার জন্য সাদাকাহ হবে।' [সহিহ বুখারি : ৬০২২]

উত্তম কথা বলাও সাদাকাহ। নামাজের জন্য মসজিদের দিকে উঠানো প্রতিটি পদক্ষেপ সাদাকাহ। এমনিভাবে রাস্তা থেকে কষ্টদায়ক বস্তু সরানোও সাদাকাহ।

পাঁচ ওয়াক্ত নামাজে বরকত আনে জীবনে

সূর্য হেলে পড়লে জোহরের আজান দেওয়া হয়। প্রথম ওয়াক্তেই জোহরের নামাজ জামাতের সাথে আদায় করা উচিত। কারণ প্রথম ওয়াক্তে নিহিত রয়েছে মহান আল্লাহর সন্তুষ্টি। আল্লাহ তায়ালা ভালো কাজে প্রতিযোগিতা করতে বলেছেন। আর নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সালাম জামাতে পশ্চাদগামীদের ঘর জ্বালিয়ে দেওয়ার মতো হুশিয়ারি দিয়ে জামাতের গুরুত্ব বুঝিয়েছেন।

তাছাড়া একা নামাজ পড়ার চেয়ে মসজিদে জামাতের সাথে আদায়কৃত নামাজে সাতাশ গুণ বেশি সাওয়াবের কথা হাদিসে বর্ণিত হয়েছে। মুসলমান দ্বিপ্রহরে আল্লাহ প্রদত্ত রিজিক থেকে সীমাহীন অপচয় এবং সীমাহীন সংযম না করে মধ্যম পন্থায় দুপুরের খাবার গ্রহণ করবে।

আসরের ওয়াক্ত শুরু হলে কাইলুলা (বিশ্রাম) বা অন্যসব ব্যস্ততা রেখে মসজিদের দিকে যাবে। আসরের নামাজে কোনোভাবেই অবহেলা করা যাবে না। এই নামাজকে কুরআনে 'মধ্যবর্তী নামাজ' হিসেবে উল্লেখ করে আলাদাভাবে গুরুত্বারোপ করা হয়েছে। তাই ব্যস্ততা, ব্যবসা-বাণিজ্য বা খেল-তামাশায় মত্ত থেকে এই নামাজকে অবহেলা করা যাবে না।

সূর্য ডুবে গেলে মুসলিম দ্রুত মসজিদের দিকে ধাবমান হবেন এবং মাগরিবের নামাজ প্রথম ওয়াক্তেই আদায় করবেন। কেননা মাগরিবের ওয়াক্ত খুবই সংক্ষিপ্ত। মাগরিবের নামাজের পরে সকালের মতো মাসনুন দোয়া ও আযকার আদায় করবেন।

একজন মুসলিম রাতে পরিমিত খাবার গ্রহণ করবেন। এরপর ইশার নামাজ পড়বেন। শেষ রাতে উঠার ব্যাপারে আত্মবিশ্বাসী হলে বিতির রেখে দিবেন, অন্যথায় তখনই পড়ে নিবেন। প্রয়োজনে রাতের খাবার ইশার পরেও খাওয়া যেতে পারে, তবে রাতের খাবারের পরপরই ইশার নামাজ আদায় করা উচিত।

sukunshop buy satisfaction

রাতের খাবার এবং ইশার নামাজ একইসাথে হাজির হলে আগে খাবার খেয়ে নিবে। বুখারি ও মুসলিমের হাদিসে এমনটাই এসেছে। খেয়ে নামাজ পড়ার কারণ হলো, যাতে নামাজে পরিপূর্ণ মনোযোগ দেওয়া যায়। ঘুমের আগে নির্দিষ্ট কোনো কাজ থাকলে তা অল্প সময়ে সেরে ফেলবে, যেমন কারোর সাথে দেখা করা অথবা অন্য কোনো বিশেষ কাজ সম্পন্ন করা।

দশটি হক আদায়ের বিষয়ে সজাগ থাকা

আল্লাহ তায়ালা কুরআনে যে দশটি হকের কথা উল্লেখ করেছেন, সেগুলোর ব্যাপারে মুসলিমদের কখনোই বিস্মৃত হওয়া উচিত নয়। ইরশাদ হচ্ছে—

وَاعْبُدُوا اللّٰهَ وَلَاتُشْرِكُوا بِهٖ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِى الْقُرْبٰى وَالْيَتَامٰى وَالْمَسَا كِينِ وَالْجَارِ ذِى الْقُرْبٰى وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ السَّبِيْلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ إِنَّ اللّٰهَ لَا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا

'আর তোমরা (১) আল্লাহর ইবাদত করো, তার সাথে কোনো কিছু শরিক করো না, (২) পিতামাতার সাথে সদ্ব্যবহার করো এবং (৩) আত্মীয়স্বজন, (৪) এতিম (৫) মিসকিন, (৬) কাছের প্রতিবেশী, (৭) দূরের প্রতিবেশী, (৮) ঘনিষ্ঠ সহচর, (৯) পথিকজন, (১০) তোমাদের দাস-দাসীর সাথেও (ভালো ব্যবহার করো)। [সূরা আন নিসা : ৩৬]

