Through Knowledge towards Jannah

# Islamic Online Madrasah – IOM

IOM

Islamic Online Madrasah

## ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

## রিসার্চের বিষয়ঃ

# আমলী অধঃপতনে আমার করণীয়


তত্ত্বাবধায়নেঃ

মাওঃ আলী হাসান

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

ফারহানা আফরোজ

রোলঃ 228020113


২০ মে, ২০২৫ ইং

Through Knowledge towards Jannah

# Islamic Online Madrasah – IOM

## ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

## রিসার্চের বিষয়ঃ

# আমলী অধঃপতনে আমার করণীয়

এই রিপোর্ট টি ইসলামিক অনালাইন মাদ্রাসার ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজের একটি আনুসাঙ্গিক রিপোর্ট।


তত্ত্বাবধায়নেঃ

মাওঃ আলী হাসান

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

ফারহানা আফরোজ

রোলঃ 228020113

Through Knowledge towards Jannah

# Islamic Online Madrasah – IOM

## ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

### <u>প্রত্যয়ন পত্র</u>

এই মর্মে প্রত্যয়ন করা যাচ্ছে যে, " আমলী অধঃপতনে আমার করণীয় " বিষয়ক গবেষণাপত্র টি আমার তত্ত্বাবধানে ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ ডিপার্টমেন্ট থেকে ফারহানা আফরোজ, আইডিঃ 228020113 বিচক্ষনতার সাথে সম্পন্ন করেছেন।

(স্বাক্ষর)

<u>তত্ত্বাবধায়নেঃ</u>

মাও: আলী হাসান
রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট
ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

(স্বাক্ষর)

<u>এক্সটারনালঃ</u>

মুফতি: আব্দুল ওয়াহিদ
আকিদাহ ও ফিকহ ডিপার্টমেন্ট
ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

# <u>ঘোষণাপত্র</u>

আমি নিম্নস্বাক্ষরকারী এ মর্মে ঘোষণা করছি যে, " আমলী অধঃপতনে আমার করণীয় " শিরোনামে এই গবেষণাপত্র ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসার (Islamic Online Madrasah – IOM) ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ বিভাগের মাও: আলী হাসান উস্তাদের প্রত্যক্ষ তত্ত্বাবধানে ও নির্দেশনায় সম্পন্ন করেছি। অন্য কোন বিশ্ববিদ্যালয় বা প্রতিষ্ঠানে কোন প্রকার ডিগ্রি/ডিপ্লোমা অর্জনের জন্য বা প্রকাশের জন্য গবেষণাপত্র সম্পূর্ণ কিংবা এর অংশবিশেষ উপস্থাপন করা হয়নি।

আমি আরও ঘোষণা করছি যে, এই গবেষণা কর্মটি আমার নিজস্ব মৌলিক রচনা। আমার জানা মতে ইতিপূর্বে আর কোন ব্যক্তি এই শিরোনামে কোন গবেষণাপত্র রচনা করেননি।

ফারহানা আফরোজ

(স্বাক্ষর)

তারিখঃ

২০ মে, ২০২৫ ইং

**ফারহানা আফরোজ**

আইডিঃ 228020113

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ।

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা।

# সূচিপত্র

**অধ্যায় -১ .......................................................................... 5**

আমলী অধঃপতন .......................................................................... 5

১.১ ভূমিকা .......................................................................... 5

**১.২ "আমলের অধঃপতন" বলতে কি বোঝায় .......................................................................... 6

**১.৩ আমলী অধঃপতনের কারণ .......................................................................... 6

**অধ্যায়-২ .......................................................................... 8**

আমলী অধঃপতনের কারণসমূহ .......................................................................... 8

২.১ ইমানের দুর্বলতা: .......................................................................... 8

২.২ আল্লাহর সাথে সম্পর্কের দুর্বলতা .......................................................................... 8

২.৩ দুনিয়ার প্রতি মুহাব্বত : .......................................................................... 8

২.৪ পরকালীন জীবনের  প্রতি উদাসীনতা : .......................................................................... 9

২.৫ ইবাদাতের ধারাবাহিকতা রক্ষা না করা : .......................................................................... 9

২.৬নফসের প্রাধান্য: .......................................................................... 10

২.৭ অসৎ সঙ্গীর প্রভাব  ইসলামে সঙ্গ বা পরিবেশের গুরুত্ব অনেক বেশি, কারণ মানুষ অনেকটাই প্রভাবিত হয় তার আশপাশের মানুষদের দ্বারা। .......................................................................... 10

২.৮ শয়তানের কুমন্ত্রণা .......................................................................... 11

২.৯ হারাম ভক্ষণ .......................................................................... 13

২.১০ অলসতা .......................................................................... 14

২.১১ তাকওয়ার অভাব .......................................................................... 15

২.১২ সোশ্যাল মিডিয়ায় আসক্তি .......................................................................... 15

২.১৩ ধর্মীয় শিক্ষার অভাব .......................................................................... 16

২.১৪ পরিস্থিতির প্রভাব: .......................................................................... 17

২.১৫ আত্নবিশ্বাসের অভাব:........................................................................ 17

২.১৬ ধৈর্য্যের অভাব.................................................................................. 18

**অধ্যায়: ৩.................................................................................................. 20**

আমলের অধঃপতনের প্রভাব ....................................................................... 20

৩.১ ব্যাক্তিজীবনে আমলী অধঃপতনের প্রভাব.................................................... 20

৩.৩ সমাজে নৈতিক অবক্ষয়ের বিস্তার.............................................................. 26

৩.৪ ধর্মীয় মূল্যবোধের ক্ষতি........................................................................ 30

**অধ্যায়-৪ ................................................................................................. 32**

আমলী অধঃপতন প্রতিরোধে করণীয়.............................................................. 32

৪.১ আত্মিক ও ধর্মীয় ভিত্তি মজবুত করা......................................................... 32

৪.২. আত্মসমালোচনা ও তওবা....................................................................... 32

৪.৩ সৎ পরিবেশ ও সহচর নির্বাচন ................................................................ 33

৪.৫ সোশ্যাল মিডিয়ার ব্যবহার কমানো............................................................ 34

৪.৭তাক্বওয়া বৃদ্ধি- .................................................................................. 35

৪.৮ মৃত্যু ও কবরের কথা স্মরণ করা.............................................................. 36

৪.৯জিকিরে মগ্ন থাকা.............................................................................. 37

৪.১০গীবত ও চোগলখুরি থেকে বেঁচে থাকা- ..................................................... 37

৪.১১কবিরা ও সগীরা গুনাহ থেকে বেঁচে থাকা - ................................................ 38

৪.১২দান ছদগা করা- ................................................................................ 38

৪.১৩ নিয়মিত কোরআন তেলাওয়াত করা- .......................................................... 40

৪.১৪ ইবাদতের ধারাবাহিকতা রক্ষা করা............................................................ 42

**অধ্যায় -৫ ............................................................................................... 47**

ধর্মীয় নির্দেশনা ও আমলের পুনরুদ্ধার .......................................................... 47

**অধ্যায়-৬ ........................................................ 50**

ব্যক্তিগত ও সামাজিক উদ্যোগ ........................................................ 50

৬.১ব্যক্তির ধর্মীয় চেতনা বৃদ্ধি - ........................................................ 50

৬.২ সমাজে নৈতিকতা প্রতিষ্ঠার পরিকল্পনা ........................................................ 51

৬.৩ সৎ জীবন যাপন ও চরিত্র গঠনের প্রস্তুতি: ........................................................ 52

**অধ্যায়-৭ ........................................................ 54**

৭.১আমলী অধঃপতন রোধে সফল উদ্যোগদের পর্যালোচনা- ........................................................ 54

৭.২ভবিষ্যৎমুখী কার্যকর পদক্ষেপের প্রয়োজনীয়তা- ........................................................ 56

৭.৩ উপসংহার- ........................................................ 57

**রেফারেন্স ........................................................ 59**

# অধ্যায় -১

# আমলী অধঃপতন

## ১.১ ভূমিকা

আমরা এমন এক সময় অতিক্রম করছি, যেখানে বাহ্যিক উন্নতির পেছনে ছুটতে ছুটতে আমরা অনেক সময় আমাদের ভেতরের আমল, আত্মিক পরিশুদ্ধি ও আল্লাহভীতি হারিয়ে ফেলছি। এই অবস্থাকে ইসলামে বলা হয় **আমলী অধঃপতন**—যা ব্যক্তি, সমাজ ও উম্মাহর জন্য মারাত্মক হুমকি।

****১.১আমলের সঙ্গা**

"আমল" শব্দটি ইসলামী পরিভাষায় ব্যবহৃত একটি গুরুত্বপূর্ণ ধারণা, যার অর্থ হলো কাজ বা কর্ম। এটি সাধারণত এমন সমস্ত ভালো বা খারাপ কাজকে বোঝায় যা একজন ব্যক্তি বা মুসলিম সমাজ ঈমান এবং ইসলামী শর্তাবলী অনুসারে করে থাকে।

আমলকে দুটি ভাগে ভাগ করা যায়:

• **ভালো আমল**: যা আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জনের উদ্দেশ্যে করা হয়, যেমন নামাজ, রোজা, দান, হজ, এবং অন্যান্য ইসলামী বিধান মেনে চলা।

• **খারাপ আমল**: যা ইসলামী শর্তাবলী ও নৈতিকতা অনুযায়ী নিষিদ্ধ বা অপছন্দনীয়, যেমন মিথ্যা বলা, চুরি করা, হিংসা, এবং অন্যায় কাজ করা।

মুসলিমদের বিশ্বাস অনুযায়ী, মানুষের আমল তার আধ্যাত্মিক অবস্থা এবং পরকালীন পুরস্কারের সাথে সরাসরি সম্পর্কিত। ভালো আমল পরকালে পুরস্কৃত হয়, এবং খারাপ আমল শাস্তির কারণ হতে পারে।

## **১.২ "আমলের অধঃপতন" বলতে কি বোঝায়

"আমলের অধঃপতন" বলতে বোঝানো হয়, কোনো ব্যক্তির বা সমাজের ভালো কাজ বা নৈতিক কর্মকাণ্ডের অবনতি বা হ্রাস। ইসলামী দৃষ্টিকোণে, আমলী অধঃপতন হলো ইসলামী আমল, নৈতিকতা ও আাচার-আচরণে দুর্বলতা ও পতন। যখন কোনো ব্যক্তি বা সমাজ তার ভালো আমল বা নৈতিক কাজ থেকে বিচ্যুত হয় এবং খারাপ বা অপ্রতিকারী কাজ করতে শুরু করে, তখন তাকে "আমলের অধঃপতন" বলা হয়।

এটি আধ্যাত্মিক দুর্বলতা, অশুদ্ধতা, বা মন্দ কর্মের প্রতি আকর্ষণের মাধ্যমে মানুষের নৈতিক অবস্থার অবনতি বোঝায়। এর ফলে ধর্মীয় এবং আধ্যাত্মিক জীবনে নেতিবাচক প্রভাব পড়তে পারে, যা ব্যক্তি বা সমাজের মধ্যে অশান্তি, অস্থিরতা এবং দুর্বলতার সৃষ্টি করে।

## **১.৩ আমলী অধঃপতনের কারণ

আমলের অধঃপতন, বা ভালো কাজের অবনতি বা হ্রাস, সাধারণত কিছু বিশেষ কারণে ঘটে থাকে। এর মধ্যে কিছু মূল কারণ হলো:

*ঈমানী দূর্বলতা

*আল্লাহর সাথে সম্পর্কের দুর্বলতা

* দুনিয়ার প্রতি মুহাব্বত

*পরকালীন জীবনের প্রতি উদাসীনতা

*ইবাদতের ধারাবাহিকতা রক্ষা না করা

* অসৎ সঙ্গী

* নফসের প্রাধান্য

*শয়তানের কুমন্ত্রণা

*হারাম ভক্ষণ

*অলসতা

*তাকওয়ার অভাব

*সোশ্যাল মিডিয়ায় আসক্তি

* ধর্মীয় শিক্ষার অভাব

*পরিস্থিতির প্রভাব

*আত্মবিশ্বাসের অভাব

*ধৈর্যের অভাব

# অধ্যায়-২

# আমলী অধঃপতনের কারণসমূহ

## ২.১ ইমানের দুর্বলতা:

যখন মানুষের ঈমান দুর্বল হয়, তখন সে আল্লাহর প্রতি আস্থা এবং ভয় কমিয়ে দেয়, ফলে তার আমলও দুর্বল হয়ে যায়। ঈমানের অবনতি মানুষের অন্তরে আত্মবিশ্বাস এবং দয়াশীলতার অভাব সৃষ্টি করতে পারে।ফলে ধীরে ধীরে আমলের অধঃপতন ঘটতে পারে।

## ২.২ আল্লাহর সাথে সম্পর্কের দুর্বলতা

: যখন একজন ব্যক্তি তার ধর্মীয় কর্মকাণ্ডে অবহেলা করে এবং আল্লাহর সাথে সম্পর্ক ত্যাগ করে, তখন তার আমলও কমে যায় বা খারাপ হয়ে যায়। নামাজ, দোয়া, তাসবিহ ইত্যাদি ইবাদত থেকে বিরত থাকলে আমলের অবনতি হতে পারে।

## ২.৩ দুনিয়ার প্রতি মুহাব্বত :

পৃথিবীজুড়ে মুনাফা, সম্পদ, বা ধনসম্পত্তির প্রতি অতিরিক্ত মোহ ভালো আমলের প্রতি আগ্রহ কমিয়ে দেয়। ধর্মীয় শাস্তি এবং পরকালীন পুরস্কারের চিন্তা ক্ষীণ হয়ে যেতে পারে।

এই সব কারণ একত্রে মানুষের আধ্যাত্মিক জীবনে অবনতি ঘটাতে পারে, যা আমলের অধঃপতন হিসেবে পরিচিত।

পবিত্র কুরআনে আল্লাহ তা'আলা বলেছেন,

أَلْهَاكُمُ التَّكَاثُرُ

**প্রাচুর্যের লালসা তোমাদেরকে গাফেল রাখে**

حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ

**এমনকি, তোমরা কবরস্থানে পৌছে যাও**
**(সুরা আত তাকাসুর: ১-২)**

## ২.৪ পরকালীন জীবনের  প্রতি উদাসীনতা :

পরকাল বা আখিরাতের দিকে মনোযোগ না দেওয়া অর্থাৎ আল্লাহর সন্তুষ্টি বা পরকালের শাস্তি বা পুরস্কারের চিন্তা না থাকা মানুষের ভালো কাজ করতে অনুপ্রাণিত করে না এবং তার আমলে অবনতি হতে পারে।

## ২.৫ ইবাদাতের ধারাবাহিকতা রক্ষা না করা :

নিয়মিত ইবাদত করলে অন্তর নরম থাকে, আল্লাহভীতি জাগ্রত থাকে। কিন্তু আমলের বিরতি বা অবহেলা হলে হৃদয় ধীরে ধীরে কঠিন হয়ে যায়।
**"কখনো কখনো আমার অন্তরেও অস্বচ্ছতা সৃষ্টি হয়, আর আমি প্রতিদিন আল্লাহর নিকট একশত বার ইস্তিগফার করি।"**
 — *হাদীস (মুসলিম)*
যখন আমল নিয়মিত করা হয় না, তখন শয়তান ধীরে ধীরে মনকে দুর্বল করে তোলে, ফলে গোনাহকে আর বড় মনে হয় না। একসময় গোনাহ স্বাভাবিক ব্যাপার হয়ে যায়।নিয়মিত আমল না করতে করতে মানুষ নিজেকে অযোগ্য, দূরে পড়ে যাওয়া, "আমার দ্বারা হবে না" টাইপ মানসিকতায় পড়ে যায়। এটা শয়তানের ফাঁদ।
ধারাবাহিকতা ভেঙে গেলে প্রথমে ছোট ছোট আমল বাদ যায় — যেমন সুন্নাত নামাজ, কুরআন তিলাওয়াত, দোয়া। এরপর ফরজ নামাজও হালকা হয়ে যায়, এবং মানুষ একদম আমলহীন হয়ে পড়তে পারে।
ধারাবাহিকতা না থাকাটা শুধু একদিনের বিষয় না, এটা আস্তে আস্তে এক গভীর আমলি পতনের দিকে নিয়ে যায়।

