জ্বীন, যাদু, বদনজর, হাসাদসহ অন্যান্য চিকিৎসার

সুন্নাতী দু'আ ও যিকির

ইসতিখারা কি ও কেন?

The Prophetic

SUPPLEMENTARY DUA & ZIKR

(Spiritual Healing Treatment of Jinn Affliction, Black Magic and Evil Eye In The Light Of Qur`an & Sunnah)

সংকলক: আব্দুছ ছবুর চৌধুরী
প্রতিষ্ঠাতা ও সিইও, হিজামা এন্ড রুকিয়াহ ফাউন্ডেশন;
কো-অর্ডিনেটর, এডুকেশন সেন্টার সিলেট (ECS); ও বহুগ্রন্থ প্রণেতা।

সম্পাদনায়: শায়েখ মুনীরুদ্দীন আহমদ

Since 2013

প্রকাশনায়: হিজামা এন্ড রুকিয়াহ ফাউন্ডেশন

সার্বিক সহযোগীতায়: হিজামা এন্ড রুকিয়াহ একাডেমী বাংলাদেশ
(হিজামা ও রুকিয়া শারিয়াহ এর বাংলাদেশের প্রাচীনতম শিক্ষা প্রতিষ্ঠান)

প্রকাশকাল: আগস্ট ২০২০ ঈসায়ী

বুকলেটটি বিনামূল্যে বিতরণের উদ্দেশ্যে। শুধুমাত্র মুদ্রণ খরচ দিয়েই প্রয়োজনীয় সংখ্যক কপি সংগ্রহ করা যাবে।

প্রাপ্তিস্থান:
হিজামা এন্ড রুকিয়াহ ফাউন্ডেশন
ঢাকা (উত্তরা) 01972 668345; সিলেট (কুমারপাড়া) 01704 992056;
সিলেট (শাহপরান) 01715 525747

সূচিপত্র:

শুরু কথা.....
রুকিয়ার মাধ্যমে যে সব রোগের চিকিৎসা করা যায়.....
যিকিরের অন্যতম সময়.....
যিকিরের ফযীলত.....
ফরয সালাত শেষে জিকির ও দু'আগুলো.....
সকালের কিছু নিয়মিত আমল বা যিকির.....
সন্ধ্যার কিছু নিয়মিত আমল বা যিকির.....
ঘুমানোর পূর্বে মূহুর্তে করণীয়.....
ঘুমানোর যিকিরসমূহ বা দু'আসমূহ.....
খারাপ স্বপ্ন বা দুঃস্বপ্ন দেখে যা করবে.....
কিছু গুরুত্বপূর্ণ আমল.....
ইসতিখারা কী ও কেন? .....
কোন কোন বিষয়ে ইসতিখারা করবেন? .....
ইসতিখারা -এর ভুল চর্চা.....
ইসতিখারা ফলাফল কীভাবে বুঝবেন? .....
ইসতিখারার সালাত ও দু'আ কীভাবে পড়বেন? .....
ইসতিখারার দু'আ কি দেখে দেখে পাঠ করা যায়? .....
ইসতিখারার সাথে ঘুমানো বা স্বপ্নের সম্পর্ক .....
ইসতিখারার দু'আ.....
রুকিয়াহ শারিয়াহ.....
রুকিয়ায় কুরআনের সূরা ও আয়াত পাঠ.....
রুকিয়ার দু'আসমূহ.....
হিজামা বা কাপিং.....
ঔষুধ বা মেডিসিনের ব্যবহার.....
বিপদ এবং দুঃশ্চিন্তা দূর করার উপায়.....
রুকিয়ার মাধ্যমে উপকার পাওয়ার জন্য ৩টি শর্ত.....
স্বপ্ন দেখার পর করণীয়.....

শুরু কথা:

সকল প্রশংসা মহান আল্লাহর জন্য, সালাত ও সালাম বর্ষিত হোক সর্বশ্রেষ্ঠ ও সর্বশেষ নবী মুহাম্মদ (সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম)-এর উপর।

বাজারে বিভিন্ন দু'আ ও যিকিরে বই রয়েছে, এসব বইয়ে ভিড়ে আমাদের এ উদ্দ্যোগ কেন?

সহজ উপস্থাপনার চেষ্টা ও জ্বিন, যাদু, বদনজর, হাসাদ, বিষাক্ত প্রাণীর ছোবল ও বিভিন্ন প্রকারের রোগ থেকে আত্মরক্ষা ও প্রতিষেধক হিসেবে যে দু'আ ও যিকির বা চিকিৎসা রয়েছে তা সংক্ষিপ্ত ভাবে উপস্থাপনা করা।

"হিজামা এন্ড রুকিয়াহ ফাউন্ডেশন" ২০১৩ সালের ডিসেম্বর হতে সার্ভিস দিয়ে আসছে। আমাদের জানা মতে বাংলাদেশে এটাই প্রথম প্রতিষ্ঠানিক সুন্নাহ ভিত্তিক হিজামা ও রুকিয়াহ চিকিৎসা কেন্দ্র।

আমাদের সমাজে ইসলামের বিভিন্ন দিক ও বিভাগ নিয়ে অসংখ্য বিভ্রান্তি রয়েছে। এমনকি শরিয়তি চিকিৎসা বিভাগেও ব্যাপক বিভ্রান্তির মহড়া চলছে। এক শ্রেণীর লোক শরিয়তী চিকিৎসার নামে সমাজে কুফরী-শিরকী মন্ত্র দিয়ে ঝাড়-ফুক যাদু-টোনা ও তাবজাতীর অবৈধ্য চিকিৎসা চালিয়ে যাচ্ছেন। মহান আল্লাহ বলেন: "হে মুমিনগণ! অধিকাংশ আলেম ও ধর্মযাজকগণ মানুষের ধন-সম্পদ অন্যায়ভাবে-বাতিল তরিকায় ভক্ষণ করে এবং আল্লাহর পথ হতে বিরত রাখে....." [আল-কুরআনুল কারীম, সূরা তাওবা, আয়াত-৩৪]।

আমরা বিশ্বাস করি যে, রাসূলুল্লাহ (সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম) ও খুলাফায়ে রাশেদীনের আদর্শ পরিপন্থি কাজ কখনো ইসলামী হতে পারে না। রাসূলুল্লাহ (সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম) ও সাহাবায়ে কেরাম এর বোঝ-সমঝ মতে কুরআন-সুন্নাহ বুঝতে হবে। সাহাবা, তাবেঈন, তাবে-

তাবেঈন এবং মুজতাহিদ ইমামগণ সবাই এই সহীহ তরিকার অনুসারী ছিলেন।

যারা বিভিন্নভাবে আমাদের প্রকাশনাসহ বিভিন্ন জনকল্যাণ মূলক দ্বীনি কাজে সহযোগিতা করছেন বা করে যাচ্ছেন আমরা তাদের কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করছি। মহান রবের কাছে তাদের জন্য দুনিয়া ও আখেরাতের উত্তম প্রতিদান কামনা করছি। বিশেষ করে এ 'সুন্নাতী দু'আ ও যিকির' বইয়ের ব্যাপারে যাদের কথা না বললেই নয়, আমার সহধর্মিনী শাহিদা বিনতে আব্দুল মান্নান ও ইউকে প্রবাসী দ্বীনি বোন নুরুন আপার সহযোগীতা। আল্লাহ তাদের এ সাহায্যকে সাদাকায়ে জারিয়া হিসাবে কবুল করুন। আমীন।

পরিশেষে নিবেদন এই যে, আমাদের লক্ষ্য হলো হক প্রকাশ ও বর্ণনা করা। আমাদের আকাংক্ষা হলো আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জন করা। আমাদের এই পুস্তকে যদি কেউ সত্য ও হক্ব এর বিপরীত কোন কিছু পান তাহলে আমাদেরকে সত্যের উপদেশ দেয়া তার পবিত্র দায়িত্ব। আল্লাহ সে বান্দার সাহায্যে আছেন যে বান্দা তার ভাইয়ের সাহায্যে আছে। হে আল্লাহ! আমাদেরকে পথ ভ্রষ্টতা, ভুল-ভ্রান্তি হতে রক্ষা করুন, নেক আমলের তাওফীক দান করুন, শান্তির পথ প্রদর্শন করুন। আর মুহাম্মদ (সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম) এবং তার বংশধর, সাহাবা ও তাবেঈনের প্রতি দরূদ ও সালাম বর্ষণ করুন।

সংকলক
আব্দুছ ছবুর চৌধুরী

•• রুকিয়ার মাধ্যমে যে সব রোগের চিকিৎসা করা যায়:

• কালো যাদু, Black Magic, Sihir, বদনজর, Evil Eye, জ্বীনের আছর, Jinn affliction, গর্ভ ধারণে অক্ষমতা, গর্ভের বাচ্চা নষ্ট হওয়া, স্বামী-স্ত্রীর অমিল/অহেতুক ঝগড়া, মস্তিষ্ক বিকৃত বা পাগল, আসক্তিকারী বা ভালবাসা সৃষ্টিকারী যাদু, যৌন অক্ষমতা বা যৌনশক্তি নষ্ট করা বা সহবাসে অক্ষম, নিঃসন্তান বা বন্ধাত্ব, বিবাহে বাধা বা বিয়ে ভাঙ্গা, শত্রুতা সৃষ্টি করা, বান মারা, দুঃস্বপ্ন বা ভয়ের স্বপ্ন দেখা, স্বপ্নে খাওয়া, ঘুমের মধ্যে কেঁপে উঠা, বোবায় ধরা, মানসিক সমস্যা, ওয়াসওয়াসা, তোতলামি, অলসতা, ক্লান্তি, শারিরিক দুর্বলতা, সন্দেহ, ভয়ের স্বপ্ন, অনিদ্রা, পারিবারিক সম্পর্কে সমস্যা, এংজাইটি এন্ড স্ট্রেস, প্যানিক অ্যাটাক, Tension, বিষাদগ্রস্ততা, Depression, অবসেসিভ কম্পালসিভ ডিসঅর্ডার, ফবিয়া, সিজোফ্রেনিয়া, Schizophrenia, চিন্তার ভ্রান্তি, Problems of Thought, হিষ্টিরিয়া, ক্রমাগত মাথাব্যথ্যা, পেট ব্যথ্যা, আবেগ ও আচরণ নিয়ন্ত্রণে সমস্যা, নেশা ও আসক্তির সমস্যা, ব্যক্তিত্বের সমস্যা, Personality Disorder, মেজাজের সমস্যা, একের পর এক অসুস্থতা, ইনকাম বা ক্যারিয়ারে সমস্যা, সহিংসতা, অহেতুক ভয়, আজগবী কথাবার্তা, আত্নবিশ্বাস কম বা নাই, রাগ এবং ভঙ্গচুর, অতিরিক্ত দানশীলতা, অব্যাহত অক্ষমতা, অসামাজিকতা, পেশাগত অক্ষমতা, অস্থিরতা, মাইগ্রেন, যৌনাসক্তি, সূচিবায়ূ, মুড সুইং, বাইপোলার ডিসঅর্ডার, ম্যানিয়া, Anger, ক্রোধ, Panic, আতংক, Anxiety, Assertiveness, জেদ, Stress, কঠিন চাপ, Chronic Pain, দুরারোগ্য ব্যথ্যা, Phobias, বিতৃষ্ণা, Bereavement, শোকে কাতর, উদ্যমহীন, Sleep Problems, ঘুমের ব্যঘাত, Shyness, Addiction, Feel in Crisis, সংকট অনুভব করা, Back pain & Neck pain, কোমর ব্যথা, ঘাড় ব্যথা, ফ্রেন্ড লেস, শারিরিক সমস্যা ইত্যাদি।

রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম এর সুন্নাহ থেকে যিকিরের অনেকগুলো সময় পাওয়া যায়। তার মধ্যে অন্যতম হলো:

১. সকালে (ফজরের পরে)।

২. সন্ধ্যায় (আসর পরে হতে শুরু)।

৩. রাতে ঘুমানোর আগে।

৪. ফরজ সালাতের পর।

এছাড়াও বিভিন্ন স্থান, সময়, কাজ ও প্রেক্ষাপটে বিভিন্ন দু'আ ও যিকির সুন্নাহ দ্বারা প্রমাণিত রয়েছে। বিস্তারিত দেখতে পারেন দু'আর সুনামধন্য "**হিসনুল মুসলিম**" বইয়ে।

যিকিরের ফযীলত

মহান আল্লাহ বলেন,

﴿فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ﴾

"সুতরাং তোমরা আমাকে স্মরণ কর, আমিও তোমাদের স্মরণ রাখবো এবং আমার কৃতজ্ঞতা প্রকাশ কর; অকৃতজ্ঞ হয়ো না।" *[আল-কুরআনুল কারীম, সূরা আল-বাকারাহ (২), আয়াত: ১৫২]*

﴿وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُم مَّغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا﴾

"আর আল্লাহর অধিক যিকরকারী পুরুষ ও যিকরকারী নারী-তাদের জন্য আল্লাহ প্রস্তুত রেখেছেন ক্ষমা ও মহাপুরষ্কার।" *[সূরা আল-আহযাব (৩৩), আয়াত: ৩৫]*

﴿وَاذْكُرْ رَّبَّكَ فِيْ نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَّخِيْفَةً وَّدُوْنَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْاٰصَالِ وَلَا تَكُنْ مِّنَ الْغٰفِلِيْنَ﴾

"আর আপনি আপনার রব্বকে স্মরণ করুন মনে মনে, মিনতি ও ভীতিসহকারে, অনুচ্চস্বরে; সকালে ও সন্ধ্যায়। আর উদাসীনদের অন্তর্ভুক্ত হবেন না।" *[আল-কুরআনুল কারীম, সূরা আল-আ'রাফ (৭), আয়াত: ২০৫]*

তাছাড়া নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন,

﴿مَثَلُ الْبَيْتِ الَّذِي يُذْكَرُ اللهُ فِيهِ، وَالْبَيْتِ الَّذِي لَا يُذْكَرُ اللهُ فِيهِ، مَثَلُ الْحَيِّ وَالْمَيِّتِ﴾

"যে ঘরে আল্লাহর যিকির হয়, আর যে ঘরে আল্লাহর যিকির হয় না- তার দৃষ্টান্ত যেন জীবিত আর মৃত।" *[সহীহ মুসলিম, হা/৭৭৯]*

রাসূলুল্লাহ্ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম আরও বলেন, "আমি কি তোমাদেরকে তা জানাবো না- আমলের মধ্যে যা সর্বোত্তম, তোমাদের মালিক (আল্লাহর) কাছে যা অত্যন্ত পবিত্র, তোমাদের জন্য যা অধিক মর্যাদা বৃদ্ধিকারী, (আল্লাহর পথে) সোনা-রূপা ব্যয় করার তুলনায় যা তোমাদের জন্য উত্তম এবং তোমরা তোমাদের শত্রুদের মুখোমুখি হয়ে তাদেরকে হত্যা এবং তারা তোমাদের হত্যা করার চেয়েও অধিকতর শ্রেষ্ঠ?" সাহাবীগণ বললেন, অবশ্যই হ্যাঁ। তিনি বললেন, "আল্লাহ তা'আলার যিকির"। *[তিরমিযী ৫/৪৫৯, নং ৩৩৭৭; ইবন মাজাহ ২/১৬৪৫, নং ৩৭৯০; আরও দেখুন, সহীহ ইবন মাজাহ ২/৩১৬; সহীহ তিরমিযী ৩/১৩৯]*

আব্দুল্লাহ ইবন বুসর রাদিয়াল্লাহু 'আনহু থেকে বর্ণিত, এক ব্যক্তি আরয করল, হে আল্লাহর রাসূল! ইসলামের বিধিবিধান আমার জন্য বেশি হয়ে গেছে। কাজেই আপনি আমাকে এমন একটি বিষয়ের খবর দিন, যা আমি শক্ত করে আঁকড়ে ধরব। রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন, "তোমরা জিহবা যেনো সর্বক্ষণ আল্লাহর যিকিরে সজীব থাকে"। *[তিরমিযী ৫/৪৫৮, নং ৩৩৭৫; ইবন মাজাহ ২/১২৪৬, নং ৩৭৯৩। আর শাইখ আলবানী একে সহীহ বলেছেন। দেখুন, সহীহ আত-তিরমিযী, ৩/১৩৯; সহীহ ইবন মাজাহ্ ২/৩১৭]*

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম আরও বলেন, "যে ব্যক্তি এমন কোনো বৈঠকে (মজলিসে) বসেছে যেখানে সে আল্লাহর যিকির করেনি, তার সে বসাই আল্লাহর নিকট থেকে তার জন্য আফসোস ও নৈরাশ্যজনক হবে। আর যে ব্যক্তি এমন কোনো শয়নে শুয়েছে যেখানে সে আল্লাহর যিকির করেনি, তার সে শোয়াই আল্লাহর নিকট থেকে তার জন্য আফসোস ও নৈরাশ্যজনক হবে।" *[আবূ দাউদ ৪/২৬৪, নং ৪৮৫৬ ও অন্যান্য। দেখুন, সহীহুল জামে' ৫/৩৪২]*

ফরয সালাত শেষে জিকির ও দু'আগুলো:

﴿استغفر الله استغفر الله استغفر الله﴾

﴿اَللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلاَمُ وَمِنْكَ السَّلاَمُ تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلاَلِ وَالْإِكْرَام﴾

আস্তাগফিরুল্লাহ, আস্তাগফিরুল্লাহ, আস্তাগফিরুল্লাহ আল্লাহুম্মা আন্তাস সালাম, ওয়া মিনকাস সালাম, তাবারাকতা ইয়া যাল জালালি ওয়াল ইকরাম।

অর্থ: আমি আল্লাহর নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করছি। (তিনবার) হে আল্লাহ! তুমি শান্তিময়, আর তুমিই শান্তির উৎস। হে মহামহিম ও সম্মানের অধিকারী মহিমান্বিত বরকতময় *তুমি/ [সহীহ মুসলিম, হা/৫৯১]*

﴿لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَشَرِيْكَ لَهُ؛ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ، اَللَّهُمَّ لاَ مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ وَلاَ مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ وَلاَ يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ﴾

লা-ইলাহা ইল্লাল্লাহু ওয়াহদাহু লা-শারীকা লাহু লাহুল মুলকু ওয়ালাহুল হামদু ওয়াহুয়া 'আলা কুল্লি শাইয়্যিন ক্বদীর। আল্লাহুম্মা লা মানি'য়া লিমা আ'ত্বইতা ওয়ালা মু'ত্বিয়া লিমা মানা'তা ওয়ালা ইয়ানফা'উ যাল জাদ্দি মিনকাল জাদ্দু।

অর্থ: আল্লাহ ব্যতীত কোনো সত্যিকার ইলাহ-উপাস্য নেই। তিনি একক তাঁর কোনো অংশীদার নেই, তাঁর জন্যই সকল প্রশংসা ও রাজত্ব আর তিনি সকল বিষয়ে সর্বশক্তিমান। হে আল্লাহ্! তুমি যা দান কর তা বন্ধ করার কেউ নেই আর তুমি যা বন্ধ রাখ তা দানকারী কেউ নেই। কোনো সম্মানিত ব্যক্তির সম্মান কাজে আসবে না, তোমার নিকটেই প্রকৃত সম্মান। *[সহীহুল বুখারী, হা/৮৪৪; সহীহ মুসলিম, হা/৫৯৩]*

﴿لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَشَرِيْكَ لَهُ؛ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ؛ لاَ حَوْلَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِالله؛ لا إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَلاَ نَعْبُدُ إِلاَّ إِيَّاهُ؛ لَهُ النِّعْمَةُ وَلَهُ الْفَضْلُ وَلَهُ الثَّنَاءُ الْحَسَنُ؛ لاَ إِلَهَ اِلاَّ اللهُ مُخْلِصِيْنَ لَهُ الدِّيْنَ وَلَوْكَرِهَ الْكَافِرُوْنَ﴾

লা-ইলাহা ইল্লাল্লাহু ওয়াহ্দাহু লা শারীকালাহু, লাহুল মুলকু ওয়ালাহুল হামদু ওয়াহুয়া 'আলা কুল্লি শাইয়্যিন কাদীর। লা হাওলা ওয়ালা কুওয়াতা ইল্লা বিল্লাহি, লা ইলাহা ইল্লাল্লাহু, ওয়ালা না'বুদু ইল্লা ইয়্যাহু, লাহুন নি'মাতু ওয়ালাহুল ফাদলু ওয়ালাহুস সানাউল হাসানু, লা ইলাহা ইল্লাল্লাহু মুখলিসীনা লাহুদদ্বীনা ওয়ালাউ কারিহাল কাফিরূন।

অর্থ: আল্লাহ ব্যতীত কোনো সত্যিকার ইলাহ-উপাস্য নেই। তিনি একক তাঁর কোনো অংশীদার নেই, তাঁর জন্যই সকল প্রশংসা ও রাজত্ব আর তিনি সকল বিষয়ে সর্বশক্তিমান।

আল্লাহ তা'আলার সাহায্য ব্যতীত স্বীয় অবস্থা থেকে পরিবর্তনের ক্ষমতা কারো নেই। আল্লাহ্ ব্যতীত সত্যিকার মা'বূদ নেই, আমরা একমাত্র তাঁরই ইবাদত করি, তাঁর পক্ষ থেকে যাবতীয় নেয়ামত ও অনুগ্রহ তাই তাঁর জন্যই সকল উত্তম প্রশংসা। আল্লাহ ব্যতীত কোনো সত্যিকার মা'বূদ নেই, তাঁর দ্বীন আমরা একনিষ্ঠভাবে মান্য করি যদিও কাফেরগণ তা অপছন্দ করে। *[সহীহ মুসলিম, হা/৫৯৪]*

﴿سبحان الله﴾

"**সুবহানাল্লাহ**" ৩৩ বার
অর্থ: আমি আল্লাহর জন্য যাবতীয় দোষ হতে পবিত্রতা ঘোষণা করছি।

﴿الحمد لله﴾

"**আহামদু লিল্লাহ**" ৩৩ বার
অর্থ: সকল প্রশংসা আল্লাহর জন্য।

﴿الله أكبر﴾

"**আল্লাহু আকবার**" ৩৩ বার
অর্থ: আল্লাহ্ সবার বড়। অতঃপর বলবেন:

﴿لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَشَرِيْكَ لَهُ؛ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ﴾

লা-ইলাহা ইল্লাল্লাহু ওয়াহ্দাহু লা শারীকালাহু, লাহুল মুলক ওয়ালাহুল হামদু ওয়াহুয়া 'আলা কুল্লি শাইয়্যিন কাদীর। (একবার)

অর্থ: আল্লাহ ব্যতীত কোনো সত্যিকার ইলাহ বা উপাস্য নেই। তিনি একক, তাঁর কোনো অংশীদার নেই, তাঁর জন্যই সকল প্রশংসা ও রাজত্ব আর তিনি সকল বিষয়ে সর্বশক্তিমান। *[সহীহ মুসলিম, হা/৫৯৭]*
অথবা: **সুবহানাল্লাহ** ৩৩ বার, **আলহামদুলিল্লাহ** ৩৩ বার ও **আল্লাহু আকবার** ৩৪ বার। *[সুনান আত-তিরমিযী, সুনান আন-নাসায়ী ও সুনানে ইবনে মাজাহ]*

আয়াতুল কুরসী (১বার)

﴿اَللهُ لآ إِلَهَ إِلاَّ هُوَ الْحَىُّ الْقَيُّوْمُ، لاَ تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَّلاَ نَوْمٌ، لَهُ مَا فِى السَّمَاوَاتِ وَمَا فِى الْأَرْضِ، مَنْ ذَا الَّذِىْ يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلاَّ بِإِذْنِهِ، يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيْهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلاَ يُحِيْطُوْنَ بِشَيْئٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلاَّ بِمَا شَآءَ، وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ، وَلاَ يَئُوْدُهُ حِفْظُهُمَا وَ هُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيْمُ﴾