এখানে উল্লেখিত দশটি হকের মধ্যে প্রথম এবং সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ হক হলো, সকল সৃষ্টির স্রষ্টা, সকল কিছুর মালিক, জীবন-মৃত্যু এবং যাবতীয় নেয়ামতদাতা আল্লাহ তায়ালার হক। কারণ প্রতিটি নেয়ামতই আল্লাহর পক্ষ থেকে আসে। অতএব, হক্কুল্লাহর ব্যাপারে কোনো রকম অবহেলা ও গাফলতির সুযোগ নেই।

ইলম অর্জনের বরকত

দৈনন্দিন রুটিনে কিছুটা সময় নিজের অধ্যয়নের জন্য রাখা উচিত। যাতে নিজেকে সমৃদ্ধ করা যায়। যেমন, আল্লাহ তায়ালা নবীজিকে বলেছেন, 'হে নবী, আপনি বলুন, প্রভু! আমার জ্ঞান বৃদ্ধি করে দিন।'

নিজের দুনিয়া এবং আখিরাত সজ্জিত করার জন্য তাই দিনের নির্দিষ্ট কিছু সময় নির্বাচিত কিতাবাদি পড়ার জন্য বরাদ্দ করা উচিত। জনৈক জ্ঞানী সুন্দর কথা বলেছেন, 'তুমি যা পড়ো তা যদি আমাকে বলো, তাহলে তুমি যে আসলে কে, তা আমি তোমাকে বলে দিতে পারব!'

হাফেজ নন এমন ব্যক্তির জন্য প্রতিদিন এক পারা কোরআন তিলাওয়াত করা উচিত। যেন মাসে এক খতম পূর্ণ হয়ে যায়। হাফেজদের তিন পারা তিলাওয়াত করা উচিত। নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, 'তোমরা কোরআন তিলাওয়াত করো। কেননা, কোরআন কিয়ামতের দিন তিলাওয়াত-কারীর জন্য সুপারিশ করবে।' [মুসলিম : ৮০৪]

যে কোরআন পড়তে জানে না, তার শেখার চেষ্টা করতে হবে। পড়তে না পেরে আয়াতের ওপর আঙুল দিয়ে স্পর্শ করলে তিলাওয়াতের সওয়াব পাবে না, তবে কোরআনের প্রতি মহব্বত প্রকাশের জন্য সওয়াবের আশা করা যায়। [মারাকিল ফালাহ : ২৫৯]

কোরআন তিলাওয়াতের পাশাপাশি সাধ্যমতো কোরআনের অনুবাদ, আমলের নিয়তে অর্থসহ হাদিস পাঠ এবং বিশ্বনবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম, সাহাবায়ে কেরাম ও আল্লাহওয়ালাদের জীবনী পড়া উচিত।

sukumshop
buy satisfaction

বিনোদন

দিনের কিছু সময় বৈধ খেলাধুলা এবং শরিয়তসম্মত বিনোদনে ব্যয় করা দোষের কিছু নয়। তবে কাজ, ঘুম, বিশ্রাম, নিজের শরীর, পরিবারের হক, আত্মীয়স্বজনের হকসহ যে-কোনো হক, সর্বোপরি আল্লাহর হক তথা ইবাদতে অবহেলা করে তা কখনোই করা যাবে না। এ সকল দায়িত্ব যথাযথ আদায়ের পরই খেলাধুলা এবং বিনোদনের কথা আসে।

নবীজির দৈনন্দিন রুটিন কেমন ছিল?

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম ঘুম থেকে জাগার পর সাহাবিদের সঙ্গে ফজরের নামাজ আদায় করতেন। নামাজের স্থানে বসেই সূর্যোদয়ের আগপর্যন্ত যিকির-আযকার ও দোয়া করতে থাকতেন। [মুসলিম : ৬৭০]

সাহাবায়ে কেরামও নবীজির সঙ্গে অবস্থান করতেন। কখনো কখনো তাঁরা জাহিলিয়াতের ঘটনা বলাবলি করে মৃদু হাসাহাসি করতেন, রাসূলও তাঁদের কথায় মুচকি হাসতেন। প্রিয় নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম রাতে কোনো স্বপ্ন দেখে থাকলে তা সাহাবিদের বলতেন কিংবা কোনো সাহাবি নিজের স্বপ্ন বললে তিনি তার ব্যাখ্যা করতেন।

রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম রাতে কোরআনের কোনো অংশ নাযিল হলে সেটাও শোনাতেন। সাহাবিদের কারো প্রশ্ন থাকলে এর উত্তর প্রদান শেষে ঘরে ফিরে যেতেন। ঘরে ফিরে চার রাকাত কিংবা এরচেয়ে বেশি পরিমাণে দোহার সালাত আদায় করতেন। [মুসলিম : ৭১৯]

রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম নিজের ঘরকন্নার সব কাজেই শামিল হতে পছন্দ করতেন। অন্য সব পুরুষেরা নিজের সংসারের জন্য যা কিছু করে থাকে, তিনিও সবই করতেন। এমনকি নিজের ছোট ছোট কাজও তিনি নিজেই সম্পন্ন করতে কখনো দ্বিধা করেননি। যেমন, তিনি দুধ দোহাতেন, ছিঁড়ে যাওয়া জামায় তালি দিতেন, ছেঁড়া জুতা সেলাই করতেন। নিজের পরিধেয় জামা নিজেই কাঁচতেন। [মুসনাদে আহমাদ : ২৬১৯৪]

