12173 - কিছু দোয়া ও যিকির

প্রশ্ন

আমি চাই যে, আপনারা আমাকে কিছু দোয়া ও যিকির জানাবেন।

প্রিয় উত্তর

আলহামদু লিল্লাহ।.

দোয়া ও যিকিরের সংখ্যা অনেক। নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম এর কাছ থেকে ঘুম থেকে উঠার পর যিকির, সকাল-সন্ধ্যার যিকির ও ঘুমানোর সময়ের যিকির বর্ণিত হয়েছে। সকাল-সন্ধ্যায় নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম যে যিকিরগুলো পড়ার নির্দেশনা দিয়েছেন সেগুলোর মধ্যে রয়েছে:

- "তুমি যখন সন্ধ্যায় উপনীত হবে কিংবা সকালে উপনীত হবে তখন তুমি

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ

(সূরা ইখলাস) ও মুআওয়িযাতাইন (সূরা ফালাক ও সূরা নাস) ৩ বার পড়বে। এটি তোমাকে সব কিছু থেকে রক্ষা করবে।"[সুনানে তিরমিযি, দাওয়াত অধ্যায়/৩৪৯৯, আলবানি সহিহ সুনানে তিরমিযি গ্রন্থে (২৮২৯) হাদিসটিকে হাসান বলেছেন]

- সাইয়্যেদুল ইস্তিগফার। সেটা হল আপনি বলবেন:

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لاَ 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 الذُّنُوبَ إِلاَّ أَنْتَ.

(উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা আনতা রাব্বী লা ইলা-হা ইল্লা আনতা খালাক্বতানী 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)। (অর্থ: হে আল্লাহ! আপনি আমার রব্ব, আপনি ছাড়া সত্য কোন উপাস্য নেই। আপনি আমাকে সৃষ্টি করেছেন। আমি আপনার দাস। আমি আমার সাধ্য মতো আপনার (তাওহীদের) অঙ্গীকার ও (জান্নাতের) প্রতিশ্রুতির ওপর রয়েছি। আমি আমার কৃতকর্মের অনিষ্ট থেকে আপনার আশ্রয় চাই। আপনি আমাকে যে নেয়ামত দিয়েছেন আমি তা স্বীকার করছি এবং আমার অপরাধও স্বীকার করছি। অতএব, আপনি আমাকে মাফ করে দিন।

নিশ্চয় আপনি ছাড়া পাপরাশি ক্ষমা করার কেউ নেই।) তিনি (নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম) বলেন: "যে ব্যক্তি দিনের বেলায় একীনের সাথে এ বাক্যগুলো বলবে এবং সে দিন সন্ধ্যার আগে মারা যাবে সে ব্যক্তি জান্নাতের অধিবাসী হবে। আর যে ব্যক্তি রাতের বেলায় এ বাক্যগুলো বলবে এবং সকাল হওয়ার আগে মারা যাবে সে ব্যক্তি জান্নাতের অধিবাসী হবে।"[সহিহ বুখারী, দাওয়াআত অধ্যায়/৬৩০৬]

- আবু হুরায়রা (রাঃ) থেকে বর্ণিত, তিনি বলেন রাসূলুল্লাহ্ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেন: "যে ব্যক্তি سُبْحَانَ اللهِ وَبِحَمْدِهِ (উচ্চারণ: সুবহা-নাল্লা-হি ওয়া বিহামদিহী) (অর্থ: আমি আল্লাহর প্রশংসাসহ পবিত্রতা ও মহিমা ঘোষণা করছি) সকালে একশত বার ও সন্ধ্যায় একশত বার পড়বে কিয়ামতের দিন তার চেয়ে উৎকৃষ্ট কিছু কেউ নিয়ে আসতে পারবে না। তবে সে ব্যক্তি ছাড়া যে তার মত বলবে বা তার চেয়ে বেশি আমল করবে।"[সহিহ মুসলিম, যিকির ওয়া দুআ পরিচ্ছেদ/২৬৯২]
- রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন: "কোন বান্দা যদি প্রতিদিন সকালে ও রাতে ৩ বার করে পড়ে:

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ،

(উচ্চারণ: বিস্মিল্লা-হিল্লাযী লা ইয়াদ্বুররু মা'আ ইস্মিহী শাইউন ফিল্ আরদ্বি ওয়ালা ফিস্ সামা-ই, ওয়াহুয়াস্ সামী'উল 'আলীম) কোনো কিছু তার ক্ষতি করতে পারবে না।"[তিরমিযি দাওয়াআত অধ্যায়ে/৩৩৮৮ বর্ণনা করেন, আলবানী 'সহিহ সুনানে তিরমিযি' গ্রন্থে (২৬৮৯) বলেন: হাসান সহিহ]

- নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম যখন সন্ধ্যায় উপনীত হতেন তখন বলতেন:

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ ، وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ، أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهَا ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهَا ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوءِ الْكِبَرِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ النَّارِ وَعَذَابِ الْقَبْرِ

