

গুনাহ মার্ফের উপায়

বিভাগ/অধ্যায়ঃ দ্বিতীয় অধ্যায় : গুনাহ মার্ফের উপায়

রচয়িতা/সঙ্কলকঃ শাহাদাৎ হুসাইন খান ফয়সাল (রহ.)

১. ইস্তিগফার বা আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করা - ইস্তিগফার করার উপযুক্ত সময়

পাপ সংঘটিত হওয়ার সাথে সাথে ইস্তিগফার বা ক্ষমা প্রার্থনা করা উচিত। মহান আল্লাহ বলেছেন :

وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا

“আর যে ব্যক্তি মন্দ কাজ করবে কিংবা নিজের প্রতি যুল্ম করবে তারপর আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাইবে, সে আল্লাহকে পাবে ক্ষমাশীল, পরম দয়ালু।”[1]

তিনি আরো বলেছেন :

وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرِ اللَّهُ لَهُ لَا يَكُنْ لَهُ جُنُوحٌ عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ

“আর যারা কোন অঙ্গীল কাজ করলে অথবা নিজেদের প্রতি যুল্ম করলে আল্লাহকে স্মরণ করে, অতঃপর তাদের গুনাহের জন্য ক্ষমা প্রার্থনা করে। আর আল্লাহ ছাড়া কে গুনাহ ক্ষমা করবে? আর তারা যা করেছে, জেনে গুনে তার উপর অটল থাকে না।”[2]

পাপ হয়ে যাওয়ার কয়েক ঘণ্টার মধ্যেই কেউ যদি কৃত পাপের জন্য লজ্জিত হয়ে আল্লাহর কাছে ক্ষমা চায় তাহলে ফেরেশতারা ঐ পাপ লেখেন না, বরং ছেড়ে দেন। রাসূলুল্লাহ (সা.) বলেছেন :

إِنَّ صَاحِبَ الشِّمَالِ لَيَرْفَعُ الْقَلَمَ سِتَّ سَاعَاتٍ عَنِ الْعَبْدِ الْمُسْلِمِ الْمَخْطِئِ فَإِنْ نَدِمَ وَاسْتَغْفَرَ اللَّهَ مِنْهَا أَلْقَاهَا وَإِلَّا كُتِبَتْ وَاحِدَةً

“কোন গুনাহগার মুসলিম বান্দা কোন গুনাহ করে ফেলার পর ডান কাঁধের ফেরেশতা ছয় ঘণ্টা গুনাহ লেখা থেকে কলম উঠিয়ে রাখে (অর্থাৎ গুনাহ লেখে না)। যদি সে অনুতপ্ত হয়ে আল্লাহর কাছে গুনাহ থেকে ক্ষমা চায় তাহলে ফেরেশতা গুনাহটি না লিখে ছুঁড়ে ফেলে দেন, অন্যথায় একটি গুনাহ লেখা হয়।”[3]

তাছাড়া বিশেষ বিশেষ ‘ইবাদাতের শেষে ইস্তিগফার করার বিধান রয়েছে। হাদীসে এসেছে, সাওবান হতে বর্ণিত, তিনি বলেন,

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِذَا أَنْصَرَفَ مِنْ صَلَاتِهِ اسْتَغْفَرَ ثَلَاثًا

রাসূলুল্লাহ (সা.) যখন সলাত শেষ করতেন তখন তিনবার ইস্তিগফার বা ক্ষমা প্রার্থনা করতেন। এই হাদীসের একজন বর্ণনাকারী আল ওয়ালীদ তার শিক্ষক আল আওয়াঈ (রহিমাহুল্লাহ)-কে জিজ্ঞেস করলেন, কীভাবে ইস্তিগফার করতে হয়? তিনি বললেন, “আস্তাগফিরুল্লাহ” বলা।[4]

এ হাদীস দ্বারা বোঝা গেলো যে, ফরয সলাতের সালাম ফেরানোর পর তিনবার “আস্তাগফিরুল্লাহ” (অর্থাৎ আমি

আল্লাহর নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করছি) বলা সুন্নাহ।

হাজ্জের সময় ইস্তিগফারের আদেশ দিয়ে মহান আল্লাহ বলেছেন :