এরপর জোহরের নামাজের সময় এলে মসজিদের দিকে বেরুতেন। নামাজ শেষে সাহাবায়ে কেরামের সঙ্গে বসতেন, আলাপ করতেন, নসিহত করতেন। অভিযোগ শুনতেন, বিচারকার্য সম্পাদনা করতেন। পুনরায় ঘরে ফিরে যেতেন।

তিনি ছিলেন নবী এবং দাঈ। একই সঙ্গে ছিলেন দায়িত্ববান স্বামী, পিতা এবং নেতা। পরিবারপ্রধান হিসেবে পরিবারের জন্য যা প্রয়োজন, তিনি তা সবই আঞ্জাম দিতেন। [বুখারি : ৬৭৬]

sukunshop buy satisfaction

খাবারের ব্যাপারে তাঁর অভ্যেস ছিল—তিনি কোনো খাবারের দোষ ধরতেন না। ইচ্ছে হলে খেতেন, নতুবা রেখে দিতেন। এমনও সময় অতিবাহিত হয়েছে, যখন মাস পেরিয়ে গেছে, অথচ ঘরে খাবার বলতে ছিল শুধু খেজুর আর পানি।

একবার তো এই অবস্থা টানা তিন চন্দ্রমাস অবধি ছিল। তবুও কখনো নবীজির মধ্যে অসন্তোষ বা দুশ্চিন্তার অণুতম আলামত পরিলক্ষিত হয়নি। [বুখারি : ৩৫৬৩, মুসলিম : ২০৬৪]

সেকালে সাধারণত সকালে ও সন্ধ্যাতেই আহার করা হতো। আমাদের মতো তিন বেলা খাওয়ার রীতি ছিল না। সকালে ও সন্ধ্যায় তিনি নবীয পান করতেন। সাধারণত দুপুরে অল্প সময়ের জন্য ঘুমোতেন। যেন রাতে অধিক ইবাদাত করতে পারেন। [আল-আওসাত : ২৮]

তিনি প্রায়শই বিকেলে মদিনাবাসীর দৈনন্দিন জীবনের খোঁজখবর নিতে বের হতেন। বাজার পরিদর্শনে যেতেন। অসুস্থদের খোঁজখবর নিতে সশরীরে উপস্থিত হতেন। লোকেদের দাওয়াত থাকলে কবুল করতেন।

[বায়হাকি : ২০৮৫১, মুসলিম : ১০২]

রাসূলের দিনের বেশিরভাগ সময় অতিবাহিত হয়েছে মানুষের দ্বীনের দিকে আহ্বান করে, মানুষের অধিকারের পক্ষে কাজ করে, প্রয়োজন সম্পন্ন করে, ভালো কাজের আদেশ ও মন্দ কাজের নিষেধের মধ্য দিয়ে। তিনি কথা বলতেন অল্প, আল্লাহর যিকির-আযকার করতেন বেশি, নামাজ দীর্ঘায়িত করতেন। অসহায় ও দুর্বলের কোনো প্রয়োজন পূরণ করার চেয়ে তাঁকে আর কিছুতেই অধিক তৃপ্ত হতে দেখা যায়নি। [নাসাঈ : ১৪১৪]

ইশার নামাজের পর মুসলমানদের স্বার্থসংশ্লিষ্ট কোনো বিষয় থাকলে প্রবীণ, প্রাজ্ঞ ও বিজ্ঞ সাহাবায়ে কেরামের সঙ্গে পরামর্শ করতেন রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম। নতুবা পরিবারকে কিছুটা সময় দিতেন। [তিরমিযি : ১৬৯; আহমাদ : ১৭৮]

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম ছিলেন সদা হাস্যোজ্জ্বল এবং সন্তুষ্টচিত্তের মানুষ। লোকেদের সঙ্গে তাঁর ব্যবহার ছিল কোমলতর। তিনি খরচের ব্যাপারে ছিলেন মুক্তহস্ত। যে স্ত্রীর কামরায় রাত যাপন করবেন, ইশার পর সেখানে তার বাকি স্ত্রীগণও একত্রে বসতেন। রাসূল তাঁদের সঙ্গে খুনসুটি

করতেন। কখনো কখনো একত্রে সন্ধ্যার নাশতা করতেন। এরপর আম্মাজানদের প্রত্যেকে তার স্ব স্ব কামরায় ফিরে যেতেন।

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম রাত্রের শেষ তৃতীয়াংশে জাগ্রত হতেন। মিসওয়াক ও ওযু শেষে রাতের বাকি অংশ ইবাদত করতেন। হযরত বিলাল রাদিয়াল্লাহু আনহু আজান দিলে আরও দুই রাকাত সালাত আদায় শেষে মসজিদে যেতেন। [আবু দাউদ : ৫৬, বুখারি : ৪৫৬৯, মুসলিম : ৭৬৩]

নবী করিম সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের অভ্যাস ছিল তিনি ছোট-বড় সকলকেই সালাম দিতেন। লোকেদের সঙ্গে হাসিমুখে কথা বলতেন। তাঁর অবস্থান ছিল বিনয়ের সর্বোচ্চ স্তরে। তিনি ছিলেন ধৈর্যের মূর্তপ্রতীক, ক্ষমার উজ্জ্বলতর দৃষ্টান্ত। এমন কখনো হয়নি, কেউ কখনো তাঁর কাছে কোনও সাহায্য চেয়ে প্রত্যাখ্যাত হয়েছে।

sukunshop
buy satisfaction

আমাদের রুটিন কেমন হওয়া উচিত?