(উচ্চারণ: আমসাইনা ওয়া আমসাল মুলকু লিল্লাহি, ওয়ালহাম্দু লিল্লাহি, লা ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু ওয়াহ্দাহু লা শারীকা লাহু, লাহুল মুলকু ওয়া লাহুল হামদু, ওয়াহুয়া আলা কুল্লি শাই'ইন ক্বাদীর। আস্আলুকা খাইরা মা ফী হা-যিহিল লাইলাতি ওয়া খাইরা মা বা'দাহা, ওয়া আ'ঊযু বিকা মিন শাররি মা ফী হা-যিহিল লাইলাতি ওয়া শাররি মা বা'দাহা, ওয়া আঊযু বিকা মিনাল কাসালি ওয়া সূইল-কিবারি। ওয়া আ'ঊযু বিকা মিন 'আযাবিন্না-রি, ওয়া আযাবিল ক্ববারি)। (অর্থ: আমরা সন্ধ্যায় উপনীত হয়েছি এমতাবস্থায় যে, সমস্ত রাজত্ব ও সমুদয় প্রশংসা আল্লাহর জন্য। এক আল্লাহ ছাড়া সত্য কোন উপাস্য নেই। তাঁর কোনো শরীক নেই। রাজত্ব তাঁরই। প্রশংসা তাঁরই। আর তিনি সর্ববিষয়ে ক্ষমতাবান। এ রাতে ও এর পরের রাতগুলোতে যত কল্যাণ আছে আমি আপনার কাছে সে সব কল্যাণ পেতে প্রার্থনা করছি এবং এ রাতে ও এর পরের রাতগুলোতে যত অকল্যাণ আছে, আমি সেগুলো থেকে আপনার আশ্রয় চাচ্ছি। আমি আপনার কাছে অলসতা ও মন্দ বার্ধক্য থেকে আশ্রয়

চাই। আমি আপনার কাছে জাহান্নামের ও কবরের শাস্তি থেকে আশ্রয় চাই।) এবং যখন সকালে উপনীত হতেন তখনও দোয়াটি বলতেন এভাবে: أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ (আসবাহনা ওয়া আসবাহাল মুলকু লিল্লাহ) (অর্থ: আমরা সকালে উপনীত হয়েছি এমতাবস্থায় যে, সমস্ত রাজত্ব আল্লাহর জন্য)[সহিহ মুসলিম (৪৯০০)]

- রাসূলুল্লাহ্ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম তাঁর সাহাবীগণকে শিখাতেন: তোমাদের কেউ যখন সকালে উপনীত হয় তখন যেন বলে:

اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ الْمَصِيْرُ

(আল্লা-হুম্মা বিকা আসবাহ্না ওয়াবিকা আমসাইনা ওয়াবিকা নাহ্ইয়া, ওয়াবিকা নামূতু ওয়া ইলাইকাল মাছির)। (অর্থ: হে আল্লাহ! আপনার অনুগ্রহে আমরা সকালে উপনীত হয়েছি। আপনার অনুগ্রহে আমরা বিকালে উপনীত হয়েছি। আপনার কুদরতে আমরা বেঁচে থাকি। আপনার কুদরতে আমরা মৃত্যুবরণ করি। আপনার কাছেই আমাদের প্রত্যাবর্তন।) এবং যখন সন্ধ্যাতে উপনীত হয় তখন বলে:

اللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا ، وَبِكَ أَصْبَحْنَا ، وَبِكَ نَحْيَا ، وَبِكَ نَمُوتُ ، وَإِلَيْكَ النُّشُوْرُ

(উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা বিকা আমসাইনা, ওয়া বিকা আসবাহ্না, ওয়া বিকা নাহ্ইয়া, ওয়া বিকা নামূতু ওয়া ইলাইকান নুশূর)। (অর্থ: হে আল্লাহ! আপনার অনুগ্রহে আমরা সন্ধ্যায় উপনীত হয়েছি। আপনার অনুগ্রহে আমরা সকালে উপনীত হয়েছি। আপনার কুদরতে আমরা বেঁচে থাকি। আপনার কুদরতে আমরা মৃত্যুবরণ করি। আপনার কাছেই আমাদের প্রত্যাবর্তন।) [সুনানে তিরমিযি, দাওয়াআত অধ্যায়/৩৩৯১, আলবানি হাদিসটিকে সহিহ বলেছেন, নং ২৭০০।

- তিনি তাঁর জনৈক সাহাবীকে শিখিয়েছেন সে যেন বলে:

اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالأَرضِ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ أَشْهَدُ أَنْ لا إِلَهَ إلا أَنْتَ أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ

(উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা আ-লিমাল গাইবি ওয়াশ্শাহা-দাতি, ফা-ত্বিরাস সামা-ওয়া-তি ওয়াল আরদ্বি, রাব্বা কুল্লি শাই'ইন ওয়া মালীকাহু, আশহাদু আন লা-ইলা-হা ইল্লা আনতা, আ'উযু বিকা মিন শাররি নাফ্সী ওয়া মিন শাররিশ শাইত্বা-নি ওয়া শিরকিহী) (অর্থ: হে আল্লাহ! হে গায়েব ও উপস্থিতির জ্ঞানধারী! হে আসমানসমূহ ও যমীনের স্রষ্টা! হে সব কিছুর রব্ব ও মালিক! আমি সাক্ষ্য দিচ্ছি, আপনি ছাড়া সত্য কোন উপাস্য নেই। আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই আমার আত্মার অনিষ্ট থেকে এবং শয়তানের অনিষ্ট থেকে ও তার শির্ক বা ফাঁদ থেকে)। তিনি বলেন: "তুমি এ দোয়াটি পড়বে সকালে, সন্ধ্যায় এবং বিছানা শোয়ার পর)।[সুনানে তিরমিযি, দাওয়াআত অধ্যায়/৩৩৯২, আলবানি সহিহ সুনানে তিরমিযি গ্রন্থে (২৭০১) হাদিসটিকে সহিহ বলেছেন]

- রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম সকাল বেলা ও সন্ধ্যা বেলা এ দোয়াগুলো পড়া বাদ দিতেন না:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي ، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَتِي (وقال عثمان عَوْرَاتِي) وَآمِنْ رَوْعَاتِي ، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ ، وَمِنْ خَلْفِي ، وَعَنْ يَمِينِي ، وَعَنْ شِمَالِي ، وَمِنْ فَوْقِي ، وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي

(উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসআলুকাল ‘আফওয়া ওয়াল- ‘আ-ফিয়াতা ফিদ্দুনইয়া ওয়াল আ-খিরাহ। আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসআলুকাল ‘আফওয়া ওয়াল-‘আ-ফিয়াতা ফী দীনী ওয়াদুনইয়াইয়া, ওয়া আহ্লী ওয়া মা-লী, আল্লা-হুম্মাসতুর ‘আওরাতী (উসমান বলেছেন: ‘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‘উযু বি‘আযামাতিকা আন উগতা-লা মিন তাহ্তী)। (অর্থ: হে আল্লাহ! আমি আপনার নিকট দুনিয়া ও আখেরাতে ক্ষমা ও নিরাপত্তা প্রার্থনা করছি। হে আল্লাহ! আমি আপনার নিকট ক্ষমা ও নিরাপত্তা প্রার্থনা করছি আমার দ্বীনদারি ও দুনিয়ার, আমার পরিবার ও সম্পদের। হে আল্লাহ! আপনি আমার গোপন ত্রুটিসমূহ ঢেকে রাখুন, আমার উদ্বিগ্নতাকে নিরাপত্তায় পরিণত করে দিন। 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 আমি নিচ থেকে হঠাৎ ধ্বংস হওয়া থেকে)।[আবু দাউদ, আল-আদাব অধ্যায়/৫০৭৪, আলবানী 'সহিহ সুনানে আবু দাউদ গ্রন্থে (৪২৩৯) হাদিসটিকে সহিহ বলেছেন।]

- এছাড়া

اَللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ لا إِلَهَ إِلا أَنْتَ

(উচ্চারণ: আল্লাহুম্মা ইন্নি আউ-যু বিকা মিনাল কুফরি ওয়াল ফাকরি। আল্লাহুম্মা ইন্নি আউ-যু বিকা মিন আযাবিল ক্বাবরি, লা ইলা-হা ইল্লা আনতা) (অর্থ- হে আল্লাহ্! আমি আপনার কাছে কুফরি থেকে ও দারিদ্র থেকে আশ্রয় চাই। হে আল্লাহ্! আমি আপনার কাছে কবরের আযাব থেকে আশ্রয় চাই। আপনি ছাড়া সত্য কোন উপাস্য নেই।) এ দোয়াটি তিনি সকাল-সন্ধ্যা ৩ বার করে পড়তেন।[সুনানে আবু দাউদ, আল-আদাব অধ্যায়/৫০৯০, আলবানি সহিহ সুনানে আবু দাউদ গ্রন্থে (৪২৪৫) হাদিসটির সনদকে হাসান বলেছেন]

- এছাড়াও:

سُبْحَانَ اللهِ وَبِحَمْدِهِ ، عَدَدَ خَلْقِهِ وَرِضَا نَفْسِهِ وَزِنَةَ عَرْشِهِ وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ

(উচ্চারণ: সুব্হা-নাল্লা-হি ওয়াবি হামদিহী ‘আদাদা খালক্বিহী, ওয়া রিযা নাফসিহী, ওয়া যিনাতা ‘আরশিহী, ওয়া মিদা-দা কালিমা-তিহী)। (অর্থ: আমি আল্লাহর প্রশংসাসহ পবিত্রতা ও মহিমা ঘোষণা করছি- তাঁর সৃষ্ট বস্তুসমূহের সংখ্যার সমান, তাঁর

নজিরে সন্তোষেরে সমান, তাঁর ‘আরশরে ওজনরে সমান ও তাঁর বাণীসমূহ লখোর কালি পরমিাণ)।[সহহি মুসলমি, যকিরি ও ইস্তগিফার অধ্যায়/৪৯০৫] এ দোয়াটি সকালে পড়তে হয়।

এ বষিয়ে আরও জানতে 3064 নং প্রশ্নোত্তর পড়ুন।

আল্লাহ্ই সর্বজ্ঞ।