



## 327649 - ইবাদত ও অভ্যাসের মধ্যে পার্থক্য

### প্রশ্ন

স্বভাবের অভ্যাস হয়ে পড়ার সমস্যা সমাধান করার কোন উপায় আছে কি? অর্থাৎ আমি যখন নরিদমিট কোন সূরা খুব খুশুর (মনোযোগের) সাথে পড়ি কিছুদিন গত হওয়ার পর আমি অনুভব করি যে, আমার সেই খুশু দুর্বল হয়ে গেছে। যখন আমার অন্তর অর্থ বুঝা ও অনুবাদন করার বিষয়ে অভ্যাস হয়ে পড়ছে এবং এটাকেই যথেষ্ট হিসেবে গ্রহণ করছে। অনুরূপ অবস্থা অন্য দোয়াগুলো পড়ার ক্ষেত্রেও ঘটে। এর কোন সমাধান আছে কি?

### প্রিয় উত্তর

আলহামদু লিল্লাহ।

এক:

“অভ্যাস” একটি নিরীপকেষ বিষয়। কোন ভাল কিছু মানুষের অভ্যাসে পরিণত হওয়া এবং এভাবে সুদৃঢ় হয়ে যাওয়া যে, কোন কষ্ট ছাড়া মানুষ সটো করতে পারাটা ভাল। হাদিসে এসেছে: **الْخَيْرُ عَادَةٌ ، وَالشَّرُّ لَجَاجَةٌ** (ভাল কাজ অভ্যাসগত, আর মন্দ কাজ হঠকারতি)[সুনানে ইবনে মাজাহ (২২১), সহিহ ইবনে হিব্বান (৩১০)]

আয়শো (রাঃ) থেকে বর্ণিত যে, তিনি বলেন: “রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এর একখানা চাটাই ছিল। রাতের বেলা তিনি এ চাটাই দিখে কামরা বানিয়ে এর মধ্যে সালাত আদায় করতেন, লোকেরাও তাঁর পছিনে সালাত আদায় করত। আর দিনের বেলা তিনি এটি বিছিতনে। একরাত লোকেরা সমবতে হল। তখন তিনি তাদেরকে সম্বোধন করে বললেন: লোক সকল! যতটুকু আমল আপনারা স্থায়ীভাবে করতে সক্ষম হবেন আপনাদের ততটুকু আমল করা উচিত। কেননা আল্লাহ তা'আলা আপনাদের ইবাদতের সওয়ার দিতে কলান্ত হবেন না; যতক্ষণ না আপনারা ইবাদত বন্দগী করতে করতে কলান্ত-শ্রান্ত হয়ে পড়েন। আল্লাহর কাছে অধিক পছন্দনীয় হল নিয়মতি আমল; সটো পরিমাণে কম হলও। (বর্ণনাকারী বলেন) মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এর অনুসারী ও বংশধরণ য়ে আমল করতেন তা স্থায়ীভাবে সর্বদাই করতেন।”[সহিহ বুখারী (৫৮৬১) ও সহিহ মুসলিম (৭৮২)]

কবি আবুত তাইয়্যবে বলেন:

لكل امرئ من دهره ما تَعَوَّدَا



“প্রত্যকে ব্যক্তি যাতো অভ্যস্ত হয় সটোই তার জীবন।”

এটি সুবিদিতি যো, আল্লাহর পথে অবচিলভাবে চলার সবচয়ে বড় উপকরণ হল ব্যক্তির এমন কিছু নকে আমল থাকা যগেলো সো নিয়মতি পালন করে, ছড়ে দেয় না, সগেলো তার অভ্যাস হয়ে যায়, সগেলো পালনে অবহলো, কসুর বা অলসতা করে না। নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামরে আমল এমনই নিয়মতি, স্থায়ী ও চলমান ছিল। তাঁর পরবার-পরজিনও কোন একটি আমল শুরু করলে সটো স্থায়ীভাবে করতনে।

দুই:

পক্ষান্তরে, অভ্যাসরে অর্থ যদি এটা হয় যো, ব্যক্তি ইবাদত করার সময় টরে পায় না। অর্থাৎ স্বয়ংক্রিয়ভাবে ইবাদতটি পালন করে, এর কোন প্রাণ থাকে না— এটি বিপিদজনক একটি বিষয়। ব্যক্তির উচিত এ বিষয় সতর্ক হওয়া। কারণ ইবাদতে যো সওয়াব পাওয়া যাবে সটো অন্তরে উপস্থিতির উপর নির্ভর করে। যমেনটি আল্লাহ্ তাআলা বলছেন: “নশ্চয় মুমনিগণই সফল; যারা তাদের নামাযে খাশে (একনষ্ঠ)।” [সূরা মুমনিুন, আয়াত: ১-২]

তাই ইবাদত পালনরে সময় ব্যক্তির অন্তর অন্যমুখী না হয়ে উপস্থিতি থাকা খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

শাইখ বনি বায (রহঃ) কে জিজ্ঞাসে করা হয়েছিলি যো:

“আমি এক বইতে একটি উপদশে পড়ছি যো, আপনি আল্লাহর জন্য কৃত আপনার ইবাদতকে অভ্যাসে পরণিত করবনে না। কভিবে একজন মুসলমি আল্লাহর ইবাদতকে ইবাদত হিসেবে পালন করতে পারবে; অভ্যস্ত হয়ে পড়া কোন অভ্যাস হিসেবে নয়? জাযাকুমুল্লাহু খাইরা।