একদিন সবাইকে মৃত্যুবরণ করতে হবে। একজন মানুষ একেকটি দিন অতিবাহিত করার মাধ্যমে প্রতিনিয়ত মৃত্যুর দিকে ধাবিত হচ্ছে। তাই জীবনের মূল্যবান সময়কে শ্রেষ্ঠ সম্পদ মনে করতে হবে, তা হিসাব করে ব্যয় করতে হবে। নিম্নে ২৪ ঘণ্টা সময়ের একটি রুটিন দেওয়া হলো—

ফজরের আজান হলে করণীয়

(১) ফজরের আজানের সঙ্গে সঙ্গে ঘুম থেকে জাগ্রত হওয়া। এরপর এ দোয়াটি পড়া—

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِىْ أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُوْرُ

‘আলহামদু লিল্লাহিল্লাজি আহইয়ানা বাদা মা আমাতানা ওয়া ইলাইহিন নুশুর’।

অর্থ : সেই আল্লাহর জন্য সকল প্রশংসা, যিনি মৃত্যুর পর আমাদের জীবন দান করলেন এবং তাঁরই দিকে আমাদের পুনরুত্থান।

হযরত হুযাইফা রাদিয়াল্লাহু আনহু থেকে বর্ণিত, রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম রাতে বিছানায় শোয়ার সময় নিজ হাত গালের নিচে রাখতেন, এরপর বলতেন, ‘হে আল্লাহ! আমি তোমার নামে মৃত্যুবরণ করি, তোমার নামেই জীবিত হই।’ আর যখন ঘুম থেকে জাগতেন তখন বলতেন, ‘সেই আল্লাহর জন্য সকল প্রশংসা, যিনি মৃত্যুর পর আমাদের জীবন দান করলেন এবং তাঁরই দিকে আমাদের পুনরুত্থান।’ [বুখারি : ৬৩১৪]

(২) ইস্তিঞ্জা (টয়লেট) করা : পেশাব-পায়খানার পর পবিত্রতা অর্জনকে ‘ইস্তিঞ্জা’ বলা হয়। শরিয়তে ইস্তিঞ্জার ওপর বিশেষ তাগিদ দেওয়া হয়েছে। ইস্তিঞ্জায় অবহেলা করাকে বড় গোনাহ হিসেবে গণ্য করা হয়েছে এবং এটিকে কবরে আজাবের কারণ বলে হাদিসে উল্লেখ রয়েছে।

হযরত ইবনে আব্বাস রাদিয়াল্লাহু আনহু থেকে বর্ণিত। তিনি বলেন, নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম দুটি কবরের পাশ দিয়ে যাচ্ছিলেন। এমন সময়

sukunshop
buy satisfaction

তিনি বলেন, ‘এই দুইজন মুর্দার ওপর আজাব হচ্ছে, (এ আজাব) কোনো কঠিন কারণে নয়। এদের মধ্যে একজন পেশাবের পর ভালোভাবে পবিত্রতা অর্জন করত না...’ [বুখারি : ২১৮]

পেশাব-পায়খানার জন্য নির্ধারিত স্থানে যাওয়ার আগে নিম্নের দোয়াটি পড়া উত্তম:

بِسْمِ اللهِ، اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُبِكَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ

‘বিসমিল্লাহি আল্লাহুম্মা ইন্নি আউজুবিকা মিনাল খুবুসি ওয়াল খাবাইস।’

অর্থ : হে আল্লাহ! আমি মন্দ কাজ ও শয়তান থেকে আপনার আশ্রয় চাই।

পায়খানা বা ইস্তিঞ্জার পর ডান পা আগে দিয়ে বের হয়ে নিম্নের দোয়াটি পড়া উত্তম:

غُفْرَانَكَ اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ اَذْهَبَ عَنِّي الْاَذٰى وَعَافَانِيْ

‘আলহামদু লিল্লাহিল্লাজি আজহাবা আন্নিল আজা ওয়া ফানি।’

অর্থ : সমস্ত প্রশংসা আল্লাহর জন্য, যিনি আমার থেকে কষ্ট দূর করেছেন এবং স্বস্তি দান করেছেন।

(৩) মুখ পরিষ্কার করা : ঘুম থেকে জাগ্রত হয়ে, নামাজের আগে, কোনো মজলিসে যাওয়ার আগে এবং কোরআন-হাদিস পাঠ করার আগে মিসওয়াক/ব্রাশ করে মুখ পরিষ্কার করা মুস্তাহাব। [মারাকিল ফালাহ : ৫৩]