আল্লা-হু লা ইলা-হা ইল্লা হুওয়াল হাইয়্যুল কাইয়্যুমু লা তা'খুযুহু সিনাতুঁও ওয়ালা নাউম। লাহূ মা-ফিসসামা-ওয়া-তি ওয়ামা ফিল আরদ্ব। মান যাল্লাযী ইয়াশফা'উ 'ইনদাহূ ইল্লা বিইযনিহী। ইয়া'লামু মা বাইনা আইদীহিম ওয়ামা খালফাহুম। ওয়ালা ইয়ুহীতূনা বিশাইইম মিন্ ইলমিহী ইল্লা বিমা শাআ। ওয়াসি'আ কুরসিয়্যুহুস সামা-ওয়া-

তি ওয়াল আরদ্ব। ওয়ালা ইয়াউদুহূ হিফযুহুমা ওয়া হুয়াল 'আলিয়্যুল 'আযীম।

অর্থ: "আল্লাহ্, তিনি ছাড়া কোনো সত্য ইলাহ্ নেই। তিনি চিরঞ্জীব, সর্বসত্তার ধারক। তাঁকে তন্দ্রাও স্পর্শ করতে পারে না, নিদ্রাও নয়। আসমানসমূহে যা রয়েছে ও যমীনে যা রয়েছে সবই তাঁর। কে সে, যে তাঁর অনুমতি ব্যতীত তাঁর কাছে সুপারিশ করবে? তাদের সামনে ও পিছনে যা কিছু আছে তা তিনি জানেন। আর যা তিনি ইচ্ছে করেন তা ছাড়া তাঁর জ্ঞানের কোনো কিছুকেই তারা পরিবেষ্টন করতে পারে না। তাঁর 'কুরসী' আসমানসমূহ ও যমীনকে পরিব্যাপ্ত করে আছে; আর এ দুটোর রক্ষণাবেক্ষণ তাঁর জন্য বোঝা হয় না। আর তিনি সুউচ্চ সুমহান।"

ফযিলত: যে ব্যক্তি প্রত্যেক ফরয সালাতের শেষে আয়াতুল কুরসী পড়বে তার জন্য মৃত্যু ব্যতীত জান্নাতে যাওয়ার আর কোনো বাধা নেই। *[সুনান আন-নাসায়ী, হা/১০০; সহীহা, হা/৯৭২; সানাদ সহীহ]*

''কুল হুয়াল্লাহু আহাদ'', ''কুল আঊযু বিরাবিবল ফালাক'' ও **''কুল আঊযু বিরাবিবন্ নাস''** প্রত্যেক নামাযের শেষে পড়বে।

[সুনান আবু দাঊদ, হা/১৫২৩; সুনান আত তিরমিযী, হা/২৯০৩; সুনান আন নাসাঈ, হা/১৩৩৫; সানাদ সহীহ। আরও দেখুন, সহীহুত তিরমিযী, ২/৮। আর উপর্যুক্ত তিনটি সূরাকে 'আল-মু'আওয়াযাত' বলা হয়। দেখুন, ফাতহুল বারী, ৯/৬২]

সূরা ইখলাস (১বার):

﴿بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ – قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ – اَللّٰهُ الصَّمَدُ – لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُوْلَدْ – وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا اَحَدٌ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম (কুল হুওয়াল্লা-হু আহাদ। আল্লাহুস্ সামাদ। লাম ইয়ালিদ ওয়া লাম ইউলাদ। ওয়া লাম ইয়াকুল্লাহু কুফুওয়ান আহাদ।

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, তিনি আল্লাহ্, একক-অদ্বিতীয়। আল্লাহ্ হচ্ছেন 'সামাদ' (তিনি কারো মুখাপেক্ষী নন, সকলেই তাঁর মুখাপেক্ষী)। তিনি কাউকেও জন্ম দেননি এবং তাঁকেও জন্ম দেয়া হয়নি। আর তাঁর সমতুল্য কেউই নেই।"

সূরা ফালাক (১ বার):

﴿بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ– قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ – مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ – وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ اِذَا وَقَبَ – وَمِنْ شَرِّ النَّفّٰثٰتِ فِي الْعُقَدِ – وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম। কুল আ'উযু বিরব্বিল ফালাক্ব। মিন শাররি মা খালাক্ব। ওয়া মিন শাররি গা-সিক্বিন ইযা ওয়াক্কাব। ওয়া মিন শাররিন নাফফা-সা-তি ফিল 'উক্কাদ। ওয়া মিন শাররি হা-সিদিন ইযা হাসাদ।

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, আমি আশ্রয় প্রার্থনা করছি ঊষার রবের। তিনি যা সৃষ্টি করেছেন তার অনিষ্ট হতে। 'আর অনিষ্ট হতে রাতের অন্ধকারের, যখন তা গভীর হয়। আর অনিষ্ট হতে সমস্ত নারীদের, যারা গিরায় ফুঁক দেয়। আর অনিষ্ট হতে হিংসুকের, যখন সে হিংসা করে।"

সূরা নাস (১ বার):

﴿بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ- قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسِ - مَلِكِ النَّاسِ - اِلٰهِ النَّاسِ - مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ - الَّذِيْ يُوَسْوِسُ فِيْ صُدُوْرِ النَّاسِ - مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম। কুল 'আউযু বিরাব্বিন্না-স। মালিকিন্না-স, ইলা-হিন্নাস, মিন শাররিল ওয়াসওয়া-সিল খান্না-স, আল্লাযি ইউওয়াসউইসু ফী সুদূরিন না-স, মিনাল জিন্নাতি ওয়ান্না-স।

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, আমি আশ্রয় প্রার্থনা করছি মানুষের রবের, মানুষের অধিপতির, মানুষের ইলাহের কাছে, আত্মগোপনকারী কুমন্ত্রণাদাতার অনিষ্ট হতে; যে কুমন্ত্রণা দেয় মানুষের অন্তরে, জিনের মধ্য থেকে এবং মানুষের মধ্য থেকে।"

﴿اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّبًا، وَعَمَلًا مُتَقَبَّلًا﴾

আল্লাহুম্মা ইন্নী আসয়ালুকা ইলমান নাফিয়ান ওয়া রিযকান ত্বইয়্যিবান ওয়া আমালান মুতাকাব্বালান।

অর্থ: হে আল্লাহ! আমি তোমার নিকটে উপকারী বিদ্যা, পবিত্র রিযিক এবং গ্রহণযোগ্য আমল কামনা করি। *[সুনানে ইবনে মাজাহ, হা/৯২৫; সানাদ সহীহ]*

ফজর ও মাগরিবের নামাযের পর নিম্নের দু'আটি ১০ বার পড়বেন:

﴿لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَحْدَهُ لاَشَرِيْكَ لَهُ؛ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ يُحْيِ وَيُمِيْتُ وَهُوَعَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ﴾

লা-ইলাহা ইল্লাল্লাহু ওয়াহ্দাহু লা শারীকালাহু, লাহুল মুলকু ওয়ালাহুল হামদু, ইয়ুহয়ী ওয়াইয়ূমীতু ওয়াহুয়া আলাকুল্লি শাইয়্যিন কাদীর। (১০ বার)

অর্থ: আল্লাহ ব্যতীত কোনো সত্যিকার ইলাহ-উপাস্য নেই। তিনি একক তাঁর কোনো অংশীদার নেই, তাঁর জন্যই সকল প্রশংসা ও রাজত্ব। তিনিই জীবিত করেন এবং মৃত্যু দান করেন। আর তিনি সকল বিষয়ে সর্বশক্তিমান। *[সুনান আত-তিরমিযী, হা/৩৪৭৪; মুসনাদে আহমাদ, হা/১৭৯৯০; সহীহ]*

সকালের কিছু নিয়মিত আমল বা যিকির:

সকাল বলতে ফজরের পর থেকে সূর্য উঠার পূর্ব পর্যন্ত, প্রয়োজনে সূর্যউদয়ের পরেও এ আমল বা যিকির করা যাবে।

১। সকালের আমল: আয়াতুল কুরসী (১ বার)

﴿اَللهُ لآ إِلهَ إِلاَّ هُوَ الْحَىُّ الْقَيُّوْمُ، لاَ تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَّلاَ نَوْمٌ، لَهُ مَا فِى السَّمَاوَاتِ وَمَا فِى الْأَرْضِ، مَنْ ذَا الَّذِىْ يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلاَّ بِإِذْنِهِ، يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيْهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلاَ يُحِيْطُوْنَ بِشَيْئٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلاَّ بِمَا شَآءَ، وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ، وَلاَ يَئُوْدُهُ حِفْظُهُمَا وَ هُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيْمُ﴾

আল্লা-হু লা ইলা-হা ইল্লা হুওয়াল হাইয়্যুল কাইয়্যুমু লা তা'খুযুহু সিনাতুঁও ওয়ালা নাউম। লাহূ মা-ফিসসামা-ওয়া-তি ওয়ামা ফিল আরদ্ব। মান যাল্লাযী ইয়াশফা'উ 'ইনদাহূ ইল্লা বিইযনিহী। ইয়া'লামু মা বাইনা আইদীহিম ওয়ামা খালফাহুম। ওয়ালা ইয়ুহীতূনা বিশাইইম মিন্ ইলমিহী ইল্লা বিমা শাআ। ওয়াসি'আ কুরসিয়্যুহুস সামা-ওয়া-তি ওয়াল আরদ্ব। ওয়ালা ইয়াউদুহূ হিফযুহুমা ওয়া হুয়াল 'আলিয়্যুল 'আযীম। (১ বার)

অর্থ: "আল্লাহ্, তিনি ছাড়া কোনো সত্য ইলাহ্ নেই। তিনি চিরঞ্জীব, সর্বসত্তার ধারক। তাঁকে তন্দ্রাও স্পর্শ করতে পারে

না, নিদ্রাও নয়। আসমানসমূহে যা রয়েছে ও যমীনে যা রয়েছে সবই তাঁর। কে সে, যে তাঁর অনুমতি ব্যতীত তাঁর কাছে সুপারিশ করবে? তাদের সামনে ও পিছনে যা কিছু আছে তা তিনি জানেন। আর যা তিনি ইচ্ছে করেন তা ছাড়া তাঁর জ্ঞানের কোনো কিছুকেই তারা পরিবেষ্টন করতে পারে না। তাঁর 'কুরসী' আসমানসমূহ ও যমীনকে পরিব্যাপ্ত করে আছে; আর এ দুটোর রক্ষণাবেক্ষণ তাঁর জন্য বোঝা হয় না। আর তিনি সুউচ্চ সুমহান।" *{আল-কুরআনুল কারীম, সূরা বাকারাহ (২), আয়াত-২৫৫}*

ফযিলতঃ যে ব্যক্তি সকালে তা পাঠ করবে সে বিকাল হওয়া পর্যন্ত জিন শয়তান থেকে আল্লাহর আশ্রয়ে থাকবে, আর যে ব্যক্তি বিকালে তা পাঠ করবে সে সকাল হওয়া পর্যন্ত জিন শয়তান থেকে আল্লাহর আশ্রয়ে থাকবে। *[হাদীসটি হাকিম সংকলন করেছেন, ১/৫৬২। আর শাইখ আলবানী একে সহীহুত তারগীব ওয়াত-তারহীবে সহীহ বলেছেন ১/২৭৩। আর তিনি একে নাসাঈ, তাবারানীর দিকে সম্পর্কযুক্ত করেছেন এবং বলেছেন, তাবারানীর সনদ 'জাইয়্যেদ' বা ভালো।]*

২। সকালের আমল: সূরা ইখলাস, সূরা আল-ফালাক ও সূরা আন-নাস (৩ বার)

সূরা ইখলাস:

﴿بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ – قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ – اَللّٰهُ الصَّمَدُ – لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُوْلَدْ – وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا اَحَدٌ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম। কুল হুওয়াল্লা-হু আহাদ। আল্লাহুস্ সামাদ। লাম ইয়ালিদ ওয়া লাম ইউলাদ। ওয়া লাম ইয়াকুল্লাহু কুফুওয়ান আহাদ। (৩ বার)

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, তিনি আল্লাহ্, এক-অদ্বিতীয়। আল্লাহ্ হচ্ছেন 'সামাদ' (তিনি কারো মুখাপেক্ষী নন, সকলেই তাঁর মুখাপেক্ষী)। তিনি কাউকেও জন্ম দেন নি এবং তাঁকেও জন্ম দেয়া হয় নি। আর তাঁর সমতুল্য কেউই নেই।"

সূরা ফালাক:

﴿بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ– قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ – مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ – وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ اِذَا وَقَبَ – وَمِنْ شَرِّ النَّفّٰثٰتِ فِي الْعُقَدِ – وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম। কুল আ'উযু বিরব্বিল ফালাক্ব। মিন শাররি মা খালাক্ব। ওয়া মিন শাররি গা-সিক্বিন ইযা ওয়াক্কাব। ওয়া মিন শাররিন নাফফা-সা-তি ফিল 'উক্কাদ। ওয়া মিন শাররি হা-সিদিন ইযা হাসাদ। (৩ বার)

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, আমি আশ্রয় প্রার্থনা করছি ঊষার রবের। তিনি যা সৃষ্টি করেছেন তার অনিষ্ট হতে। 'আর অনিষ্ট হতে রাতের অন্ধকারের, যখন তা গভীর হয়। আর অনিষ্ট হতে সমস্ত নারীদের, যারা গিরায় ফুঁক দেয়। আর অনিষ্ট হতে হিংসুকের, যখন সে হিংসা করে।"

সূরা নাস:

﴿بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ– قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسِ – مَلِكِ النَّاسِ – اِلٰهِ النَّاسِ – مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ – الَّذِيْ يُوَسْوِسُ فِيْ صُدُوْرِ النَّاسِ – مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম। কুল 'আউযু বিরাব্বিন্না-স। মালিকিন্না-স, ইলা-হিন্নাস, মিন শাররিল ওয়াসওয়া-সিল খান্না-স, আল্লাযি ইউওয়াসউইসু ফী সুদূরিন না-স, মিনাল জিন্নাতি ওয়ান্না-স। (৩ বার)

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছ। "বলুন, আমি আশ্রয় প্রার্থনা করছি মানুষের রবের, মানুষের অধিপতির, মানুষের ইলাহের কাছে, আত্মগোপনকারী কুমন্ত্রণাদাতার অনিষ্ট হতে; যে কুমন্ত্রণা দেয় মানুষের অন্তরে, জিনের মধ্য থেকে এবং মানুষের মধ্য থেকে।"

ফযিলতঃ হাদীসে এসেছে, রাসূলুল্লাহ (সা.) বললেন, যে ব্যক্তি সকাল ও বিকালে 'সূরা ইখলাস', 'সূরা ফালাক' ও 'সূরা নাস' তিনবার করে পড়বে, এটাই তার সবকিছুর জন্য যথেষ্ট হবে। *[আবূ দাউদ, হা/৫০৮২; তিরমিযী, হা/৩৫৭৫; সানাদ হাসান।]*

৩। সকালের আমল: (১ বার)

﴿أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ

شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَخَيرَ مَا بَعْدَهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ﴾

আসবাহ্না ওয়া আসবাহাল মুলকু লিল্লাহি ওয়ালহাম্দু লিল্লাহি, লা ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু ওয়াহ্দাহু লা শারীকা লাহু, লাহুল মুলকু ওয়া লাহুল হামদু, ওয়াহুয়া আলা কুল্লি শাই'ইন ক্বাদীর। রব্বি আস্আলুকা খাইরা মা ফী হা-যাল ইয়াউমি ওয়া খাইরা মা বা'দাহু, ওয়া আ'ঊযু বিকা মিন শাররি মা ফী হা-যাল ইয়াউমি ওয়া শাররি মা বা'দাহু। রব্বি আঊযু বিকা মিনাল কাসালি ওয়া সূইল-কিবারি। রবিব আ'ঊযু বিকা মিন 'আযাবিন ফিন্না-রি ওয়া আযাবিন্ ফিল ক্বাবরি। (১ বার)

"আমরা সকালে উপনীত হয়েছি, অনুরূপ যাবতীয় রাজত্বও সকালে উপনীত হয়েছে, আল্লাহর জন্য। সমুদয় প্রশংসা আল্লাহর জন্য। একমাত্র আল্লাহ ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই, তাঁর কোনো শরীক নেই। রাজত্ব তাঁরই এবং প্রশংসাও তাঁর, আর তিনি সকল কিছুর ওপর ক্ষমতাবান।

হে রব্ব! এই দিনের মাঝে এবং এর পরে যা কিছু কল্যাণ আছে আমি আপনার নিকট তা প্রার্থনা করি। আর এই

দিনের মাঝে এবং এর পরে যা কিছু অকল্যাণ আছে, তা থেকে আমি আপনার আশ্রয় চাই।

হে রব্ব! আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই অলসতা ও খারাপ বার্ধক্য থেকে। হে রব্ব! আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই জাহান্নামে আযাব হওয়া থেকে এবং কবরে আযাব হওয়া থেকে।" *[সহীহ মুসলিম, হা/২৭২৩]*

৪। সকালের আমল: (১ বার)

﴿اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ﴾

আল্লা-হুম্মা বিকা আসবাহ্না ওয়াবিকা আমসাইনা ওয়াবিকা নাহ্ইয়া, ওয়াবিকা নামূতু ওয়া ইলাইকান নুশূর। (১ বার)

"হে আল্লাহ! আমরা আপনার সাহায্যে সকালে উপনীত হয়েছি এবং আপনারই সাহায্যে আমরা বিকালে উপনীত হয়েছি। আর আপনার দ্বারা আমরা জীবিত থাকি, আপনার দ্বারাই আমরা মারা যাব, আর আপনার দিকেই উত্থিত হব।" *[তিরমিযী, হা/৩৩৯১। সানাদ সহীহ]*

৫। সকালে: সায়্যিদুল ইসতিগফার (১ বার)

﴿اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا

صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوءُ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لاَ يَغْفِرُ الذُّنوبَ إِلاَّ أَنْتَ﴾

আল্লা-হুম্মা আনতা রব্বী লা ইলা-হা ইল্লা আনতা খলাক্বতানী ওয়া আনা 'আব্দুকা, ওয়া আনা 'আলা 'আহদিকা ওয়া ওয়া'দিকা মাস্তাত্বা'তু। আ'উযু বিকা মিন শাররি মা সানা'তু, আবূউ লাকা বিনি'মাতিকা 'আলাইয়্যা, ওয়া আবূউ বিযাম্বী। ফাগফির লী, ফাইন্নাহূ লা ইয়াগফিরুয যুনূবা ইল্লা আনতা। (১ বার)

"হে আল্লাহ! আপনি আমার রব্ব, আপনি ছাড়া আর কোনো হক্ব ইলাহ নেই। আপনি আমাকে সৃষ্টি করেছেন এবং আমি আপনার বান্দা। আর আমি আমার সাধ্য মতো আপনার (তাওহীদের) অঙ্গীকার ও (জান্নাতের) প্রতিশ্রুতির ওপর রয়েছি। আমি আমার কৃতকর্মের অনিষ্ট থেকে আপনার আশ্রয় চাই। আপনি আমাকে আপনার যে নিয়ামত দিয়েছেন তা আমি স্বীকার করছি, আর আমি স্বীকার করছি আমার অপরাধ। অতএব, আপনি আমাকে মাফ করুন। নিশ্চয় আপনি ছাড়া আর কেউ গুনাহসমূহ মাফ করে না।"

ফযিলত: "যে ব্যক্তি সকালবেলা অথবা সন্ধ্যাবেলা এটি ('সায়্যিদুল ইসতিগফার') অর্থ বুঝে দৃঢ় বিশ্বাসসহকারে পড়বে, সে ঐ দিন রাতে বা দিনে মারা গেলে অবশ্যই জান্নাতে যাবে।" *[সহীহুল বুখারী, হা/৬৩০৬।]*

৬। সকালের আমল: (৪ বার)

﴿اللَّهُمَّ إِنِّي أَصْبَحْتُ أُشْهِدُكَ، وَأُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ، وَمَلاَئِكَتِكَ، وَجَمِيعَ خَلْقِكَ، أَنَّكَ أَنْتَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ وَحْدَكَ لاَ شَرِيكَ لَكَ، وَأَنَّ مُحَمَّداً عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ﴾

আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসবাহ্তু উশহিদুকা ওয়া উশহিদু হামালাতা 'আরশিকা ওয়া মালা-ইকাতিকা ওয়া জামী'আ খালক্বিকা, আন্নাকা আনতাল্লা-হু লা ইলা-হা ইল্লা আনতা ওয়াহ্দাকা লা শারীকা লাকা, ওয়া আন্না মুহাম্মাদান আব্দুকা ওয়া রাসূলুক। (৪ বার)

"হে আল্লাহ! আমি সকালে উপনীত হয়েছি। আপনাকে আমি সাক্ষী রাখছি, আরও সাক্ষী রাখছি আপনার 'আরশ বহনকারীদেরকে, আপনার ফিরিশতাগণকে ও আপনার সকল সৃষ্টিকে, (এর উপর) যে- নিশ্চয় আপনিই আল্লাহ, একমাত্র আপনি ছাড়া আর কোনো হক্ব ইলাহ নেই, আপনার কোনো শরীক নেই, আর মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম আপনার বান্দা ও রাসূল।"

ফযিলত: যে ব্যক্তি সকালে অথবা বিকালে তা চারবার বলবে, আল্লাহ তাকে জাহান্নামের আগুন থেকে মুক্ত করবেন। *[আবূ দাউদ হা/৫০৭১; বুখারী, আল-আদাবুল মুফরাদ, হা/১২০১; নাসাঈ, 'আমালুল ইয়াওমি ওয়াল লাইলাহ, হা/৯; ইবনুস সুন্নী, হা/৭০। সম্মানিত শাইখ আবদুল আযীয ইবন বায রাহেমাহুল্লাহ তাঁর তুহফাতুল আখইয়ার গ্রন্থের পৃ. ২৩ এ নাসাঈ ও আবূ দাউদের সনদকে হাসান বলেছেন।]*

৭। সকালের আমল: (১ বার)

﴿اللَّهُمَّ مَا أَصْبَحَ بِي مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ فَمِنْكَ وَحْدَكَ لاَ شَرِيكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ﴾

আল্লা-হুম্মা মা আসবাহা বী মিন নি'মাতিন আউ বিআহাদিন মিন খালক্বিকা ফামিনকা ওয়াহ্দাকা লা শারীকা লাকা, ফালাকাল হাম্দু ওয়ালাকাশ্ শুক্রু। (১ বার)

"হে আল্লাহ! যে নি'আমত আমার সাথে সকালে উপনীত হয়েছে, অথবা আপনার সৃষ্টির অন্য কারও সাথে; এসব নি'আমত কেবল আপনার নিকট থেকেই, আপনার কোনো শরীক নেই। সুতরাং সকল প্রশংসা আপনারই। আর সকল কৃতজ্ঞতা আপনারই প্রাপ্য।"

ফযিলত: যে ব্যক্তি সকালবেলা উপরোক্ত দো'আ পাঠ করলো সে যেনো সেই দিনের শুকরিয়া আদায় করলো। আর যে ব্যক্তি বিকালবেলা এ দো'আ পাঠ করলো সে যেনো রাতের শুকরিয়া আদায় করলো''। *[হাদীসটি সংকলন করেছেন, আবূ দাউদ হা/৫০৭৫; নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল লাইলাহ, হা/৭; ইবনুস সুন্নী, হা/৪১; ইবন হিব্বান, (মাওয়ারিদ) হা/২৩৬১। আর শাইখ ইবন বায তাঁর তুহফাতুল আখইয়ার পৃ. ২৪ এ এর সনদকে হাসান বলেছেন।]*

৮। সকালের আমল: (৩ বার)

﴿اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ. اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ

الْكُفْرِ، وَالفَقْرِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ القَبْرِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ﴾

আল্লা-হুম্মা 'আ-ফিনী ফী বাদানী, আল্লা-হুম্মা 'আ-ফিনী ফী সাম্'ঈ আল্লা-হুম্মা 'আ-ফিনী ফী বাসারী। লা ইলা-হা ইল্লা আনতা। আল্লা-হুম্মা ইন্নী আ'উযু বিকা মিনাল কুফরি ওয়াল-ফাক্বরি ওয়া আ'উযু বিকা মিন 'আযা-বিল ক্বাবরি, লা ইলাহা ইল্লা আন্তা। (৩ বার)