জবাবে তিনি বলেন:

এ কথা মরম হচ্ছে আপনি নামাযকে অভ্যাসগত বিষয় হিসেবে আদায় করবনে না। বরং আল্লাহর নকৈট্য হাছলিরে মাধ্যম হিসেবে আদায় করবনে। এটি অভ্যাস শ্রণীয় নয়। আপনি যদি সালাতুত দ্বোহা (চাশতরে নামায) আদায় করেনে আপনি আল্লাহর নকৈট্য প্রাপ্তির জন্য আদায় করুন; এজন্য নয় যো এটি আপনার অভ্যাস। এভাবে আপনি যদি রাতরে বলোয় তাহাজ্জুদ আদায় করেনে আপনি আল্লাহর নকৈট্যপ্রাপ্তির মাধ্যম হিসেবে আদায় করবনে, আল্লাহর আনুগত্য হিসেবে আদায় করবনে; নরিটে অভ্যাস হিসেবে নয়। এ হিসেবেও নয় যো, আপনার পতিমাতা সটো করছেন...।”

<https://bit.ly/3dZDaDs>

তনি:



ইবাদতে মনোযোগ রাখার ক্ষেত্রে নমিনোকৃত বিষয়গুলো সহযোগী হতে পারে:

১। ইবাদতে ভিন্নতা আনা। অর্থাৎ ব্যক্তি বিভিন্ন প্রকারের ইবাদত করবেন: যমেন- নামায পড়া, কুরআন তলোওয়াত করা, যকিরি করা, দান করা, পতিমাতার আনুগত্য করা, আত্মীয়স্বজনদের সাথে সম্পর্ক রাখা, রোগী দেখতে যাওয়া, মৃতব্যক্তির জানাযা, দাফনকাফনে অংশগ্রহণ করা...। আল্লাহর রহমত ও অনুগ্রহে ইবাদত অনেকে ও বহু ধরণের।

২। আমলটি পালন করার সময় ধরৈয়ের সাথে নিয়তকে ধরে রাখা:

ইবনুল কাইয়্যমে (রহঃ) 'উদ্দাতুস সাবরৌন' পুস্তকে (৬৫-৬৬) বলেন: “কর্মকালীন সময় ধরৈয়: বান্দা আমলে কোন ঘটতি করা কথিবা অবহলো করার প্রণোদনাগুলোর বিপরীতে ধরৈয়কে চলমান রাখবে। নিয়তকে ধরে রাখা ও মাবুদরে সামনে নজিরে অন্তরকে উপস্থিতি রাখার ক্ষেত্রেও ধরৈয়কে অব্যাহত রাখবে। মাবুদরে নরিদশে পালন করার সময় মাবুদকে ভুলে যাবে না। উদ্দেশ্য এটা নয় যে, নরিদশেতি কর্মটি পালন করা। বরং উদ্দেশ্য হচ্ছে- নরিদশেতি কর্মটি পালনকালে নরিদশেকারীকে ভুলে না যাওয়া। বরং নরিদশেকারীর স্মরণকে উপস্থিতি রেখে নরিদশেটি পালন করবে।

এটাই হল আল্লাহর খালসে বান্দাদের ইবাদত। ইবাদতেরে পরপূর্ণ হক আদায় করার জন্য ধরৈয়েরে প্রয়োজন; ঠকিমত বুকনগুলো আদায় করা, ওয়াজবিগুলো আদায় করা, সুন্নতগুলো আদায় করা, মাবুদরে (উপাস্বরে) স্মরণকে অব্যাহত রাখা। তাঁর ইবাদত পালনকালে তাঁর থেকে অন্যমুখী হবে না। অন্তর দিয়ে আল্লাহর সাথে থাকতে গিয়ে অঙ্গপ্রত্যঙ্গগুলো তাঁর ইবাদত পালনে বিকল হবে না। যমেনভাবে অঙ্গপ্রত্যঙ্গগুলোর ইবাদত পালন তাকে অন্তর দিয়ে মাবুদরে সামনে উপস্থিতি থাকা থেকে বিকল করবে না।”[সমাপ্ত]

৩। দোয়াতে যত্মবান হওয়া:

আল্লাহর সঙ্গতিব লাভেরে সবচয়ে বড় উপায় হচ্ছে— দোয়া এবং আল্লাহর পক্ষ থেকে বান্দার জন্য সাহায্য।

৪। আমলটি ছেড়ে না দোয়া:

কারণ শয়তানেরে ফন্দগুলোর মধ্যে অন্যতম হল মনোযোগ না থাকার কারণে মানুষকে আমল থেকেই বমিখ করা। তাই মুমনিরে উচতি সতর্ক থাকা ও আমল চালিয়ে যাওয়া।

৫। ইবাদতেরে জন্য পূর্বপ্রস্তুতনিয়ো এবং মনোযোগ নষ্ট করার উপকরণগুলো থেকে দূরে থাকা:

আয়শো (রাঃ) থেকে বর্ণতি আছে যে, রাসূলুল্লাহসাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন: “কটে যনে খাবার উপস্থিতি রেখে নামায না পড়ে এবং প্রশাব-পায়খানা আটকে রেখে নামায না পড়ে।”[সুনানে আবু দাউদ (৮৯)]



আল্লাহই সর্বজ্ঞ।