ব্রাশ দিয়ে দাঁত পরিষ্কার করলে মিসওয়াকের সমান সওয়াব পাওয়া যাবে না। কেননা, মিসওয়াকের মাঝে দুটি সুন্নত রয়েছে—(ক) দাঁত পরিষ্কার করা। (খ) গাছের ডাল দিয়ে পরিষ্কার করা। তবে ব্রাশ দিয়ে মুখ পরিষ্কার করলে শুধু দাঁত পরিষ্কারের সুন্নত আদায় হবে, মিসওয়াকের সুন্নত আদায় হবে না।

[দুররুল মুখতার : ১/২৩৬]

(৪) ওযু করা : ওযুকে বলা হয় নামাজের চাবি। নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, ‘নামাজের চাবি হচ্ছে পবিত্রতা।’ [আবু দাউদ : ৬১]

তাই ওযুর ফরয, সুন্নত, মুস্তাহাব ইত্যাদির প্রতি ভালোভাবে খেয়াল করে ওযু সম্পন্ন করা চাই।

(৫) ফজরের নামাজ পড়া : প্রথমে দুই রাকাত সুন্নতে মুয়াক্কাদা আদায় করা। এরপর ফজরের দুই রাকাত ফরয নামাজ আদায় করা। কোনো কারণে ফরযের আগে সুন্নত পড়তে না পারলে, সূর্য উদিত হওয়ার পর পড়ে নেবে। ফরয নামাজ বা জামাতের পরপর এ সুন্নতের জন্য দাঁড়ানো যাবে না। [দুররুল মুখতার : ২/৫৭]

আর সূর্যোদয় অবস্থায় নামাজের জন্য দাঁড়ানো যাবে না; বরং সূর্যোদয়ের কিছুক্ষণ পর নামাজে দাঁড়াতে হবে। ফজর নামাজ পড়া অবস্থায় সূর্য উঠে গেলে সেই নামাজ সূর্যোদয়ের পর কাযা পড়ে নিতে হবে। [রদ্দুল মুহতার : ২/৩২-৩৩]

ফজরের পর করণীয়

ফজরের পর পড়ার মতো ফযিলতপূর্ণ অনেক আমল রয়েছে। যেগুলো পড়ে মুমিন বান্দা নানাবিধ উপকার লাভ করতে পারে। নিম্নে কতিপয় আমল উল্লেখ করা হলো—

sukunshop buy satisfaction

(১) আয়াতুল কুরসি[২] পড়া : রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, 'যে ব্যক্তি প্রত্যেক ফরয নামাজের পর আয়াতুল কুরসি পাঠ করবে, তার জান্নাতে প্রবেশের পথে মৃত্যু ছাড়া আর কোনো অন্তরায় থাকবে না।' [শুআবুল ঈমান : ২৩৯৫]

(২) আল্লাহর সন্তুষ্টি লাভের দোয়া : যে ব্যক্তি সকাল-সন্ধ্যা তিনবার নিম্নের দোয়া পাঠ করবে, কিয়ামতের দিন আল্লাহ তাকে সন্তুষ্ট করবেন।

[তিরমিযি : ৩৩৮৯]

দোয়াটি হলো,

رَضِيتُ بِاللهِ رَبًّا وَّبِالْإِسْلَامِ دِيْنًا وَّبِمُحَمَّدٍ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَبِيًّا

'রাদিতু বিল্লাহি রব্বাওঁ ওয়াবিল ইসলামি দ্বিনাওঁ ওয়াবি মুহাম্মাদিন নাবিয়্যা।'

---

[২] সূরা বাকারার ২৫৫ নং আয়াতটিই আয়াতুল কুরসি। এ আয়াতটি পড়তে বেশি হলে এক মিনিট সময় লাগতে পারে। পাঁচ ওয়াক্ত নামাজে পাঁচ মিনিট। দৈনিক ২৪ ঘণ্টা সময় থেকে পাঁচ মিনিট সময় ব্যয় করলে এ মহাপুরস্কার লাভ করা সম্ভব।

অর্থ : আমি আল্লাহকে রব হিসেবে, ইসলামকে দ্বীন হিসেবে ও মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামকে নবী হিসেবে পেয়ে সন্তুষ্ট।

(৩) সাইয়্যিদুল ইস্তিগফার : যদি কেউ দৃঢ় বিশ্বাসের সঙ্গে সকাল-সন্ধ্যা নিম্নের ইস্তিগফারটি পড়ে এবং ওই দিনে বা রাতে ইন্তেকাল করে, তাহলে সে জান্নাতি হবে। [বুখারি : ৬৩০৬]

اَللّٰهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ وَأَنَا عَلٰى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوءُ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ

উচ্চারণ : 'আল্লাহুম্মা আন্তা রাব্বি, লা ইলাহা ইল্লা আন্তা, খালাকতানি, ওয়া আনা আব্দুকা, ওয়া আনা আলা আহদিকা ওয়া ওয়া'দিকা মাস্তাতা'তু, আউজু বিকা মিন শাররি মা সানা'তু, আবুউ লাকা বিনি'মাতিকা আলাইয়্যা, ওয়া আবুউ বিজাম্বি ফাগফিরলী ফাইন্নাহু লা ইয়াগিফরুজ জুনুবা ইল্লা আন্তা।'