"হে আল্লাহ! আমাকে নিরাপত্তা দিন আমার শরীরে। হে আল্লাহ! আমাকে নিরাপত্তা দিন আমার শ্রবণশক্তিতে। হে আল্লাহ! আমাকে নিরাপত্তা দিন আমার দৃষ্টিশক্তিতে। আপনি ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই। হে আল্লাহ! আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই কুফরি ও দারিদ্র্য থেকে। আর আমি আপনার আশ্রয় চাই কবরের আযাব থেকে। আপনি ছাড়া আর কোনো হক্ব ইলাহ নেই।" *[আবূ দাউদ, হা/৫০৯২; আহমাদ, হা/২০৪৩০; নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল্লাইলাহ, হা/২২; ইবনুস সুন্নী, হা/৬৯; বুখারী, আল-আদাবুল মুফরাদ, হা/৭০১। আর শাইখ আল্লামা ইবন বায রাহিমাহুল্লাহ 'তুহফাতুল আখইয়ার' গ্রন্থের পৃ. ২৬ এ এর সনদকে হাসান বলেছেন।]*

৯। সকালের আমল: (১ বার)

﴿اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ: فِي دِينِي

وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي، وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي، وَآمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَينِ يَدَيَّ، وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ يَمِينِي، وَعَنْ شِمَالِي، وَمِنْ فَوْقِي، وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي﴾

আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসআলুকাল 'আফওয়া ওয়াল-'আ-ফিয়াতা ফিদ্দুনইয়া ওয়াল আ-খিরাতি। আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসআলুকাল 'আফওয়া ওয়াল-'আ-ফিয়াতা ফী দীনী ওয়াদুনইয়াইয়া, ওয়া আহ্লী ওয়া মা-লী, আল্লা-হুম্মাসতুর 'আওরা-তী ওয়া আ-মিন রাও'আ-তি। আল্লা-হুম্মাহফাযনী মিম্বাইনি ইয়াদাইয়্যা ওয়া মিন খালফী ওয়া 'আন ইয়ামীনী ওয়া শিমা-লী ওয়া মিন ফাওকী। ওয়া আ'ঊযু বি'আযামাতিকা আন উগতা-লা মিন তাহ্তী। (১ বার)

"হে আল্লাহ! আমি আপনার নিকট দুনিয়া ও আখেরাতে ক্ষমা ও নিরাপত্তা প্রার্থনা করছি। হে আল্লাহ! আমি আপনার নিকট ক্ষমা এবং নিরাপত্তা চাচ্ছি আমার দীন, দুনিয়া, পরিবার ও অর্থ-সম্পদের। হে আল্লাহ! আপনি আমার গোপন ত্রুটিসমূহ ঢেকে রাখুন, আমার উদ্বিগ্নতাকে রূপান্তরিত করুন নিরাপত্তায়। হে আল্লাহ! আপনি আমাকে হিফাযত করুন আমার সামনের দিক থেকে, আমার পিছনের দিক থেকে, আমার ডান দিক থেকে, আমার বাম দিক থেকে এবং আমার উপরের দিক থেকে। আর আপনার মহত্ত্বের উসীলায় আশ্রয় চাই আমার নিচ থেকে হঠাৎ

আক্রান্ত হওয়া থেকে"। *[আবূ দাউদ, হা/৫০৭৪; ইবন মাজাহ, হা/৩৮৭১; সানাদ সহীহ।]*

১০। সকালের আমল: (১ বার)

﴿اللَّهُمَّ عَالِمَ الغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ﴾

আল্লা-হুম্মা আ-লিমাল গাইবি ওয়াশ্শাহা-দাতি ফা-ত্বিরাস সামা-ওয়া-তি ওয়াল আরদ্বি, রব্বা কুল্লি শাই'ইন ওয়া মালীকাহু, আশহাদু আল-লা ইলা-হা ইল্লা আনতা। আ'ঊযু বিকা মিন শাররি নাফ্সী ওয়া মিন শাররিশ শাইত্বা-নি ওয়াশিরকিহী। (১ বার)

"হে আল্লাহ! হে গায়েব ও উপস্থিতের জ্ঞানী, হে আসমানসমূহ ও যমীনের স্রষ্টা, হে সব কিছুর রব্ব ও মালিক! আমি সাক্ষ্য দিচ্ছি যে, আপনি ছাড়া আর কোনো হক্ব ইলাহ নেই। আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই আমার আত্মার অনিষ্ট থেকে, শয়তানের অনিষ্টতা থেকে ও তার শির্ক থেকে।" *[সুনান আত-তিরমিযী, হা/৩৩১৪; আবূ দাউদ, হা/৪৪০৫ (শামেলা); সহীহ]*

১১। সকালের আমল: সব কিছুর ক্ষতি থেকে নিরাপদ থাকার দু'আ (৩ বার)

﴿بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لاَ يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلاَ فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ﴾

বিস্‌মিল্লা-হিল্লাযী লা ইয়াদুররু মা'আ ইস্‌মিহী শাইউন ফিল্ আরদ্বি ওয়ালা ফিস্ সামা-ই, ওয়াহুয়াস্ সামী'উল 'আলীম। (৩ বার)

"আল্লাহ্‌র নামে; যাঁর নামের সাথে আসমান ও যমীনে কোনো কিছুই ক্ষতি করতে পারে না। আর তিনি সর্বশ্রোতা, মহাজ্ঞানী।"

ফযিলতঃ যে ব্যক্তি সকালে তিনবার এবং বিকালে তিনবার এই দু'আ পড়বে, কোনো কিছু তার ক্ষতি করতে পারবে না। *[আবূ দাউদ, হা/৫০৮৮; তিরমিযী, হা/৩৩৮৮; ইবন মাজাহ, হা/৩৮৬৯; সানাদ হাসান।]*

১২। সকালের আমল: (৩ বার)

﴿رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلاَمِ دِيناً، وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيّاً﴾

রদ্বীতু বিল্লা-হি রব্বান, ওয়াবিল ইসলা-মি দীনান, ওয়াবি মুহাম্মাদিন নাবিয়্যা। (৩ বার)

"আল্লাহকে রব, ইসলামকে দীন ও মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামকে নবীরূপে গ্রহণ করে আমি সন্তুষ্ট।" (৩ বার)

ফযিলত: যে ব্যক্তি এ দো'আ সকাল ও বিকাল তিনবার করে বলবে, আল্লাহর কাছে তার অধিকার হয়ে যায় তাকে কিয়ামাতের দিন সন্তুষ্ট করা। *[মুসনাদে আহমাদ হা/১৮৯৬৭; নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল-লাইলাহ, হা/৪; আবু দাউদ,*

হা/১৫৩১; তিরমিযী হা/৩৩৮৯। আর ইবন বায রাহিমাহুল্লাহ 'তুহফাতুল আখইয়ার' এর ৩৯ পৃষ্ঠায় একে হাসান বলেছেন।]

১৩। সকালের আমল: (১ বার)

﴿يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ أَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ وَلاَ تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ﴾

ইয়া হাইয়্যু ইয়া ক্বাইয়্যূমু বিরহ্‌মাতিকা আস্তাগীসু, আসলিহ্ লী শা'নী কুল্লাহু, ওয়ালা তাকিলনী ইলা নাফসী ত্বারফাতা 'আইন। (১ বার)

"হে চিরঞ্জীব, হে চিরস্থায়ী! আমি আপনার রহমতের অসীলায় আপনার কাছে উদ্ধার কামনা করি, আপনি আমার সার্বিক অবস্থা সংশোধন করে দিন, আর আমাকে আমার নিজের কাছে নিমেষের জন্যও সোপর্দ করবেন না।" *[হাকেম ১/৫৪৫, তিনি হাদীসটিকে সহীহ বলেছেন, আর যাহাবী তা সমর্থন করেছেন। আরও দেখুন, সহীহ আত-তারগীব ওয়াত-তারহীব ১/২৭৩।]*

১৪। সকালের আমল: (১ বার)

﴿أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ هَذَا الْيَوْمِ: فَتْحَهُ، وَنَصْرَهُ، وَنورَهُ، وَبَرَكَتَهُ، وَهُدَاهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيهِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ﴾

আসবাহ্‌না ওয়া আসবাহাল-মূলকু লিল্লা-হি রব্বিল 'আলামীন। আল্লা-হুম্মা ইন্নী আস্‌আলুকা

খাইরা হাযাল ইয়াওমি ফাতহাহু ওয়া নাসরাহু ওয়া নুরাহু ওয়া বারাকাতাহু ওয়া হুদা-হু। ওয়া আ'ঊযু বিকা মিন শাররি মা ফীহি ওয়া শাররি মা বা'দাহু। (১ বার)

"আমরা সকালে উপনীত হয়েছি, অনুরূপ যাবতীয় রাজত্বও সকালে উপনীত হয়েছে সৃষ্টিকুলের রব্ব আল্লাহর জন্য। হে আল্লাহ! আমি আপনার কাছে কামনা করি এই দিনের কল্যাণ: বিজয়, সাহায্য, নূর, রবকত ও হিদায়াত। আর আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই এ দিনের এবং এ দিনের পরের অকল্যাণ থেকে।" *[আবূ দাউদ, হা/৫০৮৪; আর শু'আইব ও আবদুল কাদের আরনাঊত যাদুল মা'আদের সম্পাদনায় ২/৩৭৩ এর সনদকে হাসান বলেছেন।]*

১৫। সকালের আমল: (১ বার)

﴿أَصْبَحْنا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلاَمِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الْإِخْلاَصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ ، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ، حَنِيفاً مُسْلِماً وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشرِكِينَ﴾

আসবাহনা 'আলা ফিত্বরাতিল ইসলামি ওয়া আলা কালিমাতিল ইখলাসি ওয়া আলা দ্বীনি নাবিয়্যিনা মুহাম্মাদিন, ওয়া আলা মিল্লাতি আবীনা ইবরা-হীমা হানীফাম মুসলিমাও ওয়ামা কা-না মিনাল মুশরিকীন। (১ বার)

"আমরা সকালে উপনীত হয়েছি ইসলামের ফিত্বরাতের ওপর, নিষ্ঠাপূর্ণ বাণী (তাওহীদ) -এর ওপর, আমাদের নবী মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের দীনের ওপর, আর

আমাদের পিতা ইবরাহীম আলাইহিস সালামের মিল্লাতের ওপর- যিনি ছিলেন একনিষ্ঠ মুসলিম এবং যিনি মুশরিকদের অন্তর্ভুক্ত ছিলেন না"। *[আহমাদ হা/১৫৩৬০ ও ১৫৫৬৩; আমালুল ইয়াওমি ওয়াল-লাইলাহ, হা/৩৪। আরও দেখুন, সহীহুল জামে'উ ৪/২০৯।]*

১৬। সকালের আমল: (১০০ বার)

﴿سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ﴾

সুবহা-নাল্লা-হি ওয়া বিহামদিহী। (১০০ বার)

"আমি আল্লাহর প্রশংসাসহ পবিত্রতা ও মহিমা ঘোষণা করছি।"

ফযিলত: যে ব্যক্তি তা সকালে একশত বার ও বিকালে একশত বার বলবে, কিয়ামতের দিন তার চেয়ে বেশি উৎকৃষ্ট কিছু কেউ নিয়ে আসতে পারবে না, তবে সে ব্যক্তি যে তার মত বলবে, বা তার চেয়ে বেশি আমল করবে। *[সহীহ মুসলিম, হা/২৬৯২]*

১৭। সকালের আমল: (১০০ বার)

﴿لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾

লা ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু ওয়াহ্দাহু লা শারীকা লাহু, লাহুল মুলকু, ওয়া লাহুল হামদু, ওয়া হুয়া 'আলা কুল্লি শাই'ইন ক্বাদীর।

(১০ বার) অথবা (অলসতা লাগলে ১ বার)

"একমাত্র আল্লাহ ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই, তাঁর কোনো শরীক নেই, রাজত্ব তাঁরই, সমস্ত প্রশংসাও তাঁর, আর তিনি সকল কিছুর ওপর ক্ষমতাবান।"

(১০ বার) *[নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল-লাইলাহ,হা/২৪। আরও দেখুন, সহীহুত তারগীব ওয়াত তারহীব, ১/২৭২; ইবন বায, তুহফাতুল আখইয়ার পৃ. ৪৪]*

অথবা **(অলসতা লাগলে ১ বার)** *[আবূ দাউদ, হা/৫০৭৭; ইবন মাজাহ, হা/৩৭৯৮; আহমাদ হা/৮৭১৯। আরও দেখুন, সহীহুত তারগীব ওয়াত তারহীব, ১/২৭০; যাদুল মা'আদ ২/৩৭৭; সানাদ সহীহ।]*

ফযিলত: যে ব্যক্তি দিনে একশত বার বলবে, সেটা তার জন্য দশটি দাসমুক্তির অনুরূপ হবে, তার জন্য একশত সাওয়াব লিখা হবে, সে দিন বিকাল পর্যন্ত সেটা তার জন্য শয়তান থেকে বাঁচার উপায় হিসেবে বিবেচিত হবে; আর কেউ তার মত কিছু নিয়ে আসতে পারবে না, হ্যাঁ, সে ব্যক্তি ব্যতীত যে তার চেয়েও বেশি আমল করবে। *[সহীহুল বুখারী, হা/৩২৯৩; সহীহ মুসলিম, হা/২৬৯১]*

১৮। সকালের আমল: (৩ বার)

﴿سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ: عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ، وَزِنَةَ عَرْشِهِ، وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ﴾

সুব্হা-নাল্লা-হি ওয়া বিহামদিহী 'আদাদা খালক্বিহী, ওয়া রিদা নাফসিহী, ওয়া যিনাতা 'আরশিহী, ওয়া মিদা-দা কালিমা-তিহী। (৩ বার)

"আমি আল্লাহর প্রশংসাসহ পবিত্রতা ও মহিমা ঘোষণা করছি- তাঁর সৃষ্ট বস্তুসমূহের সংখ্যার সমান, তাঁর নিজের সন্তোষের সমান, তাঁর 'আরশের ওজনের সমান ও তাঁর বাণীসমূহ লেখার কালি পরিমাণ (অগণিত অসংখ্য)"। *[সহীহ মুসলিম হা/২৭২৬।]*

১৯। সকালের আমল: (১ বার)

﴿اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ عِلْماً نَافِعاً، وَرِزْقاً طَيِّباً، وَعَمَلاً مُتَقَبَّلاً﴾

আল্লা-হুম্মা ইন্নি আসআলুকা ইলমান নাফে'আন ওয়া রিয্কান তাইয়্যেবান ওয়া 'আমালান মুতাক্বাব্বালান। (১ বার)

"হে আল্লাহ! আমি আপনার নিকট উপকারী জ্ঞান, পবিত্র রিযিক এবং কবুলযোগ্য আমল প্রার্থনা করি।" *[হাদীসটি সংকলন করেছেন, ইবনুস সুন্নী, হা/৫৪; ইবন মাজাহ, হা/৯২৫। আর আব্দুল কাদের ও শু'আইব আল-আরনাঊত যাদুল মা'আদের সম্পাদনায় ২/৩৭৫; এর সনদকে হাসান বলেছেন।]*

২০। সকালের আমল: (১০০ বার)

﴿أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ﴾

আস্তাগফিরুল্লাহ ওয়া আতূবু ইলাইহি। (১০০ বার)

"আমি আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করছি এবং তাঁর নিকটই তাওবা করছি"। *[সহীহুল বুখারী (ফাতহুল বারীসহ) হা/৬৩০৭; সহীহ মুসলিম হা/২৭০২]*

সন্ধ্যার কিছু নিয়মিত আমল বা যিকির:

সন্ধ্যা বলতে আছরের পর থেকে নিয়ে সূর্য ডুবা পর্যন্ত, প্রয়োজনে সূর্যাস্তের পরেও এ আমল বা যিকির করা যাবে।

১। সন্ধ্যার আমল: আয়াতুল কুরসী (১ বার)

﴿اَللهُ لآ إِلهَ إِلاَّ هُوَ الْحَىُّ الْقَيُّوْمُ، لاَ تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَّلاَ نَوْمٌ، لَهُ مَا فِى السَّمَاوَاتِ وَمَا فِى الْأَرْضِ، مَنْ ذَا الَّذِىْ يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلاَّ بِإِذْنِهِ، يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيْهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلاَ يُحِيْطُوْنَ بِشَيْئٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلاَّ بِمَا شَآءَ، وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ، وَلاَ يَئُوْدُهُ حِفْظُهُمَا وَ هُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيْمُ﴾

আল্লা-হু লা ইলা-হা ইল্লা হুওয়াল হাইয়্যুল কাইয়্যুমু লা তা'খুযুহু সিনাতুঁও ওয়ালা নাউম। লাহূ মা-ফিসসামা-ওয়া-তি ওয়ামা ফিল আরদ্ব। মান যাল্লাযী ইয়াশফা'উ 'ইনদাহূ ইল্লা বিইযনিহী। ইয়া'লামু মা বাইনা আইদীহিম ওয়ামা খালফাহুম। ওয়ালা ইয়ুহীতূনা বিশাইইম মিন্ ইলমিহী ইল্লা বিমা শাআ। ওয়াসি'আ কুরসিয়্যুহুস সামা-ওয়া-তি ওয়াল আরদ্ব। ওয়ালা ইয়াউদুহূ হিফযুহুমা ওয়া হুয়াল 'আলিয়্যুল 'আযীম। (১ বার)

অর্থ: "আল্লাহ্, তিনি ছাড়া কোনো সত্য ইলাহ্ নেই। তিনি চিরঞ্জীব, সর্বসত্তার ধারক। তাঁকে তন্দ্রাও স্পর্শ করতে পারে না, নিদ্রাও নয়। আসমানসমূহে যা রয়েছে ও যমীনে যা রয়েছে সবই তাঁর। কে সে, যে তাঁর অনুমতি ব্যতীত তাঁর কাছে সুপারিশ করবে? তাদের সামনে ও পিছনে যা কিছু আছে তা তিনি জানেন। আর যা তিনি ইচ্ছে করেন তা ছাড়া তাঁর জ্ঞানের কোনো কিছুকেই তারা পরিবেষ্টন করতে পারে না। তাঁর 'কুরসী' আসমানসমূহ ও যমীনকে পরিব্যাপ্ত করে আছে; আর এ দুটোর রক্ষণাবেক্ষণ তাঁর জন্য বোঝা হয় না। আর তিনি সুউচ্চ সুমহান।" *{আল-কুরআনুল কারীম, সূরা বাকারাহ (২), আয়াত-২৫৫}*

ফযিলতঃ যে ব্যক্তি সকালে তা পাঠ করবে সে বিকাল হওয়া পর্যন্ত জ্বিন শয়তান থেকে আল্লাহর আশ্রয়ে থাকবে, আর যে ব্যক্তি বিকালে তা পাঠ করবে সে সকাল হওয়া পর্যন্ত জ্বিন শয়তান থেকে আল্লাহর আশ্রয়ে থাকবে। *[হাদীসটি হাকিম সংকলন করেছেন, ১/৫৬২। আর শাইখ আলবানী একে সহীহুত তারগীব ওয়াত-তারহীবে সহীহ বলেছেন ১/২৭৩। আর তিনি একে নাসাঈ, তাবারানীর দিকে সম্পর্কযুক্ত করেছেন এবং বলেছেন, তাবারানীর সনদ 'জাইয়্যেদ' বা ভালো।]*

২। সন্ধ্যার আমল: সূরা ইখলাস, সূরা আল-ফালাক ও সূরা আন-নাস (৩ বার)

সূরা ইখলাস:

﴿بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ – قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ – اَللّٰهُ الصَّمَدُ – لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُوْلَدْ – وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا اَحَدٌ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম। কুল হুওয়াল্লা-হু আহাদ। আল্লাহুস্ সামাদ। লাম ইয়ালিদ ওয়া লাম

ইউলাদ। ওয়া লাম ইয়াকুল্লাহু কুফুওয়ান আহাদ। (৩ বার)

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, তিনি আল্লাহ্, এক-অদ্বিতীয়। আল্লাহ্ হচ্ছেন 'সামাদ' (তিনি কারো মুখাপেক্ষী নন, সকলেই তাঁর মুখাপেক্ষী)। তিনি কাউকেও জন্ম দেননি এবং তাঁকেও জন্ম দেয়া হয়নি। আর তাঁর সমতুল্য কেউই নেই।"

সূরা ফালাক:

﴿بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ– قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ - مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ - وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ اِذَا وَقَبَ - وَمِنْ شَرِّ النَّفّٰثٰتِ فِي الْعُقَدِ - وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম। কুল আ'উযু বিরব্বিল ফালাক্ব। মিন শাররি মা খালাক্ব। ওয়া মিন শাররি গা-সিক্বিন ইযা ওয়াক্কাব। ওয়া মিন শাররিন নাফফা-সা-তি ফিল 'উক্কাদ। ওয়া মিন শাররি হা-সিদিন ইযা হাসাদ। (৩ বার)

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, আমি আশ্রয় প্রার্থনা করছি ঊষার রবের। তিনি যা সৃষ্টি করেছেন তার অনিষ্ট হতে। 'আর অনিষ্ট হতে রাতের অন্ধকারের, যখন তা গভীর হয়। আর অনিষ্ট হতে সমস্ত নারীদের, যারা গিরায় ফুঁক দেয়। আর অনিষ্ট হতে হিংসুকের, যখন সে হিংসা করে।"

সূরা নাস:

﴿بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ– قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسِ - مَلِكِ النَّاسِ - اِلٰهِ النَّاسِ - مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ - الَّذِيْ يُوَسْوِسُ فِيْ صُدُوْرِ النَّاسِ - مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম। কুল 'আউযু বিরাব্বিন্না-স। মালিকিন্না-স, ইলা-হিন্নাস, মিন শাররিল ওয়াসওয়া-সিল খান্না-স, আল্লাযি ইউওয়াসউইসু ফী সুদূরিন না-স, মিনাল জিন্নাতি ওয়ান্না-স। (৩ বার)

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, আমি আশ্রয় প্রার্থনা করছি মানুষের রবের, মানুষের অধিপতির, মানুষের ইলাহের কাছে, আত্মগোপনকারী কুমন্ত্রণাদাতার অনিষ্ট হতে; যে কুমন্ত্রণা দেয় মানুষের অন্তরে, জ্বিনের মধ্য থেকে এবং মানুষের মধ্য থেকে।"

ফযিলতঃ হাদীসে এসেছে, রাসূলুল্লাহ (সা.) বললেন, যে ব্যক্তি সকাল ও বিকালে 'সূরা ইখলাস', 'সূরা ফালাক' ও 'সূরা নাস' তিনবার করে পড়বে, এটাই তার সবকিছুর জন্য যথেষ্ট হবে। *[আবূ দাউদ, হা/৫০৮২; তিরমিযী, হা/৩৫৭৫; সানাদ হাসান।]*

৩। সন্ধ্যার আমল: (১ বার)

﴿أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ

شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِيْ هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهَا، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيْ هَذِهِ اللَّيْلَةِ، وَشَرِّ مَا بَعْدَهَا، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ﴾

আমসাইনা ওয়া আমসাল মুলকু লিল্লাহ ওয়ালহাম্দু লিল্লাহি, লা ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু ওয়াহ্দাহু লা শারীকা লাহু, লাহুল মুলকু ওয়া লাহুল হামদু, ওয়াহুয়া আলা কুল্লি শাই'ইন ক্বাদীর। রাব্বি আসআলুকা খাইরা মা ফী হাযিহিল্লাইলাতি ও খাইরা মা বা'দাহা, ওয়া আ'উযু বিকা মিন শাররি মা ফী হাযিহিল লাইলাতি, ওয়া শাররি মা বা'দাহা, রব্বি আঊযু বিকা মিনাল কাসালি ওয়া সূইল-কিবারি। রবিব আ'ঊযু বিকা মিন 'আযাবিন ফিন্না-রি ওয়া আযাবিন্ ফিল ক্বাবরি। (১ বার)