ثُمَّ أَفِيضُوا مِنْ حَيْثُ أَفَاضَ النَّاسُ وَاسْتَغْفِرُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ

“অতঃপর তোমরা প্রত্যাবর্তন কর, যেখান থেকে মানুষেরা প্রত্যাবর্তন করে এবং আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাও। নিশ্চয় আল্লাহ ক্ষমাশীল, পরম দয়ালু।”[5]

বিশেষ বিশেষ সময়ে ইস্তিগফার করা উচিত। যেমন সলাতের মধ্যে একাধিক জায়গায় ইস্তিগফার করা হয়। যেমন- রুকু' ও সাজদায়, শেষ বৈঠকে ইত্যাদি। শেষ রাতে ফজরের পূর্বে ইস্তিগফার করা মু'মিন-মুত্তাকীদের বৈশিষ্ট্য এবং অনেক ফযীলতের। সেজন্যই আল্লাহ তা'আলা এই সময়ে যারা আল্লাহর কাছে গুনাহ মাফ চায় তাদের প্রশংসা করে বলেছেন,

الصَّابِرِينَ وَالصَّادِقِينَ وَالْقَانِتِينَ وَالْمُنْفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ

“যারা ধৈর্যশীল, সত্যবাদী, আনুগত্যশীল ও ব্যয়কারী এবং শেষ রাতে ক্ষমাপ্রার্থনাকারী।”[6]

অন্য আয়াতে জান্নাতবাসী মুত্তাকীদের দুনিয়ার জীবনধারা বর্ণনা করে আল্লাহ তা'আলা বলেন,

إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي جَنَّاتٍ وَعُيُونٍ - آخِذِينَ مَا آتَاهُمْ رَبُّهُمْ إِنَّهُمْ كَانُوا قَبْلَ ذَلِكَ مُحْسِنِينَ - كَانُوا قَلِيلًا مِنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ - وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ

“নিশ্চয় মুত্তাকীরা থাকবে জান্নাতসমূহে ও বর্ণাধারায়, তাদের রব তাদের যা দিবেন তা তারা খুশীতে গ্রহণকারী হবে। ইতঃপূর্বে (দুনিয়ার জীবনে) এরাই ছিল সৎকর্মশীল। রাতের সামান্য অংশই এরা ঘুমিয়ে কাটাতো। আর রাতের শেষ প্রহরে এরা ক্ষমা চাওয়ায় রত থাকত।”[7]

রাতের এক-তৃতীয়াংশ বা অর্ধ রাতের পরে আল্লাহ তা'আলা দুনিয়ার আসমানে নেমে এসে গুনাহ থেকে ক্ষমা প্রার্থনাকারী আর তাওবাকারীদের খুঁজতে থাকেন। রাসূলুল্লাহ (সা.) বলেন :

فَإِذَا مَضَى ثُلُثُ اللَّيْلِ أَوْ نِصْفُ اللَّيْلِ نَزَلَ إِلَى السَّمَاءِ الدُّنْيَا جَلَّ وَعَزَّ فَقَالَ هَلْ مِنْ سَائِلٍ فَأُعْطِيَهُ هَلْ مِنْ مُسْتَغْفِرٍ فَأَغْفِرَ لَهُ هَلْ مِنْ تَائِبٍ فَأَتُوبَ عَلَيْهِ هَلْ مِنْ دَاعٍ فَأُجِيبَهُ

“রাতের এক-তৃতীয়াংশ বা অর্ধাংশ চলে যাওয়ার পর আল্লাহ তা'আলা দুনিয়ার আকাশে নেমে এসে ঘোষণা দিতে থাকেন, আছে কি কোন প্রার্থনাকারী? আমি তাকে দান করবো; আছে কি কোন ক্ষমা প্রার্থনাকারী? আমি তাকে ক্ষমা করে দেবো; আছে কি কোন তাওবাকারী? আমি তার তাওবাহ্ গ্রহণ করবো। আছে কি কোন দু'আকারী? আমি তার দু'আর জবাব দেবো।”[8]

বৈঠক শেষে ইস্তিগফার করা সুন্নাহ। নাবী (সা.) বলেছেন :