## ২.৬নফসের প্রাধান্য:

**নফস** মানে নিজের প্রবৃত্তি, ইচ্ছা, মনের তাড়না। এটা মানুষকে কখনো ভালো, আবার কখনো মন্দের দিকে টানে। কুরআনে বলা হয়েছে:

إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ

**"নিশ্চয়ই নফস মানুষকে মন্দ কাজের নির্দেশ দেয় কিন্তু সে নয় আমার পালনকর্তা যার প্রতি অনুগ্রহ করেছেন ..."**

(*সূরা ইউসুফ, আয়াত ৫৩*)

নফসের কথা অনুযায়ী চলা — মানে নিজের ইচ্ছা, আরাম, আনন্দ, কামনা-বাসনার পেছনে ছুটে চলা — আল্লাহর আদেশ-নিষেধের তোয়াক্কা না করে

নফস সবসময় চায় আরাম, তৃপ্তি, আনন্দ — ফলে হারামকে "ছোট ভুল" মনে করিয়ে ধীরে ধীরে গোনাহে জড়ায়।

নফস বলে, "বাদ দাও আজ নামাজ", "পরে পড়ো কুরআন", "আজ একটু বিশ্রাম"... এভাবে ধীরে ধীরে আমল ছাড়িয়ে দেয়।

কখনো কখনো নফস বলে, “তুমি তো অনেক ভালো কাজ করো”, ফলে রিয়া (লোক দেখানো), আত্মতুষ্টি, আর অহংকার জন্মায় — যা আমলকে ধ্বংস করে দেয়।

নফস মানুষকে দুনিয়াবি চিন্তায় ব্যস্ত রাখে। আখিরাত ভুলিয়ে দেয়। ফলে মানুষ আর আল্লাহকে মনে রাখে না।

## ২.৭ অসৎ সঙ্গীর প্রভাব

### ইসলামে সঙ্গ বা পরিবেশের গুরুত্ব অনেক বেশি, কারণ মানুষ অনেকটাই প্রভাবিত হয় তার আশপাশের মানুষদের দ্বারা।

প্রথমে শুধু দেখবে, তারপর শুনবে, তারপর ভাববে — এক সময় আমলহীনতা ও গোনাহ স্বাভাবিক মনে হবে।

→ **উদাহরণ:** কেউ নামাজ না পড়া বন্ধুর সঙ্গে থাকলে ধীরে ধীরে সেও অলস হয়ে যাবে নামাজের ব্যাপারে।

অসৎ সঙ্গ সত্যকে হাসি-তামাশায় ফেলে দেয়। তখন হারামকে আর হারাম মনে হয় না। যেমন: গান, অশ্লীলতা, গীবত — এসব “মজা” হয়ে দাঁড়ায়।

ভালো বন্ধুরা মনে করিয়ে দেয় "আল্লাহ দেখছেন", "আখিরাত আছে", কিন্তু অসৎ বন্ধুরা বলে "আর কী হবে?", "একটু মজা করো!" — ফলে আত্মার সচেতনতা হারায়।

অসৎ সঙ্গ নফস ও শয়তানের সহযোগী হয়ে যায়। তারা এমন কথা, আচরণ, বা পরিকল্পনা দেয় যা আল্লাহর বিরুদ্ধাচরণে সাহায্য করে।

নিয়মিত আমল করা কঠিন হয়ে পড়ে, কারণ চারপাশে কেউ স্মরণ করিয়ে দেয় না বরং বাধা দেয়। এক সময় আমলবিমুখতা স্বাভাবিক হয়ে যায়।

পবিত্র কোরআনে এসেছে,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ

**"হে ঈমানদারগণ! তোমরা আল্লাহকে ভয় করো এবং সত্যবাদীদের সঙ্গে থাকো।"**

(*সূরা তাওবা, আয়াত ১১৯*)

হাদিসে এসেছে,

**“মানুষ তার বন্ধুর ধর্মে চলে, সুতরাং কেউ যেন দেখে নেয় সে কাকে বন্ধু বানাচ্ছে।”**

(*আবু দাউদ, তিরমিজি*)

**অসৎ সঙ্গ = আমলহীনতা + অন্তরের অন্ধত্ব + গোনাহে সাহস।**

তাই আমলে টিকে থাকতে হলে, নেককার সঙ্গ গ্রহণ করা একান্ত জরুরি।

## ২.৮ শয়তানের কুমন্ত্রণা

শয়তানের কুমন্ত্রণা  আমলী অধঃপতনের এক মৌলিক কারণ। কুরআন-সুন্নাহে বারবার এ ব্যাপারে সতর্কতা এসেছে।

শয়তান প্রথমে সরাসরি গোনাহে টানে না, বরং ধাপে ধাপে মন ও আমলে দুর্বলতা ঢুকিয়ে দেয়।

**"সে (শয়তান) তাদের ধোঁকা দিয়ে ধীরে ধীরে নামিয়ে আনে..."**

(*সূরা আরাফ, আয়াত ২২*)

→ **উদাহরণ:**

আগে সুন্নাত নামাজ ছেড়ে দিতে বলে, তারপর ফরজ নামাজে অলসতা, এরপর সম্পূর্ণ নামাজ ছেড়ে দেওয়া।

"এটুকু না করলে কিছু আসে-যায় না",

"আরেকটু পরেই করো",

"আল্লাহ তো মাফ করেই দেবেন"

— এইসব কুমন্ত্রণা দিয়ে শয়তান আমলের গুরুত্ব কমিয়ে দেয়।

**"শয়তান তাদের কাছে তাদের কাজগুলোকে সুশোভিত করে তোলে..."**

(*সূরা আনআম, আয়াত ৪৩*)

→ **উদাহরণ:** হারাম গান শোনাকে বলে "রিল্যাক্স করার মাধ্যম", গীবতকে বলে "সত্য কথা", পর্দা না মানাকে বলে "মর্ডান হও"।

শয়তান বলবে:

- "তুমি তো অনেক গোনাহ করেছো, তোমার দ্বারা আর আমল হবে না"
- "আল্লাহ তোমাকে গ্রহণ করবেন না"

→ **এটা একেবারে ভুল** — আল্লাহ বলেছেন:

**"তোমরা আল্লাহর রহমত থেকে নিরাশ হয়ো না..."**

(*সূরা যুমার, আয়াত ৫৩*)

শয়তান মানুষের অন্তরে রিয়া ঢুকিয়ে দেয়। বলে,

"তুই তো ভালো মুসলিম",

"লোকজন দেখুক তুই কেমন ধার্মিক",

এইভাবে আমলের ইখলাস নষ্ট করে দেয়, যা আমলকে পুরোপুরি বরবাদ করে দেয়।

শয়তান সব ভালো কাজেই বলে: "পরে কর",

"কাল থেকে নামাজ শুরু করবো"

"রমজানে ঠিক হয়ে যাবো"

→ এভাবেই আমলের শুরুটা কখনো হয় না।

শয়তান কখনো বলে না "আল্লাহকে অমান্য কর", সে শুধু একটু একটু করে আমলের দেয়ালটা ভেঙে ফেলে — আপনি যদি সতর্ক না থাকেন।

## ২.৯ হারাম ভক্ষণ

**হারাম ভক্ষণ (অবৈধ উপার্জন বা খাবার খাওয়া)** শুধু শরীরকেই নয়, বরং **আত্মা ও আমলের** ওপর সরাসরি ধ্বংসাত্মক প্রভাব ফেলে।

**হারাম ভক্ষণ দোয়া কবুলের বাধা দেয়।**

**রাসুল (সা.) বলেছেন:**

"এক ব্যক্তি লম্বা সফর করে আসে, তার চুল এলোমেলো, গায়ে ধুলাবালি, সে হাত তুলে দোয়া করে: 'হে রব, হে রব!' অথচ তার খাবার হারাম, পানীয় হারাম, পোশাক হারাম, এবং সে হারাম উপার্জনে লালিত। তাহলে তার দোয়া কীভাবে কবুল হবে?"

(*সহীহ মুসলিম, হাদীস ১০১৫*)

→ **শিক্ষা:** হারাম ভক্ষণে আমল তো দুর্বল হয়ই, বরং আল্লাহর সাথে সংযোগও কেটে যায়।

হারাম খাদ্য অন্তরকে কালিমাযুক্ত করে, ফলে কুরআন বা আল্লাহর কথা আর প্রভাব ফেলে না। তখন আমল "মেকানিক্যাল" হয়ে যায়, প্রাণহীন।

যে খাবার বা উপার্জন হারাম, তা দ্বারা শরীর গঠিত হলে সেই শরীর আল্লাহর ইবাদতে অলস হয়ে পড়ে। আমল করার আগ্রহ হারিয়ে যায়, এমনকি গুনাহ সহজ হয়ে পড়ে।

হারাম ভক্ষণে ধন-সম্পদ বাড়লেও, জীবনে বরকত থাকে না — শান্তি আসে না, মন অস্থির থাকে, আর এটা ধীরে ধীরে আমলকেও দুর্বল করে তোলে।

**"যে দেহ হারাম খাদ্যে পুষ্ট হয়েছে, জাহান্নামই তার উপযুক্ত স্থান।"**

(*তিরমিজি*)

**হারাম খাবার শুধু পেট ভরায়, আমল ধ্বংস করে দেয়।**

আমলের আলো জ্বালাতে চাইলে, প্রথম শর্তই হলো — হালাল রিজিক।

## ২.১০ অলসতা

**অলসতা (كسل)** – এটা এমন এক “নীরব ধ্বংসকারী” যা বাইরে থেকে harmless মনে হয়, কিন্তু ভিতর থেকে আমলের ভিত নষ্ট করে ফেলে। নিচে ব্যাখ্যা করছি—

i)আমলের প্রথম ধাপেই বাধা দেয়

- নামাজের সময় হয়, কিন্তু অলসতা বলে: “আরে, এখনই উঠতে হবে?”
- কুরআন পড়বো ভাবি, কিন্তু অলসতা বলে: “পরে করো...”

→ **ফলাফল:** আমল শুরুই হয় না।

ii) আমলে ধারাবাহিকতা ভেঙে দেয়

ধীরে ধীরে "একদিন না করলেও কিছু হয় না" থেকে "পুরোপুরি আমল ছেড়ে দেওয়া" — অলসতা এমনটাই করে।

iii) অন্তরকে দুর্বল ও গাফেল করে তোলে

যে অন্তর অলস, সে আল্লাহর স্মরণ থেকে দূরে চলে যায়। ফলে হৃদয়ের নরমভাব চলে যায়, আর আমল নিরুত্তাপ হয়ে পড়ে।

iv)নফস ও শয়তান শক্তিশালী হয়ে যায়

অলসতা মানে আত্মার দুর্বলতা। তখন শয়তান ও নফস সহজেই প্রভাব ফেলতে পারে। গোনাহকে আর ভয় লাগে না, বরং আরাম খোঁজা প্রাধান্য পায়।

v)সময় অপচয়ের মাধ্যমে আমলের সুযোগ নষ্ট করে

অলসতা মানুষকে “সময় নষ্টকারী বানায়”। যেমন: সোশ্যাল মিডিয়া, ঘুম, গল্প — এসব দিয়ে সময় যায়, আর ইবাদতের সময় থাকে না।

অনেক সময় অলসতা থেকে নিজের ওপর আস্থা হারায়:

“আমার দ্বারা আর হয় না”

“এতদিন বাদ পড়েছে, এখন আর শুরু করার মানে নেই...”

→ এটা শয়তানের কুমন্ত্রণা!

**অলসতা হয় নীরব, কিন্তু ভয়ংকর আমলী ঘাতক।**

## ২.১১ তাকওয়ার অভাব

তাক্বওয়া (আল্লাহভীতি ও পরহেজগারি) হলো সেই আত্মিক গুণ, যা একজন মুসলিমকে পাপ থেকে বিরত রাখে এবং আল্লাহর সন্তুষ্টির পথে পরিচালিত করে। তাক্বওয়ার অভাব মানুষকে ধীরে ধীরে আমলী অধঃপতনের দিকে ঠেলে দেয়। নিচে কিছু কারণ ব্যাখ্যা করা হলো যেগুলোর মাধ্যমে তাক্বওয়ার অভাব আমলী অধঃপতন ঘটায়:

**i)পাপকে তুচ্ছ ভাবা:** তাক্বওয়া না থাকলে মানুষ পাপকে গুরুত্ব দেয় না। ফলে ছোট পাপগুলো করতে করতে বড় পাপেও অভ্যস্ত হয়ে পড়ে।

**ii)আল্লাহর ভয় হারিয়ে ফেলা:** তাক্বওয়া মানুষকে গোপনেও পাপ থেকে বিরত রাখে। আল্লাহর ভয় না থাকলে সে একা থাকলে বা সুযোগ পেলে সহজেই গুনাহ করে ফেলে।

**iii)ইবাদতে উদাসীনতা:** তাক্বওয়ার অভাবে ফরজ ইবাদত যেমন সালাত, রোজা ইত্যাদি নিয়েও গাফেল হয়ে পড়ে, যা আমলী অধঃপতনের মূল চিহ্ন।

তাক্বওয়া অর্জন ও রক্ষা করা হলো আমলকে সুন্দর রাখার মূল চাবিকাঠি।

## ২.১২ সোশ্যাল মিডিয়ায় আসক্তি

সোশ্যাল মিডিয়ায় আসক্তি একজন ব্যক্তির আমলী (আচার-আচরণ, নৈতিকতা ও ধর্মীয় দৃষ্টিভঙ্গি) জীবনে নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে বিভিন্নভাবে। নিচে কিছু মূল কারণ উল্লেখ করা হলো:

**i)ইবাদতের প্রতি গাফিলতি:** সোশ্যাল মিডিয়ায় অতিরিক্ত সময় কাটানোর ফলে নামাজ, কুরআন তিলাওয়াত বা অন্যান্য ইবাদতের সময় কমে যেতে পারে, যা আমলী অধঃপতনের সূচনা।

**ii)অপ্রয়োজনীয় ও হারাম কনটেন্ট দেখা:** ফেসবুক, ইনস্টাগ্রাম, টিকটকের মতো প্ল্যাটফর্মে সহজেই অশ্লীল বা অনৈতিক কনটেন্টে প্রবেশ করা যায়, যা মন-মানসিকতা দূষিত করে।

**iii)হাসাদ, রিয়া ও তাকাব্বুর বৃদ্ধি:** অন্যের সফলতা দেখে হিংসা (হাসাদ), নিজের কাজ প্রচার করে লোক দেখানো (রিয়া), কিংবা নিজের শ্রেষ্ঠত্ব প্রকাশ (তাকাব্বুর) – এসব আত্মিক ব্যাধি তৈরি হয়।

**iv)সময় নষ্ট ও দায়িত্ববোধের অভাব:** মূল্যবান সময় নষ্ট হয় এবং ধর্মীয় বা পারিবারিক দায়িত্বে উদাসীনতা দেখা দেয়, যা নৈতিক পতনের লক্ষণ।

**v)সুস্থ চিন্তা ও নেক আমলের অভাব:** অতিরিক্ত বিনোদন ও গসিপে মগ্ন হওয়ার ফলে মানুষ ইসলামী জ্ঞান চর্চা ও আত্মিক উন্নতির পথ থেকে দূরে সরে যায়।

## ২.১৩ ধর্মীয় শিক্ষার অভাব

ধর্মীয় শিক্ষার অভাব একজন মুসলমানের আমলী (আচরণ ও কর্ম) জীবনে গুরুতর নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে। নিচে তা কিভাবে অধঃপতনের কারণ হয়, তা তুলে ধরা হলো:

**i) হালাল-হারামের জ্ঞান না থাকা:**ধর্মীয় শিক্ষা না থাকলে মানুষ বুঝতে পারে না কোনটি হালাল আর কোনটি হারাম। ফলে সে অনায়াসেই হারাম কাজ করে বসে—যেমন সুদ খাওয়া, মিথ্যা বলা, পরনিন্দা ইত্যাদি—এবং এটিকে গুনাহ বলেও মনে করে না।

**ii) ইবাদতের গুরুত্ব না বোঝা:**যে ব্যক্তি ইসলামের মৌলিক শিক্ষা সম্পর্কে অজ্ঞ, সে নামাজ, রোজা, যাকাত ইত্যাদির গুরুত্ব উপলব্ধি করতে পারে না। এতে করে তার ইবাদত জীবনে ঢিলেমি আসে বা সে সম্পূর্ণ ইবাদত বর্জন করে।

**iii) আত্মশুদ্ধির চেষ্টার অভাব:**ধর্মীয় শিক্ষা আত্মশুদ্ধি ও তাকওয়ার চেতনা জাগ্রত করে। শিক্ষা না থাকলে মানুষ আত্মিক ব্যাধি—যেমন অহংকার, হিংসা, লোভ—থেকে মুক্ত হতে চায় না, বরং সেগুলোতেই ডুবে যায়।