"আমরা সকালে উপনীত হয়েছি, অনুরূপ যাবতীয় রাজত্বও সকালে উপনীত হয়েছে, আল্লাহর জন্য। সমুদয় প্রশংসা আল্লাহর জন্য। একমাত্র আল্লাহ ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই, তাঁর কোনো শরীক নেই। রাজত্ব তাঁরই এবং প্রশংসাও তাঁর, আর তিনি সকল কিছুর ওপর ক্ষমতাবান।

হে রব, আমি আপনার কাছে এ রাতের মাঝে ও এর পরে যে কল্যাণ রয়েছে, তা প্রার্থনা করি। আর এ রাত ও এর পরে যে অকল্যাণ রয়েছে, তা থেকে আশ্রয় প্রার্থনা করি।

হে রব্ব! আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই অলসতা ও খারাপ বার্ধক্য থেকে। হে রব্ব! আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই জাহান্নামে আযাব হওয়া থেকে এবং কবরে আযাব হওয়া থেকে।" *[সহীহ মুসলিম, হা/২৭২৩]*

৪। সন্ধার আমল: (১ বার)

﴿اَللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوْتُ، وَإِلَيْكَ الْمَصِيْرُ﴾

আল্লা-হুম্মা বিকা আমসাইনা ওয়াবিকা আসবাহ্না ওয়াবিকা নাহ্ইয়া ওয়াবিকা নামূতু ওয়া ইলাইকাল মাসীর। (১ বার)

"হে আল্লাহ! আমরা আপনার সাহায্যে বিকালে উপনীত হয়েছি এবং আপনারই সাহায্যে আমরা সকালে উপনীত হয়েছি। আর আপনার দ্বারা আমরা জীবিত থাকি, আপনার দ্বারাই আমরা মারা যাব; আর আপনার দিকেই প্রত্যাবর্তিত হব।" *[তিরমিযী, হা/৩৩৯১। সানাদ সহীহ]*

৫। সন্ধ্যায়: সায়্যিদুল ইসতিগফার (১ বার)

﴿اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوءُ بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لاَ يَغْفِرُ الذُّنوبَ إِلاَّ أَنْتَ﴾

আল্লা-হুম্মা আনতা রব্বী লা ইলা-হা ইল্লা আনতা খলাক্বতানী ওয়া আনা 'আব্দুকা, ওয়া আনা 'আলা 'আহদিকা ওয়া ওয়া'দিকা মাস্তাত্বা'তু। আ'উযু বিকা মিন শাররি মা সানা'তু, আবূউ লাকা বিনি'মাতিকা 'আলাইয়্যা, ওয়া আবূউ বিযাম্বী। ফাগফির লী, ফাইন্নাহূ লা ইয়াগফিরুয যুনূবা ইল্লা আনতা। (১ বার)

"হে আল্লাহ! আপনি আমার রব্ব, আপনি ছাড়া আর কোনো হক্ব ইলাহ নেই। আপনি আমাকে সৃষ্টি করেছেন এবং আমি আপনার বান্দা। আর আমি আমার সাধ্য মতো আপনার (তাওহীদের) অঙ্গীকার ও (জান্নাতের) প্রতিশ্রুতির ওপর রয়েছি। আমি আমার কৃতকর্মের অনিষ্ট থেকে আপনার আশ্রয় চাই। আপনি আমাকে আপনার যে নিয়ামত দিয়েছেন তা আমি স্বীকার করছি, আর আমি স্বীকার করছি আমার অপরাধ। অতএব, আপনি আমাকে মাফ করুন। নিশ্চয় আপনি ছাড়া আর কেউ গুনাহসমূহ মাফ করে না।"

ফযিলত: "যে ব্যক্তি সকালবেলা অথবা সন্ধ্যাবেলা এটি ('সায়্যিদুল ইসতিগফার') অর্থ বুঝে দৃঢ় বিশ্বাসসহকারে পড়বে, সে ঐ দিন রাতে বা দিনে মারা গেলে অবশ্যই জান্নাতে যাবে।" *[সহীহুল বুখারী, হা/৬৩০৬।]*

৬। সন্ধ্যার আমল: (৪ বার)

﴿اللَّهُمَّ إِنِّيْ أَمْسَيْتُ أُشْهِدُكَ، وَأُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ، وَمَلاَئِكَتِكَ، وَجَمِيعَ خَلْقِكَ، أَنَّكَ أَنْتَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ وَحْدَكَ لاَ شَرِيكَ لَكَ، وَأَنَّ مُحَمَّداً عَبْدُكَ وَرَسُولُكَ﴾

আল্লা-হুম্মা ইন্নি আমসাইতু উশহিদুকা ওয়া উশহিদু হামালাতা 'আরশিকা ওয়া মালা-ইকাতিকা ওয়া জামী'আ খালক্বিকা, আন্নাকা আনতাল্লা-হু লা ইলা-হা ইল্লা আনতা ওয়াহ্দাকা লা শারীকা লাকা, ওয়া আন্না মুহাম্মাদান আব্দুকা ওয়া রাসূলুক। (৪ বার)

"হে আল্লাহ আমি বিকালে উপনীত হয়েছি। আপনাকে আমি সাক্ষী রাখছি, আরও সাক্ষী রাখছি আপনার 'আরশ বহনকারীদেরকে, আপনার ফিরিশতাগণকে ও আপনার সকল সৃষ্টিকে, (এর উপর) যে- নিশ্চয় আপনিই আল্লাহ, একমাত্র আপনি ছাড়া আর কোনো হক্ব ইলাহ নেই, আপনার কোনো শরীক নেই, আর মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম আপনার বান্দা ও রাসূল।"

ফযিলত: যে ব্যক্তি সকালে অথবা বিকালে তা চারবার বলবে, আল্লাহ তাকে জাহান্নামের আগুন থেকে মুক্ত করবেন। *[আবূ দাউদ হা/৫০৭১; বুখারী, আল-আদাবুল মুফরাদ, হা/১২০১; নাসাঈ, 'আমালুল ইয়াওমি ওয়াল লাইলাহ, হা/৯; ইবনুস সুন্নী, হা/৭০। সম্মানিত শাইখ আবদুল আযীয ইবন বায রাহেমাহুল্লাহ তাঁর তুহফাতুল আখইয়ার গ্রন্থের পৃ. ২৩ এ নাসাঈ ও আবূ দাউদের সনদকে হাসান বলেছেন।]*

৭। সন্ধ্যার আমল: (১ বার)

﴿اللَّهُمَّ مَا أَمسَى بِي مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بِأَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ فَمِنْكَ وَحْدَكَ لاَ شَرِيكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ﴾

আল্লা-হুম্মা মা আমসা বী মিন নি'মাতিন আউ বিআহাদিন মিন খালক্বিকা ফামিনকা ওয়াহ্দাকা

লা শারীকা লাকা, ফালাকাল হাম্‌দু ওয়ালাকাশ্‌ শুক্‌রু। (১ বার)

"হে আল্লাহ! যে নেয়ামত আমার সাথে বিকালে উপনীত হয়েছে, অথবা আপনার সৃষ্টির অন্য কারও সাথে; এসব নি'আমত কেবল আপনার নিকট থেকেই, আপনার কোনো শরীক নেই। সুতরাং সকল প্রশংসা আপনারই। আর সকল কৃতজ্ঞতা আপনারই প্রাপ্য।"

ফযিলত: যে ব্যক্তি সকালবেলা উপরোক্ত দো'আ পাঠ করলো সে যেনো সেই দিনের শুকরিয়া আদায় করলো। আর যে ব্যক্তি বিকালবেলা এ দো'আ পাঠ করলো সে যেনো রাতের শুকরিয়া আদায় করলো"। *[হাদীসটি সংকলন করেছেন, আবূ দাউদ হা/৫০৭৫; নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল লাইলাহ, হা/৭; ইবনুস সুন্নী, হা/৪১; ইবন হিব্বান, (মাওয়ারিদ) হা/২৩৬১। আর শাইখ ইবন বায তাঁর তুহফাতুল আখইয়ার পৃ. ২৪ এ এর সনদকে হাসান বলেছেন।]*

৮। সন্ধ্যার আমল: (৩ বার)

﴿اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ. اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ، وَالفَقْرِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ القَبْرِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ﴾

আল্লা-হুম্মা 'আ-ফিনী ফী বাদানী, আল্লা-হুম্মা 'আ-ফিনী ফী সাম্‌'ঈ আল্লা-হুম্মা 'আ-ফিনী ফী বাসারী। লা ইলা-হা ইল্লা আনতা। আল্লা-হুম্মা

ইন্নী আ'উযু বিকা মিনাল কুফরি ওয়াল-ফাক্বরি ওয়া আ'উযু বিকা মিন 'আযা-বিল ক্বাবরি, লা ইলাহা ইল্লা আন্‌তা। (৩ বার)

"হে আল্লাহ! আমাকে নিরাপত্তা দিন আমার শরীরে। হে আল্লাহ! আমাকে নিরাপত্তা দিন আমার শ্রবণশক্তিতে। হে আল্লাহ! আমাকে নিরাপত্তা দিন আমার দৃষ্টিশক্তিতে। আপনি ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই। হে আল্লাহ! আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই কুফরি ও দারিদ্র্য থেকে। আর আমি আপনার আশ্রয় চাই কবরের আযাব থেকে। আপনি ছাড়া আর কোনো হক্ব ইলাহ নেই।" *[আবূ দাউদ, হা/৫০৯২; আহমাদ, হা/২০৪৩০; নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল্লাইলাহ, হা/২২; ইবনুস সুন্নী, হা/৬৯; বুখারী, আল-আদাবুল মুফরাদ, হা/৭০১। আর শাইখ আল্লামা ইবন বায রাহিমাহুল্লাহ 'তুহফাতুল আখইয়ার' গ্রন্থের পৃ. ২৬ এ এর সনদকে হাসান বলেছেন।]*

৯। সন্ধ্যার আমল: (১ বার)

﴿اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ: فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي، وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي، وَآمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَينِ يَدَيَّ، وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ يَمِينِي، وَعَنْ شِمَالِي، وَمِنْ فَوْقِي، وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي﴾

আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসআলুকাল 'আফওয়া ওয়াল-'আ-ফিয়াতা ফিদ্দুনইয়া ওয়াল আ-খিরাতি। আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসআলুকাল 'আফওয়া ওয়াল-'আ-ফিয়াতা ফী দীনী ওয়াদুনইয়াইয়া, ওয়া আহ্লী ওয়া মা-লী, আল্লা-হুম্মাসতুর 'আওরা-তী ওয়া আ-মিন রাও'আ-তি। আল্লা-হুম্মাহফাযনী মিম্বাইনি ইয়াদাইয়্যা ওয়া মিন খালফী ওয়া 'আন ইয়ামীনী ওয়া শিমা-লী ওয়া মিন ফাওকী। ওয়া আ'ঊযু বি'আযামাতিকা আন উগতা-লা মিন তাহ্তী। (১ বার)

"হে আল্লাহ! আমি আপনার নিকট দুনিয়া ও আখেরাতে ক্ষমা ও নিরাপত্তা প্রার্থনা করছি। হে আল্লাহ! আমি আপনার নিকট ক্ষমা এবং নিরাপত্তা চাচ্ছি আমার দীন, দুনিয়া, পরিবার ও অর্থ-সম্পদের। হে আল্লাহ! আপনি আমার গোপন দোষসমূহ ঢেকে রাখুন, আমার উদ্বিগ্নতাকে রূপান্তরিত করুন নিরাপত্তায়। হে আল্লাহ! আপনি আমাকে হিফাযত করুন আমার সামনের দিক থেকে, আমার পিছনের দিক থেকে, আমার ডান দিক থেকে, আমার বাম দিক থেকে এবং আমার উপরের দিক থেকে। আর আপনার মহত্ত্বের উসীলায় আশ্রয় চাই আমার নিচ থেকে হঠাৎ আক্রান্ত হওয়া থেকে"। *[আবূ দাউদ, হা/৫০৭৪; ইবন মাজাহ, হা/৩৮৭১; সানাদ সহীহ।]*

১০। সন্ধ্যার আমল: (১ বার)

﴿اللَّهُمَّ عَالِمَ الغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ

مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءاً، أَوْ أَجُرَّهُ إِلَى مُسْلِمٍ﴾

আল্লা-হুম্মা আ-লিমাল গাইবি ওয়াশ্শাহা-দাতি ফা-ত্বিরাস সামা-ওয়া-তি ওয়াল আরদ্বি, রব্বা কুল্লি শাই'ইন ওয়া মালীকাহু, আশহাদু আল-লা ইলা-হা ইল্লা আনতা। আ'উযু বিকা মিন শাররি নাফ্সী ওয়া মিন শাররিশ শাইত্বা-নি ওয়াশিরকিহী ওয়া আন আক্বতারিফা 'আলা নাফ্সী সূওআন আউ আজুররাহূ ইলা মুসলিম। (১ বার)

"হে আল্লাহ! হে গায়েব ও উপস্থিতের জ্ঞানী, হে আসমানসমূহ ও যমীনের স্রষ্টা, হে সব কিছুর রব্ব ও মালিক! আমি সাক্ষ্য দিচ্ছি যে, আপনি ছাড়া আর কোনো হক্ব ইলাহ নেই। আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই আমার আত্মার অনিষ্ট থেকে, শয়তানের অনিষ্টতা থেকে ও তার শির্ক থেকে, আমার নিজের ওপর কোনো অনিষ্ট করা অথবা কোনো মুসলিমের দিকে তা টেনে নেওয়া থেকে।" *[সুনান আত-তিরমিযী, হা/৩৩৯২; আবূ দাউদ, হা/৫০৬৭। সহীহ]*

১১। সন্ধ্যার আমল: সব কিছুর ক্ষতি থেকে নিরাপদ থাকার দু'আ (৩ বার)

﴿بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لاَ يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلاَ فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ﴾

বিস্‌মিল্লা-হিল্লাযী লা ইয়াদ্‌বুররু মা'আ ইস্‌মিহী শাইউন ফিল্ আরদ্বি ওয়ালা ফিস্ সামা-ই, ওয়াহুয়াস্ সামী'উল 'আলীম। (৩ বার)

"আল্লাহ্‌র নামে; যাঁর নামের সাথে আসমান ও যমীনে কোনো কিছুই ক্ষতি করতে পারে না। আর তিনি সর্বশ্রোতা, মহাজ্ঞানী।"

ফযিলতঃ যে ব্যক্তি সকালে তিনবার এবং বিকালে তিনবার এই দু'আ পড়বে, কোনো কিছু তার ক্ষতি করতে পারবে না। *[আবূ দাউদ, হা/৫০৮৮; তিরমিযী, হা/৩৩৮৮; ইবন মাজাহ, হা/৩৮৬৯; সানাদ হাসান।]*

১২। সন্ধ্যার আমল: (৩ বার)

﴿رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلاَمِ دِيناً، وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيّاً﴾

রদ্বীতু বিল্লা-হি রব্বান, ওয়াবিল ইসলা-মি দীনান, ওয়াবি মুহাম্মাদিন নাবিয়্যা। (৩ বার)

"আল্লাহকে রব, ইসলামকে দীন ও মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামকে নবীরূপে গ্রহণ করে আমি সন্তুষ্ট।" (৩ বার)

ফযিলত: যে ব্যক্তি এ দো'আ সকাল ও বিকাল তিনবার করে বলবে, আল্লাহর কাছে তার অধিকার হয়ে যায় তাকে কিয়ামাতের দিন সন্তুষ্ট করা। *[মুসনাদে আহমাদ হা/১৮৯৬৭; নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল-লাইলাহ, হা/৪; আবু দাউদ, হা/১৫৩১; তিরমিযী হা/৩৩৮৯। আর ইবন বায রাহিমাহুল্লাহ 'তুহফাতুল আখইয়ার' এর ৩৯ পৃষ্ঠায় একে হাসান বলেছেন।]*

১৩। সন্ধ্যার আমল: (১ বার)

﴿يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ أَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ وَلاَ تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ﴾

ইয়া হাইয়্যু ইয়া ক্বাইয়্যূমু বিরহ্‌মাতিকা আস্তাগীসু, আসলিহ্ লী শা'নী কুল্লাহু, ওয়ালা তাকিলনী ইলা নাফসী ত্বারফাতা 'আইন। (১ বার)

"হে চিরঞ্জীব, হে চিরস্থায়ী! আমি আপনার রহমতের অসীলায় আপনার কাছে উদ্ধার কামনা করি, আপনি আমার সার্বিক অবস্থা সংশোধন করে দিন, আর আমাকে আমার নিজের কাছে নিমেষের জন্যও সোপর্দ করবেন না।" *[হাকেম ১/৫৪৫, তিনি হাদীসটিকে সহীহ বলেছেন, আর যাহাবী তা সমর্থন করেছেন। আরও দেখুন, সহীহ আত-তারগীব ওয়াত-তারহীব ১/২৭৩।]*

১৪। সন্ধ্যার আমল: (১ বার)

﴿أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ هَذِهِ اللَّيْلَةَ: فَتْحَهَا، وَنَصْرَهَا، وَنورَهَا، وَبَرَكَتَهَا، وَهُدَاهَا، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيهَا، وَشَرِّ مَا بَعْدَهَا﴾

আমসাইনা ওয়া আমসাল মুলকু লিল্লাহি রাব্বিল 'আলামীন আল্লা-হুম্মা ইন্নি আসআলুকা খাইরা

হাযিহিল লাইলাতি: ফাতহাহা ওয়া নাসরাহা, ওয়া নূরাহা, ওয়া বারাকাতাহা, ওয়া হুদাহা, ওয়া আ'উযু বিকা মিন শাররি মা ফী-হা, ওয়া শাররি মা বা'দাহা

"আমরা বিকালে উপনীত হয়েছি, অনুরূপ যাবতীয় রাজত্বও বিকালে উপনীত হয়েছে সৃষ্টিকুলের রব্ব আল্লাহর জন্য। "হে আল্লাহ, আমি আপনার কাছে কামনা করি এই রাতের কল্যাণ: বিজয়, সাহায্য, নূর, রবকত ও হেদায়াত। আর আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই এ রাতের এবং এ রাতের পরের অকল্যাণ থেকে।" *[আবূ দাউদ, হা/৫০৮৪; আর শু'আইব ও আবদুল কাদের আরনাঊত যাদুল মা'আদের সম্পাদনায় ২/৩৭৩ এর সনদকে হাসান বলেছেন।]*

১৫। সন্ধ্যার আমল: (১ বার)

﴿أَمْسَيْنَا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلاَمِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الْإِخْلاَصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ، حَنِيفاً مُسْلِماً وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشرِكِينَ﴾

আমসাইনা 'আলা ফিতরাতিল ইসলামি ওয়া আলা কালিমাতিল ইখলাসি ওয়া আলা দ্বীনি নাবিয়্যিনা মুহাম্মাদিন, ওয়া আলা মিল্লাতি আবীনা ইবরা-হীমা হানীফাম মুসলিমাও ওয়ামা কা-না মিনাল মুশরিকীন। (১ বার)

"আমরা বিকালে উপনীত হয়েছি ইসলামের ফিত্বরাতের ওপর, নিষ্ঠাপূর্ণ বাণী (তাওহীদ) -এর ওপর, আমাদের নবী মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লামের দীনের ওপর, আর

আমাদের পিতা ইবরাহীম আলাইহিস সালামের মিল্লাতের ওপর- যিনি ছিলেন একনিষ্ঠ মুসলিম এবং যিনি মুশরিকদের অন্তর্ভুক্ত ছিলেন না"। *[আহমাদ হা/১৫৩৬০ ও ১৫৫৬৩; আমালুল ইয়াওমি ওয়াল-লাইলাহ, হা/৩৪। আরও দেখুন, সহীহুল জামে'উ ৪/২০৯।]*

১৬। সন্ধ্যার আমল: (১০০ বার)

﴿سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ﴾

সুবহা-নাল্লা-হি ওয়া বিহামদিহী। (১০০ বার)

"আমি আল্লাহর প্রশংসাসহ পবিত্রতা ও মহিমা ঘোষণা করছি।"

ফযিলত: যে ব্যক্তি তা সকালে একশত বার ও বিকালে একশত বার বলবে, কিয়ামতের দিন তার চেয়ে বেশি উৎকৃষ্ট কিছু কেউ নিয়ে আসতে পারবে না, তবে সে ব্যক্তি যে তার মত বলবে, বা তার চেয়ে বেশি আমল করবে। *[সহীহ মুসলিম, হা/২৬৯২]*

১৭। সন্ধ্যার আমল: বিষধর প্রানীর ক্ষতি থেকে নিরাপত্তার দু'আ (৩ বার)

﴿أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ﴾

আ'ঊযু বি কালিমা-তিল্লা-হিত তা-ম্মা-তি মিন শাররি মা খালাক্ব।

"আল্লাহ্‌র পরিপূর্ণ কালেমাসমূহের ওসিলায় আমি তাঁর নিকট তাঁর সৃষ্টির ক্ষতি থেকে আশ্রয় চাই।"

ফযিলত ১: যে ব্যক্তি বিকাল বেলা এই দু'আটি ৩ বার পড়বে, সে রাতে কোন বিষধর প্রানী তার ক্ষতি করতে পারবে না।

[আহমাদ হা/৭৮৯৮; নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল লাইলাহ, হা/৫৯০; ইবনুস সুন্নী, হা/৬৮; আরও দেখুন, সহীহুত তিরমিযী ৩/১৮৭; সহীহ ইবন মাজাহ ২/২৬৬; তুহফাতুল আখইয়ার লি ইবন বায, পৃ. ৪৫।]

ফযিলত ২: খাওলা বিনতুল হাকীম আস-সুলামিয়াহ (রা.) হতে বর্ণিত আছে, রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেনঃ কোন লোক যদি কোন জায়গায় অবতরণ করে উপরের দু'আটি পড়ে, সে উক্ত জায়গা ত্যাগ করা পর্যন্ত কোন কিছুই তার অনিষ্ট করতে পারবে না। *[সূনান আত তিরমিজী, হা/৩৪৩৭; ইবনু মাজাহ, হা/৩৫৪৭; সানাদ সহীহ।]*

১৮। সন্ধ্যার আমল (১০০ বার): দশটি দাসমুক্তির সওয়াব, একশত সওয়াব এবং শয়তান থেকে নিরাপদ থাকার দু'আ

﴿لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾

লা ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু ওয়াহ্‌দাহু লা শারীকা লাহু, লাহুল মুলকু, ওয়া লাহুল হামদু, ওয়া হুয়া 'আলা কুল্লি শাই'ইন ক্বাদীর। (১০ বার) অথবা (অলসতা লাগলে ১ বার)

"একমাত্র আল্লাহ ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই, তাঁর কোনো শরীক নেই, রাজত্ব তাঁরই, সমস্ত প্রশংসাও তাঁর, আর তিনি সকল কিছুর উপর ক্ষমতাবান।"

(১০ বার) *[নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল-লাইলাহ,হা/২৪। আরও দেখুন, সহীহুত তারগীব ওয়াত তারহীব, ১/২৭২; ইবন বায, তুহফাতুল আখইয়ার পৃ. ৪৪]*

অথবা **(অলসতা লাগলে ১ বার)** *[আবূ দাউদ, হা/৫০৭৭; ইবন মাজাহ, হা/৩৭৯৮; আহমাদ হা/৮৭১৯। আরও দেখুন, সহীহুত তারগীব ওয়াত তারহীব, ১/২৭০; যাদুল মা'আদ ২/৩৭৭; সানাদ সহীহ।]*