مَنْ جَلَسَ فِي مَجْلِسٍ فَكَثُرَ فِيهِ لَغَطُهُ فَقَالَ قَبْلَ أَنْ يَقُومَ مِنْ مَجْلِسِهِ ذَلِكَ سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ إِلَّا غُفِرَ لَهُ مَا كَانَ فِي مَجْلِسِهِ ذَلِكَ

“যে ব্যক্তি এমন সভায় বসে, যাতে খুব বেশি কথা-বার্তা হয় (ভুলের সম্ভাবনা তৈরি হয়), অতঃপর যদি উক্ত সভা ত্যাগ করে চলে যাওয়ার আগে এই দু'আ পড়ে,

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ

উচ্চারণ : সুবহা-নাকা আল্লা-হুম্মা ওয়া বিহামদিকা আশহাদু আল্লা- ইলা-হা ইল্লা- আনতা আস্তাগফিরুকা ওয়া আতুবু ইলাইকা।

অর্থ : হে আল্লাহ! তোমার প্রশংসার সাথে তোমার পবিত্রতা বর্ণনা করছি। আমি সাক্ষ্য দিচ্ছি যে, তুমি ছাড়া কোন সত্য ইলাহ নেই। আমি তোমার নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করছি এবং তোমার দিকে তাওবাহ্ (প্রত্যাবর্তন) করছি।

তাহলে উক্ত মজলিসে কৃত অপরাধ তার জন্য ক্ষমা করে দেয়া হবে।”[9]

উযু করার পর ইস্তিগফার করা সুন্নাহ। নাবী (সা.) বলেছেন :

مَنْ تَوَضَّأَ فَقَالَ سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ كُتِبَ فِي رِقِّي ثُمَّ طُبِعَ بِطَابَعٍ فَلَمْ يُكْسَرْ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ

“যে ব্যক্তি উযূর পর (নিম্নের জিকির) বলে, তার জন্য তা একটি পাতায় লিপিবদ্ধ করা হয়। অতঃপর তা সীল করে দেয়া হয়, যা ক্রিয়ামাত দিবস পর্যন্ত ভঙ্গ করা হয় না।”

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ

উচ্চারণ : সুবহা-নাকা আল্লা-হুম্মা ওয়া বিহামদিকা আশহাদু আল্লা- ইলা-হা ইল্লা- আনতা আস্তাগফিরুকা ওয়া আতুবু ইলাইকা।

অর্থ : তোমার প্রশংসা ও পবিত্রতা ঘোষণা করছি হে আল্লাহ! আমি সাক্ষ্য দিচ্ছি যে, তুমিই একমাত্র সত্য ইলাহ। আমি তোমার নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করছি ও তোমার দিকে প্রত্যাবর্তন (তাওবাহ্) করছি [10]

সকাল-সন্ধ্যায় ইস্তিগফার করার জন্য “সায়িদুল ইস্তিগফার” নামক দু’আটি পড়া খুবই ফযীলতের। দু’আটি হলো,

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوءُ لَكَ بِذُنُوبِي فَاعْفُرْ لِي، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ.

উচ্চারণ : আল্লা-হুম্মা আনতা রব্বী, লা- ইলা-হা ইল্লা- আনতা, খালাকতানী ওয়া আনা ‘আবদুকা ওয়া আনা ‘আলা- ‘আহদিকা ওয়া ওয়া‘দিকা মাসতাত‘তু, আ‘উযুবিকা মিন শারি মা সনা‘তু, আবুউ লাকা বিনি‘মাতিকা ‘আলাইয়া ওয়া আবুউ বিযাসী, ফাগফিরলী, ফাইল্লাহু লা- ইয়াগফিরু যুনুবা ইল্লা- আনতা।

অর্থ : হে আল্লাহ! তুমিই আমার রব। তুমি ছাড়া কোন সত্য মা‘বুদ নেই। তুমিই আমাকে সৃষ্টি করেছ, আমি তোমার দাস। আমি তোমার প্রতিশ্রুতি ও অঙ্গিকারের উপর যথাসাধ্য প্রতিষ্ঠিত আছি। আমি যা করেছি তার অনিষ্ট থেকে আমি তোমার নিকট আশ্রয় চাচ্ছি। আমার উপর তোমার যে অনুদান/অবদান রয়েছে তা আমি নি‘আমত স্বীকার করছি এবং আমি আমার গুনাহ স্বীকার করছি। সুতরাং তুমি আমাকে ক্ষমা করে দাও, যেহেতু তুমি ছাড়া আর কেউ পাপ ক্ষমা করতে পারে না।