**iv) দুনিয়াপ্রীতি ও আখিরাত ভুলে যাওয়া**ধর্মীয় শিক্ষা মানুষকে আখিরাতমুখী করে। যখন তা অনুপস্থিত থাকে, তখন মানুষ কেবল দুনিয়ার সুখ-ভোগে মত্ত হয়ে পড়ে, আর গোনাহকে তুচ্ছ মনে করে।

**v). ভুল বিশ্বাস ও বিদআতের অনুসরণ**ধর্মীয় জ্ঞানের অভাবে মানুষ বিভিন্ন কুসংস্কার, সমাজিক রীতিনীতিকে ইসলাম বলে মেনে নেয়, যা ইসলামী আকীদা ও আমলের বিরোধী।

## ২.১৪ পরিস্থিতির প্রভাব:

সমাজ, পরিবেশ বা মন্দ বন্ধুদের প্রভাবও আমলের অধঃপতনের কারণ হতে পারে। অশুদ্ধ পরিবেশ এবং খারাপ লোকদের সাথে মেলামেশা মানুষের নৈতিকতাকে ক্ষতিগ্রস্ত করতে পারে।

## ২.১৫ আত্নবিশ্বাসের অভাব:

আত্মবিশ্বাসের অভাব একজন মুসলমানের আমলী জীবনে নেতিবাচক প্রভাব ফেলতে পারে বিভিন্নভাবে। যেমন—

**i). ভালো কাজ করার সাহস হারিয়ে ফেলা:**আত্মবিশ্বাস না থাকলে মানুষ মনে করে সে নেক কাজের যোগ্য না—যেমন ইসলাম প্রচার, জনসম্মুখে কুরআন তিলাওয়াত, কিংবা ভুল থেকে ফিরে আসা। এতে করে সে নেক আমল করা থেকেও পিছিয়ে পড়ে।

**ii) তওবা করতে ভয় পাওয়া বা দেরি করা:**অনেকেই আত্মবিশ্বাসের অভাবে ভাবে, "আমি এত গুনাহ করেছি, আমাকে আল্লাহ কখনও মাফ করবেন না।" ফলে সে তওবা করার সুযোগ থেকেও বঞ্চিত হয় এবং গুনাহে লিপ্ত থাকাই বেছে নেয়।

**iii) গোনাহ থেকে বাঁচার চেষ্টা না করা:**আত্মবিশ্বাসহীন ব্যক্তি মনে করে, "আমি কখনোই বদলাতে পারব না", "নামাজ শুরু করলে টিকিয়ে রাখতে পারব না"—এমন চিন্তা করে সে চেষ্টা করাও বন্ধ করে দেয়।

**iv) অন্যদের দ্বারা প্রভাবিত হওয়া:**নিজের নীতিতে দৃঢ় আত্মবিশ্বাস না থাকলে, মানুষ সহজেই পরিবেশ, বন্ধুবান্ধব বা সমাজের নেতিবাচক প্রভাবের কাছে আত্মসমর্পণ করে এবং হারাম কাজেও জড়িয়ে পড়ে।

**v) দ্বীন শিক্ষার চর্চা ও ইসলামী পরিবেশে অংশগ্রহণে অনীহা:**আত্মবিশ্বাসের অভাবে অনেকে ইসলামী মাহফিলে কথা বলতে, ইসলামি পোশাক পরতে বা দ্বীন নিয়ে আলোচনা করতে সংকোচ বোধ করে, ফলে আমল ও নৈতিক উন্নতি থমকে যায়।

## ২.১৬ ধৈর্য্যের অভাব

ধৈর্যের অভাব একজন মুসলমানের আমলী জীবনে গভীর নেতিবাচক প্রভাব ফেলে। নিচে ব্যাখ্যা করা হলো, ধৈর্য না থাকলে কিভাবে একজন মানুষ আমলী অধঃপতনের শিকার হয়:

**i) গোনাহ থেকে বিরত থাকার ধৈর্য না থাকা:**শয়তান ও নফস সবসময় মানুষকে গোনাহের দিকে টানে। ধৈর্য না থাকলে মানুষ তা থেকে নিজেকে সংবরণ করতে পারে না—ফলে সে সহজেই হারাম কাজে জড়িয়ে পড়ে, যেমন: অশ্লীলতা, মাদক, মিথ্যা, প্রতারণা ইত্যাদি।

**ii) ইবাদতে স্থায়িত্ব হারানো:**নামাজ, রোজা, কুরআন তিলাওয়াত—এসব আমল নিয়মিত ও ধৈর্যসহকারে করতে হয়। ধৈর্য না থাকলে মানুষ কয়েকদিন ইবাদত করে, তারপর ছেড়ে দেয় বা আলসেমি করে, ফলে ধারাবাহিকতা নষ্ট হয়।

**iii) বিপদে দ্বীন থেকে সরে যাওয়া:**ধৈর্যশূন্য মানুষ যখন পরীক্ষায় পড়ে—চাকরি, পরিবার বা অর্থনৈতিক কষ্ট—তখন সে আল্লাহর উপর ভরসা না করে হতাশ হয়ে পড়ে এবং ভুল পথ অবলম্বন করে (যেমন সুদ নেওয়া, মিথ্যা বলা, হারাম পথে উপার্জন)।

**iv) মানুষের কষ্ট সহ্য করতে না পারা:**ধৈর্য না থাকলে মানুষ রাগ করে গালি দেয়, সম্পর্ক ছিন্ন করে বা অন্যায় প্রতিশোধ নেয়, যা আমলকে ধ্বংস করে দেয়। অথচ ইসলামে ক্ষমা ও সহনশীলতার মর্যাদা অনেক।

**v). দ্বীনের পথে চলতে অনিচ্ছা:**দ্বীনের পথ সহজ নয়—তাতে ত্যাগ, কষ্ট ও সময় লাগে। ধৈর্য ছাড়া কেউ সেই পথ দীর্ঘদিন মেনে চলতে পারে না, ফলে সে মাঝপথেই সরে যায় এবং অধঃপতনের দিকে যায়।

## অধ্যায়: ৩

# আমলের অধঃপতনের প্রভাব

## ৩.১ ব্যাক্তিজীবনে আমলী অধঃপতনের প্রভাব

i)মানসিক অশান্তি :হতাশা ও দুশ্চিন্তা

হতাশা ও দুশ্চিন্তা শুধু মানসিক স্বাস্থ্যেই নয়, বরং একজন মুসলমানের আমলী (ধর্মীয় আচরণ ও কর্ম) জীবনের ওপরও গভীর নেতিবাচক প্রভাব ফেলে। যেমন—

- **আল্লাহর রহমতের উপর বিশ্বাস হারানো:**হতাশা মানুষের মনে এমন ধারণা তৈরি করে যে, "আমার গুনাহ এত বেশি, আমাকে আল্লাহ কখনো ক্ষমা করবেন না।" এই বিশ্বাস শয়তানের কৌশল, যা মানুষকে তওবা থেকে বিরত রাখে এবং তাকে আরও গোনাহের দিকে ঠেলে দেয়।
- **ইবাদতে মনোযোগ হারিয়ে ফেলা:**দুশ্চিন্তাগ্রস্ত মানুষ নামাজে দাঁড়ালেও মনোযোগ ধরে রাখতে পারে না। ফলে ইবাদত কেবল শরীরের একটি অভ্যাসে পরিণত হয়, যার মধ্যে খুশু-খুজু থাকে না।
- **আলসেমি ও আমল থেকে বিরত থাকা:**হতাশ মানুষ মনে করে, তার কোনো কাজেই ফল হচ্ছে না। এই মানসিক অবস্থা তাকে ইবাদত বা ভালো কাজ করার আগ্রহ থেকে দূরে সরিয়ে দেয়। ধীরে ধীরে সে আমল ছাড়তে শুরু করে।
- **হারাম উপায়ে মুক্তির চেষ্টা:**অনেকে দুশ্চিন্তা বা হতাশা থেকে মুক্তি পেতে মাদক, অনৈতিক সম্পর্ক বা হারাম বিনোদনের দিকে ঝুঁকে পড়ে, যা আমলী অধঃপতনের প্রধান কারণ হয়ে দাঁড়ায়।
- **আত্মবিশ্বাস ও তাকওয়ার অভাব:**দুশ্চিন্তা একজন মুসলমানের মধ্যে আত্মবিশ্বাস ও আল্লাহর উপর ভরসা (তাওয়াক্কুল) দুর্বল করে দেয়, ফলে সে সহজেই নেতিবাচক চিন্তায় ডুবে যায় এবং আমলী শক্তি হারিয়ে ফেলে।

**পবিত্র কুরআনে আল্লাহ বলেন:**

" وَلَا تَيْأَسُوا مِن رَّوْحِ اللَّهِ ۖ إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ" 

**(সূরা ইউসুফ, ১২:৮৭)**

***"তোমরা আল্লাহর রহমত থেকে নিরাশ হয়ো না। আল্লাহর রহমত থেকে তো কেবল কাফিররাই নিরাশ হয়।***

**ii)অর্থনৈতিক ক্ষতি**

ব্যক্তিজীবনে আমলী অধঃপতন (অর্থাৎ নৈতিক ও ধর্মীয় আচরণগত দুর্বলতা) শুধু আখিরাতেই ক্ষতি করে না, বরং দুনিয়াতেও—বিশেষ করে অর্থনৈতিক জীবনেও মারাত্মক ক্ষতির কারণ হয়। নিচে ব্যাখ্যা করা হলো:

- **হারাম উপার্জনের প্রতি আসক্তি:**যখন আমল দুর্বল হয়, তখন মানুষ হালাল-হারামের পার্থক্য বুঝতে চায় না। ফলে সে সুদ, ঘুষ, চুরি, প্রতারণা, জালিয়াতি ইত্যাদির মাধ্যমে উপার্জন করতে থাকে। এ ধরনের সম্পদ বরকতশূন্য হয়, যা দীর্ঘমেয়াদে দারিদ্র্য, মামলা-মোকদ্দমা ও মানসিক অস্থিরতা সৃষ্টি করে।
- **অপচয় ও বিলাসিতায় অভ্যস্ত হওয়া:**আধ্যাত্মিক দূরত্ব থাকলে মানুষ জীবনকে দুনিয়ামুখী করে ফেলে—অতিরিক্ত খরচ, অনর্থক ভোগ, ব্র্যান্ড প্রীতি—এগুলো ব্যক্তিগত অর্থনীতিকে দুর্বল করে। অপচয় কুরআনে নিষিদ্ধ এবং এটি শয়তানের কাজ।
- **আমানতের খেয়ানত ও বিশ্বাসযোগ্যতা নষ্ট হওয়া:**যখন আমলী অধঃপতন ঘটে, তখন একজন ব্যক্তি ব্যবসায় বা চাকরিতে সততা হারিয়ে ফেলে। এতে তার প্রতি মানুষের বিশ্বাস উঠে যায়, ক্লায়েন্ট হারায়, চাকরি চলে যায়—অর্থাৎ আর্থিক ধস নেমে আসে।
- **দুনিয়াকেন্দ্রিক দৃষ্টিভঙ্গি:**আত্মিক দুর্বলতা মানুষকে আখিরাত ভুলিয়ে দেয়, ফলে সে দ্রুত লাভের আশায় ঝুঁকিপূর্ণ ও সন্দেহজনক পথে পা রাখে,

যেমন: জুয়া, ফরেক্স স্ক্যাম, MLM ইত্যাদি। এসব প্রায়ই ধ্বংস ডেকে আনে।

- **দোয়া ও বরকতের অভাব:**আল্লাহর অবাধ্যতায় জীবনে বরকত চলে যায়। হাদীসে এসেছে:

***"যে ব্যক্তি আল্লাহকে ভয় করে, আল্লাহ তার জন্য পথ খুলে দেন এবং তাকে এমন জায়গা থেকে রিজিক দেন, যেখান থেকে সে ধারণাও করতে পারে না।"***

**(সূরা তালাক: ২-৩)**

যখন মানুষ আল্লাহর ভয় হারায়, তখন এই আশীর্বাদও তার জীবন থেকে সরে যায়।

**iii) আধ্যাত্মিক ক্ষতি**

আমলী অধঃপতন (অর্থাৎ ইবাদত ও নৈতিক আচরণে অবনতি) একজন মুসলমানের আধ্যাত্মিক জীবনে গভীর ক্ষতির কারণ হয়। নিচে ব্যাখ্যা করা হলো, কীভাবে এ অবনতি আত্মিকভাবে মানুষকে ধ্বংস করে দেয়:

- **আল্লাহর সঙ্গে সম্পর্ক দুর্বল হয়ে যায়:**নামাজ, তওবা, কুরআন তিলাওয়াত—এই আমলগুলোই মানুষকে আল্লাহর সঙ্গে সংযুক্ত রাখে। যখন এসব আমলে গাফিলতি আসে, তখন হৃদয় থেকে আল্লাহর ভয়, ভালোবাসা ও ভরসা (তাওয়াক্কুল) দুর্বল হয়ে যায়। এটাই আধ্যাত্মিক শূন্যতার সূচনা।
- **গোনাহকে গোনাহ মনে না করা:**আমলী অধঃপতনের ফলে গোনাহ অভ্যাসে পরিণত হয়। একসময় মানুষ আর গোনাহে লজ্জা বা অনুশোচনা বোধ করে না। এ অবস্থাকে হাদীসে "মুনাফেকি'র লক্ষণ" বলা হয়েছে।

- **হৃদয়ের কঠোরতা (قَسْوَةُ القَلْب):**যখন ইবাদত কমে যায়, তখন অন্তর ধীরে ধীরে কঠিন হয়ে যায়। কুরআন, হাদীস, নসিহত—কোনোটিই তার অন্তরে প্রভাব ফেলে না। এটা মারাত্মক আত্মিক ব্যাধি।

- **শয়তানের প্রভাব বৃদ্ধি পাওয়া:**যে ব্যক্তি আমলে দুর্বল, সে সহজেই শয়তানের ধোঁকায় পড়ে যায়। তার চিন্তা, সিদ্ধান্ত ও কাজ শয়তান প্রভাবিত করে। এতে তার জীবনে বরকত ও হেদায়েতের আলো নিভে যায়।
- **দোয়ার প্রভাব হারিয়ে ফেলা:**আল্লাহর অবাধ্যতার কারণে মানুষ এমন অবস্থায় পৌঁছে যায়, যেখানে তার দোয়া কবুল হয় না, ইবাদতে প্রশান্তি আসে না, আর আত্মা খালি ও অস্থির হয়ে পড়ে।
- **মৃত্যু ও আখিরাতের ভয় হারিয়ে ফেলা:**আমলী অধঃপতন মানুষকে আখিরাতের চিন্তা থেকে দূরে সরিয়ে দেয়। সে মৃত্যু, কবর, হিসাব—এসব নিয়ে ভাবেই না। ফলে আত্মা একপ্রকার দুনিয়ামুখী ও গাফেল হয়ে পড়ে।

আমলী অধঃপতন ধীরে ধীরে আত্মার আলো নিভিয়ে ফেলে, অন্তরকে কঠিন করে দেয় এবং মানুষকে আল্লাহ থেকে দূরে সরিয়ে দেয়—যা আধ্যাত্মিক মৃত্যুর সমান।

**iv)হেদায়েত থেকে ছিটকে পড়া**

আমলী অধঃপতনের ফলে একজন মানুষ ধীরে ধীরে **হেদায়াত (আল্লাহর সঠিক পথ)** থেকে ছিটকে পড়ে—এটা এক গভীর আত্মিক বিপর্যয়। নিচে ব্যাখ্যা করা হলো কীভাবে এটা ঘটে:

- **গোনাহের অভ্যাস হেদায়াতের দরজা বন্ধ করে দেয়:**নামাজ ত্যাগ, কুরআন থেকে দূরত্ব, হারাম কাজের প্রতি আসক্তি—এসবের ফলে অন্তর পাপের আস্তরণে ঢেকে যায়। কুরআনে আল্লাহ বলেন:

*"كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَىٰ قُلُوبِهِم مَّا كَانُوا يَكْسِبُونَ"*

***"না, বরং তাদের কৃতকর্মই তাদের অন্তরে জং ধরিয়ে দিয়েছে।"* (সূরা মুতাফ্ফিফীন: ১৪)**

- **নসিহত ও সত্য কথা গ্রহণে অক্ষমতা:**যখন কেউ দীর্ঘদিন আমলহীন থাকে, তখন তার অন্তর এতটা কঠিন হয়ে পড়ে যে সে আর কোনো নসিহত গ্রহণ করতে পারে না। হেদায়াতের কথা শুনেও তার মনে প্রভাব পড়ে না।