অর্থ : হে আল্লাহ! আপনি আমার প্রতিপালক। আপনি ছাড়া আর কোনো উপাস্য নেই। আপনি আমাকে সৃষ্টি করেছেন। আমি আপনার গোলাম। আমি আপনার ওয়াদা-প্রতিশ্রুতির ওপর যথাসাধ্য আছি। আমি আমার কৃতকর্মের অনিষ্টতা থেকে আশ্রয় চাচ্ছি। আমি আমার ওপর আপনার অনুগ্রহ স্বীকার করছি। আবার আমার গোনাহের কথাও স্বীকার করছি। অতএব, আমাকে ক্ষমা করে দিন। আপনি ছাড়া আর কেউ গোনাহসমূহ ক্ষমা করতে পারবে না।

(৪) জাহান্নাম থেকে মুক্তির দোয়া : যে ব্যক্তি ফজর ও মাগরিবের পর সাতবার নিম্নের দোয়াটি পাঠ করে এবং ওই দিনে বা রাতে তার মৃত্যু হয় তাহলে সে জাহান্নাম থেকে মুক্তি লাভ করবে। [আবু দাউদ : ৫০৭৯]

اَللّٰهُمَّ أَجِرْنِي مِنَ النَّارِ

'আল্লাহুম্মা আজিরনি মিনান্ নার'।

অর্থ : হে আল্লাহ! আমাকে জাহান্নাম থেকে মুক্তি দান করুন।

sukunshop
buy satisfaction

(৫) রোগব্যাধি থেকে হেফাজতের দোয়া : রোগব্যাধি থেকে হেফাজতের জন্য নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম নিম্নের দোয়াটি পড়তেন।
[আবু দাউদ : ১৫৫৪]

দোয়াটি হলো :

اَللّٰهُمَّ إِنِّىٓ أَعُوذُبِكَ مِنَ الْبَرَصِ وَالْجُنُونِ وَالْجُذَامِ وَمِنْ سَيِّئِ الْأَسْقَامِ

'আল্লাহুম্মা ইন্নি আউজুবিকা মিনাল বারাসি, ওয়াল জুনুনি, ওয়াল জুজামি, ওয়া মিন সাইয়্যিল আসকাম।'

অর্থ : হে আল্লাহ! আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই শ্বেত, উন্মাদনা, কুষ্ঠ এবং সব দুরারোগ্য ব্যাধি থেকে।

(৬) সুরা ইয়াসিন পড়া : হাদিসে সুরা ইয়াসিন পড়ার অনেক ফযিলত বর্ণিত আছে। প্রতিদিন সকালে আমরা সুরা ইয়াসিন পড়তে পারি। রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, 'যে ব্যক্তি নিয়মিত সুরা ইয়াসিন পাঠ করবে, তার জন্য জান্নাতের আটটি দরজা খোলা থাকবে।'

sukumshop
buy satisfaction

সূর্যোদয়ের পর করণীয়

সূর্যোদয়ের পর ২৩/২৪ মিনিট অতিবাহিত হলে ইশরাকের নামাজ পড়া সুন্নত। ইশরাকের নামাজ দুই বা চার রাকাত। এর নিয়ম সাধারণ নফল নামাজের মতোই। এ নামাজ পড়ার দ্বারা পূর্ণ একটি হজ্ব ও ওমরাহ পালনের সওয়াব পাওয়া যায় এবং সব গোনাহ মাফ হয়ে যায়।

হযরত আনাস ইবনে মালেক রাদিয়াল্লাহু আনহু বর্ণনা করেন, রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, 'যে ব্যক্তি ফজর নামাজ জামাতে আদায় করার পর সূর্য উঠার আগপর্যন্ত ওখানে বসে বসেই আল্লাহর যিকির করে। তারপর দুই রাকাত নামাজ আদায় করে। তার জন্য পূর্ণাঙ্গ হজ্ব ও ওমরার সমান সওয়াব রয়েছে।' [তিরমিযি ও মিশকাত]

ইশরাকের পর করণীয়

(১) ইশরাক নামাজ পড়ে নাশতা করা। জীবন জীবিকার তাগিদে যার যার দুনিয়াবি কাজে নেমে পড়া। দায়িত্ব পালনে যত্নবান হওয়া। কাজে ফাঁকি না

দেওয়া। যার যার কাজে ইসলামি বিধান খেয়াল রাখা। হতে পারে তা ব্যবসা-বাণিজ্য, চাকরি-বাকরি কিংবা অন্য যে-কোনো পেশার কাজ। তবেই সবার কাজ ইবাদতে পরিণত হবে।

(২) ঘর থেকে বের হওয়ার দোয়া পড়া : যদি কেউ ঘর থেকে বের হওয়ার সময় নিম্নের দোয়াটি পড়ে, তবে সে যাবতীয় অনিষ্ট থেকে হেফাজতে থাকে, শয়তানের ধোঁকা থেকে দূরে থাকে। [তিরমিযি : ৩৪২৬]

দোয়াটি হলো :

بِسْمِ اللهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللهِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ

'বিসমিল্লাহি তাওয়াক্কালতু আলাল্লাহ লা হাওলা ওয়ালা কুওয়্যাতা ইল্লা বিল্লাহ।'