ফযিলত: আবূ আয়্যাশ (রা.) সূত্রে বর্ণিত। রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন: যে ব্যক্তি সকালে উপনীত হয়ে এই দু'আ পড়ে এটা তার জন্য ইসমাঈল (আ.) বংশীয় একটি গোলাম আযাদ করার সমান হবে, তার জন্য দশটি পুণ্য হবে ও দশটি পাপ মোচন করা হবে এবং তার দশটি মর্যাদা বুলন্দ করা হবে এবং শয়তান থেকে নিরাপদ থাকবে যতক্ষণ না সন্ধ্যা হয়। আর যদি সন্ধ্যায় উপনীত হয়ে তা বলে, তাহলে ভোর পর্যন্ত অনুরূপ ফাযীলাত পাবে।

[সহীহুল বুখারী, হা/৩২৯৩; সহীহ মুসলিম, হা/২৬৯১; আবূ দাউদ, হা/৫০৭৭; ইবনু মাজাহ, হা/৩৭৯৮; আহমাদ, হা/৮৭১৯।]

•• ঘুমানোর পূর্বে মূহুর্তে করণীয়:

• ঘরের বা রুমের সদর বা প্রধান দরজা **'বিসমিল্লাহ'** বলে বন্ধ করবেন।

• ঘুমানোর আগে কুরআন তেলাওয়াত:

'আলিফ লাম মীম তানযীলায সাজদাহ ও তাবারাকাল্লাযী বিয়াদিহিল মুলক' সূরাদ্বয় পড়বে।

রাসূলুল্লাহ্ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম সূরা সাজদা এবং সূরা মুলক না পড়ে ঘুমাতেন না। *[তিরমিযী, হা/৩৪০৪; নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল লাইলাহ, হা/৭০৭]*

• অজু করে ঘুমাবেন।

• শোবার পূর্বে বিছানা ভালো করে ঝেড়ে নিবেন।

ঘুমানোর যিকিরসমূহ বা দু'আসমূহ:

(১) শরীর বন্ধ করা: (৩বার)

দুই হাতের তালু একত্রে মিলিয়ে নিম্নোক্ত সূরাগুলো (সূরা এখলাস, ফালাক, নাস) পড়ে তাতে ফুঁ দিবে: তারপর দুই হাতের তালু দ্বারা দেহের যতোটা অংশ সম্ভব মাসেহ করবে। মাসেহ আরম্ভ করবে তার মাথা, মুখমণ্ডল ও দেহের সামনের দিক থেকে। **(এভাবে ৩ বার করবেন)**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ– ﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ – اللَّهُ الصَّمَدُ– لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ– وَلَمْ يَكُن لَّهُ كُفُوًا أَحَدٌ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম, কুল হুওয়াল্লা-হু আহাদ। আল্লাহুস্ সামাদ। লাম ইয়ালিদ ওয়া লাম ইউলাদ। ওয়া লাম ইয়াকুল্লাহু কুফুওয়ান আহাদ।

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, তিনি আল্লাহ, এক-অদ্বিতীয়। আল্লাহ হচ্ছেন 'সামাদ' (তিনি কারো মুখাপেক্ষী নন, সকলেই তাঁর মুখাপেক্ষী)। তিনি কাউকেও জন্ম দেননি এবং তাঁকেও জন্ম দেওয়া হয়নি। আর তাঁর সমতুল্য কেউই নেই।"

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ – ﴿قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ – مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ – وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ اِذَا وَقَبَ – وَمِنْ شَرِّ النَّفّٰثٰتِ فِي الْعُقَدِ – وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম, কুল আ'উযু বিরব্বিল ফালাক্ব। মিন শাররি মা খালাক্ব। ওয়া মিন শাররি গা-সিক্বিন ইযা ওয়াক্বাব। ওয়া মিন শাররিন নাফফা-সা-তি ফিল 'উক্বাদ। ওয়া মিন শাররি হা-সিদিন ইযা হাসাদ।

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, আমি আশ্রয় প্রার্থনা করছি ঊষার রবের। তিনি যা সৃষ্টি করেছেন তার অনিষ্ট থেকে। 'আর অনিষ্ট হতে রাতের অন্ধকারের, যখন তা গভীর হয়। আর অনিষ্ট থেকে সমস্ত নারীদের, যারা গিরায় ফুঁক দেয়। আর অনিষ্ট থেকে হিংসুকের, যখন সে হিংসা করে।"

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ﴿قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسِ – مَلِكِ النَّاسِ – اِلٰهِ النَّاسِ – مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ – الَّذِيْ يُوَسْوِسُ فِيْ صُدُوْرِ النَّاسِ – مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ﴾

বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম, কুল 'আউযু বিরাব্বিন্না-স। মালিকিন্না-সি, ইলা-হিন্নাসি, মিন শাররিল ওয়াসওয়া-সিল খান্না-স, আল্লাযি ইউওয়াসউইসু ফী সুদূরিন না-সি, মিনাল জিন্নাতি ওয়ান্না-স।

রহমান, রহীম আল্লাহর নামে শুরু করছি। "বলুন, আমি আশ্রয় প্রার্থনা করছি মানুষের রবের, মানুষের অধিপতির, মানুষের ইলাহের কাছে, আত্মগোপনকারী কুমন্ত্রণাদাতার অনিষ্ট থেকে; যে কুমন্ত্রণা দেয় মানুষের অন্তরে, জ্বিনের মধ্য থেকে এবং মানুষের মধ্য থেকে।"

[সহীহুল বুখারী, (ফাতহুল বারীসহ) হা/৫০১৭; সহীহ মুসলিম হা/২১৯২]

(২) আয়াতুল কুরসী: (১বার)

﴿اَللهُ لَآ إِلٰهَ إِلاَّ هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّوْمُ، لاَ تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَّلاَ نَوْمٌ، لَهُ مَا فِى السَّمَاوَاتِ وَمَا فِى الْأَرْضِ، مَنْ ذَا الَّذِىْ يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلاَّ بِإِذْنِهِ، يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيْهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلاَ

يُحِيْطُوْنَ بِشَيْئٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلاَّ بِمَا شَآءَ، وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ، وَلاَ يَئُوْدُهُ حِفْظُهُمَا وَ هُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيْمُ﴾

আল্লা-হু লা ইলা-হা ইল্লা হুওয়াল হাইয়্যুল কাইয়্যূমু লা তা'খুযুহু সিনাতুঁও ওয়ালা নাউম। লাহূ মা-ফিসসামা-ওয়া-তি ওয়ামা ফিল আরদ্ব। মান যাল্লাযী ইয়াশফা'উ 'ইনদাহূ ইল্লা বিইযনিহী। ইয়া'লামু মা বাইনা আইদীহিম ওয়ামা খালফাহুম। ওয়ালা ইয়ুহীতূনা বিশাইইম মিন্ ইলমিহী ইল্লা বিমা শাআ। ওয়াসি'আ কুরসিয়্যুহুস সামা-ওয়া-তি ওয়াল আরদ্ব। ওয়ালা ইয়াউদুহূ হিফযুহুমা ওয়া হুয়াল 'আলিয়্যূল 'আযীম।

"আল্লাহ্, তিনি ছাড়া কোনো সত্য ইলাহ্ নেই। তিনি চিরঞ্জীব, সর্বসত্তার ধারক। তাঁকে তন্দ্রাও স্পর্শ করতে পারে না, নিদ্রাও নয়। আসমানসমূহে যা রয়েছে ও যমীনে যা রয়েছে সবই তাঁর। কে সে, যে তাঁর অনুমতি ব্যতীত তাঁর কাছে সুপারিশ করবে? তাদের সামনে ও পিছনে যা কিছু আছে তা তিনি জানেন। আর যা তিনি ইচ্ছে করেন তা ছাড়া তাঁর জ্ঞানের কোনো কিছুকেই তারা পরিবেষ্টন করতে পারে না। তাঁর 'কুরসী' আসমানসমূহ ও যমীনকে পরিব্যাপ্ত করে আছে; আর এ দুটোর রক্ষণাবেক্ষণ তাঁর জন্য বোঝা হয় না। আর তিনি সুউচ্চ সুমহান।" *[আল-কুরআনুল কারীম, সূরা বাকারাহ (২), আয়াত-২৫৫]*

ফযিলত: রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন: 'যে কেউ যখন রাতে আপন বিছানায় যাবে এবং 'আয়াতুল কুরসী' পড়বে, তখন সে রাতের পুরো সময় আল্লাহর পক্ষ থেকে তার জন্য হেফাযতকারী থাকবে; আর সকাল হওয়া পর্যন্ত শয়তান তার নিকটেও আসতে পারবে না'। *[সহীহুল বুখারী, (ফাতহুল বারীসহ), হা/২৩১১।]*

(৩) সূরা বাকারাহ-এর শেষ দুই আয়াত: (১বার)

﴿آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِن رَّبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ، كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّن رُّسُلِهِ، وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا، غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ–لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا، لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ، رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا، رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا، رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ، وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا، أَنتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ﴾

আ-মানার রাসূলু বিমা উনযিলা ইলাইহি মির রব্বিহী ওয়াল মু'মিনূন। কুল্লুন আ-মানা বিল্লা-হি ওয়া মালা-ইকাতিহী ওয়াকুতুবিহী ওয়া রুসুলিহ, লা নুফাররিক্বু বাইনা আহাদিম মির রুসুলিহ, ওয়া ক্বালু সামি'না ওয়া আতা'না গুফ্‌রা-নাকা রব্বানা ওয়া ইলাইকাল মাসীর। লা ইয়ুকাল্লিফুল্লাহু নাফ্‌সান ইল্লা উস'আহা লাহা মা কাসাবাত ওয়া আলাইহা মাক্তাসাবাত রব্বানা লা তুআখিয্‌না ইন নাসীনা আও আখ্‌ত্বা'না। রব্বনা ওয়ালা তাহ্‌মিল 'আলাইনা ইসরান কামা হামালতাহু 'আলাল্লাযীনা মিন ক্বাবলিনা। রব্বনা ওয়ালা তুহাম্মিলনা মা-লা ত্বা-ক্বাতা লানা বিহী। ওয়া'ফু আন্না ওয়াগফির লানা ওয়ারহামনা আনতা মাওলা-না ফানসুরনা 'আলাল ক্বাউমিল কাফিরীন।

"রাসূল তার রবের পক্ষ থেকে যা তার কাছে নাযিল করা হয়েছে তার ওপর ঈমান এনেছেন এবং মুমিনগণও। প্রত্যেকেই ঈমান এনেছে আল্লাহর ওপর, তাঁর ফিরিশতাগণ, তাঁর কিতাবসমূহ এবং তাঁর রাসূলগণের ওপর। আমরা তাঁর রাসূলগণের কারও মধ্যে তারতম্য করি না। আর তারা বলে, আমরা শুনেছি ও মেনে নিয়েছি। হে আমাদের রব! আপনার কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করি এবং আপনার দিকেই প্রত্যাবর্তনস্থল। আল্লাহ কারো ওপর এমন কোন দায়িত্ব চাপিয়ে দেন না যা তার সাধ্যাতীত। সে ভাল যা উপার্জন করে তার প্রতিফল তারই, আর মন্দ যা কামাই করে তার প্রতিফল তার উপরই বর্তায়। 'হে আমাদের রব! যদি আমরা বিস্মৃত হই অথবা ভুল করি তবে আপনি আমাদেরকে পাকড়াও করবেন না। হে আমাদের রব! আমাদের

পূর্ববর্তীগণের ওপর যেমন বোঝা চাপিয়ে দিয়েছিলেন আমাদের ওপর তেমন বোঝা চাপিয়ে দিবেন না। হে আমাদের রব! আপনি আমাদেরকে এমন কিছু বহন করাবেন না যার সামর্থ আমাদের নেই। আর আপনি আমাদের পাপ মোচন করুন, আমাদেরকে ক্ষমা করুন, আমাদের প্রতি দয়া করুন, আপনিই আমাদের অভিভাবক। অতএব, কাফির সম্প্রদায়ের বিরুদ্ধে আমাদেরকে সাহায্য করুন।" *[সূরা আল-বাকারা ২৮৫-২৮৬]*

ফযিলত: রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন: যে ব্যক্তি রাতের বেলা সূরা বাকারার শেষ দুটি আয়াত পড়বে, তা তার জন্য যথেষ্ট হবে। *[সহীহুল বুখারী, ফাতহুল বারীসহ, হা/৪০০৮; সহীহ মুসলিম হা/৮০৭]*

(৪) দু'আ (১বার):

﴿اللَّهُمَّ قِنِي عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ﴾

আল্লা-হুম্মা ক্বিনী 'আযা-বাকা ইয়াওমা তাব'আছু 'ইবা-দাকা।

"হে আল্লাহ! আমাকে আপনার আযাব থেকে রক্ষা করুন, যেদিন আপনি আপনার বান্দাদেরকে পুনর্জীবিত করবেন।"

"রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম যখন ঘুমানোর ইচ্ছা করতেন তখন তাঁর ডান হাত তাঁর গালের নীচে রাখতেন, তারপর এ দো'আটি বলতেন।"

[সুনান আবূ দাউদ, শব্দ তাঁরই, হা/৫০৪৫; সুনান আত-তিরমিযী, হা/৩৩৯৮; সানাদ সহীহ]

(৫) ঘুমানোর দু'আ: (১বার)

﴿بِاسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وَأَحْيَا﴾

বিস্‌মিকাল্লা-হুম্মা আমূতু ওয়া আহ্‌ইয়া।

"হে আল্লাহ! আপনার নাম নিয়েই আমি মরছি (ঘুমাচ্ছি) এবং আপনার নাম নিয়েই জীবিত (জাগ্রত) হবো।" *[সহীহুল বুখারী, (ফাতহুল বারীসহ) হা/৬৩২৪; সহীহ মুসলিম হা/২৭১১]*

(৬) ঘুমানোর যিকির:

﴿سُبْحَانَ اللَّهِ﴾ ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ﴾ ﴿اللَّهُ أَكْبَرُ﴾

সুবহা-নাল্লাহ (৩৩ বার) আলহামদুলিল্লা-হ (৩৩ বার) আল্লা-হু আকবার (৩৪ বার)

আল্লাহ অতি-পবিত্র, সকল প্রশংসা আল্লাহর জন্য, আল্লাহ অতি-মহান।

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম আলী এবং ফতেমাকে বলেন: আমি কি তোমাদেরকে এমন কিছু বলে দিবো না যা তোমাদের জন্য খাদেম অপেক্ষাও উত্তম হবে? যখন তোমরা তোমাদের বিছানায় যাবে, তখন তোমরা দু'জনে ৩৩ বার সুবহানাল্লাহ, ৩৩ বার আলহামদু লিল্লাহ, এবং ৩৪ বার আল্লাহু আকবার বলবে, যা তা খাদেম অপেক্ষাও তোমাদের জন্য উত্তম হবে"। *[সহীহুল বুখারী, (ফাতহুল বারীসহ) হা/৩৭০৫; সহীহ মুসলিম হা/২৭২৬।]*

(৭) দু'আ: (১বার)

﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا، وَكَفَانَا، وَآوَانَا، فَكَمْ مِمَّنْ لاَ كَافِيَ لَهُ وَلاَ مُؤْوِيَ﴾

আলহামদু লিল্লা-হিল্লাযী আত'আমানা, ওয়া সাক্বা-না, ওয়া কাফা-না, ওয়া আ-ওয়ানা, ফাকাম্ মিম্মান লা কা-ফিয়া লাহু, ওয়ালা মু'উইয়া।

"সকল প্রশংসা আল্লাহর জন্য, যিনি আমাদেরকে আহার করিয়েছেন, পান করিয়েছেন, আমাদের প্রয়োজন পূর্ণ করেছেন এবং আমাদেরকে আশ্রয় দিয়েছেন। কেননা, এমন বহু লোক আছে যাদের প্রয়োজনপূর্ণকারী কেউ নেই এবং যাদের আশ্রয়দানকারীও কেউ নেই।" *[সহীহ মুসলিম হা/২৭১৫]*

• রাতে যখন পার্শ্ব পরিবর্তন করে তখন পড়ার দু'আ:

﴿لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ الْوَاحِدُ الْقَهّارُ، رَبُّ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا الْعَزِيزُ الْغَفَّارُ﴾

লা ইলা-হা ইল্লাল্লা-হুল ওয়াহিদুল কাহ্হারু রব্বুস্ সামা-ওয়া-তি ওয়াল-আরদ্বি ওয়ামা বাইনাহুমাল-'আযীযুল গাফ্ফার।

"মহাপ্রতাপশালী এক আল্লাহ ছাড়া আর কোনো হক্ব ইলাহ নেই। (তিনি) আসমানসমূহ, যমীন এবং এ দু'য়ের মধ্যস্থিত সবকিছুর রব্ব, প্রবলপরাক্রমশালী, পরম ক্ষমাশীল।" *[আয়েশা রাদিয়াল্লাহু আনহা বলেন, রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম রাতে যখন বিছানায় পার্শ্ব পরিবর্তন করতেন তখন তা*

বলতেন। হাদীসটি সংকলন করেছেন, হাকেম এবং তিনি তা সহীহ বলেছেন, আর ইমাম যাহাবী তাকে সমর্থন করেছেন, ১/৫৪০; নাসাঈ, আমালুল ইয়াওমি ওয়াল্লাইলা, হা/২০২; ইবনুস সুন্নী, হা/৭৫৭। আরও দেখুন, সহীহুল জামে ৪/২১৩]

• ঘুমন্ত অবস্থায় ভয় এবং একাকিত্বের অস্বস্তিতে পড়ার দু'আ:

﴿أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ، وَشَرِّ عِبَادِهِ، وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَأَنْ يَحْضُرُونِ﴾

আ'ঊযু বিকালিমা-তিল্লাহিত্তা-ম্মাতি মিন্ গাদ্বাবিহি ওয়া ইক্বা-বিহি ওয়া শাররি 'ইবা-দিহি ওয়ামিন হামাযা-তিশ্শায়া-ত্বীনি ওয়া আন ইয়াহ্দুরূন।

"আমি আশ্রয় চাই আল্লাহর পরিপূর্ণ কালামসমূহের উসীলায় তাঁর ক্রোধ থেকে, তাঁর শাস্তি থেকে, তাঁর বান্দাদের অনিষ্ট থেকে, শয়তানদের কুমন্ত্রণা থেকে এবং তাদের উপস্থিতি থেকে।" *[আবূ দাউদ হা/৩৮৯৩; তিরমিযী, হা/৩৫২৮। আরও দেখুন, সহীহুত তিরমিযী ৩/১৭১]*

• খারাপ স্বপ্ন বা দুঃস্বপ্ন দেখে যা করবে:

(১) "তার বাম দিকে হাল্কা থুথু ফেলবে।" (৩ বার) *[সহীহ মুসলিম, হা/২২৬১]*

(২) "শয়তান থেকে এবং যা দেখেছে তার অনিষ্ট থেকে আল্লাহর কাছে আশ্রয় প্রার্থনা করবে।" (৩ বার) *[সহীহ মুসলিম, হা/২২৬১, ২২৬২]*

(৩) "কাউকে এ ব্যাপারে কিছু বলবে না।" *[সহীহ মুসলিম, হা/২২৬১ ও ২২৬৩]*

(৪) "অতঃপর যে পার্শ্বে সে ঘুমিয়েছিল তা পরিবর্তন করবে।" *[সহীহ মুসলিম, হা/২২৬১]*

(৫) "যদি ইচ্ছা করে তবে উঠে সালাত আদায় করবে।" *[সহীহ মুসলিম হা/২২৬৩]*

কিছু গুরুত্বপূর্ণ আমল:

১। জান্নাত প্রার্থনা করা ও জাহান্নাম থেকে আশ্রয় চাওয়ার দুয়াঃ ৩ বার

﴿اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ النَّارِ﴾

আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসআলুকাল জান্নাতা ওয়া আ'উযু বিকা মিনান্নার।

"হে আল্লাহ! আমি আপনার কাছে জান্নাত চাই এবং জাহান্নাম থেকে আপনার কাছে আশ্রয় চাই।"

রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন: "যে ব্যক্তি আল্লাহর কাছে ৩ বার জান্নাত প্রার্থনা করে, জান্নাত আল্লাহর কাছে দু'আ করে, হে আল্লাহ তাকে জান্নাত দান করো। যে ব্যক্তি আল্লাহর কাছে ৩ বার জাহান্নাম থেকে আশ্রয় প্রার্থনা করে, জাহান্নাম আল্লাহর কাছে দু'আ করে, হে আল্লাহ তাকে জাহান্নাম থেকে মুক্তি দাও"।
[সুনান আত তিরমিযী, হা/২৫৭২; ইবনে মাজাহ, হা/৪৩৪০; শায়খ আলবানি এই হাদীসটিকে সহীহ বলেছেন, সহীহুল জামি হা/৬২৭৫]

****উল্লেখ্য** – সকাল সন্ধ্যায় ৭ বার "আল্লাহুম্মা আজিরনি মিনান্নার" পড়ার হাদীসটা জয়ীফ বা দুর্বল, *[সিলসিলা জয়ীফাহ, হা/১৬২৪]*

সুতরাং সেটা না পড়ে এই দুয়া পড়বেন, কারণ এটাতে জান্নাত চাওয়া ও জাহান্নাম থেকে মুক্তি চাওয়া দুইটা দু'আ আছে আর এটা সহীহ।

২। শিরক থেকে বাঁচার দু'আ:

﴿اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ أَنْ أُشْرِكَ بِكَ وَأَنَا أَعْلَمُ، وَأَسْتَغْفِرُكَ لِمَا لاَ أَعْلَمُ﴾

আল্লা-হুম্মা ইন্নী আ'উযুবিকা আন উশরিকা বিকা ওয়া আনা আ'লাম, ওয়া আস-তাগফিরুকা লিমা লা আ'লাম।

হে আল্লাহ! আমার জানা অবস্থায় তোমার সাথে শিরক করা থেকে তোমার নিকট আশ্রয় প্রার্থনা করছি। আর আমার অজানা অবস্থায় কোনো শিরক হয়ে গেলে ক্ষমা প্রার্থনা করছি।

[মুসনাদে আহমাদ ৪/৪০৩, হাদীসটি সহীহ, সহীহ আল-জামে ৩/২৩৩]

৩। দুর্দশাগ্রস্ত ব্যক্তির দো'আ:

(1) ﴿لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَرَبُّ الْأَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ﴾

লা ইলা-হা ইল্লাল্লা-হুল 'আযীমুল হালীম। লা ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু রব্বুল 'আরশিল 'আযীম। লা ইলাহা ইল্লাল্লা-হু রব্বুস সামা-ওয়া-তি ওয়া রব্বুল আরদ্বি ওয়া রব্বুল 'আরশিল কারীম।

(১) "আল্লাহ ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই, তিনি মহান ও সহিষ্ণু। 'আল্লাহ ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই, তিনি মহান আরশের রব্ব। আল্লাহ ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই, তিনি আসমানসমূহের রব্ব, যমীনের রব্ব এবং সম্মানিত 'আরশের রব্ব।" *[সহীহুল বুখারী, (ফাতহুল বারীসহ) হা/৬৩৪৫; সহীহ মুসলিম হা/২৭৩০]*

(2) ﴿اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو، فَلاَ تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ، وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ﴾

আল্লা-হুম্মা রহ্‌মাতাকা আরজু ফালা তাকিলনী ইলা নাফসী ত্বারফাতা 'আইন, ওয়া আসলিহ্ লী শা'নি কুল্লাহু, লা ইলা-হা ইল্লা আনতা।

(২) "হে আল্লাহ! আমি আপনার রহমতেরই আশা করি। তাই আপনি এক নিমেষের জন্যও আমাকে আমার নিজের কাছে সোপর্দ করবেন না। আপনি আমার সার্বিক বিষয়াদি সংশোধন করে দিন। আপনি ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই।" *[সুনানে আবূ দাউদ, হা/৫০৯০; মুসনাদে আহমাদ হা/২০৪৩০; শাইখ আলবানী সহীহ আবু দাউদ গ্রন্থে ৩/৯৫৯ এটাকে হাসান হাদীস বলেছেন]*