- **অহংকার ও গাফলতের বশবর্তী হওয়া:**আমলী অধঃপতন মানুষকে আত্মম্ভরী করে তোলে—সে ভাবে, "আমি ঠিক আছি", "পরিবর্তনের দরকার নেই"। এ অবস্থায় সে হেদায়াতের দরজা নিজেই নিজের উপর বন্ধ করে দেয়।
- **শয়তানের সম্পূর্ণ দখলে চলে যাওয়া:**যখন কেউ ধারাবাহিকভাবে আমল ছেড়ে দেয়, তখন শয়তান তার উপর পূর্ণ কর্তৃত্ব অর্জন করে। তখন সে ভালোকে খারাপ আর খারাপকে ভালো মনে করতে শুরু করে।
- **হেদায়াত পাওয়ার যোগ্যতা হারিয়ে ফেলা:**আল্লাহ কুরআনে বলেছেন:
  *"যখন তারা বেঁকে গেল, তখন আল্লাহ তাদের অন্তরকেও বেঁকে দিলেন।"*

  **(সূরা আস-সাফ: ৫)**

  এ আয়াত প্রমাণ করে যে, কেউ যদি ইচ্ছাকৃতভাবে সৎ পথ ছেড়ে দেয়, আল্লাহও তার অন্তরকে সত্য গ্রহণ থেকে ফিরিয়ে দেন।
- **৬. দুনিয়া ও নফসকে প্রাধান্য দেওয়া:**আমলী অধঃপতনের ফলে দুনিয়ার মোহ ও নফসের চাহিদা মানুষকে এতটাই আচ্ছন্ন করে ফেলে যে, সে হেদায়াতকে 'ঝামেলা' বা 'বাধা' মনে করে।

আমল হলো হেদায়াতের বাহন। তা দুর্বল হলে মানুষ ধীরে ধীরে আল্লাহর পথ থেকে বিচ্যুত হয়ে যায়, সত্যকে অস্বীকার করে এবং পথভ্রষ্টদের দলে চলে যায়।

### ৩.২ পারিবারিক সম্পর্কের উপর প্রভাব

আমলী অধঃপতন (নৈতিক ও ধর্মীয় আচরণের অবনতি) পারিবারিক জীবনে সরাসরি ও গভীর প্রভাব ফেলে। একজন ব্যক্তির আমলের দুর্বলতা শুধু তার নিজ জীবনের ক্ষতি করে না, বরং পরিবারকেও অশান্ত, বিভক্ত এবং কলহপূর্ণ করে তোলে। নিচে এর প্রভাবগুলো ব্যাখ্যা করা হলো:

**i)পারিবারিক কলহ ও অশান্তি সৃষ্টি:**আমলী অধঃপতন পারিবারিক অশান্তির অন্যতম মূল কারণ। যখন একজন ব্যক্তি বা পরিবারের একাধিক সদস্য ধর্মীয় ও নৈতিক আচরণে দুর্বল হয়ে পড়ে, তখন তা ধীরে ধীরে সম্পর্কগুলোর ভিত নষ্ট করে দেয়। ফলে পরিবারে অশান্তি সৃষ্টি হয়। যখন পরিবারের কেউ বা একাধিক

সদস্য গোনাহে লিপ্ত হয় (যেমন: মাদক, পরকীয়া, অশ্লীলতা, জুয়া ইত্যাদি), তখন তা শুধু ব্যক্তি নয়—পুরো পরিবারকেই বিষাক্ত করে তোলে। শান্তি ও ভরসার পরিবেশ নষ্ট হয়ে যায়।

**ii) আল্লাহভীতি ও দায়িত্ববোধ হারিয়ে যায়:** যখন পরিবারে কেউ আল্লাহকে ভয় করে না, তখন সে নিজের দায়িত্ব পালনে গাফিল হয়—যেমন স্বামী স্ত্রীর হক আদায় করে না, স্ত্রী স্বামীর প্রতি আনুগত্য দেখায় না, পিতা-মাতা সন্তানদের সঠিক দিকনির্দেশনা দেয় না। এতে সম্পর্ক দুর্বল হয় এবং অশান্তি তৈরি হয়।

**iii) রাগ, গালি ও সহিংস আচরণ বৃদ্ধি পায়:** ধৈর্য, সহানুভূতি ও ক্ষমা—এই গুণগুলো আমলের মাধ্যমে আসে। আমল না থাকলে মানুষ দ্রুত রেগে যায়, খারাপ ব্যবহার করে, গালমন্দ বা শারীরিক নির্যাতনও করতে পারে—যা অশান্তির বড় উৎস।

**iv)হারাম কাজ পরিবারে প্রবেশ করে:** যখন কেউ মাদক, পরকীয়া, জুয়া বা অসৎ উপার্জনের সাথে জড়িত হয়, তখন তা শুধু ব্যক্তির নয়, পুরো পরিবারের সম্মান, নিরাপত্তা ও শান্তির উপর আঘাত করে।

**v)তাওয়াক্কুল ও আল্লাহর উপর ভরসার অভাব:** আমলী দুর্বলতা মানুষকে আল্লাহর উপর ভরসা থেকে বিচ্যুত করে, ফলে সে সমস্যা এলে উত্তেজিত হয়, কটূক্তি করে, দোষারোপ করে—যা পারিবারিক সম্পর্ককে নষ্ট করে দেয়।

**vi)আল্লাহর রহমত থেকে বঞ্চিত হওয়া:** একটি পরিবারে যদি ইবাদত, হালাল উপার্জন ও দ্বীন না থাকে, তবে সেখানে বরকত আসে না। আল্লাহর পক্ষ থেকে শান্তি, হেদায়াত ও সাহায্যও উঠে যায়।

**vii) পারস্পরিক বিশ্বাস ও শ্রদ্ধা নষ্ট হয়:** যখন ইবাদত নেই, তখন অন্তর কঠিন হয়ে যায়। ফলস্বরূপ, স্বামী-স্ত্রীর মাঝে সন্দেহ, অবিশ্বাস ও ঝগড়া বাড়তে থাকে। একে অপরকে দোষারোপের সংস্কৃতি তৈরি হয়।নামাজ, তাওবা, কুরআন—এই আমলগুলো মানুষের অন্তরকে পরিশুদ্ধ করে এবং পারস্পরিক সম্পর্ক মজবুত করে। এগুলোর অভাবে সম্পর্কগুলো হয়ে পড়ে শুষ্ক, স্বার্থপর এবং ভেঙে পড়ার মতো।

**viii) সন্তানরা বিভ্রান্ত হয় ও পথভ্রষ্ট হয়:**বাড়িতে যদি দ্বীন না থাকে, তাহলে সন্তানরাও নৈতিকতা ও শান্তির শিক্ষা পায় না। তারা অবাধ্য, রুক্ষ ও দিকহীন হয়ে পড়ে, যা আরও অশান্তি তৈরি করে।

**আল্লাহ বলেন:**

*"যে আমার জিকির (স্মরণ) থেকে মুখ ফিরিয়ে নেবে, তার জীবিকা হবে সংকুচিত, এবং কিয়ামতের দিন আমি তাকে অন্ধ অবস্থায় উঠাব।"*

**(সূরা ত্বাহা: ১২৪)**

**ix)ধর্মীয় পরিবেশের অবক্ষয়:**

যখন মানুষ ইবাদত থেকে দূরে সরে যায়—নামাজ, কুরআন, জিকির ইত্যাদির চর্চা কমে যায়, তখন সমাজ বা পরিবারে ইসলামী মূল্যবোধ অদৃশ্য হতে শুরু করে। এতে করে ধর্মীয় পরিবেশ দুর্বল হয়ে পড়ে।

**আমলী অধঃপতন** পরিবার থেকে বরকত সরিয়ে নেয়, দায়িত্ববোধ নষ্ট করে, রাগ ও কলহ বাড়ায় এবং পারস্পরিক সম্পর্ককে দুর্বল করে দেয়—**ফলে সৃষ্টি হয় স্থায়ী অশান্তি।**

## ৩.৩ সমাজে নৈতিক অবক্ষয়ের বিস্তার

**i)সামাজিক সম্পর্কের অবনতি:**আমলী অধঃপতনের ফলে সামাজিক সম্পর্কের অবনতি ঘটে কারণ এটি ব্যক্তির চারিত্রিক গুণাবলি ও মূল্যবোধকে ধ্বংস করে, যার প্রভাব সরাসরি সামাজিক বন্ধনগুলোর ওপর পড়ে। নিচে এই অবনতির কয়েকটি দিক ব্যাখ্যা করা হলো:

- **আস্থা ও বিশ্বাসের অভাব**: আমলী অধঃপতনের ফলে মানুষ অসততা, প্রতারণা ও স্বার্থপরতা অবলম্বন করে, যা পারস্পরিক বিশ্বাস নষ্ট করে। যখন মানুষ একে অপরের ওপর আস্থা রাখতে পারে না, তখন সম্পর্ক দুর্বল হয়ে পড়ে।

- **সহমর্মিতা ও সহানুভূতির হ্রাস**: নৈতিক অবক্ষয়ের কারণে মানুষ ক্রমে আত্মকেন্দ্রিক হয়ে পড়ে। ফলে অন্যের দুঃখ-কষ্টে সহানুভূতি দেখানো

কমে যায়, যা আত্মীয়তা ও বন্ধুত্বের সম্পর্ক নষ্ট করে।

- **পারিবারিক বন্ধনের বিচ্ছিন্নতা:** পরিবার হল সমাজের মূল ভিত্তি। সদস্যরা যখন নৈতিক মূল্যবোধ বিস্মৃত হয়, তখন পারিবারিক দ্বন্দ্ব, অবিশ্বাস ও বিচ্ছিন্নতা দেখা দেয়।

- **হিংসা ও বিদ্বেষের জন্ম**: আমলী অধঃপতনের কারণে মানুষ লোভ, হিংসা ও প্রতিশোধপরায়ণতায় অভ্যস্ত হয়। এতে সমাজে দ্বন্দ্ব, সংঘাত ও শত্রুতার বিস্তার ঘটে।

- **মানবিক সম্পর্কের যান্ত্রিকতা**: নৈতিকতা ও আদর্শহীন সমাজে সম্পর্কগুলো স্বার্থকেন্দ্রিক হয়ে ওঠে। ভালোবাসা, শ্রদ্ধা ও বন্ধুত্বের জায়গায় থাকে সুবিধাবাদিতা।

এইভাবে, আমলী অধঃপতন সামাজিক সম্পর্ককে ধ্বংসের দিকে নিয়ে যায়।

**ii)গুনাহ বেড়ে যাওয়া:**

আমলী অধঃপতনের ফলে গুনাহ বা পাপ বেড়ে যায় কারণ এটি মানুষের হৃদয় ও বিবেককে দুর্বল করে ফেলে, যার ফলে সে সহজেই নাফরমানির পথে ধাবিত হয়। নিচে এর কিছু গুরুত্বপূর্ণ দিক তুলে ধরা হলো:

- **আল্লাহভীতি ও তাকওয়ার অভাব**: আমলী অধঃপতনের ফলে একজন ব্যক্তি আল্লাহর নির্দেশ মেনে চলার আগ্রহ হারিয়ে ফেলে। যখন আল্লাহভীতি থাকে না, তখন সে সহজেই গুনাহে লিপ্ত হয়।

- **নামাজ, রোযা ও ইবাদতের অবহেলা:** আমলী অধঃপতনের অন্যতম লক্ষণ হলো ফরজ ইবাদতসমূহ থেকে বিমুখ হওয়া। এতে ব্যক্তি শয়তানের প্ররোচনার কাছে দুর্বল হয়ে পড়ে এবং গুনাহ করতে থাকে।

- **পাপকে স্বাভাবিক মনে করা:** নিয়মিত গুনাহ করার ফলে মানুষ তা পাপ বলে মনে করে না। তার বিবেক নিস্ক্রিয় হয়ে যায়, ফলে গুনাহ বেড়েই চলে।

- **পরিবেশ ও সমাজের প্রভাব:** যখন সমাজের অধিকাংশ মানুষ আমলী অধঃপতনে নিমজ্জিত হয়, তখন পরিবেশও গুনাহের প্রতি সহনশীল হয়ে ওঠে। এতে করে ব্যক্তি নিজেও অবলীলায় পাপে লিপ্ত হয়।

- **তওবা ও আত্মশুদ্ধির অভাব:** আমলী অধঃপতনের শিকার মানুষ তওবা ও আত্মশুদ্ধির প্রয়োজনীয়তা অনুভব করে না, ফলে তার গুনাহ থেকে ফিরে আসার পথ রুদ্ধ হয়ে যায়।

সার্বিকভাবে, আমলী অধঃপতন গুনাহের পথকে মসৃণ করে তোলে এবং মানুষকে একে একে বড় পাপের দিকে ঠেলে দেয়।

**iii) দায়িত্বহীনতা ও অবহেলা বৃদ্ধি পায় :**আমলী অধঃপতনের ফলে দায়িত্বহীনতা ও অবহেলা বৃদ্ধি পায়, কারণ এটি মানুষের নৈতিক বোধ, আত্মজবাবদিহিতা ও আল্লাহর ভয়ে পরিচালিত জীবনচর্চাকে ধ্বংস করে দেয়। নিচে এর কারণগুলো বিস্তারিতভাবে ব্যাখ্যা করা হলো:

- **নৈতিক দায়িত্ববোধের লোপ:** আমলী অধঃপতনে পতিত ব্যক্তি নৈতিকতা ও আদর্শ থেকে বিচ্যুত হয়। ফলে সে নিজের কর্তব্য ও দায়িত্ব পালনে উদাসীন হয়ে পড়ে।

- **আল্লাহর নির্দেশ ও জবাবদিহিতা ভুলে যাওয়া:** একজন মু'মিন জানে যে তাকে কিয়ামতের দিন তার সব কাজের জবাব দিতে হবে। কিন্তু আমলী অধঃপতনের ফলে এই জবাবদিহিতার বোধ ক্ষীণ হয়ে যায়, ফলে সে দায়িত্বকে গুরুত্ব দেয় না।

- **পারিবারিক ও সামাজিক দায়িত্ব এড়িয়ে চলা:** ব্যক্তি যখন নিজেকে আত্মকেন্দ্রিক ও স্বার্থপরতায় নিমজ্জিত করে, তখন সে পরিবার, সমাজ ও জাতির প্রতি তার কর্তব্য পালনে গাফিল হতে থাকে।

- **কর্মজীবনে অবহেলা ও উদাসীনতা:** আমলী অধঃপতনের প্রভাবে কর্মক্ষেত্রে অসততা, অবহেলা ও দায়িত্বহীন আচরণ বেড়ে যায়, যা সমাজ ও রাষ্ট্রকে দুর্বল করে।

- **পরিণতির ভয় না থাকা:** একজন অধঃপতিত ব্যক্তি মনে করে তার কাজের কোন ফল নেই বা কেউ তাকে জবাবদিহির আওতায় আনবে না। এই মনোভাব তাকে অবহেলা ও দায়িত্বহীনতার দিকে ঠেলে দেয়।

ফলে ব্যক্তিগত থেকে শুরু করে সামাজিক স্তর পর্যন্ত দায়িত্বহীনতা ছড়িয়ে পড়ে, এবং এর প্রভাব সমাজের সামগ্রিক উন্নয়নকে ব্যাহত করে।

**iv)নিরাপত্তার অভাব:**আমলী অধঃপতনের ফলে সমাজে নিরাপত্তার অভাব ঘটে কারণ এটি মানুষকে নৈতিক ও আইনগত সীমা লঙ্ঘনের দিকে ঠেলে দেয়। নিচে এই বিষয়টি বিস্তারিতভাবে ব্যাখ্যা করা হলো:

- **অপরাধ প্রবণতার বৃদ্ধি**: আমলী অধঃপতনের কারণে মানুষ যখন ন্যায়-অন্যায়ের বোধ হারিয়ে ফেলে, তখন চুরি, ডাকাতি, হত্যা, প্রতারণা ইত্যাদি অপরাধ বেড়ে যায়, যা সমাজে নিরাপত্তাহীনতা সৃষ্টি করে।

- **দুর্নীতি ও অন্যায়ের প্রশ্রয়**: নৈতিক অধঃপতনের ফলে প্রশাসন ও নেতৃত্বেও দুর্নীতি প্রবেশ করে। ফলে আইন সঠিকভাবে প্রয়োগ হয় না, অপরাধীরা শাস্তি এড়ায়, এবং সাধারণ মানুষ নিরাপত্তাহীনতায় ভোগে।