অর্থ : আল্লাহর নামে, আল্লাহ তায়ালার ওপর নির্ভর করলাম, আল্লাহর সাহায্য ছাড়া আমাদের কোনো উপায় নেই, শক্তিও নেই।

(৩) ঘরে প্রবেশকালে সালাম দেওয়া ও বিসমিল্লাহ বলা : ঘরে প্রবেশকালে প্রবেশকারী সালাম দেবে ও বিসমিল্লাহ বলবে। এটি প্রিয় নবীর সুন্নত। যদিও প্রবেশকারী ছাড়া অন্য কেউ ওই ঘরে বসবাস না করে।

sukunshop buy satisfaction

আল্লাহ বলেন, 'যখন তোমরা ঘরে প্রবেশ করবে, তখন সশব্দে সালাম দেবে। এটি আল্লাহর পক্ষ থেকে প্রাপ্ত বরকতময় ও পবিত্র অভিবাদন।' [সুরা নুর : ৬১]

চাশতের নামাজ পড়া

কাজের কোনো ফাঁকে সম্ভব হলে চাশতের নামাজ পড়ে নেওয়া। চাশতের নামাজ দুই বা চার রাকাত, চার রাকাত পড়াই উত্তম। এর নিয়মও সাধারণ নফল নামাজের মতো। সূর্য এক-চতুর্থাংশ উপরে উঠলে, গ্রীষ্মকালে ৯-১০টা, আর শীতকালে ১০-১১টার সময় সাধারণত তা আদায় করা হয়।

হযরত আবু হুরায়রা রাদিয়াল্লাহু আনহু বলেন, 'রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম আমাকে তিনটি বিষয়ের অসিয়ত করেছেন, যা আমি মৃত্যুর আগপর্যন্ত কখনো ছাড়ব না। তার একটি হলো চাশতের নামাজ।' [বুখারি : ১১৭৮]

জোহরের ওয়াক্ত হলে করণীয়

জোহরের নামাজের ওয়াক্ত হলে উত্তম সময়ে জামাতের সঙ্গে (পরিস্থিতি অনুপাতে যেভাবে সম্ভব) নামাজ আদায় করা। ফরয নামাজের আগে-পরের সুন্নত গুরুত্বের সঙ্গে আদায় করা। সময় থাকলে দুপুরের খাবারের পর কিছু সময় বিশ্রাম নেওয়া। এটাকে কাইলুলা বলা হয়। কাইলুলা করা সুন্নত।

আসর ওয়াক্ত হলে করণীয়

(১) আসরের ওয়াক্ত হলে চার রাকাত ফরয নামাজ আদায় করা। সম্ভব হলে ফরযের পূর্বের চার রাকাত সুন্নতও আদায় করা। উত্তম সময়ে আসরের নামাজ আদায় করা। কোনো কারণে আসরের নামাজ পড়া অবস্থায় সূর্য ডুবে গেলে আসরের নামাজ মাকরুহের সঙ্গে আদায় হয়ে যাবে।

(২) প্রতিদিন অল্প সময়ের জন্য হলেও দ্বীনি দাওয়াতি কাজ করা। সরাসরি বা ফোনে পরিবার-পরিজন, আত্মীয়স্বজন ও বন্ধুবান্ধবের খোঁজখবর নেওয়া। রোজাদার হলে ইফতার সামনে নিয়ে বসে দোয়া করা, সময় হলে ইফতার করা।

sukunshop
buy satisfaction

মাগরিবের ওয়াক্ত হলে করণীয়

(১) মাগরিবের ওয়াক্ত হওয়ার সঙ্গে সঙ্গে নামাজের প্রস্তুতি নেওয়া। আজানের পরপর মাগরিবের নামাজ আদায় করা। তিন রাকাত ফরযের পর দুই রাকাত সুন্নতে মুয়াক্কাদা আদায় করা। এরপর দুই দুই রাকাত করে ছয় রাকাত সালাতুল আওয়াবিন আদায় করা।

নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, 'যে ব্যক্তি মাগরিবের নামাজের পর কোনো অনর্থক কথাবার্তা না বলে ছয় রাকাত নামাজ পড়ে, তাকে ১২ বছরের ইবাদতের সওয়াব দেওয়া হয়।' [তিরমিযি]

(২) সুরা ওয়াকিয়া পাঠ করা। রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, 'যে প্রত্যেক রাতে সুরা ওয়াকিয়া পাঠ করবে, সে কখনো অভাবের কষ্ট ভোগ করবে না।' [বাইহাকি : ২৪৯৮]

(৩) ফজরের পরের আমলগুলো মাগরিবের পরও আদায় করা।

ইশার ওয়াক্ত হলে করণীয়

(১) ইশার নামাজের ওয়াক্ত হলে নামাজের প্রস্তুতি নেওয়া। সম্ভব হলে ফরযের আগের চার রাকাত সুন্নতও পড়া। উত্তম সময়ের প্রতি খেয়াল করে চার রাকাত ফরয, দুই রাকাত সুন্নতে মুয়াক্কাদা ও তিন রাকাত বেতের আদায় করা।

