

বারবার হতে থাকা গুনাহ থেকে বাঁচার উপায় কি?

প্রশ্ন:

সম্মানিত শায়খ! একটা বিষয় জানতে চাই, তাহল, কোনো লেকচার অথবা বই পড়লে যে দোষগুলো আমার মধ্য থাকে, সেটা সাথে সাথে দূর করে দেয়, কিন্তু তারপরে আবার সে গুনাহের দিকে ধাবিত হই। শায়খ এই গুনাহ থেকে কী করে বাঁচা যায়?

-রেজা

উত্তর:

আপনি কয়েকটি কাজ করতে পারেন

১. একটি তো আপনি নিজেই বললেন, লেকচার ও আলোচনা শুনলে এবং বই পড়লে ফায়দা হয়। এ কাজটি বেশি বেশি করবেন।
২. গুনাহ ছাড়ার জন্য অনেক বড় একটি কার্যকরী বিষয় হচ্ছে মৃত্যুর চিন্তা। দৈনিক কিছু সময় মৃত্যু ও মৃত্যুর পরবর্তী অবস্থা নিয়ে নির্জনে চিন্তা করার চেষ্টা করুন। কল্পনা করুন, আপনি এই মুহূর্তে মৃত্যুবরণ করলে, কবরে আপনার সঙ্গে কী আচরণ হতে পারে? আপনার কী প্রস্তুতি আছে? এই আমল নিয়ে আপনি আল্লাহর সামনে কিভাবে দণ্ডায়মান হবেন? এভাবে কিছু সময় একটা একটা করে ভাবতে থাকুন। ইনাম তিরমিযি রহ. বর্ণনা করেন,

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «أَكْثَرُ ذِكْرٍ هَذَا مِنَ اللَّذَاتِ» يَغْنِي الْمَوْتَ - جَامِعُ التِّرْمِذِيِّ: 2307، [حَكْمُ الْأَبْيَانِي]:
حسن صحيح

“হযরত আবু হুরায়রা রাযি. থেকে বর্ণিত, তিনি বলেন, রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন, ‘সকল মজার স্বাদ বিনষ্টকারীর মৃত্যুর স্মরণ বেশি বেশি কর’।” -সুনানে তিরমিযি ২৩০৭

৩. সালাত সুন্দর করার এবং সালাতে দিলকে আল্লাহমুখী রাখার প্রতি বিশেষ গুরুত্বারোপ করুন। আল্লাহ তায়াল্লা বলেছেন,

إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ. الْعَنْكَبُوتُ

“নিশ্চয়ই সালাত, অশ্লীল ও অন্যায় কাজ থেকে বিরত রাখে।” সূরা আনকাবূত: ৪৫

আপনার সালাত যেই পরিমাণ সুন্দর ও উন্নত হবে, এই ফায়দা আপনি ঠিক সেই পরিমাণ বেশি পাবেন। আমলটি সহজ করার জন্য আপাতত আপনি শুধু পাঁচ ওয়াক্তের ফরজ সালাতগুলো দিয়ে শুরু করতে পারেন। দৈনিক ১৭ রাকাত ফরজ মনোযোগ দিয়ে আদায় করলে ৩০/৩৫ মি. সময় লাগবে। ২৪ ঘণ্টার এই ৩৫ মি. সময়ের প্রতি আপনি খুব কঠোর হয়ে যান। যত কিছুই হোক, এই সময়টাতে আপনার মনোযোগ যেন সম্পূর্ণ আল্লাহমুখী থাকে চেষ্টা করুন। আশা করি আপনি এই সময়টা নিয়ন্ত্রণ করতে পারলে, আপনার এই সালাতই আপনার সারা দিনের বাকি সময়টাকে নিয়ন্ত্রণ করবে এবং এর প্রভাব আপনার জীবনের প্রতিটি অংশকে স্পর্শ করবে ইনশাআল্লাহ। ধীরে ধীরে যখন সহজ হয়ে যাবে এবং অভ্যস্ত হয়ে যাবেন, তখন সন্নত নফলেও তা সহজ ও বিস্তৃত হতে থাকবে ইনশাআল্লাহ।

৪. সম্ভব হলে তাহাজ্জুদের আমল করার চেষ্টা করুন। নফসকে পদদলিত করে ঠিক করার ক্ষেত্রে তাহাজ্জুদের ভূমিকা অপরিসীমা। আল্লাহ তায়াল্লা ইরশাদ করেন,

إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَظَنًا وَأَقْوَمُ قَبِيلًا (6). مزمل

“নিশ্চয়ই (ইবাদতের জন্য) রাত্রিজাগরণ প্রবৃত্তি দলনে অধিক সহায়ক [১] এবং স্পষ্ট উচ্চারণের অধিক অনুকূল” -সূরা মুযাশ্শিমল: ৬

৫. অর্থ চিন্তা করে করে নিম্নোক্ত দোয়াগুলো বেশি বেশি করুন

اللَّهُمَّ حَبِّبْ إِلَيْنَا الْإِيمَانَ وَزَيِّنْهُ فِي قُلُوبِنَا، وَكَرِهْ إِلَيْنَا الْكُفْرَ وَالْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ، وَاجْعَلْنَا مِنَ الرَّاشِدِينَ

“হে আল্লাহ! আপনি আমাদের কাছে ঈমানকে প্রিয় বানিয়ে দিন। আমাদের অন্তরে তা সুসজ্জিত করে দিন। কুফর, ফিসক ও নাফরমানিকে আমাদের কাছে ঘৃণিত বানিয়ে দিন। আর আমাদের আপনি অন্তর্ভুক্ত করুন সুপথ প্রাপ্তদের।”

اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي أَحْسَنَ مَا كَأَيْتِي أَرَاكَ وَأَسْعِدْنِي بِتَقْوَاكَ وَلَا تُشْفِنِي بِمَعْصِيَتِكَ

“হে আল্লাহ! আপনি আমাকে এমন আল্লাহ ভীরু বানিয়ে দিন, যেন আমি আপনাকে দেখছি। তাকওয়া (আপনার ভয়) দ্বারা আমাকে সৌভাগ্যবান করুন। আপনার নাফরমানি দ্বারা আমাকে দুর্ভাগা বানিয়েন না।”

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ مُنْكَرَاتِ الْأَخْلَاقِ، وَالْأَعْمَالِ وَالْأَهْوَاءِ

“হে আল্লাহ! আমি আপনার নিকট আশ্রয় চাই মন্দ আখলাক, আমল ও খাহেশ থেকে।”

আশা করি এই কাজগুলো করতে পারলে আল্লাহ আপনাকে এই বিপদ থেকে উত্তরণের পথ সহজ করে দিবেন ইনশাআল্লাহ।

فقط. والله تعالى اعلم بالصواب

আবু মুহাম্মাদ আব্দুল্লাহ আলমাহদি (গুফিরা লাছ)

৭ রমজান, ১৪৪১ হি.

১ লা মে, ২০২০ ঈ.