- **পারস্পরিক বিশ্বাসের ভাঙন**: ব্যক্তি ও সমাজ যখন আমলী অধঃপতনের শিকার হয়, তখন মানুষ একে অপরের প্রতি বিশ্বাস হারায়। এতে

সামাজিক বন্ধন দুর্বল হয় এবং সন্দেহ ও আতঙ্ক ছড়িয়ে পড়ে।

- **অরাজকতা ও বিশৃঙ্খলার বিস্তার:** নৈতিকতার অবক্ষয়ের ফলে সমাজে শৃঙ্খলা বজায় রাখা কঠিন হয়ে পড়ে। নেতৃত্ব দুর্বল হলে কিংবা জনগণ আইন মানতে না চাইলে অরাজকতা সৃষ্টি হয়।

- **ধর্মীয় ও সামাজিক নির্দেশনা উপেক্ষা:** ধর্মীয় মূল্যবোধ থেকে বিচ্যুতি মানুষকে ভুল পথে চালিত করে। এর ফলে আত্মরক্ষা, সম্পদের নিরাপত্তা ও মানসিক শান্তি বিঘ্নিত হয়।

এইভাবে, আমলী অধঃপতন কেবল ব্যক্তি নয়, গোটা সমাজের নিরাপত্তাকে ঝুঁকির মুখে ফেলে।

## ৩.৪ ধর্মীয় মূল্যবোধের ক্ষতি

আমলী অধঃপতনের ফলে ধর্মীয় মূল্যবোধ মারাত্মকভাবে ক্ষতিগ্রস্ত হয়, কারণ এটি মানুষের ইমান, তাকওয়া এবং আমল (কর্ম)–এর দুর্বলতার বহিঃপ্রকাশ। নিচে এর কিছু গুরুত্বপূর্ণ প্রভাব তুলে ধরা হলো:

- **ইবাদত থেকে বিমুখতা:** আমলী অধঃপতনের ফলে মানুষ নামাজ, রোজা, কোরআন তিলাওয়াতসহ অন্যান্য ইবাদত ত্যাগ করে বা অবহেলা করতে শুরু করে। এতে ধর্মীয় চর্চা দুর্বল হয়ে পড়ে।

- **ধর্মীয় অনুশাসনকে অবহেলা:** ব্যক্তি ও সমাজ যখন নৈতিক অধঃপতনে জড়িয়ে পড়ে, তখন তারা ধর্মীয় বিধানকে উপেক্ষা করে বা নিজেদের ইচ্ছামতো তা ব্যাখ্যা করতে থাকে।

- **ধর্মীয় শিক্ষার প্রতি অনাগ্রহ:** আমলী অধঃপতনের ফলে ধর্মীয় শিক্ষা ও জ্ঞান অর্জনের আগ্রহ কমে যায়, ফলে মানুষ নিজের ধর্মকেই ভুলভাবে বুঝে বা উপেক্ষা করে চলে।

এইভাবে, আমলী অধঃপতন ধীরে ধীরে ধর্মীয় বিশ্বাস, নীতিমালা ও সমাজের মূল্যবোধকে ক্ষয় করে দেয়, যা মুসলিম সমাজের মৌলিক কাঠামোকে দুর্বল করে তোলে।

# অধ্যায়-৪

## আমলী অধঃপতন প্রতিরোধে করণীয়

আমলী অধঃপতন রোধ করা মানে হচ্ছে—ব্যক্তির নৈতিক, চারিত্রিক ও ধর্মীয় মান বজায় রাখা এবং তাকে অবক্ষয়ের পথ থেকে ফিরিয়ে আনা। এটি একটি ধারাবাহিক, সচেতন ও পরিকল্পিত প্রক্রিয়া। নিচে বিস্তারিতভাবে আমলী অধঃপতন রোধে যেসব পদক্ষেপ নেওয়া যেতে পারে তা ব্যাখ্যা করা হলো:

### ৪.১ আত্মিক ও ধর্মীয় ভিত্তি মজবুত করা

**- ইমান মজবুত করা:**

একজন মুসলমানের আত্মার মূল শক্তি তার ঈমান। যখন ঈমান দুর্বল হয়ে যায়, তখনই মানুষ অধঃপতনের দিকে ধাবিত হয়। তাই নিয়মিত কুরআন তিলাওয়াত, হাদীস অধ্যয়ন ও দ্বীনী আলোচনায় অংশগ্রহণ ঈমানকে শক্ত করে।

**- নিয়মিত ইবাদত:**

নামাজ, রোজা, জাকাত ও অন্যান্য ইবাদতের মাধ্যমে আল্লাহর সঙ্গে সংযোগ বাড়ে এবং পাপ কাজ থেকে দূরে থাকা সহজ হয়।

আল-কুরআন: *"নামাজ মানুষকে অশ্লীল ও মন্দ কাজ থেকে বিরত রাখে।"* (সূরা আনকাবুত: ৪৫)

### ৪.২. আত্মসমালোচনা ও তওবা

**- নিজেকে মূল্যায়ন:**

প্রতিদিনের কাজের হিসাব রাখা, কোন পাপ করেছি তা বোঝা এবং তা থেকে মুক্ত হতে সচেষ্ট হওয়া খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

- **গুনাহ চিহ্নিতকরণ:**আমলী অধঃপতন রোধে আমাদের প্রথম করণীয় নিজের গুনাহগুলো চিহ্নিত করা।নিজের গুনাহগুলো চিহ্নিত করে আস্তে আস্তে গুনাহ কমানোর চেষ্টা করতে হবে।

ভালো আমল করার চেয়েও বেশি জরুরি গুনাহ ছেড়ে দেওয়া।অনেক সময় গুনাহ বেড়ে যাওয়ার কারণে ভালো আমলের তৌফিক কমে যায়। এজন্য আমলী অধঃপতন রোধে গুনাহ চিহ্নিত করে আস্তে আস্তে সেগুলা কমানো খুবই জরুরি।

- **তওবা ও ইস্তেগফার:**তওবা মানুষকে আল্লাহর কাছে ফিরিয়ে আনে, মনকে পরিশুদ্ধ করে এবং পাপের প্রতি ঘৃণা তৈরি করে।

আল্লাহ বলেন,

**“তোমরা তোমাদের প্রভুর নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করো, অতঃপর তার দিকে প্রত্যাবর্তন করো, তাহলে তিনি তোমাদেরকে নির্ধারিত সময় পর্যন্ত উত্তম জীবন দিবেন”**(সূরা হুদ,আয়াত :৩)

এই প্রতিশ্রুতি একজন মানুষকে সাহস ও আশাবাদী মনোভাব দেয়, যা একজন মানুষকে আমলী অধঃপতন থেকে রক্ষা করে।

## ৪.৩ সৎ পরিবেশ ও সহচর নির্বাচন

- **ভালো বন্ধু নির্বাচন:**

“মানুষ তার বন্ধুর দ্বীনের উপর থাকে”—হাদীস অনুযায়ী, কাদের সঙ্গে সময় কাটাচ্ছি, তা আমাদের চরিত্রে প্রভাব ফেলে।তাই বন্ধু নির্বাচনে খুবই সতর্ক হতে হবে।

- **দ্বীনী পরিবেশ তৈরি:**

পরিবার, শিক্ষা প্রতিষ্ঠান ও সমাজে ধর্মীয় ও নৈতিক পরিবেশ গড়ে তুলতে হবে।

**৪.৪জ্ঞানার্জন ও চিন্তাশক্তি বৃদ্ধি**

- **ইলম অর্জন:**

ইসলামী জ্ঞান অর্জন করলে মানুষ হালাল-হারাম, ন্যায়-অন্যায় চিনতে শেখে, যা তাকে পথভ্রষ্টতা থেকে রক্ষা করে।

- **চিন্তাশীলতা:**

অন্যায় কাজে জড়িয়ে পড়ার আগে ফলাফল নিয়ে চিন্তা করা ও পরকালের ভয় মনে রাখা গুরুত্বপূর্ণ।

## ৪.৫ সোশ্যাল মিডিয়ার ব্যবহার কমানো

সোশ্যাল মিডিয়ার ব্যবহার কমানো খুবই জরুরি। ফেসবুক, ইউটিউবে অনেক সময় অশ্লীল ভিডিও, মুভি দেখে সময় নষ্ট করি,নিজেদের আমল ধ্বংস করে ফেলি।

আবার অনেক সময় না চাইতেও চোখের সামনে খারাপ ছবি,ভিডিও চলে আসে।ফলে ঘরে বসে থেকেও আমরা নজরের হিফাজত করতে পারিনা

**- সময় নিয়ন্ত্রণ:**

অযথা সময় ব্যয় করা অনেক সময় পাপের দিকে ঠেলে দেয়। সঠিকভাবে সময় ব্যবস্থাপনা জরুরি।

-**অশ্লীল গান বাজনা থেকে দূরে থাকা** -গানবাজনাকে শয়তানের আযান বলা হয়। গানবাজনা মানুষের অন্তরকে কঠিন করে দেয়। আর অন্তর কঠিন হয়ে গেলে আল্লাহর ভয় কমে যায়।ফলে গুনাহ করা সহয হয়ে যায়।তাই অশ্লীল গান-বাজনা থেকে আমাদের দূরে থাকা উচিত।

**৪.৬.নজরের হেফাজত -**

আমলী অধঃপতন রোধে নজরের হিফাজত অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। এখন আমাদের নজরের হিফাজত করা খুবই কঠিন হয়ে পড়েছে। বাহিরে বের না হয়ে,ঘরে বসে থেকও আমরা নজরের হিফাজত করতে পারিনা।ফোনে অশ্লীল ভিডিও, মুভি দেখি।

অথচ নজরের হিফাজত (চোখের পবিত্রতা রক্ষা) সম্পর্কে কুরআনে স্পষ্ট নির্দেশনা রয়েছে। আল্লাহ তাআলা পুরুষ ও নারীদের উভয়কে তাদের দৃষ্টিকে সংযত রাখার নির্দেশ দিয়েছেন।

**পুরুষদের প্রতি নির্দেশ:**

**সূরা আন-নূর, আয়াত ৩০:**

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ۚ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ

**বাংলা অনুবাদ:**

"মুমিন পুরুষদের বলো, তারা যেন তাদের দৃষ্টি সংযত রাখে এবং লজ্জাস্থানের হিফাজত করে। এটি তাদের জন্য অধিক পবিত্র। নিশ্চয়ই আল্লাহ তাদের কাজকর্ম সম্পর্কে সম্যক অবগত।"

**নারীদের প্রতি নির্দেশ:**

**সূরা আন-নূর, আয়াত ৩১:**

وَقُل لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُن...

**বাংলা অনুবাদ:**

"মুমিন নারীদের বলো, তারা যেন তাদের দৃষ্টি সংযত রাখে এবং লজ্জাস্থানের হিফাজত করে..."

এই আয়াতগুলোর মাধ্যমে বোঝা যায়—নজরের হিফাজত শুধু একটি সামাজিক শিষ্টাচার নয়, বরং ঈমান ও আত্মিক পবিত্রতার অংশ।

## ৪.৭তাক্বওয়া বৃদ্ধি-

**তাক্বওয়া** অর্থ আল্লাহভীতি ও পরহেজগারী। তাক্বওয়া ইসলামী জীবনের মূল ভিত্তিগুলোর একটি।

- তাক্বওয়াবান ব্যাক্তি  আল্লাহর ভালোবাসা পায়।

**"নিশ্চয়ই আল্লাহ পরহেযগারদের ভালোবাসেন।"**

—সূরা আলে ইমরান: ৭৬

- তাক্বওয়া পাপ মোচন করে ও প্রতিদান বৃদ্ধি করে।

**"যদি তোমরা তাক্বওয়া অবলম্বন করো, তবে আল্লাহ তোমাদের পাপ মোচন করবেন এবং তোমাদেরকে মহান প্রতিদান দেবেন।"**

—সূরা আনফাল: ২৯

- আমল কবুল হওয়ার শর্ত হচ্ছে তাক্বওয়া

**“নিশ্চয়ই আল্লাহ শুধু তাক্বওয়াবানদের আমলই কবুল করেন।”**

—সূরা মায়িদা: ২৭

তাক্বওয়া হলো আল্লাহর ভয় এবং তাঁর নির্দেশ মেনে চলার মানসিকতা। এটি মুমিনের আত্মার জন্য ঢালস্বরূপ, যা দুনিয়া ও আখিরাতে সফলতা নিশ্চিত করে।

## ৪.৮ মৃত্যু ও কবরের কথা স্মরণ করা

-ইসলামি আত্মগঠনের একটি গুরুত্বপূর্ণ অনুশীলন। এটি মানুষকে গুনাহ থেকে বিরত রাখে, হৃদয়কে নরম করে, এবং আখিরাতের প্রস্তুতিতে উদ্বুদ্ধ করে।
রাসূলুল্লাহ (সা.) বলেন:

**"তোমরা বারবার মৃত্যু স্মরণ করো। কারণ এটি যাবতীয় রঙিন আনন্দকে ধ্বংসকারী।”**

—(তিরমিজি, হাদীস: ২৩১০)

- **মৃত্যুর স্মরণ হৃদয়ের কঠোরতা দূর করে।**

ইবনু ওমর (রা.) বলেন, রাসূল (সা.) একবার বললেন:

**“যদি তোমরা সেই কবর যিয়ারতকারী ব্যক্তির অবস্থান দেখতে, তবে অবশ্যই তোমরা কান্না করতে এবং হাসি কমাতে।”**

—(বায়হাকী, শু'আবুল ঈমান)

- **তাক্বওয়া ও আত্মসংযম বাড়ায়:**যে ব্যক্তি মৃত্যু ও কবরের স্মরণে থাকে, সে পাপ থেকে সাবধান হয় এবং আল্লাহর হুকুম পালন করে—এটাই প্রকৃত তাক্বওয়া।
- **আখিরাতের জন্য প্রস্তুতি নেয়**

**"প্রত্যেক প্রাণীকে মৃত্যুর স্বাদ আস্বাদন করতে হবে..."**

—সূরা আল ইমরান: ১৮৫

এই আয়াত মানুষকে মনে করিয়ে দেয় যে, মৃত্যু অবশ্যম্ভাবী—তাই এর প্রস্তুতি নেওয়া দরকার।

## ৪.৯জিকিরে মগ্ন থাকা

-আমাদের ঠোঁট সবসময় জিকিরে ভিজিয়ে রাখা উচিত। কারণ একজন ব্যক্তি যখন আল্লাহর জিকির করে অর্থাৎ আল্লাহকে স্মরণ করে তখন পাপ কাজ করতে ভয় পায়। তার মনে হয় যে আল্লাহ এটা দেখছেন। ফলে সে পাপ কাজ থেকে বিরত থাকে

## ৪.১০গীবত ও চোগলখুরি থেকে বেঁচে থাকা-

**গীবত (পরনিন্দা) ও চোগলখুরি (চুগলখোরি বা একের কথা অন্যের কাছে লাগানো)** — ইসলামি সমাজের দুটি মারাত্মক নৈতিক ব্যাধি। এগুলো থেকে বেঁচে থাকা কেবল পাপ থেকে দূরে রাখে না, বরং **আমলী অধঃপতন** বা নৈতিক পতন থেকেও কার্যকরভাবে রক্ষা করে।

- **চরিত্র ও আত্মাকে পবিত্র রাখে:**যে ব্যক্তি গীবত বা চোগলখুরি করে না, সে নিজের জবানের হেফাজত করে। আর রাসূল (সা.) বলেছেন:
  **"যে ব্যক্তি জবান ও লজ্জাস্থানের হেফাজত করবে, আমি তার জন্য জান্নাতের জামিন হব।"**
  —(বুখারি)

- **পরস্পরের সম্পর্ক টিকিয়ে রাখে:**গীবত ও চোগলখুরি অন্যের প্রতি ঘৃণা, বিভেদ ও দুশ্চিন্তা তৈরি করে। এইগুলো সম্পর্ক ধ্বংস করে এবং সমাজে ফিতনা ছড়ায়। এগুলো থেকে বাঁচলে মানুষ সমাজে সম্মান ও আস্থা পায়।

- **আল্লাহর গজব থেকে রক্ষা করে:কুরআন বলে:**
  **"তোমাদের কেউ কি এমন পছন্দ করে যে, সে তার মৃত ভাইয়ের মাংস**