(3) ﴿لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ﴾

লা ইলাহা ইল্লা আনতা সুবহানাকা ইন্নী কুনতু মিনায-যা-লিমীন।

(৩) "আপনি ছাড়া কোনো হক্ব ইলাহ নেই, আপনি পবিত্র-মহান, নিশ্চয় আমি যালিমদের অন্তর্ভুক্ত।" *[সুনান আত-তিরমিযী হা/৩৫০৫; হাকেম এবং তিনি একে সহীহ বলেছেন, যাহাবী সেটা*

সমর্থন করেছেন, ১/৫০৫; আরও দেখুন, সহীহুত তিরমিযী, ৩/১৬৮]

(4) ﴿اللَّهُ اللَّهُ رَبِّي لاَ أُشْرِكُ بِهِ شَيْئاً﴾

আল্লাহু আল্লাহু, রব্বী, লা উশরিকু বিহী শাই'আন।

(৪) "আল্লাহ! আল্লাহ! (তিনি) আমার রব্ব! আমি তাঁর সাথে কোনো কিছু শরীক করি না।" *[হাদীসটি সংকলন করেছেন, ইমাম আবূদাউদ, হা/১৫২৫; ইমাম ইবনে মাজাহ, হা/৩৮৮২; আরও দেখুন, সহীহ ইবন মাজাহ, ২/৩৩৫]*

৪। ঈমানের মধ্যে সন্দেহে পতিত ব্যক্তির দো'আ:

(১) আল্লাহর কাছে আশ্রয় প্রার্থনা করবে ('আঊযু বিল্লা-হ' বলবে)। *[সহীহুল বুখারী, (ফাতহুল বারীসহ) হা/৩২৭৬; সহীহ মুসলিম হা/১৩৪]*

(২) যে সন্দেহে নিপতিত হয়েছে তা দূর করবে। *[সহীহুল বুখারী, (ফাতহুল বারীসহ) হা/৩২৭৬; সহীহ মুসলিম, হা/১৩৪]*

(৩) বলবে,

﴿آمَنْتُ بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ﴾

আ-মানতু বিল্লা-হি ওয়া রুসুলিহি

"আমি আল্লাহ ও তাঁর রাসূলগণের ওপর ঈমান আনলাম।" *[সহীহ মুসলিম, হা/১৩৪]*

(৪) আল্লাহ তা'আলার নিম্নোক্ত বাণী পড়বে,

﴿هُوَ الْأَوَّلُ وَالْآخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾

হুয়াল আউওয়ালু ওয়াল আ-খিরু ওয়াযয্যা-হিরু ওয়াল-বা-ত্বিনু ওয়া হুয়া বিকুল্লি শাই'ইন 'আলীম।

"তিনিই সর্বপ্রথম, তিনিই সর্বশেষ, তিনিই সকলের উপরে, তিনিই সকলের নিকটে এবং তিনি সব কিছু সম্পর্কে সর্বজ্ঞ।" *[সূরা হাদীদ-৩, আবূ দাউদ, হা/৫১১০। আর শাইখ আলবানী সহীহ আবি দাউদ একে হাসান বলেছেন]*

৫। সালাতে ও কিরাতে শয়তানের কুমন্ত্রণায় পতিত ব্যক্তির দু'আ:

﴿أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيطَانِ الرَّجِيمِ﴾

আ'ঊযু বিল্লা-হি মিনাশ শাইত্বানির রাজীম।

"বিতাড়িত শয়তান থেকে আমি আল্লাহর আশ্রয় নিচ্ছি।" অতঃপর বাম দিকে তিনবার থুতু ফেলবে। *[সহীহ মুসলিম হা/২২০৩; সেখানে এসেছে, উসমান ইবনুল 'আস রাদিয়াল্লাহু 'আনহু বলেন, আমি বললাম, হে আল্লাহর রাসূল! শয়তান আমার ও আমার সলাতের মধ্যে অনুপ্রবেশ করে এবং কিরাআতে বিভ্রান্তি সৃষ্টি করে। তখন রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম তাকে সেটা বলার নির্দেশ দেন, তিনি সেটা করার পর আল্লাহ তাঁকে সেটা থেকে মুক্ত করেন]*

৬। কঠিন কাজে পতিত ব্যক্তির দু'আ:

﴿اللَّهُمَّ لاَ سَهْلَ إِلاَّ مَا جَعَلْتَهُ سَهْلاً، وَأَنْتَ تَجْعَلُ الْحَزْنَ إِذَا شِئْتَ سَهْلاً﴾

আল্লা-হুম্মা লা সাহ্‌লা ইল্লা মা জা'আলতাহু সাহ্‌লান, ওয়া আনতা তাজ্‌'আলুল হাযনা ইযা শি'তা সাহ্‌লান।

"হে আল্লাহ! আপনি যা সহজ করেছেন তা ছাড়া কোনো কিছুই সহজ নয়। আর যখন আপনি ইচ্ছা করেন তখন কঠিনকেও সহজ করে দেন।" *[সহীহ ইবন হিব্বান ২৪২৭, (মাওয়ারিদ); ইবনুস সুন্নী, নং ৩৫১; আর হাফেয (ইবন হাজার) বলেন, এটি সহীহ হাদীস। তাছাড়া আবদুল কাদের আরনাউত ইমাম নওয়াবীর আযকার গ্রন্থের তাখরীজে পৃ. ১০৬, একে সহীহ বলে মত প্রকাশ করেছেন]*

৭। পাপ করে ফেললে যা বলবে এবং যা করবে:

"যদি কোনো বান্দা কোনো পাপ কাজ করে ফেলে, অতঃপর সে উত্তমরূপে পবিত্রতা অর্জন করে এবং দাঁড়িয়ে যায় ও দু' রাকাত সালাত আদায় করে, তারপর আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করে, তাহলে আল্লাহ তাকে ক্ষমা করে দেবেন।" *[আবূ দাউদ, হা/১৫২১; তিরমিযী হা/৪০৬; আর শাইখ আলবানী সহীহ আবি দাউদে সহীহ বলে মত প্রকাশ করেছেন]*

৮। শয়তান ও তার কুমন্ত্রণা দূর করার দু'আ:

(১) 'তার (শয়তান) থেকে আল্লাহর নিকট আশ্রয় প্রার্থনা করবে' *[আবূ দাউদ ১/২০৩, ইবন মাজাহ, হা/৮০৭। আরও দেখুন, সূরা আল-মুমিনূন এর ৯৭-৯৮]*

(অর্থাৎ 'আ'ঊযু বিল্লাহ' পড়বে)।

(২) 'আযান দিবে।' *[সহীহ মুসলিম হা/৩৮৯; সহীহুল বুখারী, হা/৬০৮]*

(৩) 'যিকির করবে এবং কুরআন পড়বে।' *[নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন, "তোমরা তোমাদের ঘরসমূহ কবরে পরিণত করো না। নিশ্চয় শয়তান ঐ ঘর থেকে পলায়ন করে যেখানে সূরা বাকারাহ্‌ পাঠ করা হয়।" সহীহ মুসলিম, হা/৭৮০। তাছাড়া আরও যা শয়তানকে তাড়িয়ে দেয় তা হচ্ছে, সকাল বিকালের যিকিরসমূহ, ঘুমের যিকির, জাগ্রত হওয়ার যিকির, ঘরে প্রবেশের ও ঘর থেকে বের হওয়ার যিকিরসমূহ, মসজিদে প্রবেশের ও মসজিদ থেকে বের হওয়ার যিকিরসমূহ, ইত্যাদী শরী'আতসম্মত যিকিরসমূহ। যেমন, ঘুমের সময় আয়াতুল কুরসী, সূরা আল-বাকারার সর্বশেষ দু'টি আয়াত। তাছাড়া যে ব্যক্তি "লা ইলাহা ইল্লাল্লাহু ওয়াহদাহু লা শারীকা লাহু, লাহুল মুলকু ওয়া লাহুল হামদু, ওয়াহুয়া 'আলা কুল্লি শাইয়িন কাদীর" একশতবার পড়বে, সেটা তার জন্য সে দিনটির জন্য পুরোপুরিই হেফাযতের কাজ দিবে। তদ্রুপ আযান দিলেও শয়তান পলায়ন করে]*

৯। যখন অনাকাঙ্খিত কিছু ঘটে, বা যা করতে চায় তাতে বাধাপ্রাপ্ত হয়, তখন পড়ার দু'আ:

﴿قَدَرُ اللَّه وَمَا شَاءَ فَعَلَ﴾

কাদারুল্লা-হ, ওয়ামা শা-আ ফা'আলা

"এটি আল্লাহর ফয়সালা, আর তিনি যা ইচ্ছা করেছেন।" *[হাদীসে এসেছে, "শক্তিশালী ঈমানদার আল্লাহর নিকট উত্তম ও প্রিয় দুর্বল ঈমানদারের চেয়ে। আর তাদের (ঈমানদারদের) প্রত্যেকের মধ্যেই কল্যাণ নিহিত রয়েছে। তোমার যা কাজে লাগবে সেটা করার ব্যাপারে সচেষ্ট হও আর আল্লাহর সাহায্য চাও, অপারগ হয়ে যেও না। আর যদি তোমার কোনো অনাকাঙ্খিত বিষয় উদয় হয়, তখন বলো না যে, 'যদি আমি এরকম করতাম তাহলে তা এই এই হতো', বরং বলো, "এটা আল্লাহর ফয়সালা, আর তিনি যা ইচ্ছে*

করেছেন।" কেননা, 'যদি' শব্দটি শয়তানের কাজের সূচনা করে দেয়। সহীহ মুসলিম, হা/২৬৬৪]

১০। যা দ্বারা শিশুদের জন্য আশ্রয় প্রার্থনা করা হয়:

﴿أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لاَمَّةٍ﴾

আ'ঊযু বিকালিমা-তিল্লা-হিত তা-ম্মাতি মিন কুল্লি শাইতানিওঁয়া হা-ম্মাহ্, ওয়ামিন কুল্লি আইনিল্লা-ম্মাহ্।
অর্থ: আমি আল্লাহ্‌র পরিপূর্ণ কালেমা সমূহের আশ্রয়ে নিচ্ছি, যাবতীয় শয়তান ও বিষধর কীট-পতঙ্গ থেকে এবং যাবতীয় ক্ষতিকর চক্ষু (বদনযর) থেকে।" *[সহীহুল বুখারী, হা/৩৩৭১]*

১১। রোগী দেখতে গিয়ে তার জন্য দু'আ:

﴿لاَ بأْسَ طَهُورٌ إِنْ شَاءَ اللَّه﴾

লা বা'সা তুহুরুন ইন শা-আল্লা-হ।

(১) "কোনো ক্ষতি নেই, আল্লাহ যদি চান তো (রোগটি গুনাহ থেকে) পবিত্রকারী হবে।" *[সহীহুল বুখারী (ফাতহুল বারীসহ) হা/৩৬১৬]*

﴿أَسْأَلُ اللَّهَ الْعَظيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ أَنْ يَشْفيَكَ﴾

(৭ বার)

আসআলুল্লা-হাল 'আযীম, রব্বাল 'আরশিল 'আযীম, আঁই ইয়াশফিয়াকা। (সাতবার)

(২) "আমি মহান আল্লাহর কাছে চাচ্ছি, যিনি মহান আরশের রব, তিনি যেন আপনাকে রোগমুক্তি প্রদান করেন।" *[নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন, কেউ মৃত্যু আসন্ন নয় এমন কোনো রোগীকে দেখতে গেলে, সে তার সামনে এই দো'আ সাতবার পাঠ করবে, এর ফলে আল্লাহ তাকে (মৃত্যু আসন্ন না হলে) রোগমুক্ত করবেন। এ দো'আ সাতবার পড়বে। সুনান আত-তিরমিযী, হা/২০৮৩; সুনান আবূ দাউদ, হা/৩১০৬। আরও দেখুন, সহীহুল জামে'৫/১৮০]*

১২। রোগী দেখতে যাওয়ার ফযীলত:

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন, "যখন কোনো লোক তার মুসলিম ভাইকে দেখতে যায়, তখন সে না বসা পর্যন্ত যেন জান্নাতে ফল আহরণে বিচরণ করতে থাকে। অতঃপর যখন সে (রোগীর পাশে) বসে, (আল্লাহর) রহমত তাকে ঢেকে ফেলে। সময়টা যদি সকাল বেলা হয় তবে সত্তর হাজার ফিরিশতা তার জন্য ক্ষমা ও কল্যাণের দো'আ করতে থাকে বিকাল হওয়া পর্যন্ত। আর যতি সময়টা বিকাল বেলা হয় তবে সত্তর হাজার ফিরিশতা তার জন্য রহমতের দো'আ করতে থাকে সকাল হওয়া পর্যন্ত।" *[সুনান আত-তিরমিযী, হা/৯৬৯; সুনানে ইবন মাজাহ, হা/১৪৪২; মুসনাদে আহমাদ, হা/৯৭৫। আরও দেখুন, সহীহ ইবন মাজাহ্ ১/২৪৪; সহীহুত তিরমিযী, ১/২৮৬। তাছাড়া শাইখ আহমাদ শাকেরও হাদীসটি বিশুদ্ধ বলেছেন]*

১৩। কোনো মুসীবতে পতিত ব্যক্তির দু'আ:

﴿إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ، اللَّهُمَّ أْجُرْنِي فِي مُصِيبَتِي، وَأَخْلِفْ لِي خَيْراً مِنْهَا﴾

ইন্না লিল্লা-হি ওয়া ইন্না ইলাইহি রাজি'উন। আল্লা-হুম্মা আজুরনী ফী মুসীবাতী ওয়াখলুফ লী খাইরাম মিনহা।

"আমরা তো আল্লাহরই। আর নিশ্চয় আমরা তাঁর দিকেই প্রত্যাবর্তনকারী। হে আল্লাহ! আমাকে আমার বিপদে সাওয়াব দিন এবং আমার জন্য তার চেয়েও উত্তম কিছু স্থলাভিষিক্ত করে দিন।" *[সহীহ মুসলিম হা/৯১৮]*

১৪। ক্রোধ দমনের দু'আ:

﴿أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ﴾

আ'ঊযু বিল্লাহি মিনাশ্-শাইত্বা-নির রাজীম।

"আল্লাহর নিকট আশ্রয় চাই বিতাড়িত শয়তান থেকে।" *[সহীহুল বুখারী হা/৩২৮২; সহীহ মুসলিম হা/২৬১০]*

১৫। বিপন্ন লোক দেখলে পড়ার দু'আ:

﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي عَافَانِي مِمَّا ابْتَلاَكَ بِهِ، وَفَضَّلَنِي عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقَ تَفْضِيلاً﴾

আলহামদু লিল্লা-হিল্লাযী 'আ-ফানী মিম্মাবতালা-কা বিহী, ওয়া ফাদ্দালানী 'আলা কাসীরিম মিম্মান খালাক্বা তাফদ্বীলা।

"সকল প্রশংসা আল্লাহর জন্য, যিনি আপনাকে যে পরীক্ষায় ফেলেছেন তা থেকে আমাকে নিরাপদ রেখেছেন এবং তার সৃষ্টির অনেকের ওপরে আমাকে অধিক সম্মানিত করেছেন।" *[সুনান আত-তিরমিযী, হা/৩৪৩২। আরও দেখুন, সহীহুত তিরমিযী, ৩/১৫৩]*

১৬। কোনো মুসলিমের প্রশংসা করা হলে সে যা বলবে:

﴿اللَّهُمَّ لاَ تُؤَاخِذْنِي بِمَا يَقُولُونَ، وَاغْفِرْ لِي مَا لاَ يَعْلَمُونَ، [وَاجْعَلْنِي خَيْراً مِمَّا يَظُنُّونَ] ﴾

আল্লা-হুম্মা লা-তু'আ-খিযনী বিমা ইয়াক্বূলূনা, ওয়াগফিরলী মা-লা ইয়া'লামূনা, [ওয়াজ'আলনী খাইরাম মিম্মা ইয়াযুন্নূনা]

"হে আল্লাহ, তারা যা বলছে তার জন্য আমাকে পাকড়াও করবেন না, তারা (আমার ব্যাপারে) যা জানে না সে ব্যাপারে আমাকে ক্ষমা করুন, [আর তারা যা ধারণা করে তার চাইতেও আমাকে উত্তম বানান]।" *[বুখারী, আল-আদাবুল মুফরাদ, হা/৭৬১। আর শাইখ আলবানী তাঁর সহীহুল আদাবিল মুফরাদ গ্রন্থে হা/৫৮৫, সেটার সনদকে সহীহ বলেছেন। আর দু' ব্রাকেটের মাঝখানের অংশ বাইহাকীর শু'আবুল ঈমান গ্রন্থ থেকে নেওয়া হয়েছে, ৪/২২৮, যা অন্য পদ্ধতিতে এসেছে]*

১৭। কোনো কিছুর উপর নিজের চোখ লাগার ভয় থাকলে দু'আ:

"যখন তোমাদের কেউ তার ভাইয়ের, অথবা নিজের কোনো বিষয়ে, অথবা নিজের কোনো সম্পদে এমন কিছু দেখে যা তাকে চমৎকৃত করে, [তখন সে যেন সেটার জন্য বরকতের দো'আ করে;] কারণ, চোখ লাগার (বদ নজরের) বিষয়টি সত্য।" *[মুসনাদে আহমাদ হা/১৫৭০০; ইবন মাজাহ্, হা/৩৫০৮। শাইখ আলবানী, সহীহুল জামে গ্রন্থে সহীহ বলেছেন, ১/২১২; আরও দেখুন, আরনাঊতের যাদুল মা'আদ এর তাহকীক ৪/১৭০]*

১৮। ভীত অবস্থায় যা বলবে:

﴿لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّه﴾

লা ইলা-হা ইল্লাল্লা-হ

"আল্লাহ ব্যতীত কোনো হক্ব উপাস্য নেই!" *[সহীহুল বুখারী, (ফাতহুল বারীসহ) হা/৩৩৪৬; সহীহ মুসলিম হা/ ২৮৮০]।*

১৯। দুষ্ট শয়তানদের ষড়যন্ত্র প্রতিহত করতে যা বলবে:

﴿أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ الَّتِي لاَ يُجَاوِزُهُنَّ بَرٌّ وَلاَ فَاجِرٌ: مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ، وَبَرَأَ وَذَرَأَ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَنْزِلُ مِنَ السَّمَاءِ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَعْرُجُ فِيهَا، وَمِنْ شَرِّ مَا ذَرَأَ فِي الْأَرْضِ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَخْرُجُ مِنْهَا، وَمِنْ شَرِّ فِتَنِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ طَارِقٍ إِلاَّ طَارِقاً يَطْرُقُ بِخَيْرٍ يَا رَحْمَنُ﴾

আ'ঊযু বিকালিমা-তিল্লা-হিত্-তা-ম্মা-তিল্লাতী লা ইয়ুজাউইযুহুন্না বাররুন ওয়ালা ফা-জিরুম মিন শাররি মা খালাক্বা, ওয়া বারা'আ, ওয়া যারা'আ, ওয়ামিন শাররি মা ইয়ানযিলু মিনাস্ সামা-য়ি, ওয়ামিন শাররি মা যারাআ ফিল আরদ্বি, ওয়ামিন শাররি মা ইয়াখরুজু মিনহা, ওয়ামিন শাররি ফিতানিল-লাইলি ওয়ান-নাহা-রি,

ওয়ামিন শাররি কুল্লি ত্বা-রিকিন ইল্লা ত্বা-রিকান ইয়াত্বরুকু বিখাইরিন, ইয়া রহ্মানু।

"আমি আল্লাহর ঐ সকল পরিপূর্ণ বাণীসমূহের সাহায্যে আশ্রয় চাই যা কোনো সৎলোক বা অসৎলোক অতিক্রম করতে পারে না- আল্লাহ যা সৃষ্টি করেছেন, অস্তিত্বে এনেছেন এবং তৈরি করেছেন তার অনিষ্ট থেকে, আসমান থেকে যা নেমে আসে তার অনিষ্ট থেকে, যা আকাশে উঠে তার অনিষ্ট থেকে, যা পৃথিবীতে তিনি সৃষ্টি করেছেন তার অনিষ্ট থেকে, যা পৃথিবী থেকে বেরিয়ে আসে তার অনিষ্ট থেকে, দিনে-রাতে সংঘটিত ফেতনার অনিষ্ট থেকে, আর রাত্রিবেলা হঠাৎ করে আগত অনিষ্ট থেকে, তবে রাতে আগত যে বিষয় কল্যাণ নিয়ে আসে তা ব্যতীত; হে দয়াময়!" *[মুসনাদে আহমাদ হা/১৫৪৬১, সহীহ সনদে। আর ইবনুস সুন্নী, হা/৬৩৭; আরনাঊত তার ত্বাহাভীয়ার তাখরীজে এর সনদকে বিশুদ্ধ বলেছেন, পৃ.১৩৩। আরও দেখুন, মাজমা'উয যাওয়ায়েদ ১০/১২৭]।*

২০। ঘর থেকে বের হওয়ার সময়ের যিকির

«بِسْمِ اللَّهِ، تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ، وَلَاَ حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلاَّ بِاللَّهِ»

বিসমিল্লাহি, তাওয়াককালতু 'আলাল্লা-হি, ওয়ালা হাওয়া ওয়ালা কুওয়াতা ইল্লা বিল্লাহ।

"আল্লাহর নামে (বের হচ্ছি)। আল্লাহর ওপর ভরসা করলাম। আর আল্লাহর সাহায্য ছাড়া (পাপ কাজ থেকে দূরে থাকার) কোনো উপায় এবং (সৎকাজ করার) কোনো শক্তি কারো নেই" *[সূনান আবূ দাউদ, হা/৫০৯৫; সূনান আত তিরমিযী, হা/৩৪২৬]*

২১। ঘরে প্রবেশের সময় যিকির:

বলবে,

﴿بِسْمِ اللَّهِ وَلَجْنَا، وَبِسْمِ اللَّهِ خَرَجْنَا، وَعَلَى اللَّهِ رَبِّنَا تَوَكَّلْنَا﴾

বিসমিল্লাহি ওয়ালাজনা, ওয়াবিস্‌মিল্লাহি খারাজনা, ওয়া 'আলাল্লাহি রাব্বিনা তাওয়াক্কালনা।

"আল্লাহর নামে আমরা প্রবেশ করলাম, আল্লাহর নামেই আমরা বের হলাম এবং আমাদের রব আল্লাহর ওপরই আমরা ভরসা করলাম"।

অতঃপর ঘরের লোকজনকে সালাম দিবে। *[সুনান আবূ দাউদ হা/৫০৯৬। আর আল্লামা ইবন বায রহ. তার তুহফাতুল আখইয়ার গ্রন্থে পৃ. ২৮ এটার সনদকে হাসান বলেছেন। তাছাড়া সহীহ হাদীসে এসেছে, "যখন তোমাদের কেউ ঘরে প্রবেশ করে, আর প্রবেশের সময় ও খাবারের সময় আল্লাহকে স্মরণ করে, তখন শয়তান (নিজ ব্যক্তিদের) বলে, তোমাদের কোনো বাসস্থান নেই, তোমাদের রাতের কোনো খাবার নেই।" সহীহ মুসলিম, হা/২০১৮]*

•• ইসতিখারা কী ও কেন?