এই দু’আটির ফযীলত সম্পর্কে নাবী (সা.) বলেছেন :

وَمَنْ قَالَهَا مِنَ النَّهَارِ مُوقِنًا بِهَا فَمَاتَ مِنْ يَوْمِهِ قَبْلَ أَنْ يُمْسِيَ فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ وَمَنْ قَالَهَا مِنَ اللَّيْلِ وَهُوَ مُوقِنٌ بِهَا فَمَاتَ قَبْلَ أَنْ يُصْبِحَ فَهُوَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ

“যে ব্যক্তি দিনে (সকাল) বেলায় দৃঢ় বিশ্বাসের সাথে এ দু’আটি পড়বে অতঃপর সে সেই দিন সক্ষ্য হওয়ার আগেই মারা যাবে, সে জান্নাতীদের অন্তর্ভুক্ত হবে। আর যে ব্যক্তি রাতে (সক্ষ্যায়) এ দু’আটি দৃঢ় বিশ্বাসের সাথে পড়বে অতঃপর সে সেই রাতে ভোর হওয়ার পূর্বেই মারা যাবে, তাহলে সে জান্নাতীদের অন্তর্ভুক্ত হবে।”[11]

দিন-রাত সব সময় আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করা জরুরি। কারণ আমরা প্রায় সব সময়ই পাপে ডুবে থাকি। কীভাবে যে পাপ হয়ে যাচ্ছে আমরা হয়তো টেরও পাচ্ছি না। তাই আমাদের উচিত সদা সর্বদা ক্ষমা প্রার্থনা করতে থাকা। ক্ষমা প্রার্থনা করার জন্য ব্যাপক কোন প্রস্তুতির প্রয়োজন হয় না। অন্তত “আস্তাগফিরুল্লাহ” পড়লেও ক্ষমা প্রার্থনা করা হয়। তবে বুঝে বুঝে দু’আ করা উচিত। আমি যা বলছি তা যদি না-ই বুঝি তাহলে কীভাবে আমার আবেদন কবুলের আশা করতে পারি? ক্ষমা প্রার্থনা করলে পাপের শাস্তি থেকে মুক্তি পাওয়া যায়। আল্লাহ ক্ষমাশীল। তিনি ক্ষমাকে ভালোবাসেন। তাই আমাদের উচিত গুনাহ মোচনের জন্য বেশি বেশি ক্ষমা প্রার্থনা করা।

ফুটনোট

- [1]. সূরা আন নিসা ০৪ : ১১০।
- [2]. সূরা আ-লি ‘ইমরা-ন ০৩ : ১৩৫।
- [3]. সহীহ আল জামি‘ : ২০৯৭, হাদীসটি সহীহ; সিলসিলাহ সহীহাহ্ : ১২০৯।
- [4]. সহীহ মুসলিম : ১৩৬২।
- [5]. সূরা আল বাক্বারাহ্ ০২ : ১৯৯।
- [6]. সূরা আ-লি ‘ইমরা-ন ০৩ : ১৭।
- [7]. সূরা আয্ যা-রিয়া-ত ৫১ : ১৫-১৮।
- [8]. মুসনাদে আহমাদ : ৯৫৯১, বুখারী-মুসলিমের শর্তানুযায়ী সহীহ।
- [9]. জামি‘ আত্ তিরমিযী : ৩৪৩৩, হাদীসটি হাসান সহীহ।
- [10]. আস-সুনান আল কুবরা : ৯৯০৯; আল মু‘জামুল আওসাত : ১৪৫৫; সহীহত তারগীব : ২২৫; হাদীসটি সহীহ।

[11]. সহীহুল বুখারী : ৬৩০৬, ৬৩২৩।

Source — <https://www.hadithbd.com/books/link/?id=9099>

হাদিসবিডির প্রজেক্টে অনুদান দিন