**খাবে? নিশ্চয়ই তোমরা তা ঘৃণা করো!”**

—সূরা হুজুরাত: ১২

এই আয়াত গীবতের ভয়াবহতা বোঝায়। এমন পাপকাজ থেকে বাঁচা মানে আল্লাহর অসন্তুষ্টি থেকে বাঁচা।

গীবত ও চোগলখুরি থেকে বেঁচে থাকলে—

- অন্যের সম্মান রক্ষা করা যায়
- নিজের পাপের ঝুলি ভারী হওয়া থেকে রক্ষা পাওয়া যায়
- আত্মিকভাবে পরিশুদ্ধ থাকা যায়
- আল্লাহর রহমত ও মানুষে সম্মান অর্জন করা যায়

— যা সবকিছু মিলে **ব্যক্তিকে আমলী অধঃপতনের হাত থেকে রক্ষা করে**।

## ৪.১১কবিরা ও সগীরা গুনাহ থেকে বেঁচে থাকা -

আমাদের সব সময় কবিরা, সগীরা গুনাহ থেকে বিরত থাকতে হবে। সগীরা গুনাহকে ছোট মনে করে বারবার করা উচিত নয়। কারণ ছগীরা গুনাহ বারবার করার ফলে তা কবিরা গুনাহে পরিণত হয়ে যায়। এজন্য আমাদের অতি সামান্য গুনাহ থেকেও বেঁচে থাকা উচিত।

## ৪.১২দান ছদগা করা-

**দান-সদকা (সদাকা)** শুধু গরিবকে সাহায্য করার উপায় নয়—বরং এটি আত্মশুদ্ধির একটি শক্তিশালী মাধ্যম, যা **আমলী অধঃপতন (নৈতিক ও ধর্মীয় পতন)** থেকে মানুষকে কার্যকরভাবে রক্ষা করে।

**i)হৃদয়কে পরিশুদ্ধ করে**

আল্লাহ বলেন:

**“তুমি তাদের সম্পদ থেকে সদকা গ্রহণ করো, যা দ্বারা তুমি তাদের পবিত্র করবে ও পরিশুদ্ধ করবে।”**

—সূরা তাওবা: ১০৩

দান মানুষের ভেতরের কৃপণতা, লোভ ও অহংকার দূর করে। এই আত্মিক পরিশুদ্ধি তাকে নৈতিক পতনের হাত থেকে রক্ষা করে।

**ii)আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জনের মাধ্যমে গুনাহ থেকে দূরে রাখে**

যে ব্যক্তি নিয়মিত সদকা দেয়, সে আল্লাহর সন্তুষ্টির জন্য কাজ করে। ফলে সে পাপের প্রতি উদাসীন থাকে না, বরং গুনাহ থেকে নিজেকে রক্ষা করে।

**iii)কৃপণতা ও আত্মকেন্দ্রিকতা দূর করে**

কৃপণতা একজন মানুষকে অন্যের প্রতি অবহেলা, অন্যায়ের প্রতি উদাসীনতা এবং হারাম পথে যাওয়ার দিকে ঠেলে দেয়। দান-সদকা এই কৃপণতাকে দূর করে, ফলে সে নৈতিকভাবে সুদৃঢ় হয়।

**iv)তাকওয়া ও আল্লাহভীতি বৃদ্ধি করে**

**"সদকা হচ্ছে তাকওয়ার প্রমাণ।"** —(তিরমিজি)

যে ব্যক্তি দান করে, তার মনে আল্লাহর ভয় ও দায়বদ্ধতা তৈরি হয়। এই অনুভব তাকে পাপ ও নৈতিক অবক্ষয় থেকে দূরে রাখে।

**v)গুনাহ মুছে দেয়**

**রাসূল (সা.) বলেন:**

**"সদকা গুনাহকে এমনভাবে মুছে দেয়, যেমন পানি আগুনকে নিভিয়ে দেয়।"**

—(তিরমিজি: ২৬১৬)

গুনাহ কম হলে, আমলী অধঃপতনের আশঙ্কাও কমে।

**vi)আল্লাহর সাহায্য ও কল্যাণের ছায়া দেয়**

**"কেয়ামতের দিনে সাত শ্রেণির মানুষ আরশের ছায়া পাবে; তার মধ্যে একজন হবে—ডান হাতে দান করে, অথচ বাঁ হাত জানবে না সে কী দান করেছে।"**

—(বুখারি ও মুসলিম)

এই মর্যাদা লাভকারী ব্যক্তি কখনো আত্মিকভাবে ধসে পড়ে না।

**সংক্ষেপে বললে**

**দান-সদকা:**

- হৃদয়কে পরিশুদ্ধ করে
- গুনাহ মুছে দেয়

- তাকওয়া বাড়ায়
- আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জনে সাহায্য করে
- আত্মিক স্থিতি এনে আমলী অধঃপতন থেকে রক্ষা করে
- 

## ৪.১৩ নিয়মিত কোরআন তেলাওয়াত করা-

**নিয়মিত কুরআন তিলাওয়াত** করা শুধুমাত্র একটি ইবাদতই নয়, বরং এটি একজন মুসলমানের চরিত্র গঠনের জন্য একটি শক্তিশালী আত্মিক ঢাল। এটি মানুষকে **আমলী অধঃপতন** বা নৈতিক ও ধর্মীয় অবক্ষয় থেকে রক্ষা করে বহু দিক থেকে।

**i)হৃদয় আলোকিত ও সজাগ রাখে**

কুরআন তেলাওয়াত হৃদয়ে ঈমানের আলো জ্বালায়, আল্লাহর স্মরণ করায়, এবং পাপের প্রতি ঘৃণা জাগায়। অন্ধকারে পথহারা হৃদয় যেমন বিপথে যায়, আলোকিত হৃদয় ঠিক তেমনই আল্লাহর পথে থাকে।

**ii)গুনাহ থেকে বিরত রাখে**

আল্লাহ বলেন:

**"নিঃসন্দেহে এই কুরআন এমন এক পথের দিকে পথপ্রদর্শন করে, যা সবচেয়ে সোজা।"**

—সূরা ইসরা: ৯

এই "সোজা পথ"-এর সঙ্গেই পাপমুক্ত, নৈতিক জীবন জড়িত। নিয়মিত কুরআন পাঠ করলে সেই সোজা পথ মনে গেঁথে যায়।

**iii)আল্লাহভীতি জাগায় (তাকওয়া বাড়ায়)**

**"কুরআন হচ্ছে মুত্তাকিদের (আল্লাহভীরুদের) জন্য হিদায়াত।"**

—সূরা বাকারা: ২

তাকওয়া বা আল্লাহভীতি হল আমলী শুদ্ধতার মূল শক্তি। কুরআন পাঠ তাকওয়াকে গভীর করে।

**iv)মনকে শুদ্ধ ও স্থির রাখে**

**“মুমিনদের অন্তর কি নম্র হবে না আল্লাহর স্মরণে এবং যে সত্য অবতীর্ণ হয়েছে (কুরআন) তার জন্য?”**

—সূরা হাদীদ: ১৬

তেলাওয়াত মানসিক শান্তি দেয়, যা আত্মিক সংকট ও প্রবৃত্তির দাসত্ব থেকে রক্ষা করে।

**v)কুপ্রবৃত্তি ও শয়তানী প্রবণতা থেকে দূরে রাখে**

শয়তান আমাদের আমলী অধঃপতনের মূল কারণ। কুরআন শয়তানের কুমন্ত্রণা দূর করে ও সতর্ক করে।

**রাসূল (সা.) বলেন:**

**“গৃহে কুরআন তেলাওয়াত করলে শয়তান পালিয়ে যায়।”** —(মুসলিম)

**vi)নিয়মিত তেলাওয়াত আত্মসমালোচনার সুযোগ করে দেয়**

কুরআন পড়তে গিয়ে মানুষ নিজের অবস্থার সঙ্গে আয়াতগুলো মিলিয়ে দেখে— “আমি কী এই আদর্শ মেনে চলছি?” এই আত্মপর্যালোচনায় মানুষ ভুল শোধরাতে পারে।

**vii)নেক আমলের প্রতি অনুপ্রাণিত করে**

কুরআনের তেলাওয়াত মানুষের ভেতর আল্লাহর পথে চলার আগ্রহ ও অনুপ্রেরণা জাগায়। ফলে সে পাপ কাজ থেকে নিজেকে গুটিয়ে নেয়।

**সংক্ষেপে বললে:**

নিয়মিত কুরআন তেলাওয়াত:

- হৃদয়কে আলোকিত করে
- তাকওয়া ও আত্মসচেতনতা বাড়ায়
- শয়তানের ধোঁকা থেকে রক্ষা করে
- গুনাহ থেকে বিরত রাখে
- আল্লাহর সন্তুষ্টির পথে পরিচালিত করে

—এভাবে আপনাকে আমলী অধঃপতন থেকে রক্ষা করে।

## ৪.১৪ ইবাদতের ধারাবাহিকতা রক্ষা করা

নিয়মিত ইবাদত করলে অন্তর নরম থাকে, আল্লাহভীতি জাগ্রত থাকে। কিন্তু আমলের বিরতি বা অবহেলা হলে হৃদয় ধীরে ধীরে কঠিন হয়ে যায়।

বর্তমান যুগে মানুষের নৈতিক ও চারিত্রিক অবক্ষয় স্পষ্টভাবে দৃশ্যমান। সমাজে মিথ্যা, প্রতারণা, দুর্নীতি, অশ্লীলতা এবং অপরাধ বেড়েই চলেছে। এই নৈতিক অধঃপতন রোধে সর্বাধিক কার্যকর উপায় হচ্ছে — **ইবাদতের ধারাবাহিকতা রক্ষা করা**।

ইবাদাত শুধু একটি ধর্মীয় আচার নয়, বরং এটি মানুষের আত্মা, মন ও চরিত্রকে গঠন করে। নিয়মিত নামাজ, রোজা, কুরআন তিলাওয়াত, দোআ, তওবা ইত্যাদি ইবাদত মানুষের অন্তরে আল্লাহভীতি (তাকওয়া) সৃষ্টি করে। এ তাকওয়া মানুষকে অন্যায় ও পাপ থেকে বিরত রাখে এবং সৎ পথে চলার প্রেরণা জোগায়।

**আল্লাহর কাছে সবচেয়ে পছন্দনীয় আমল হলো ঐ আমল যা রেগুলার করা হয় যদিও তা পরিমাণে অল্প হয়।**

**নিয়মিত ইবাদাত কিভাবে অধঃপতন রোধে সহায়ক:**

i)**আত্মনিয়ন্ত্রণ গড়ে তোলে:**

ইবাদাত মানুষকে সংযম ও ধৈর্যের শিক্ষা দেয়। নামাজ নিয়মিতভাবে পালন করলে মানুষ সময়ানুবর্তিতা ও দায়িত্ববোধে অভ্যস্ত হয়।

**ii)আল্লাহর ভয় জাগ্রত করে:**নিয়মিত ইবাদত মানুষের মনে আল্লাহ ভয় জাগ্রত করে।

যখন মানুষ বুঝে যে আল্লাহ সবকিছু দেখছেন, তখন সে অন্যায় করতে দ্বিধা বোধ করে।

**iii)আত্মসচেতনতা বৃদ্ধি করে**

নিয়মিত নামাজ, রোজা, কুরআন তিলাওয়াত ইত্যাদি মানুষকে আল্লাহর স্মরণ করিয়ে দেয়। এতে ব্যক্তির ভেতরে এক ধরনের আত্মনিয়ন্ত্রণ ও ভয় (তাকওয়া) সৃষ্টি হয়, যা তাকে অন্যায় ও পাপ থেকে দূরে রাখে।

**iv)নফসকে শুদ্ধ করে**

ইবাদাত মন ও চরিত্রকে পরিশুদ্ধ করে, ফলে হিংসা, ক্রোধ, লোভ, অহংকার ইত্যাদি বদ-গুণ ধীরে ধীরে কমে যায়।

**v) সৎ ও ন্যায়পরায়ণ হওয়ার শিক্ষা দেয়**

ইবাদাত শুধু আনুষ্ঠানিকতা নয়, এটি মানুষকে জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে সততা, ধৈর্য, সহানুভূতি ও দায়িত্ববোধ শেখায়। এই গুণগুলো নৈতিক অধঃপতন প্রতিরোধে সরাসরি সহায়ক।

**vi) সৎ সমাজ গঠনে অনুপ্রেরণা দেয়**

যদি সমাজের বেশিরভাগ মানুষ ইবাদাতে মনোযোগী হয়, তবে সমাজে অন্যায়, দুর্নীতি ও অপসংস্কৃতির স্থান কমে যায়। এর ফলে একটি নৈতিক ভিত্তিসম্পন্ন সমাজ গড়ে ওঠে।

**vii) পাপ থেকে ফিরে আসার পথ দেখায়**

ইবাদাত মানুষকে আত্মসমালোচনার সুযোগ দেয়। কেউ যখন পাপ করে, নিয়মিত ইবাদাত তাকে অনুতপ্ত করে এবং তওবার মাধ্যমে সঠিক পথে ফিরিয়ে আনে।

ইবাদতের ধারাবাহিকতা শুধু পরকালের জন্য প্রস্তুতির উপায় নয়, বরং এই দুনিয়ায় নৈতিকতা, শান্তি ও মানবিকতা বজায় রাখার এক অবিচ্ছেদ্য পাথেয়। তাই আমাদের উচিত, ব্যক্তি ও সমাজ জীবনে ইবাদতের গুরুত্ব অনুধাবন করে তা নিয়মিতভাবে পালন করা — যাতে আমলী অধঃপতন থেকে রক্ষা পাওয়া যায়।

**৪.১৫ আত্মবিশ্বাস ও মানসিক স্থিতিশীলতা অর্জন-**

**আত্মবিশ্বাস (Self-confidence) ও মানসিক স্থিতিশীলতা (Emotional stability)** — এই দুটি গুণ একজন মানুষকে শুধু দুনিয়ার চ্যালেঞ্জ নয়, বরং ধর্মীয় ও নৈতিকভাবে সঠিক পথে থাকার শক্তিও দেয়। এই গুণগুলো আমলী অধঃপতন (নৈতিক ও আচারগত অবক্ষয়) থেকে মানুষকে সরাসরি ও গভীরভাবে রক্ষা করে।

**i)অন্যায়ের সামনে নত হয় না**

যে ব্যক্তি আত্মবিশ্বাসী, সে হালাল-হারামের ফারাক বোঝে ও সমাজের চাপ বা প্রলোভনে পড়ে অন্যায় করে না। আত্মবিশ্বাস মানুষকে বলে:
"আমি আল্লাহর বান্দা, আমাকে শুধু তাঁর কাছেই জবাবদিহি করতে **হবে।"**

**ii)চরিত্রগত দৃঢ়তা গড়ে তোলে**

মানসিকভাবে স্থিত মানুষ আবেগে ভেসে গিয়ে ভুল সিদ্ধান্ত নেয় না। যেমন: রাগ, লোভ, হতাশা ইত্যাদির কারণে কেউ অনৈতিক কাজে জড়িয়ে পড়ে—এটি মানসিক দুর্বলতার লক্ষণ।

**iii)শয়তানের কুমন্ত্রণা ও আত্মতাড়না প্রতিহত করে**

আত্মবিশ্বাসী মানুষ নিজে জানে, সে কেন পাপ কাজ থেকে দূরে আছে। মানসিকভাবে স্থির মানুষ শয়তানের মিথ্যা যুক্তি, যেমন "তুমি ব্যর্থ", "এতো কঠিন, পারবে না" এসব কথায় ভেঙে পড়ে না।

**iv)দ্বীন পালন সহজ হয়**

যে ব্যক্তি মানসিকভাবে শক্ত, সে নামাজ, হিজাব, সততা বা ইবাদতের মতো বিষয়গুলোতে অন্যের কটূ মন্তব্যে ভয় পায় না। আত্মবিশ্বাস তাকে আল্লাহর পথে অটল রাখে।

**v) আত্মসমালোচনায় সক্ষম হয়**

আত্মবিশ্বাসী ব্যক্তি নিজের ভুল বুঝে সংশোধন করতে পারে। আর মানসিক স্থিরতা থাকলে সে নিজেকে দোষ দিয়ে হীনমন্যতায় না ভোগে বরং উন্নতির পথে এগোয়।