• ইসতিখারা মানে হচ্ছে ভাল ও কল্যাণ কামনার সালাত ও দু'আ। কোন কাজ করার পূর্বে আল্লাহর কাছে এ কাজের জন্য কল্যাণ কামনা ও অকল্যাণ হতে দুরে থাকার জন্য সালাত ও দু'আ করাকে ইসতিখারা বলা হয়।

সাহাবী জাবের বিন আব্দুল্লাহ (রা.) বলেন, "রাসূলুল্লাহ (সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম) আমাদেরকে দৈনন্দিন ব্যাপারে ইসতিখারা করতে এমনভাবে শেখাতেন, যেমন করে আমাদেরকে কুরআনের কোন সুরা শেখাতেন" তিনি বলেন, "তোমাদের কেউ যখন কোন কাজের নিয়ত (পরিকল্পনা) করবে, তখন সে যেন ফরয সালাত ব্যতীত দুই রাকাত সালাত আদায় করে ইসতিখারর দু'আটি পড়ে 'নিয়ত করা বিষয়ে' আল্লাহর কাছে সাহায্য কামনা করে"। *[সহীহুল বুখারী, হা/১১৬২]*

• কোন কোন বিষয়ে ইসতিখারা করবেন:

ভবিষ্যত পরিকল্পনা হিসাবে যত সৎ কাজ আছে, সে সকল কাজেই ইসতিখারা করা যায়। যেমন: বিয়ে করবেন, নিজ ছেলে মেয়েকে বিয়ে দিবেন, নতুন কাজের অফার পেয়েছেন, কাজটা শুরু করবেন কিনা?, ব্যবসা খুলবেন, এবার হজ্জে যাবেন কিনা; এসব বিষয়ে সরাসরি আল্লাহর সাথে একাকিত্বে সাহায্য চাওয়ার নিয়মকে "ইসতিখারা" বলে। তবে সালাত আদায় করবেন কিনা, খাবেন কিনা, কাজে যাবেন কিনা এই ধরণের ভবিষ্যত ভাল কাজের জন্য অযথা ইসতিখারা করার নিয়ম নেই। আবার কোন গুনাহের কাজে ইসতিখারা করা যাবেনা।

• ইসতিখারা -এর ভুল চর্চা:

ভুল-১: নিজের ইসতিখারা অন্যকে দিয়ে (ইমাম, মুযাজ্জিন, হুজুর) করানো, মনে করেন নিজের আমল বেশী ভাল নয়, কোন নেককারকে দিয়ে করালে ভাল ফল হবে। এটি ভুল বরং নিজের ইসতিখারা নিজে করতে হবে। ইসতিখারার দু'আ মুখস্ত না থাকলে দেখে দেখে পড়ে নিবেন।

ভুল-২: ইসতিখারাকারী আর্জির নামে ফি চার্জ করেন।

ভুল-৩: মুলত: ইসতিখারা -এর সাথে স্বপ্নের কোন সম্পর্ক নেই। সমাজে প্রচলন আছে ইসতিখার করে ডান কাতে শুতে হবে, স্বপ্ন দেখতে হবে, স্বপ্ন অনুযায়ী কাজ করতে হবে।

ভুল-৪: একবার -এর বদলে ৩/৭ রাত পর্যন্ত ইসতিখারা করায়, কিছু স্বপ্নে দেখবে বলে অযথা প্রলোভন দিয়ে রাখে এবং এজন্য আলাদা ফি চার্জ করে থাকেন।

ভুল-৫: আমাদের সমাজে ইসতিখারার মাধ্যমে হারিয়ে যাওয়া বা চুরি হওয়া জিনিস খোজা হয়। হারিয়ে যাওয়া বা চুরি করা জিনিস ইসতিখারার মাধ্যমে খুজে পাওয়া সম্ভব হলে যথাযথ কতৃপক্ষ ইসতিখারাকারীদেরকে থানার সামনের ডেক্স-এ বসিয়ে রাখতো। এটি সম্পুর্ণ ইসলামী জীবন-যাপনের বিপরীত চর্চা। আল্লাহ আমাদের এধরনের ধোকা থেকে হেফাজত করুন।

ভুল-৬: অনেকে ইসতিখারার সাহায্যে চিকিৎসা ও রোগ নির্ণয় করে থাকেন বা দাবী করে থাকেন। মুলত: কোন কাজ করার ক্ষেত্রে (চিকিৎসা, রোগ নির্ণয়, চুরি বা হারিয়ে যাওয়া জিনিসের জন্য নয়) ইসতিখারার মাধ্যমে আল্লাহর কাছে সাহায্য ও পরামর্শ চাওয়া হয়।

ইসতিখারার মাধ্যমে রোগ নির্ণয় সম্ভব হলে যথাযথ কতৃপক্ষ ইসতিখারাকারীদেরকে হাসপাতালের সামনের ডেক্স-এ বসিয়ে রাখতো রোগ নির্ণয়ের জন্য। এটি সম্পুর্ণ ধোকাবাজি, ইসলামী জীবন-যাপনের সাথে এগুলোর কোন সম্পর্ক নেই। আল্লাহ আমাদেরকে সঠিক পথে পরিচালিত করুন।

ভুল-৭: কেহ কেহ হাদীস বলে থাকেন "যে ব্যক্তি ইসতিখারা করবে সে ক্ষতিগ্রস্থ হবে না, আর যে পরামর্শ করবে সে লজ্জিত হবে না" অথবা "হে আনাস! তুমি ৭দিন পর্যন্ত ইসতিখারা করবে....." এ হাদীস সমূহ মুহাদ্দিসীন (হাদীস বিশেষজ্ঞ) -দের কাছে অতি দুর্বল বলে বিবেচিত। আমল যোগ্য নয়।

ভুল-৮: অনেক রোগী বা রোগীর অভিবাবক জ্বীন ধরা, যাদুগ্রস্ত, নষ্ট করা, বান মারা, বিয়েতে বাধা, স্বামী-স্ত্রীর মনমালিন্য, কোন রোগ ধরা পড়ছে না, বহু দিন থেকে অসুস্থ, পাগল এধরণের আরোও বিভিন্ন রোগের জন্য দুর থেকে রোগীর নাম, মাতা-পিতার নাম দিয়ে ইস্তেখারা, আশোর বসিয়ে বা হাজিরা নিয়ে ইত্যাদির মাধ্যমে সমস্যা বা রোগ কি তা জানতে চান।

দুর থেকে রোগ নির্ণয়ের একাজ গুলো গণক, যাদুকর, তান্ত্রিক, সাধক, বৈদ্য বা ধোকাবাজরা করে থাকে যা সুস্পষ্ট কুফরী। এদের মাধ্যমে রোগ নির্ণয় বা চিকিৎসা করালে ঈমান-আমল নষ্ট হয়ে যাবে।

দেখেন এসব শিক্ষিত সচেতন লোক গুলো দুর থেকে কোন ডাক্তারকে রোগ নির্ণয়ের জন্য বলে না। কারন এটা জানে যে দুর থেকে কোন ডাক্তারের পক্ষে রোগ নির্ণয় সম্ভব নয়। ইসলামের ঝাড়-ফুক (রুকিয়াহ) অন্যান্য চিকিৎসার মত একটি শরিয়ত ভিত্তিক বিজ্ঞান সম্মত চিকিৎসা পদ্ধতি। লক্ষণের উপর ভিত্তি করে, এসেসমেন্ট করে, অভিজ্ঞতার আলোকে চিকিৎসা দেয়া হয়ে থাকে। এখানে আধ্যাতিক বা গাইবী কোন তরিকায় রোগ

সম্পর্কে জানা বা চিকিৎসা দেয়ার যারা দাবী করে এরা গণক, যাদুকর, তান্ত্রিক অথবা ধোকাবাজ। এদের সার্ণিধ্যে গেলে ঈমান ও যাবে, সম্পদ ও যাবে। হে বিশ্বাসীগণ সাবধান।

মনে রাখবেন ভবিষ্যতের কোন কিছু করতে চাইলে "ইসতিখারা" আর অতীতের জন্য হলো "রুকিয়াহ"। ইসতিখারা ভবিষ্যতের জন্যই যে করতে হয়, তা অনেকেই জানেন না।

• ইসতিখারা ফলাফল কীভাবে বুঝবেন:

ভবিষ্যতের কোন কাজের জন্য ইসতিখারা (নামাজ ও দু'আ পাঠ) করবেন। যে বিষয়টি করতে চাচ্ছেন সে ব্যাপরে যাদের অভিজ্ঞতা বা ভাল জ্ঞান রয়েছে এধরণের মুমিনদের সাথে পরামর্শ করবেন। ["(হে রাসূল) জরুরি বিষয়ে তাদের (সহকর্মীদের) সাথে পরামর্শ করুন, অতঃপর যখন কোন কাজের সিদ্ধান্ত গ্রহণ করে ফেলেন, তখন আল্লাহ তা'আলার উপর ভরসা করুন, আল্লাহ তাওয়াক্কুলকারীদের ভালবাসেন। *[আল-কুরআন, সূরা আল-ইমরান (৩), আয়াত-১৫৯]* এবং যেকোন কাজ করার আগে খোজ-খবর নিবেন। অতঃপর সিদ্ধান্ত নিয়ে তার উপর দৃঢ় থেকে কাজে অগ্রসর হবেন।
বিষয়টি সুন্দরমত হয়ে গেলে আল্লাহর শুকরিয়া আদায় করবেন। কারণ ইসতিখারায় আপনি আল্লাহকে বলেছিলেন বিষয়টি যদি আপনার জন্য কল্যাণকর হয় তবে যেন তা সহজ করে দেন।

আর যদি বিষয়টিতে কোন বাধা বা সমস্যা সৃষ্টি হয় তবেও আপনি আল্লাহর শুকরিয়া আদায় করবেন। কারণ ইসতিখারায় আপনি আল্লাহকে বলেছিলেন বিষয়টি যদি আপনার জন্য অকল্যাণকর হয় তবে যেন আপনাকে সেটি হতে বিরত রাখেন। (ইসতিখারা -এর দু'আর অর্থটি দেখুন)।

ইসতিখারার ফলে আল্লাহর সাথে যাদের সম্পর্ক আছে তাদের সম্পর্ক আরোও ঘনিষ্ট হয়, রবের প্রতি তাওয়াক্কুল আরো বাড়ে এবং ঈমানী শক্তি মজবুত হয়।

• ইসতিখারার সালাত ও দু'আ কীভাবে পড়বেন?

সাধারণ নিয়ম মোতাবেক দুই রাকাত সালাত আদায় করবেন। প্রতি রাকাতের জন্য নিদৃষ্ট কোন সুরা পড়ার বিধান নেই। যেকোন সূরা দিয়ে আদায় করুন। তারপর ইসতিখারা দু'আ পাঠ করুন।

• ইসতিখারার দু'আ কি দেখে দেখে পাঠ করা যায়?

ইসতিখারার দু'আ দেখে দেখে অথবা মুখস্ত উভয় ভাবেই পাঠ করতে পারবেন।

• ইসতিখারার সালাত ও দু'আ -এর সাথে ঘুমানো বা স্বপ্নের কি কোন সম্পর্ক আছে?

বিভিন্ন বইয়ের মধ্যে ইসতিখারার সালাতের জন্য বিভিন্ন সুরা নির্ধারিত করে দেয়া হয়ে থাকে, তার কোন সহীহ ভিত্তি পাওয়া যায় না। অনেকে ইসতিখারার সালাত ও দু'আর পর শোয়া ও স্বপ্ন দেখার কথা বলেন, এর কোন সহীহ ভিত্তি নেই। একই বিষয়ের জন্য বার বার ইসতিখারা করার কোন বিশুদ্ধ বর্ণনা পাওয়া যায় না। এমর্মে যে বর্ণনা গুলো রয়েছে তা সহীহ সুত্রে বর্ণিত হয়নি।

আল্লাহ তা'আলা আমাদেরকে সহীহ তরীকায় ইসতিখারা করার তাওফীক দান করুন। আমীন!!

•• ইসতিখারার দু'আ:

দু'আটি অর্থ বুঝে পাঠ করা উত্তম।

اللَّهُمَّ إِنِّى أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ، وَأَسْتَقْدِرُكَ بِقُدْرَتِكَ، وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيمِ،

আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসতাখীরুকা বি'ইলমিকা ওয়া আস্তাক্বদিরুকা বিক্বুদরাতিকা, ওয়া আস্আলুকা মিন ফাদ্বলিকাল আযীম।

হে আল্লাহ! আমি আপনার জ্ঞানের সাহায্যে আপনার নিকট কল্যাণ কামনা করছি। আপনার কুদরতের সাহায্যে আপনার নিকট শক্তি কামনা করছি এবং আপনার মহান অনুগ্রহে প্রার্থনা করছি।

فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلاَ أَقْدِرُ، وَتَعْلَمُ وَلاَ أَعْلَمُ، وَأَنْتَ عَلاَّمُ الْغُيُوبِ،

ফাইন্নাকা তাক্বদিরু ওয়ালা আক্বদিরু, ওয়া তা'লামু ওয়ালা আ'লামু, ওয়া আনতা 'আল্লামুল গুয়ূব।

কেননা আপনিই শক্তিধর, আমি শক্তিহীন। আপনি জ্ঞানবান, আমি জ্ঞানহীন এবং আপনি গায়েবী বিষয়াবলী সম্পর্কে মহাজ্ঞানী।

اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الأَمْرَ

(এখানে কাজটি বা বিষয়টি মনে মনে উল্লেখ করবেন)

خَيْرٌ لِى فِى دِينِى وَمَعَاشِى وَعَاقِبَةِ أَمْرِى، فَاقْدُرْهُ لِى وَيَسِّرْهُ لِى ثُمَّ بَارِكْ لِى فِيهِ،

আল্লা-হুম্মা ইন কুনতা তা'লামু আন্না হা-যাল আম্রা খয়রুল লী ফী দীনি ওয়া মা'আ-শী ওয়া 'আ-ক্বিবাতি আমরী, ফাক্বদুরহু লী, ওয়া ইয়াস্সিরহু লী, ছুম্মা বা-রিক লী ফীহি।

হে আল্লাহ! এই কাজটি আপনার জ্ঞান অনুযায়ী যদি আমার দ্বীন, আমার জিবিকা এবং আমার কাজের পরিণতির দিক দিয়ে, ইহকাল ও পরকালের জন্য কল্যাণকর হয়, তবে তা আমার জন্য নির্ধারিত করুন এবং তাকে আমার জন্য সহজলভ্য করে দিন, তারপর তাতে আমার জন্য বরকত দান করুন।

وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الأَمْرَ شَرٌّ لِى فِى دِينِى وَمَعَاشِى وَعَاقِبَةِ أَمْرِى، فَاصْرِفْهُ عَنِّى وَاصْرِفْنِى عَنْهُ وَاقْدُرْ لِى الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ ثُمَّ رَضِّنِى بِهِ،

ওয়া ইন কুনতা তা'লামু আন্না হা-যাল আম্রা শাররুন লী ফী দীনী ওয়া মা'আ-শী ওয়া 'আ-ক্বিবাতি আমরী, ফাসরিফহু 'আন্নী ওয়াসরিফনী 'আনহু, ওয়াক্বদুর লিয়াল-খাইরা হাইসু কা-না, ছুম্মা আরদ্বিনী বিহ্।

আর এই কাজটি আপনার জ্ঞান অনুযায়ী যদি আমার দীন, আমার জীবিকা এবং আমার কাজের পরিণতির দিক দিয়ে, ইহকাল ও পরকালের জন্য ক্ষতিকর হয়, তবে আপনি তা আমার নিকট হতে সরিয়ে দিন এবং আমাকে তা থেকে দুরে সরিয়ে রাখুন এবং যেখানেই কল্যাণ থাকুক আমার জন্য সেই কল্যাণ নির্ধারিত করে দিন। অতঃপর তাতেই আমাকে সন্তুষ্ট রাখুন। *[সহীহুল বুখারী, হা/৬০৪১; (মাশা)]*

রুকিয়াহ শারিয়াহ:

"রুকিয়াহ শারিয়াহ" হচ্ছে জ্বীন, যাদু, বদ-নজর বা চোখ লাগা এবং নানাবিধ মানসিক ও শারীরিক অসুখ-বিসুখ দূরীকরণের শরীয়ত সম্মত বা ইসলাম সম্মত ফলপ্রসূ চিকিৎসা। চিকিৎসা বিজ্ঞান পরীক্ষা-নিরীক্ষা ও অনুশীলনের উপর নির্ভরশীল। রুকিয়াহ যেহেতু অতীব গুরুত্বপূর্ণ একটি চিকিৎসা জগৎ, সেহেতু এখানেও পরীক্ষা-নিরীক্ষা ও অনুশীলনের গুরুত্ব কম নয়। অতএব, রুকিয়াহ-এর ক্ষেত্রে কোনো পদ্ধতি যদি পরীক্ষা-নিরীক্ষার মাধ্যমে উপকারী প্রমাণিত হয় এবং তাতে শরী'আত পরিপন্থী কোনো কিছু না থাকে, তবে তা বৈধ।

রুকিয়ার চিকিৎসার উপকরণ হচ্ছে মুলত তিনটি (১) ঝাড়-ফুক: কুরআন ও হাদীসের দু'আর মাধ্যমে (২) হিজামা বা কাপিং (৩) ঔষুধ: সুন্নাতী উপকরনের পাশিপাশি যেকোন ধরনের বৈধ মেডিসিনের ব্যবহার।

এক. রুকিয়াহ শারিয়াহ (শরী'আতসম্মত ঝাড়-ফুঁক):

১. রোগীর গায়ে ফুঁ এবং হাত দিয়ে স্পর্শ ছাড়াই আয়াত বা মাসনূন দু'আ পড়া।

আয়েশা রাদিয়াল্লাহু 'আনহা বলেন, রাসূল সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম যখন কোনো রোগী দেখতে যেতেন বা তাঁর কাছে রোগী আনা হত, তখন তিনি বলতেন,

﴿أَذْهِبِ البَاسَ رَبَّ النَّاسِ، اشْفِ وَأَنْتَ الشَّافِي، لاَ شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَمًا﴾

"আযহিবিল বা'স, রাব্বান নাস! ইশফি, ওয়া আন্তাশ্ শাফী। লা শিফাআ ইল্লা শিফাউক। শিফাআন লা য়ুগাদিরু সাক্বামা।"

অর্থ: মানবজাতির রব কষ্ট দূর করে দাও এবং সুস্থ করে দাও। কেবল তুমিই রোগমুক্তির মালিক তোমার শিফা ব্যতীত আর কোন শিফা নেই। তুমি এমন শিফা দাও যেন কোন রোগ না থাকে। *[সহীহুল বুখারী, হা/৫৬৭৫]*

২. রোগীর গায়ে হাত দিয়ে স্পর্শসহ আয়াত বা মাসনূন দু'আ পড়া।

আয়েশা রাদিয়াল্লাহু 'আনহা বলেন, রাসূল সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম কারো রুকিয়াহ করলে তাকে ডান হাত দিয়ে স্পর্শ করে বলতেন,

﴿أَذْهِبِ البَاسَ رَبَّ النَّاسِ، اشْفِ وَأَنْتَ الشَّافِي، لاَ شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَمًا﴾

"আযহিবিল বা'স, রাব্বান নাস! ইশফি, ওয়া আন্তাশ্ শাফী। লা শিফাআ ইল্লা শিফাউক। শিফাআন লা য়ুগাদিরু সাক্বামা।"

অর্থ: মানবজাতির রব কষ্ট দূর করে দাও, সুস্থ করে দাও। আর কেবল তুমিই রোগমুক্তির মালিক তোমার শিফা ব্যতীত আর কোন শিফা নেই তুমি এমন সুস্থ করে দাও যেন কোন রোগ না থাকে। *[সহীহুল বুখারী, হা/৫৭৫০]*

৩. স্পর্শ এবং ফুঁসহ আয়াত বা মাসনূন দু'আ পড়া।

আয়েশা রাদিয়াল্লাহু 'আনহা বলেন, রাসূল সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম যখন অসুস্থতা অনুভব করতেন, তখন সূরা ইখলাছ,

ফালাক্ব, নাস পড়ে নিজের গায়ে ফুঁ দিতেন এবং হাত দিয়ে স্পর্শ করতেন *[সহীহুল বুখারী, হা/৫৭৫১; সহীহ মুসলিম, হা/২১৯২]।*

৪. পানিতে বা তেলে আয়াত বা মাসনূন দু'আ পড়ে তা পান করা বা ব্যবহার করা।

রাসূল সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম ছাবেত ইবনে ক্বায়েস ইবনে শাম্মাস রাদিয়াল্লাহু 'আনহু-এর জন্য পানি পড়ে তা তার গায়ে দিয়ে দেন *[সুনান আবূ দাঊদ, হা/৩৮৮৫; সানাদ দুর্বল]।* আমাদের সালাফে সালেহীন এই পদ্ধতি ব্যবহার করতেন।

• রুকিয়ায় কুরআনের সূরা ও আয়াতসমূহ:

১। সূরা ফাতেহা পাঠ:

রুকিয়াহ এর মাধ্যমে চিকিৎসার ক্ষেত্রে আল্লাহ্‌র ইচ্ছায় সূরা ফাতিহা অত্যন্ত ফলপ্রসূ। আবূ সাঈদ খুদরী রাদিয়াল্লাহু 'আনহু থেকে বর্ণিত, একদল সাহাবা কোনো এক সফরে ছিলেন। একটি আরব গোত্রের গোত্র প্রধান দংশিত হলে একজন সাহাবী সূরা ফাতিহার মাধ্যমে তাকে রুকিয়াহ করেন এবং আল্লাহ্‌র ইচ্ছায় সে সুস্থ হয়ে উঠে। খবরটি রাসূল সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম-এর কাছে পৌঁছলে তিনি তা সমর্থন করেন *[সহীহুল বুখারী, হা/৫৭৪৯; সহীহ মুসলিম, হা/২২০১]।*

২। আয়াতুল কুরসী পাঠ:

ঘুমের সময় এবং বাসা-বাড়ীতে আয়াতুল কুরসী পাঠ করলে তা আল্লাহ্‌র ইচ্ছায় শয়তান ও অন্যদের থেকে রক্ষাকবচ হয়। আবূ হুরায়রা রাদিয়াল্লাহু 'আনহু বলেন, রাসূল সাল্লাল্লাহু

'আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন, যখন তুমি তোমার বিছানায় ঘুমাতে যাবে, তখন আয়াতুল কুরসী পড়বে; তাহলে সকাল পর্যন্ত আল্লাহ্‌র পক্ষ থেকে তোমার জন্য একজন হেফাযতকারী রাখা হবে এবং শয়তান তোমার নিকটবর্তীও হতে পারবে না *[সহীহুল বুখারী, হা/২৩১১, ৫০১০]।*

অন্য বর্ণনায় এসেছে, আবূ আইয়ূব আনছারী রাদিয়াল্লাহু 'আনহু বলেন, রাসূল সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন, বাসা-বাড়ীতে আয়াতুল কুরসী পড়বে, তাহলে শয়তান তোমার নিকটবর্তী হতে পারবে না *[সুনান আত-তিরমিযী, মুসনাদে আহমাদ, শায়খ আলবানী হাদীছটিকে সহীহ বলেছেন, সহীহ তিরমিযী, হা/২৮৮০ ও সহীহ তারগীব ওয়া তারহীব, হা/১৪৬৯ দ্র:]।*

সকাল-সন্ধ্যায় আয়াতুল কুরসী পড়লে তা শয়তান থেকে বাঁচার কারণ হয়। কেউ তা সন্ধ্যায় পড়লে সকাল পর্যন্ত এবং সকালে পড়লে সন্ধ্যা পর্যন্ত তার হেফাযত করা হয় *[সহীহ তারগীব, হা/৬৬২, ১৪৭০; সিলসিলা সহীহাহ, হা/৩২৪৫]।*

৩। সূরা ফালাক্ব ও সূরা নাস পাঠ:

এ সূরাদ্বয় আল্লাহ্‌র ইচ্ছায় জ্বিন এবং চোখ লাগা বা বদনযর থেকে হেফাযতকারী। আবূ সাঈদ খুদরী রাদিয়াল্লাহু 'আনহু বলেন, রাসূল সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম জ্বিন ও বদনযর থেকে আশ্রয় প্রার্থনা করতেন। যখন এই সূরা দু'টি নাযিল হল, তখন তিনি অন্য সবকিছু ছেড়ে এ দু'টি গ্রহণ করলেন *[সহীহ তিরমিযী, হা/২০৫৮; সহীহ ইবনে মাজাহ, হা/২৮৪৬]।*

এ সূরা দু'টি বিভিন্ন বিপদাপদ, বালা-মুছীবত থেকে আল্লাহ্‌র নিকট আশ্রয় প্রার্থনার সর্বোত্তম হাতিয়ার *[সহীহ আবূ দাঊদ, হা/১৪৬৩]।*

৪। সূরা এখলাছ, ফালাক্ব ও নাস পাঠ:

এ সূরা তিনটি সকাল-সন্ধ্যায় তিনবার করে পাঠ করলে আল্লাহ্‌র ইচ্ছায় এগুলি যে কোনো বিপদাপদ থেকে মুক্তির জন্য যথেষ্ট হবে *[সহীহ আবূ দাঊদ, হা/৫০৮২; সহীহ তিরমিযী, হা/৩৫৭৫]।*

এ সূরা তিনটি বিভিন্ন বিপদাপদ, বালা-মুছীবত থেকে আল্লাহ্‌র নিকট আশ্রয় প্রার্থনার সর্বোত্তম হাতিয়ার *[সুনান আন-নাসাঈ, হা/৭৮৪৫; হায়ছামী, মাজমা'উয-যাওয়ায়েদ, ৭/১৫২, তিনি বলেন, হাদীছটি বাযযার বর্ণনা করেন এবং এর বর্ণনাকারীগণ সহীহ বুখারীর বর্ণনাকারী]।*

অসুখ-বিসুখ হলে এই সূরাগুলি দিয়ে রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম ঝাড়-ফুঁক করতেন *[সহীহুল বুখারী, হা/৫০১৬; সহীহ মুসলিম, হা/২১৯২]।*

৫। সূরা কাফেরূন পাঠ:

ঘুমের আগে এই সূরাটি পড়লে তা শির্ক থেকে মুক্তির কারণ হবে। ফারওয়া ইবনে নাওফাল তাঁর পিতা থেকে বর্ণনা করেন, তাঁর পিতা রাসূল সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম-এর কাছে এসে বললেন, হে আল্লাহ্‌র রাসূল! আমাকে এমন কিছু শিক্ষা দিন, যা আমি ঘুমানোর সময় পড়তে পারি। তিনি বললেন, তুমি قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ শেষ পর্যন্ত পড়ে ঘুমাবে, তাহলে তা শির্ক থেকে মুক্তির কারণ হবে *[সহীহ তিরমিযী, হা/৩৪০৩; সহীহ আবূ দাঊদ, হা/৫০৫৫]।*

হাদীছটিতে শির্কের মত মারাত্মক রোগ থেকে মুক্তির পথ বাৎলে দেওয়া হয়েছে।

৬। সূরা বাক্বারা পাঠ:

কোনো বাড়ীতে সূরা বাক্বারা পাঠ করলে শয়তান সেই বাড়ী থেকে পালিয়ে যায় *[সহীহ মুসলিম, হা/৭৮০; সুনান আত-তিরমিযী, হা/২৮৭৭]।*

এই সূরায় যেমন রয়েছে বরকত, তেমনি তা জাদুকরদের শক্তি খর্ব করতে পারে *[সহীহ মুসলিম, হা/৮০৪]।*

৭। সূরা বাক্বারার শেষ দুই আয়াত পাঠ:

যে ব্যক্তি রাতে এই আয়াত দু'টি পড়বে, তার জন্য এ দু'টি বালা-মুছীবত, শয়তান ইত্যাদি থেকে বাঁচার ক্ষেত্রে যথেষ্ট হবে। আবূ মাসঊদ উক্ববা ইবনে আমর রাদিয়াল্লাহু 'আনহু বলেন, রাসূল সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন, যে ব্যক্তি রাতে সূরা বাক্বারার শেষ দুই আয়াত পড়বে, তার জন্য এ দু'টি যথেষ্ট হবে *[সহীহুল বুখারী, হা/৫০০৮; সহীহ মুসলিম, হা/৮০৮]।*

কোনো গৃহে এই আয়াত দু'টি তিন রাত পড়লে শয়তান ঐ গৃহের নিকটবর্তীও হতে পারবে না *[সহীহ তিরমিযী, হা/২৮৮২; হাকেম, ২/২৬০]।*

• রুকিয়ার দু'আসমূহ:

দু'আগুলো বার বার পাঠ করবেন:

রোগী নিজে পাঠ করবে অথবা রোগীর মাথায় হাত রেখে অথবা সামনে বসে অন্য কেউ পাঠ করবে। প্রয়োজনে ড্রাই থুথু বা ফুঁক দিতে পারে।

১। প্রথমে বিতাড়িত শয়তান হতে আল্লাহর কাছে আশ্রয় প্রার্থনা করে নিবেন:

﴿أَعُوذُ بِاللَّهِ السَّمِيعِ الْعَلِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ، مِنْ هَمْزِهِ وَنَفْخِهِ وَنَفْثِهِ﴾

"আউযুবিল্লাহিস সামীইল-'আলীম মীনাস শাইতানের রাজীম মিন হামযিহি ওয়া নাফখিহি ওয়া নাফছিহি"

অর্থ: আল্লাহর নিকট বিতাড়িত শয়তান থেকে পানাহ চাই, তার আছর থেকে, তার অহঙ্কার থেকে ও তার খারাপ অনুভূতি থেকে"। *[সুনান আবু দাউদ, হা/৭৭৫; সূনান তিরমিজী (ইফাঃ), হা/২২৫; সানাদ সহীহ]*

২। নিম্নের দু'আ যতবার ইচ্ছা পড়ুন:

﴿بِسْمِ اللهِ أَرْقِيكَ، مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ، مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنِ حَاسِدٍ، اللهُ يَشْفِيكَ بِسْمِ اللهِ أَرْقِيكَ﴾

"বিসমিল্লাহি আরক্বিক মিন কুল্লি শাইয়িন য়ুযিক। ওয়া মিন শাররি কুল্লি নাফসিন আও আইনিন হাসিদ; আল্লাহু ইয়াশফিক। বিসমিল্লাহি আরক্বিক।"

অর্থ: আল্লাহর নামে তোমায় ঝাড়-ফুক করছি। আর আল্লাহই তোমাকে কষ্টদায়ক রোগ থেকে মুক্তি দিবেন। আর সকলের অনিষ্ট ও হিংসুক বদ নজরকারীর অনিষ্ট থেকে তোমাকে আরোগ্য দিবেন। আল্লাহর নামে তোমাকে ঝাড়ছি। *[সহীহ মুসলিম, হা/৫৫১২ (ইফা)]*

৩। নিম্নের দু'আ যতবার ইচ্ছা পড়ুন:

﴿بِاسْمِ اللَّهِ يُبْرِيكَ، وَمِنْ كُلِّ دَاءٍ يَشْفِيكَ، وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ، وَشَرِّ كُلِّ ذِي عَيْنٍ﴾

"বিসমিল্লাহি ইউবরিকা ওয়ামিন কুল্লি দা-ইন ইয়াশফিক ওয়ামিন শাররি হাসিদিন ইযা হাসাদা ওয়া শাররি কুল্লি যী 'আঈন।"

অর্থ: আল্লাহর নামে ঝাড়ছি, তিনি তোমাকে মুক্ত করবেন এবং তিনিই প্রত্যেক রোগ থেকে তোমাকে আরোগ্য দিবেন এবং হিংসাকারীর হিংসার অনিষ্ট থেকে যখন সে হিংসা করে এবং সকল বদ নজরের অনিষ্ট থেকে আল্লাহ তোমায় রক্ষা করুক। *[সহীহ মুসলিম, হা/২১৮৬]*

৪। নিম্নের দু'আ যতবার ইচ্ছা পড়ুন:

﴿اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهِبْ الْبَاسَ اشْفِهِ وَأَنْتَ الشَّافِي لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا﴾

"আল্লাহুম্মা, রাব্বান নাস! আযহিবিল বা'স। ইশফিহি, ওয়া আন্‌তাশ্‌ শাফী। লা শিফাআ ইল্লা শিফাউক। শিফাআন লা য়ুগাদিরু সাক্বামা।"

অর্থ: হে আল্লাহ! মানবজাতির রব কষ্ট দূর করে দাও এবং তাকে সুস্থ করে দাও। কেবল তুমিই রোগমুক্তির মালিক তোমার শিফা ব্যতীত আর কোন শিফা নেই তুমি এমন সুস্থ করে দাও যেন কোন রোগ না থাকে। *[সহীহুল বুখারী কিতাবুত ত্বিব, ফতহুল বারী ১০/২০৬, সহীহ মুসলিম ৪/১৭২১]*

৫। রোগীর মাথায় হাত রেখে অথবা আক্রান্ত স্থান অথবা সামনে বসে নিম্নের দু'আ এক সাথে ৭ বার পড়বে:

﴿أَسْأَلُ اللهَ الْعَظِيْمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ أَنْ يَشْفِيَكَ﴾

আসআলুল্লাহাল আযীম, রাব্বাল আরশিল আযীম, আই-য়াশ-ফিয়াক।

অর্থ: "আমি সুমহান আল্লাহর কাছে- সুবিশাল আরশের রবের কাছে প্রার্থনা করছি, তিনি আপনাকে আরোগ্য দান করুন। *[সুনান আবু দাউদ ও সুনান আত-তিরমিযী, হাদীসটির সনদ উত্তম]*

৬। আক্রান্ত ব্যক্তি নিজে অথবা অন্য কেউ আক্রান্ত স্থানে হাত রেখে তিনবার بِسْمِ اللهِ **(বিসমিল্লাহ)** অর্থ: "আল্লাহর নামে।"
বলে এ দু'আ ৭ বার পড়বে:

﴿أَعُوذُ بِاللهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ﴾

আ'ঊযু বিল্লা-হি ওয়া কুদরাতিহী মিন শাররি মা আজিদু ওয়া উহা-যিরু।

অর্থ: "এই যে ব্যথা আমি অনুভব করছি এবং যার আমি আশঙ্কা করছি, তা থেকে আমি আল্লাহর এবং তাঁর কুদরতের আশ্রয় প্রার্থনা করছি।" *[সহীহ মুসলিম, হা/২২০২]*

৭। আক্রান্ত ব্যক্তি নিজে যত বার ইচ্ছা এ দু'আ পড়বে:

﴿أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لاَمَّةٍ﴾

আঊযু বিকালিমা তিল্লাহি তাম্মাহ, মিন কুললি শাইত্বানিন ওয়া হাম্মাহ। ওয়া মিন কুলি আইনিন লাম্মাহ।

অর্থ: "আল্লাহর পরিপূর্ণ কালেমা সমূহের ওসিলায় সকল শয়তান ও বিষাক্ত জীব-জন্তু থেকে ও যাবতীয় ক্ষতিকর চোখ (বদনজর) হতে আশ্রয় প্রার্থনা করছি।" *[সহীহুল বুখারী, হা/৩৩৭১]।*

৮। আক্রান্ত ব্যক্তি নিজে যত বার ইচ্ছা এ দু'আ পড়বে:

﴿أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ﴾

আ'ঊযু বিকালিমা-তিল্লা-হিত তা-ম্মাতি মিন শাররি মা খালাক্বা।

অর্থ: "আল্লাহর পরিপূর্ণ কালেমাসমূহের উসীলায় আমি তাঁর নিকট তাঁর সৃষ্টির ক্ষতি থেকে আশ্রয় চাই।" *[সহীহ মুসলিম হা/৬৭৭১-৭৪]*

৯। আক্রান্ত ব্যক্তি নিজে যত বার ইচ্ছা এ দু'আ পড়বে:

﴿أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ، وَشَرِّ عِبَادِهِ، وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَأَنْ يَحْضُرُونِ﴾

আ'ঊযু বিকালিমা-তিল্লাহিত্তা-ম্মাতি মিন্ গাদ্বাবিহি ওয়া ইক্বা-বিহি ওয়া শাররি 'ইবা-দিহি ওয়ামিন হামাযা-তিশ্ শাইয়া-ত্বীনি ওয়া আন ইয়াহ্দুরুন।

অর্থ: "আমি আশ্রয় চাই আল্লাহর পরিপূর্ণ কালামসমূহের উসীলায় তাঁর ক্রোধ থেকে, তাঁর শাস্তি থেকে, তাঁর বান্দাদের অনিষ্ট থেকে, শয়তানদের কুমন্ত্রণা থেকে এবং তাদের উপস্থিতি থেকে।" *[আবূ দাঊদ হা/৩৮৯৩; তিরমিযী, হা/৩৫২৮; সানাদ সহীহ]*

উপরে উল্লেখিত আয়াত ও দু'আগুলো যাদু, বদনজর, জ্বিনের আছরসহ সকল প্রকার রোগ থেকে মুক্তি পেতে সহায়ক।

রোগী নিজে নিজের উপর পড়বেন অথবা রোগীর উপর অন্য কেউ পড়বেন।

দুই: হিজামা বা কাপিং

যাদুর প্রভাব নষ্ট করার জন্য আক্রান্ত ব্যক্তিকে **হিজামা** করানো।

• ইবনুল কাইয়িম (রহ.) বলেন, রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম যখন যাদু দ্বারা পীড়িত হন তখন তিনি মাথায় হিজামা বা Cupping লাগান এবং এটাই সবচেয়ে উত্তম ঔষধ যদি সঠিকভাবে করা হয়। *[যাদুল মায়'দ, ৪/১২৫-১২৬] ।*

এবিষয়ে বিস্তারিত জানার জন্য আমাদের প্রকাশিত হিজামার বই সংগ্রহ করতে পারেন।

তিন: ঔষুধ বা মেডিসিনের ব্যবহার

বিভিন্ন লতা-পাতা ও অন্যান্য প্রাকৃতিক বস্তু থেকে তৈরি তথা হারবাল এবং এলোপ্যাথিক ও হোমিও ঔষুধ দ্বারা চিকিৎসা করা। তবে শর্ত হচ্ছে এ ঔষুধগুলোর ব্যবহার শরীয়ত কর্তৃক বৈধ হতে হবে। প্রাকৃতিক ঔষুধগুলোর মধ্যে সুন্নাহভিত্তিক উল্লেখযোগ্য কিছু হচ্ছে: মধু, কালি জিরা, যমযমের পানি, বৃষ্টির পানি, রুকিয়া করা পানি, অ্যাপল সিডার ভিনেগার, সানা পাতা/সোনামুখীর রস পান, আজওয়া খেজুর ও জায়তুন তেল তথা অলিভ অয়েল। রুকিয়ার গোসল, কুরআন তেলাওয়াত করা, কুরআন তেলাওয়াত শোনা, অঙ্গ ধোয়া পানি, পরিচ্ছন্নতা, সুগন্ধী ও আতর ব্যবহারও প্রাকৃতিক চিকিৎসার অন্তর্ভূক্ত।

বিপদ এবং দুঃশ্চিন্তা দূর করার উপায়:

১) রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম কখনও দুঃশ্চিন্তা বা পেরেশানী বা বিপদ অনুভব করলে এ দু'আ পাঠ করতেন:

﴿لاَ إِلَهَ إِلا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ لا إِلَهَ إِلا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ لا إِلَهَ إِلا اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَرَبُّ الْأَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ﴾

'লাইলাহা ইল্লাল্লাহুল আযীমুল হালীমু লাইলাহা ইল্লাল্লাহু রাব্বুল আরশিল আযীম, লাইলাহা ইল্লাল্লাহু রাব্বুস্ সামাওয়াতি ওয়া রাব্বুল আরযি ওয়া রাব্বুল আরশিল কারীম।' *[সহীহুল বুখারী]*

﴿لاَ إِلَهَ إِلّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ﴾

২) 'লাইলাহা ইল্লা আন্তা সুবহানাকা ইন্নী কুনতু মিনায্যালেমীন।' ***(কুরআনুল কারীম, সুরা আম্বিয়া (২১), আয়াত- ৮৭)***

অর্থ: হে আল্লাহ ! তুমি ছাড়া কোন মাবুদ নাই, তুমি পবিত্র, মহান। আর আমি তো জালিমদের অন্তর্ভুক্ত হয়ে গিয়েছি। *[সুনান আত-তিরমিযী]*

﴿اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ﴾

৩) আল্লাহুম্মা ইন্নী আঊযুবিকা মিনাল্ হাম্মি ওয়াল্ হাযানি ওয়া আঊযুবিকা মিনাল আজযি ওয়াল কাসালি ওয়া আঊযুবিকা মিনাল জুবনী ওয়াল বুখ্লি ওয়া আঊযুবিকা মিন গালাবাতিদ্ দায়নি ওয়া কাহরির রিজাল। *[সহীহুল বুখারী]*

এছাড়া আরো অনেক আয়াত ও দু'আ রয়েছে, যেগুলি দিয়ে রুকিয়াহ করা যায়। অনুরূপভাবে সকাল ও সন্ধ্যায় পঠিতব্য যিকর-আযকার ও দু'আসমূহ আল্লাহ্র ইচ্ছায় আমাদেরকে শয়তানের কুমন্ত্রণা এবং নানা শারীরিক ও মানসিক রোগ-ব্যাধি থেকে রক্ষা করতে পারে।

শিশুদের জন্য রুকিয়াহ:

১। সূর্যাস্তের সময় শিশুদেরকে বাড়ীর বাইরে যেতে বাধা দেয়া।

নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন, "যখন সন্ধা হয় তখন তোমাদের শিশুদেরকে বাইরে যাওয়া থেকে বিরত রাখ। কেননা এই সময়ে শয়তানের দল বাইরে ছড়িয়ে পড়ে। যখন রাতের একটি প্রহর অতিবাহিত হবে তখন (শিশুদেরকে) ছেড়ে দিতে বাধা নেই।" *[সহীহুল বুখারী ও সহীহ মুসলিম]*

২। চোখের নজর থেকে আশ্রয় প্রার্থনা করার দুয়া।

চোখের নজরের কারণে মানুষের অনেক ক্ষতি হতে পারে। হিংসুক লোকের অন্তরে বিদ্বেষ বা লোভ নিয়ে চিন্তা করা,

উচ্চ প্রশংসামূলক বাক্য, চিন্তা বা চোখের দ্বারা দৃষ্টির দ্বারা কারো নিজের বা তার পরিবারের লোকজনের স্বাস্থ্য, সম্পদ, ব্যবসা, পড়ালেখা, বিদ্যা-বুদ্ধি, সৌন্দর্যের ক্ষতি হতে পারে, স্বামী-স্ত্রীর সম্পর্ক নষ্ট এমনকি কারো মৃত্যুর কারণ পর্যন্ত হতে পারে।

যা দ্বারা শিশুদের জন্য বা নিজের জন্য চোখের নজর থেকে আশ্রয় প্রার্থনা করতে হয়:

﴿أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لاَمَّةٍ﴾

আ'ঊযু বিকালিমা-তিল্লা-হিত তা-ম্মাতি মিন কুল্লি শাইতানিওঁয়া হা-ম্মাহ্, ওয়ামিন কুল্লি আইনিল্লা-ম্মাহ্।

অর্থ: আমি আল্লাহ্র পরিপূর্ণ কালেমা সমূহের আশ্রয় নিচ্ছি, যাবতীয় শয়তান ও বিষধর কীট-পতঙ্গ থেকে এবং যাবতীয় ক্ষতিকর চক্ষু (বদনযর) থেকে।" *[সহীহুল বুখারী, হা/৩৩৭১]।*

৩। রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন: নিম্নোক্ত দু'আ পাঠ করে সহবাস করলে উক্ত সহবাসের ফলে সৃষ্ট সন্তানের কোন ক্ষতি শয়তান করতে পারে না"। *[সহীহুল বুখারী, সুনানে আবু দাউদ, সুনান আত-তিরমিযী]*

﴿بِسْمِ اللَّهِ، اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ، وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا﴾

বিসমিল্লাহ। আল্লা-হুম্মা জান্নিবনাশ্-শাইত্বানা ওয়া জান্নিবিশ্-শাইত্বানা মা রযাকতানা।

অর্থ: "আল্লাহ্র নামে। হে আল্লাহ! আপনি আমাদের থেকে শয়তানকে দূরে রাখুন এবং আমাদেরকে আপনি যে সন্তান দান করবেন তার থেকেও শয়তানকে দূরে রাখুন।" *[সহীহুল বুখারী হা/১৪১; সহীহ মুসলিম হা/১৪৩৪]*

রুকিয়ার মাধ্যমে উপকার পাওয়ার জন্য ৩টি শর্ত..!!

১। নিয়্যাত

২। ইয়াক্বিন

৩। মেহনত

নিয়্যাত: প্রথমতঃ সাধারণ নিয়্যাত করবেন, মনে মনে দোআ করে নিবেন 'আল্লাহ তোমার জানা মতে আমার যত সমস্যা আছে সব সমাধান করে দাও!'

এরপর খাসভাবে আপনার সমস্যা সমাধানের নিয়্যাত করবেন, যেমন: যদি অসুখ ভালো না হয় তাহলে সেটার নিয়্যত করবেন, যদি ব্যাবসার সমস্যা হয় সেটার নিয়্যাত করবেন।

নিয়্যাত বলতে, মনে স্পষ্ট ইচ্ছা রাখা; যেমন: আমার অনেকদিনের মাথাব্যথা, এটা যেন ভালো হয় এরজন্য রুকিয়া করছি।

ইয়াক্বিন: ইয়াক্বিন হচ্ছে বিশ্বাস। বিশ্বাস রাখা, আল্লাহর কালাম শুনছি, আল্লাহ বলেছেন এতে শিফা আছে, আমার সমস্যা অবশ্যই ভালো হবে। ইন-শা-আল্লাহ।

মেহনত: রুকিয়া চিকিৎসা বাদ দেয়া যাবে না, যতক্ষণ না সমস্যার সমাধান হচ্ছে। কষ্ট হলেও চালিয়ে যেতে হবে। ভয়, বাধা ইত্যাদি আসতে পারে তবুও চালিয়ে যেতে হবে।

রুকিয়ার এ চিকিৎসায় এমন কিছু বিষয় রয়েছে যা একজন মুসলিমের প্রতিদিনের লাইফ স্ট্যাইলে সাথে জড়িত। এ আমল বা কাজ সমূহ সারা জীবন করে যেতে হবে। যেমন: সকাল-সন্ধ্যার যিকির, সালাতের পরের যিকির, সূরা বাকারাহ তেলাওয়াত, তাওবাহ-ইস্তেগফার, ঘুমানো পূর্বের দোআ ও যিকিরসমূহ ইত্যাদি।

স্বপ্ন দেখার পর করণীয়

ভাল স্বপ্ন দেখলে যা করবেন:

- 'আলহামদুলিল্লাহ' পড়া।
- স্বপ্নে প্রাপ্ত সুসংবাদ গ্রহণ করা।
- প্রিয় ব্যক্তির কাছে বর্ণনা করা
- যে ব্যক্তি স্বপ্ন সম্পর্কিত ভালো জ্ঞান রাখে তার কাছে স্বপ্নের কথা প্রকাশ করা
- বেশি বেশি দান করা।

মন্দ বা ভয়ের স্বপ্ন দেখলে যা করবেন:

- 'আউজুবিল্লাহি মিনাশ শায়ত্বানির রাঝিম' ৩বারপড়া।
- বাম দিকে তিন বার থু থু ফেলা
- পার্শ্ব পরিবর্তন করে ঘুমানো
- কারও কাছে স্বপ্নের কথা প্রকাশ না করা
- গরিবদের দান করা।

রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন, ঘুমের সময় মানুষ যদি ভয় পায় তখন এ দু'আটি পড়া। দু'আটি পড়লে কোনো অনিষ্ট বা কুমন্ত্রণা তার ক্ষতি করতে পারবে না। আর তাহলো-

﴿أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ وَشَرِّ عِبَادِهِ وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَأَنْ يَحْضُرُونِ﴾

"আউজু বিকালিমাতিল্লাহিত তাম্মাতি মিন গাদাবিহি ওয়া ইক্বাবিহি ওয়া শাররি ইবাদিহি ওয়া মিন হামাযাতিশ শায়াত্বিনি ওয়া আঁই-ইয়াহ্দুরুন।"

"আমি আল্লাহর পরিপূর্ণ বাক্যসমূহের মাধ্যমে তাঁর ক্রোধ ও শাস্তি হতে আশ্রয় চাই, তাঁর বান্দাদের অপকারিতা হতে, শয়তানের কুমন্ত্রণা হতে এবং তাদের উপস্থিতি হতে"। *[জামে আত-তিরমিজি, সুনানে আবু দাউদ]*