(২) নামাজের পর সুরা মুলক তিলাওয়াত করা। নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, 'কোরআনের মধ্যে ৩০ আয়াত বিশিষ্ট একটি সূরা আছে। যেটি কারো পক্ষে সুপারিশ করলে তাকে মাফ করে দেওয়া হবে। সেটি হলো তাবারা কাল্লাজি বিয়াদিহিল মুলক (তথা সুরা মুলক)।' [তিরমিযি : ২৮৯১]

ইশার নামাজের পর করণীয়

(১) ইশার পর খানাদানা সেরে অযথা সময় নষ্ট না করা; বরং নির্ধারণ করে নেওয়া যে, আমি প্রতিদিন এতটার ভেতর শুয়ে পড়ব। ঘুম না এলেও সেই নির্ধারিত সময়েই শুয়ে পড়া। সারাদিনের ভালো-মন্দের হিসাব করা। সবাইকে ক্ষমা করে দেওয়া, কারো প্রতি কোনো ধরনের হিংসা-বিদ্বেষ পুষে না রাখা।

(২) নিজের ভুলত্রুটির জন্য তওবা করা, আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাওয়া। ভালো কাজের জন্য আল্লাহর শোকর আদায় করা। পরবর্তী দিনটি যেন আরো উন্নত হয় সেই চেষ্টা করা। তার জন্য আল্লাহর কাছে সাহায্য প্রার্থনা করা।

ঘুমের আগের আমল

(১) দিনশেষে একজন মুসলমান যখন বিছানায় ঘুমানোর জন্য যাবে, তখন তার জন্য উত্তম হলো ঘুমের আগে মিসওয়াক/ব্রাশ করে মুখ পরিষ্কার করে ওযু করা। দুই রাকাত নামাজ পড়ে নেওয়া।

(২) শুয়ে তাসবিহে ফাতেমি পড়া। তা হলো ৩৩ বার 'সুবহানাল্লাহ', ৩৩ বার 'আলহামদুলিল্লাহ', ৩৪ বার 'আল্লাহু আকবার'। এরপর আল্লাহর যিকির এবং ঘুমের মাসনুন দুআ পড়ে ডান কাতে শুয়ে পড়বে। ঘুমের দোয়াটি হলো—

اَللّٰهُمَّ بِاسْمِكَ أَمُوتُ وَأَحْيَا

'আল্লাহুম্মা বিসিমকা আমুতু ওয়া আহ্ইয়া।'

অর্থ: হে আল্লাহ, আমি তোমার নামে মৃত্যুবরণ করি, তোমার নামেই জাগ্রত হই।

তাহাজ্জুদ নামাজ পড়া

শেষ রাতে ফজরের ওয়াক্ত হওয়ার কিছু সময় আগে জাগ্রত হওয়া। তাহাজ্জুদ পড়ার চেষ্টা করা। তাহাজ্জুদ শেষ রাতের নামাজ। অনেক বেশি মর্যাদাপূর্ণ নামাজ। নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামকে তাহাজ্জুদের নির্দেশ দেওয়া হয়েছে।

ইরশাদ হয়েছে, 'এবং আপনি রাতের কিছু অংশ তাহাজ্জুদ নামাজ পড়ুন। তা আপনার জন্য এক অতিরিক্ত কর্তব্য। নিশ্চয়ই আপনার প্রভু আপনাকে মাকামে মাহমুদে (প্রশংসিত স্থানে) প্রতিষ্ঠিত করবেন।' [সূরা বনি ইসরাইল : ৭৯]

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, 'ফরয নামাজের পর সবচেয়ে উৎকৃষ্ট নামাজ হচ্ছে তাহাজ্জুদ নামাজ।' [মুসলিম : ১১৬৩]

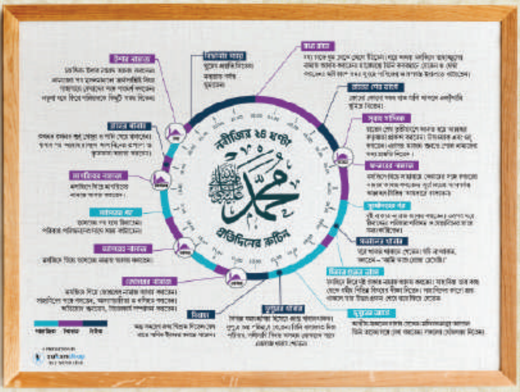
সাহরি খাওয়া

রোজা রাখতে চাইলে রোজার নিয়তে সাহরি খাওয়া। সময়ের প্রতি খেয়াল রেখে সাহরি খাওয়া শেষ করা, ফজরের আজান সাহরির শেষ সময়ের নির্দেশিকা নয়। রমযান মাসে সাধারণত আজান দেওয়া হয় সাহরির সময় শেষ হওয়ার আরো পাঁচ মিনিট পর, আজান দেওয়ার পাঁচ মিনিট আগেই সাহরির সময় শেষ হয়ে যায়। তাই যারা আজানের সময় সাহরি খাবেন, তাদের রোজা হবে না।

sukunshop
buy satisfaction

সমাপ্ত

ইনফোগ্রাফিক্যাল পোস্টারের সাথে বইটি সম্পূর্ণ ফ্রি



ISBN : 978-984-35-6336-1

sukunshop
buy satisfaction
sukunshop.com +8801518921625