**vi) হীনমন্যতা থেকে মুক্তি দেয়**

অনেক মানুষ নিজেকে তুচ্ছ মনে করে, তাই অবচেতনভাবে পাপে জড়িয়ে পড়ে, ভাবে "আমার তো কিছু আসে যায় না"। আত্মবিশ্বাস মানুষকে শেখায়—"তোমার মূল্য আছে, তোমার আমলেই তুমি জান্নাতে যেতে পারো।"

vii)**হতাশা ও গুনাহের চক্র থেকে বেরিয়ে আসতে সাহায্য করে**

আমলী অধঃপতনের একটা কারণ হলো—একবার গুনাহ করে আর ফিরে না আসা। আত্মবিশ্বাসী ও স্থিতিশীল মন বলে:

"আমি গুনাহ করেছি ঠিক, কিন্তু আমি ফিরে আসব। আল্লাহ ক্ষমাশীল।"

**৪.১৬ দোয়া ও আল্লাহর ওপর ভরসা**

**- দোয়া:**

নবী (সা.) সর্বদা আল্লাহর কাছে হেদায়াত, দৃঢ়তা এবং পাপ থেকে রক্ষা পাওয়ার জন্য দোয়া করতেন।

দোয়া:

اللَّهُمَّ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ

**(অর্থ: হে আল্লাহ! আমার অন্তরকে তোমার দ্বীনের ওপর দৃঢ় রাখ।)**

তাই আমাদেরও সবসময় নিজের হেদায়াতের জন্যআল্লাহর কাছে দোয়া করা উচিত এবং আল্লাহর উপর ভরসা রাখা উচিত।

আমরা কুরআনে বর্ণিত নিচের দোয়াটি করতে পারি -

- **তাকওয়া ও হিদায়াতের জন্য দোয়া**
- رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِن لَّدُنكَ رَحْمَةً ۚ إِنَّكَ أَنتَ الْوَهَّابُ

**অর্থ: "হে আমাদের প্রতিপালক! আপনি আমাদের সঠিক পথে পরিচালনার পর অন্তরকে বক্রপথে পরিচালিত করবেন না। আমাদেরকে আপনার পক্ষ থেকে রহমত দান করুন। নিশ্চয়ই আপনি দানশীল।"**
**—সূরা আলে ইমরান: ৮**

**উপকার: এই দোয়া অন্তরকে সোজা পথে রাখার জন্য—যা আমলী অধঃপতন থেকে রক্ষায় গুরুত্বপূর্ণ।**

নিচে **"আমলী অধঃপতন রোধে করণীয়"** বিষয়ক একটি **চেকলিস্ট (স্মারক তালিকা)** দেওয়া হলো, যা একজন ব্যক্তি দৈনন্দিন জীবনে প্রয়োগ করতে পারেন বা অন্যকে উৎসাহিত করতে পারেন:

**☑ আমলী অধঃপতন রোধে চেকলিস্ট**

**১. ইবাদত ও আত্মিক উন্নয়ন**

- [ ] পাঁচ ওয়াক্ত সালাত সময়মতো আদায় করা
- [ ] প্রতিদিন কুরআন তিলাওয়াত করা

- [ ] নফল ইবাদত (তাহাজ্জুদ, ইস্তেখারা, দোয়া) করার চেষ্টা করা
- [ ] রোজ অন্তত একবার ইস্তেগফার ও তওবা করা

**২. জ্ঞান ও আত্মমূল্যায়ন**

- [ ] প্রতিদিন ১৫-৩০ মিনিট ইসলামি জ্ঞান চর্চা করা (কুরআন, হাদীস, বই বা লেকচার)
- [ ] সপ্তাহে অন্তত ১ দিন নিজের কাজগুলো পর্যালোচনা করা(কোন ভুল করেছি?)
- [ ] আল্লাহর ভয় ও পরকালের জবাবদিহির অনুভূতি জাগ্রত রাখা

**৩. সঙ্গ ও পরিবেশ**

- [ ] আমার বন্ধুরা নৈতিক ও দ্বীনদার কি না তা বিবেচনা করা
- [ ] খারাপ সঙ্গ ও পরিবেশ এড়িয়ে চলা
- [ ] সময় কাটানোর স্থান ও মাধ্যম নিয়ন্ত্রণে রাখা

**৪. মিডিয়া ও প্রযুক্তি ব্যবহার**

- [ ] অশ্লীল বা বিভ্রান্তিকর কনটেন্ট দেখা থেকে বিরত থাকা
- [ ] প্রয়োজন ছাড়া বেশি সময় মোবাইল/ইন্টারনেট ব্যবহার না করা
- [ ] সময় ব্যবস্থাপনায় সচেতন থাকার চেষ্টা করা

**৫. দোয়া ও আত্মরক্ষা**

- [ ] প্রতিদিন এই দোয়াটি অন্তত ১ বার পড়া:
  اللَّهُمَّ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ
  (হে আল্লাহ, আমার অন্তরকে তোমার দ্বীনের ওপর দৃঢ় রাখ)
- [ ] প্রতিদিন অন্তত ১০০ বার "আস্তাগফিরুল্লাহ" বলা
- [ ] পাপের সুযোগ এলে সঙ্গে সঙ্গে আল্লাহর স্মরণ করা

# অধ্যায় -৫

## ধর্মীয় নির্দেশনা ও আমলের পুনরুদ্ধার

- **কুরআন হাদিসের শিক্ষা**

**ধর্মীয় নির্দেশনা ও আমলের পুনরুদ্ধার** বলতে বোঝায়—একজন মুসলমান যখন আমলী অধঃপতনের শিকার হন, তখন তিনি আবার কীভাবে ইসলামের মূল চেতনায় ফিরে যাবেন, কুরআন-সুন্নাহর আলোকে জীবন গড়বেন, এবং আমল (ইবাদত ও আচরণ) পুনরায় শুরু করবেন।ইসলাম আমাদের এই অবস্থা থেকে ফেরার সুযোগ দিয়েছে—তাওবা, আত্মশুদ্ধি ও আমলের মাধ্যমে।

নিচে এর জন্য কিছু পরিপূর্ণ ও বাস্তবসম্মত করণীয় দেওয়া হলো:

**৫.১ আত্মজিজ্ঞাসা ও আত্মদায়বদ্ধতা**

- নিজের অবস্থা বিশ্লেষণ করুন: কোন দিক থেকে আমি দূরে সরে গেছি?
- লিখে রাখতে পারেন কোন কোন ফরজ ও নফল আমল আপনি ছেড়ে দিয়েছেন।

**৫.২ আন্তরিক তাওবা ও মনোযোগে নামাজ শুরু**

**"তোমরা তাওবা করো আল্লাহর কাছে, যাতে তোমরা সফল হও।"** (সূরা নূর, ২৪:৩১)

- নামাজ ফরজভাবে সময়মতো পড়া শুরু করুন, ধীরে ধীরে খুশু খুজু বাড়ান।

**৫.৩ ঈমান মজবুত করার জন্য কুরআন অধ্যয়ন**

- প্রতিদিন ৫-১০ আয়াত তিলাওয়াত করুন, অর্থ বুঝে পড়ুন।
- কুরআনের মূল বার্তা: তাওহীদ, আখিরাত, সৎ কাজ, পাপ থেকে বিরত থাকা।

**৫.৪ ছোট ছোট আমল দিয়ে শুরু করুন**

- সকালে-সন্ধ্যায় যিকির (সুবহানাল্লাহ, আলহামদুলিল্লাহ, আল্লাহু আকবার)
- সৎ কথা, ধৈর্য, দান, সালাম দেওয়া—এগুলোও আমল।

**৫.৫ নিয়মানুবর্তিতা (Consistency)**

- প্রতিদিন একই সময়ে কিছু নির্ধারিত আমল করুন—যেমন ফজরের পর কুরআন, রাতে তাহাজ্জুদ/দোয়া।

**৫.৬ সুন্নত ও নফল আমল ধীরে ধীরে যুক্ত করা**

- ছোট ছোট আমল দিয়ে শুরু করা
- দুই রাকাত দুহা নামাজ (সকাল ৯টা–১১টার মধ্যে)
- সোমবার ও বৃহস্পতিবার রোজা রাখা
- প্রতি রাতে ঘুমানোর আগে ইস্তেগফার, দরূদ ও সুরা মুলক পড়া

**৫.৭ সময়সীমা নির্ধারণ করে লক্ষ্য নির্ধারণ**

- এক সপ্তাহ: পাঁচ ওয়াক্ত নামাজের অভ্যাস গড়বো
- এক মাস: নিয়মিত কুরআন ও হাদীস পড়া শুরু করবো

**প্রেরণাদায়ক হাদীস**

**"আল্লাহ বলেন, যদি আমার বান্দা এক বিঘত এগিয়ে আসে, আমি এক হস্ত এগিয়ে যাই; সে যদি হাঁটে, আমি দৌড়ে যাই।"**

(সহীহ বুখারী ও মুসলিম)

- **সৎ জীবনযাত্রার দৃষ্টান্ত: বাস্তব অনুসরণযোগ্য উদাহরণ**

**রাসূল (সা.)**

- ব্যবসায় সততা
- শত্রুকেও ক্ষমা
- একথা বলতেন: “সেরা মানুষ সে, যার চরিত্র উত্তম।”

**হজরত উমর (রা.)**

- রাতে ছদ্মবেশে ঘুরে মানুষের কষ্ট জানতেন
- নিজ ছেলের অপরাধেও ছাড় দিতেন না

**একজন সাধারণ মুসলমান**

- প্রতিদিন নামাজ পড়ে
- হালাল রুজি উপার্জন করে

- সত্য বলে, অন্যের হক আদায় করে
- দুনিয়ার লোভে না পড়ে আল্লাহর ভয় রাখা।

আমলী অধঃপতন থেকে মুক্তি এবং ইসলামী জীবনে ফিরে আসার একমাত্র পথ হলো **তাওবা, আমলের পুনরুদ্ধার ও সৎ জীবনযাত্রা**। আমাদের উচিত:

- নিজেকে প্রতিদিন যাচাই করা
- আল্লাহর কাছে সাহায্য চাওয়া
- সৎ মানুষের সঙ্গ গ্রহণ করে আমলের ধারায় ফিরে যাওয়া

**"নিশ্চয়ই যারা বলে, আমাদের রব আল্লাহ, তারপর স্থির থাকে, তাদের কোনো ভয় নেই এবং তারা দুঃখিতও হবে না।"**

(সূরা আহকাফ: ১৩)

# অধ্যায়-৬

# ব্যক্তিগত ও সামাজিক উদ্যোগ

## ৬.১ব্যক্তির ধর্মীয় চেতনা বৃদ্ধি -

**ব্যক্তির ধর্মীয় চেতনা বৃদ্ধি** মানে হলো—তার অন্তরে আল্লাহর ভয়, দ্বীন সম্পর্কে সচেতনতা, এবং হালাল-হারাম, ঈমান-আমল বিষয়ে গভীর অনুধাবন গড়ে ওঠা। এটি একদিনে হয় না, বরং ধারাবাহিকভাবে আত্মিক চর্চা ও পরিশুদ্ধির মাধ্যমে তৈরি হয়।

**ব্যক্তির ধর্মীয় চেতনা বৃদ্ধির উপায়–**

**i) ঈমান ও আল্লাহর ভয় জাগ্রত করা**

- কুরআনের আয়াত ও হাদীস পড়া যেখানে আখিরাত, জান্নাত-জাহান্নাম বর্ণিত
- নিজের মৃত্যুকে স্মরণ করা (মুরাকাবা মাওত)
- নিয়মিত কবর জিয়ারত

**ii) কুরআন ও হাদীস চর্চা**

- প্রতিদিন ৫-১০ আয়াত কুরআন অর্থসহ পড়া
- সপ্তাহে একটি হাদীস মুখস্থ ও বুঝে বাস্তব জীবনে প্রয়োগের চেষ্টা

**iii) নামাজ ও ইবাদতের প্রতি যত্নশীলতা**

- পাঁচ ওয়াক্ত নামাজ সময়মতো, খুশু-খুজু সহকারে আদায় করা
- নফল নামাজ (দুহা, তাহাজ্জুদ) ও রোজা পালন
- সকালে-সন্ধ্যায় যিকির করা

**iv) সৎ সঙ্গ ও ভালো পরিবেশে থাকা**

- এমন মানুষদের সঙ্গে সময় কাটানো, যারা দ্বীনের পথে উৎসাহ দেয়
- ধর্মীয় হালকায় অংশগ্রহণ করা (মসজিদের দারস, তাফসির মাহফিল)

**v) আল্লাহর কাছে দোয়া চাওয়া**

**“হে আল্লাহ! তুমি আমাকে সঠিক পথ দেখাও, দ্বীনে দৃঢ়তা দাও, আমার অন্তরকে তোমার স্মরণে রত রাখো।”**

- এই দোয়াগুলো আন্তরিকভাবে প্রতিদিন করা

একজন মানুষের ধর্মীয় চেতনা তখনই বাড়ে, যখন সে আল্লাহকে চিনতে শুরু করে, তাঁর ভয় অন্তরে স্থাপন করে এবং আমলের মাধ্যমে আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জনের চেষ্টা করে। এজন্য প্রয়োজন—ধৈর্য, আন্তরিকতা এবং নিয়মিত আত্মিক চর্চা।

**“যারা চেষ্টা করে আমাদের পথে চলতে, আমি অবশ্যই তাদের নিজের পথে পরিচালিত করি।”**

*(সূরা আনকাবূত, আয়াত ৬৯)*

## ৬.২ সমাজে নৈতিকতা প্রতিষ্ঠার পরিকল্পনা

**সমাজে নৈতিকতা প্রতিষ্ঠা** একটি জরুরি ও সময়োপযোগী উদ্যোগ, কারণ নৈতিক অবক্ষয় ব্যক্তি, পরিবার ও জাতিকে ধ্বংসের পথে নিয়ে যেতে পারে। ইসলাম একে অত্যন্ত গুরুত্ব দিয়ে দেখেছে এবং ব্যক্তি থেকে শুরু করে পুরো সমাজ পর্যন্ত এর প্রতিষ্ঠার নির্দেশনা দিয়েছে।

**–যেভাবে সমাজে প্রতিষ্ঠা করা যেতে পারে**

**i)ব্যক্তিগত পর্যায়ে শুরু**

- **আত্মশুদ্ধি ও চরিত্র গঠন:** নিজেকে নৈতিকভাবে আদর্শ করার চেষ্টা (সত্যবাদিতা, ধৈর্য, সহনশীলতা, লজ্জাশীলতা)
- **পরিবারে ইসলামি মূল্যবোধ চর্চা:** ঘরে ছোটদের সত্য বলা, মিথ্যা থেকে বিরত রাখা শেখানো

**ii)শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানে নৈতিক শিক্ষার ব্যবস্থা**

- **নৈতিকতা বিষয়ক সাপ্তাহিক ক্লাস/আলোচনা**
- **আচরণভিত্তিক মূল্যায়ন:** শুধু পরীক্ষায় নয়, শিক্ষার্থীর আচরণেও গুরুত্ব দেওয়া
- **ধর্মীয় ও মানবিক গল্পের মাধ্যমে শিক্ষা দেওয়া**

**iii) ধর্মীয় প্রতিষ্ঠানভিত্তিক উদ্যোগ**

- মসজিদে নৈতিকতা বিষয়ে খুতবা ও আলোচনা

- মাহফিল, হালকা, কুরআন পাঠে নৈতিক শিক্ষা জোরদার
- ইমামদের মাধ্যমে সমাজে সদাচরণ ও সততার বার্তা ছড়িয়ে দেওয়া।

**iv)গণমাধ্যম ও সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার**

- নৈতিকতা প্রচারে ভিডিও, লেখনী, পডকাস্ট তৈরি করা
- মিথ্যা, অশ্লীলতা ও অপসংস্কৃতি রোধে সচেতনতা
- জনপ্রিয় ইসলামি বক্তাদের মাধ্যমে প্রচার অভিযান

**v) সামাজিক উদ্যোগ ও ক্যাম্পেইন**

- নৈতিকতা সপ্তাহ পালন (স্কুল/মহল্লাভিত্তিক)
- তরুণদের নিয়ে 'সততা ক্লাব', 'সেবাশীলতা মঞ্চ' গঠন
- বয়স্ক ও অভিজ্ঞদের দিয়ে নৈতিক পরামর্শক দল গঠন

**vi)আইন ও প্রশাসনিক ব্যবস্থা**

- দুর্নীতি, অন্যায় আচরণ, মিথ্যা সাক্ষ্যের বিরুদ্ধে কঠোর অবস্থান
- জনসচেতনতা বাড়াতে স্থানীয় প্রশাসনের সহযোগিতায় সভা-সেমিনার

নৈতিকতা ছাড়া সমাজের উন্নয়ন সম্ভব নয়। সমাজে ন্যায়, সত্য ও সদাচরণ প্রতিষ্ঠা করতে হলে ব্যক্তি, পরিবার, শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান, ধর্মীয় সংগঠন ও রাষ্ট্র—সবাইকে একসঙ্গে কাজ করতে হবে।

**"আল্লাহ ন্যায়ের আদেশ দেন, সদাচরণ ও আত্মীয়-স্বজনের হক আদায়ের আদেশ দেন।"**

*(সূরা নাহল, আয়াত ৯০)*

## ৬.৩ সৎ জীবন যাপন ও চরিত্র গঠনের প্রস্তুতি:

**সৎ জীবনযাপন ও চরিত্র গঠনের জন্য প্রস্তুতি**—এটি একজন মুসলমানের জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ বিষয়, কারণ ইসলাম শুধু বিশ্বাসে নয়, **চরিত্র ও কর্মেও পরিপূর্ণতা চায়**। কুরআন ও হাদীসে রাসূল (সা.)-কে "চরিত্রের সর্বোত্তম আদর্শ" বলা হয়েছে।

নিচে একটি **ধারাবাহিক প্রস্তুতি পরিকল্পনা** দেওয়া হলো, যা একজন ব্যক্তি বাস্তব জীবনে অনুসরণ করে সৎ জীবন ও ভালো চরিত্র অর্জন করতে পারেন:

**i). আত্মশুদ্ধির নিয়ত ও আত্মজিজ্ঞাসা (মুহাসাবা)**

- প্রতিদিন নিজেকে প্রশ্ন করা:
    - আমি কি আজ সত্য বলেছি?
    - কাউকে কষ্ট দিয়েছি?
    - কোনো গুনাহ করেছি?
- প্রতিদিন রাতে ২ মিনিট করে আত্মবিশ্লেষণ (মুহাসাবা)

**ii) ইসলামি জ্ঞান অর্জন ও আমল শুরু**

- **চরিত্র গঠনের আয়াত ও হাদীস মুখস্থ** করা (যেমন: সত্যবাদিতা, ধৈর্য, ক্ষমাশীলতা)
- **রাসূল (সা.) ও সাহাবিদের চরিত্র অধ্যয়ন**
- ছোট ছোট ভালো কাজের অভ্যাস গড়া (সালাম দেওয়া, দয়া, গীবত থেকে বিরত থাকা)

**iii) খাঁটি ইবাদতের মাধ্যমে অন্তর নির্মল করা**

- পাঁচ ওয়াক্ত নামাজ নিয়মিত আদায়
- প্রতিদিন ১০০ বার ইস্তেগফার
- প্রতি সপ্তাহে ১-২ দিন নফল রোজা (সোম ও বৃহস্পতিবার)

**iv). আত্মনিয়ন্ত্রণ চর্চা**

- রাগ নিয়ন্ত্রণ, অভ্যাস পরিবর্তন
- গোপন গুনাহ ও মন-ভিত্তিক দুর্বলতা থেকে বেরিয়ে আসার চেষ্টা

**v)সেবামূলক কাজ ও দায়িত্বশীলতা**

- অসহায়কে সাহায্য, দান, স্বেচ্ছাসেবী কাজে অংশগ্রহণ
- পরিবার ও সমাজে দায়িত্বপূর্ণ আচরণ

সৎ জীবন ও চরিত্র গঠনের জন্য প্রয়োজন **আন্তরিক নিয়ত, ধারাবাহিক চেষ্টা এবং দ্বীনের নির্দেশনায় পরিচালিত জীবনধারা**।

**"তোমাদের মধ্যে উত্তম সেই, যার চরিত্র উত্তম।"** — *(সহীহ বুখারী)*

# অধ্যায়-৭

## ৭.১আমলী অধঃপতন রোধে সফল উদ্যোগদের পর্যালোচনা-

**আমলী অধঃপতন রোধে সফল উদ্যোগদের পর্যালোচনা** করা মানে হলো—ইসলামের ইতিহাস ও বাস্তব সমাজে যেসব পদ্ধতি, প্রচেষ্টা বা পরিকল্পনা বাস্তবায়ন করে মানুষকে পুনরায় আল্লাহমুখী, আমলদার ও নৈতিক বানানো সম্ভব হয়েছে—তা বিশ্লেষণ করা। নিচে কিছু **সফল উদ্যোগের পর্যালোচনা** তুলে ধরা হলো-

### i) মসজিদভিত্তিক আত্মগঠন কর্মসূচি-

অনেক দেশে বা এলাকায় মসজিদকে শুধু নামাজের স্থান নয়, বরং ইসলামী শিক্ষা, যিকির, তাফসির ও আত্মশুদ্ধির কেন্দ্র বানানো হয়েছে।

**ফলাফল:**

- মুসল্লিদের ধারাবাহিক দ্বীনী আমলে অংশগ্রহণ
- তরুণরা মসজিদমুখী হয়েছে
- গাফেল মানুষের পরিবর্তন শুরু হয়।

### ii). সাপ্তাহিক ইজতেমা/হালকা (দ্বীনী বৈঠক)-

তাবলিগ জামাত, বিভিন্ন দাওয়াতি সংস্থা ও ব্যক্তিগত উদ্যোগে এলাকার লোকজনকে নিয়ে সাপ্তাহিক দারস বা হালকা হয়।

**ফলাফল:**

- গাফেল ব্যক্তিরা দ্বীনের দাওয়াত পেয়ে সচেতন হন
- আমলে ধারাবাহিকতা আসে
- মানুষের মনে দ্বীন ও আল্লাহর ভয় বৃদ্ধি পায়।

### iii)ব্যক্তিগত মুরুব্বি বা দ্বীনী পরামর্শদাতা রাখা-

অনেকেই নিজের আত্মিক উন্নতির জন্য একজন দ্বীনী আলিম বা মুরুব্বির সঙ্গে সম্পর্ক গড়ে তোলেন।

**ফলাফল:**

- নিজেকে প্রশ্ন করার someone পাওয়া যায়

- ধারাবাহিক ইবাদত ও আত্মনিয়ন্ত্রণের অনুশীলন গড়ে ওঠে
- অন্তরে তাওবা ও তাকওয়ার ধারাবাহিকতা তৈরি হয়

**iv)ইসলামি তারবিয়াত কোর্স ও সেমিনার-**

সংগঠিতভাবে ইসলামি চিন্তা, নৈতিকতা, চরিত্র গঠনের কোর্স চালু করা হয়।

**ফলাফল:**

- একসঙ্গে অনেক মানুষ সচেতন হয়
- জ্ঞান ও আমলে ভারসাম্য তৈরি হয়
- তরুণদের মাঝে দ্বীনি চেতনা জাগে

**iv). ডিজিটাল দাওয়াহ উদ্যোগ-**

ইউটিউব, ফেসবুক, টেলিগ্রাম ইত্যাদিতে ইসলামি শিক্ষা ও আমলের গুরুত্ব তুলে ধরা।

**ফলাফল:**

- গাফেলরা ঘরে বসেই সচেতন হচ্ছে
- নামাজ, কুরআন, হিজাব, দানের প্রতি আগ্রহ বাড়ছে
- তরুণদের মনোযোগ ইসলামি কনটেন্টে আসছে।

**সার্বিক পর্যালোচনা:**

এই সব উদ্যোগের মূল সাফল্যের কারণ ছিল:

- **দ্বীনের কথা নিয়মিত শোনা ও বলা**
- **সৎ পরিবেশ সৃষ্টি**
- **কঠোরতা নয়, দাওয়াহ ও প্রেরণার মাধ্যমে আগ্রহ তৈরি**
- **আল্লাহভীতি ও আখিরাত চেতনার জাগরণ**

পবিত্র কোরআনে এসেছে

**"তোমরা সত্য ও ধৈর্যের মাধ্যমে একে অন্যকে উপদেশ দাও।"** *(সূরা আসর:৩)*

## ৭.২ভবিষ্যৎমুখী কার্যকর পদক্ষেপের প্রয়োজনীয়তা-

**আমলী অধঃপতন প্রতিরোধে ভবিষ্যতে কার্যকর পদক্ষেপের প্রয়োজনীয়তা** অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ, কারণ বর্তমান যুগে প্রযুক্তি, ভোগবাদ, এবং ধর্মীয় উদাসীনতার কারণে মানুষ আমলহীনতায় আক্রান্ত হচ্ছে। ভবিষ্যৎ প্রজন্মকে আমলদার ও আল্লাহভীরু করতে হলে আমাদের এখনই সুদূরপ্রসারী পরিকল্পনা গ্রহণ করতে হবে।

**i). দ্বীন ভিত্তিক পারিবারিক পরিবেশ গঠন**

- ভবিষ্যৎ মুসলিম প্রজন্ম যেন ছোটবেলা থেকেই নামাজ, কুরআন, আদব-আখলাক শেখে
- বাবা-মা'র জন্য parenting প্রশিক্ষণ—যাতে তারা সন্তানকে ইসলামি মানসিকতায় গড়তে পারেন

**ii)ইসলামি শিক্ষার আধুনিকায়ন**

- পাঠ্যবইয়ে নৈতিক শিক্ষা ও ইসলামী আদর্শকে আধুনিক ভাষায় সংযোজন
- মাদরাসা ও সাধারণ শিক্ষার মধ্যে সেতুবন্ধন
- কুরআন-হাদীসের শিক্ষা জীবনঘনিষ্ঠভাবে উপস্থাপন

**iii)তরুণদের জন্য বাস্তবভিত্তিক ইসলামি প্ল্যাটফর্ম**

- ইসলামি ক্যারিয়ার গাইডলাইন, কাউন্সেলিং, ইসলামী লাইফ কোচিং
- ইসলামি বই, ভিডিও, অ্যাপের মাধ্যমে সচেতনতা
- ইসলামি স্কিল ডেভেলপমেন্ট প্রোগ্রাম (ethical entrepreneurship)

**iv)সমাজে সৎ নেতৃত্ব সৃষ্টি**

- ধর্মভীরু, আমলদার নেতা গড়ে তুলতে তরুণদের নেতৃত্ব প্রশিক্ষণ
- স্থানীয় পর্যায়ে দাওয়াহ প্রতিনিধি/ইমামদের দক্ষতা উন্নয়ন
- আলেম-দাঈদের সামাজিকভাবে মর্যাদা বৃদ্ধি

**v). ইসলামি মিডিয়া ও প্রযুক্তির ব্যবহার**

- ইউটিউব, সোশ্যাল মিডিয়ায় আকর্ষণীয় ইসলামি কনটেন্ট
- Netflix/YouTube-এর বিকল্প ইসলামি প্ল্যাটফর্ম
- অশ্লীলতা ও গাফেলতার বিরুদ্ধে সচেতনতা ক্যাম্পেইন

**vi) আত্মগঠনমূলক আন্দোলন/প্রচারণা চালু**

- "ফিরে চলো আল্লাহর পথে", "নামাজ ফিরে পাও"–এই ধরনের জাতীয় পর্যায়ের ক্যাম্পেইন
- কর্মজীবীদের জন্য আত্মগঠনের ক্লাব, দাওয়াহ প্রোগ্রাম
- সময়ানুযায়ী তাওবা ও আত্মশুদ্ধির কর্মসূচি

আমলী অধঃপতন রোধের ভবিষ্যৎ পদক্ষেপ কেবল তাত্ত্বিক না, **বাস্তবায়নযোগ্য, প্রযুক্তিনির্ভর ও প্রজন্মভিত্তিক** হতে হবে।

আল্লাহ পাক পবিত্র কুরআনে বলেছেন,

**"নিশ্চয়ই আল্লাহ কোনো জাতির অবস্থা পরিবর্তন করেন না, যতক্ষণ না তারা নিজেরা নিজেদের অবস্থা পরিবর্তন করে।"** *(সূরা রা'দ: ১১)*

## ৭.৩ উপসংহার-

আমলী অধঃপতন একজন মুসলমানের আত্মিক দুর্বলতার প্রতিচ্ছবি, যা ধীরে ধীরে তাকে পাপ, গাফলতি ও ঈমানহীনতার দিকে ঠেলে দিতে পারে। তবে ইসলামে আশা হারানোর কোনো স্থান নেই। আল্লাহ তাআলা তাওবাকারীদের ভালোবাসেন এবং তাঁদের জন্য পথ খোলা রেখেছেন।

আমলী অধঃপতন থেকে মুক্তির জন্য সবচেয়ে জরুরি হলো:

আন্তরিক তাওবা,

ফরজ ইবাদতে দৃঢ়তা,

কুরআন-হাদীসের আলোকে জীবন গড়া,

এবং সৎ, সচেতন পরিবেশে নিজেকে সংযুক্ত রাখা।

প্রতিদিন ছোট ছোট আমলের মাধ্যমে, নিজের অন্তরকে জাগ্রত করে, আমরা আবার ইসলামের মূল রাস্তায় ফিরে আসতে পারি।

**আল্লাহ বলেন:**

*"আল্লাহ কোনো জাতির অবস্থা পরিবর্তন করেন না, যতক্ষণ না তারা নিজের অবস্থা নিজে পরিবর্তন করে।"*

(সূরা রা'দ: ১১)

সুতরাং আজ থেকেই নিজের আমল ঠিক করা শুরু হোক; কারণ এখনও সময় আছে, দরজা খোলা—**আল্লাহ আমাদের জন্য অপেক্ষা করছেন।**

আমলী অধঃপতন কেবল ব্যক্তিগত দুর্বলতা নয়, এটি এক সামাজিক, পারিবারিক ও প্রজন্মগত সংকট। এই অবক্ষয় রোধে শুধু বর্তমান নয়, ভবিষ্যতের জন্যও দূরদর্শী ও কার্যকর পরিকল্পনা গ্রহণ আবশ্যক। আল্লাহভীতি, নৈতিকতা ও দ্বীনি চেতনায় গড়া একটি সমাজ তখনই সম্ভব, যখন পরিবার, শিক্ষা, প্রযুক্তি, নেতৃত্ব ও দাওয়াহ—সব ক্ষেত্রেই সম্মিলিতভাবে দ্বীনকে প্রাধান্য দেওয়া হবে।

তরুণদের হাতে যখন কুরআনের আলো ও প্রযুক্তির শক্তি একসঙ্গে তুলে দেওয়া হবে, তখন আমলী অধঃপতন নয়, বরং একটি আলোকিত, আমলদার সমাজ গড়ে উঠবে ইনশাআল্লাহ। আমাদের করণীয় এখনই শুরু করা—পরিবার থেকে সমাজ পর্যন্ত **চরিত্র, ইবাদত ও তাকওয়ার চর্চা ছড়িয়ে দেওয়া**।

**“যে কেউ আল্লাহকে ভয় করে, আল্লাহ তার জন্য নিষ্কৃতির পথ খুলে দেন এবং তাকে এমন উৎস থেকে রিজিক দেন যা সে কল্পনাও করেনি।”** *(সূরা তালাক: ২-৩)*

## রেফারেন্স

সুরা তাকাসুর :১-২
মুসলিম
সুরা ইউসুফ আায়াত- ৫৩
সুরা তওবা-১১৯
আবু দাউদ-তিরমীজি
সহীহ মুসলিম ১০১৫
তিরমীযি
সুরা ইউসুফ :৮৭
সুরা তালাক:২-৩
সুরা মুত্বফ্ফিফীন- ১৪
সুরা আস ছফ-৫
সুরা ত্বহা-১২৪
সুরা ত্বহা- ১২৪
সুরা আনকাবুত-৪১
সুরা হুদ- ৩
সুরা নুর :৩০-৩০
সুরা আল ইমরান-৭৬
সুরা আনফাল-২৯
সুরা মায়িদা-২৭
তিরমীযি-২৩১
বায়হাকি,শু'আবুল ইমান
সুরা আল ইমরান-১৮৫
বুখারী
সুরা হুজুরাত- ১২
সুরা তওবা- ১০৩
তিরমিজি

তিরমিজি ২৬১৬
বুখারী ও মুসলিম
সুরা ইসরা- ৯
সুরা বাক্করা- ২
সুরা হাদীদ -১৬
মুসলিম
সুরা ইমরান- ৮
সুরা নুর -৩১
সহীহ বুখারী ও মুসলিম
সুরা আহকাফ -১৩
সুরা আনকাবুত -৬৯
সুরা নাহল -৯০
সহীহ বুখারী
সুরা আসর -৩
সুরা রদ -১১
সুরা তালাক -২,৩