Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

রিসার্চের বিষয়ঃ

আত্মার ব্যাধি ও তার প্রতিকার

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: মুজিবুর রহমান

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

মোছাঃ শারমিন সুলতানা

রোলঃ 227020704

২৯ নভেম্বর,২০২৪ ইং

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

রিসার্চের বিষয়ঃ

আত্মার ব্যাধি ও তার প্রতিকার

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

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: মুজিবুর রহমান

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

মোছাঃ শারমিন সুলতানা

রোলঃ 227020704

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

প্রত্যয়ন পত্র

এই মর্মে প্রত্যয়ন করা যাচ্ছে যে, " আত্মার ব্যাধি ও তার প্রতিকার " বিষয়ক গবেষণাপত্র টি আমার তত্ত্বাবধানে ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ ডিপার্টমেন্ট থেকে মোছাঃ শারমিন সুলতানা, আইডিঃ 227020704 বিচক্ষনতার সাথে সম্পন্ন করেছেন।

(স্বাক্ষর)

(স্বাক্ষর)

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: মুজিবুর রহমান
রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট
ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

এক্সটারনালঃ

মাও: আরমান হোসাইন
কুরআন ট্রান্সলেশন ডিপার্টমেন্ট
ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

ঘোষণাপত্র

আমি নিম্নস্বাক্ষরকারী এ মর্মে ঘোষণা করছি যে, " আত্মার ব্যাধি ও তার প্রতিকার " শিরোনামে এই গবেষণাপত্র ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসার (Islamic Online Madrasah – IOM) ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ বিভাগের মুফতি: মুজিবুর রহমান 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।

শারমিন সুলতানা

(স্বাক্ষর)

মোছাঃ শারমিন সুলতানা

আইডিঃ 227020704

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ।

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা।

তারিখঃ

২৯ নভেম্বর, ২০২৪ ইং

সূচিপত্র

ভূমিকা..5
অন্তর বা আত্মার রোগ কি?...6
আত্মার ব্যাধিসমুহ...7
*অহংকার...7
*হিংসা 8
*লোভ-লালসা...9
*গীবত 9
*রাগ.. 11
*দুনিয়াপ্রীতি 12
*হারামে আসক্ত... 13
*কুদৃষ্টি 14
*কৃপনতা.. 15
*আত্মতুষ্টি ও আত্মপ্রশংসা.. 16
ও তার প্রতিকার... 17
*ঈমান ও বেশি বেশি আল্লাহকে স্মরণ.. 17
*তাওবা ও ইস্তেগফার.. 17
*তাওয়াক্কুল 18
*কুরআন তিলোওয়াত...19
*নেক আমল 19

*যিকির 20

*ইলম অর্জন... 21

*আত্মসমালোচনা 21

*দু'আ 22

*মৃত্যুকে স্মরণ 22

ভূমিকা

সমস্ত প্রশংসা আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলা জন্য। দরুদ ও সালাম নবীগণের সেরা ও সর্বশ্রেষ্ঠ নবী আমাদের প্রিয় নবী মুহাম্মদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম ও তার পরিবার-পরীজন ও তার সঙ্গী-সাথিদের জন্য।

মানুষের শরীর যেমন অসুস্থ হয় তেমনি অন্তরও ব্যাধিতে আক্রান্ত হয়। শরীরের সুস্থতার জন্য ওষুধ সেবন প্রয়োজন।অন্তরের ব্যাধির জন্য আত্মশুদ্ধি জরুরি।আমার স্বল্প জ্ঞান থেকে আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলা "আত্মার ব্যাধি ও তার প্রতিকার " নিয়ে কিছু কথা লেখার তৌফিক দিয়েছেন। আলহামদুলিল্লাহ।এই লেখায় যা কিছু সুন্দর, পরিমার্জিত মনে হবে তার সব আল্লাহ তা'আলা পক্ষ থেকে।আর যা কিছু ভুল-ক্রটি তা আমার দায়। আল্লাহ তা'আলা আমায় ক্ষমা করুন।

IOM-এর সাথে সংশ্লিষ্ট সবাইকে আল্লাহ তা'আলা কবুল করুন।আমীন।

অন্তর বা আত্মার রোগ কি?

মানুষ শুধু দেহসর্বস্ব জীব নয়।আল্লাহ তা'আলা মানুষকে দৈহিক অবয়বের সাথে সুন্দর একটা অন্তর দিয়েছেন।

এই অন্তর হল পরিকল্পনাকারী।যার মাধ্যমে মানুষ ভাল-মন্দের সিদ্ধান্ত নিতে পারে। আল্লাহ তা'আলা বান্দার অন্তর দেখেন।অন্তর ভালো থাকলে,মানুষের কাজ ভালো লাগে। আবার এই অন্তর ভালো না থাকলে, কাজে মনোযোগ থাকে না,অগোছালো ও অসুন্দর হয়।শরীর যেমন অসুস্থ হয় তেমনি অন্তরের রোগ হয়।শরীরের অসুস্থতার কথা মানুষ জানে কিন্তু অন্তরের রোগ সম্পর্কে অজ্ঞ।আর অন্তর কঠিন হয়ে গেলে মানুষের জন্য গুনাহ সহজ হয়ে যায়। প্রতিনিয়ত মানুষের অন্তরের খোঁজ নেওয়া দরকার।

তিন জায়গায় তোমার অন্তরের খোঁজ নাও,

- কুরআন শোনার সময়,
- যিকিরের মাজলিসে,
- নির্জনতায়।

যদি এই জায়গাগুলোতে অন্তরকে উপস্থিত না পাও (বরং বিক্ষিপ্ত থাকে), তাহলে আল্লাহর কাছে চাও - আল্লাহ যেন তোমাকে একটা অন্তর দান করেন। কারণ তোমার 'অন্তর'ই নেই।

- ইবনু কায়্যিমিল জাওযিয়্যাহ রহ. (আল-ফাওয়াইদ)

গুনাহ করতে করতে অন্তর রোগাক্রান্ত হয়ে পড়ে।একটা গুনাহ করলে একটা দাগ পড়ে।বান্দা তাওবা করলে আল্লাহ তা'আলা মুছে দেন।কিন্তু বারবার গুনাহ করতে করতে অন্তর কঠিন হয়ে যায়।

আল্লাহ তা'আলা বলেন,

كَلَّا بَلْ ۜ رَانَ عَلٰى قُلُوْبِهِمْ مَّا كَانُوْا يَكْسِبُوْنَ ۝

(৮৩:১৪)

অর্থ:কখনো নয়, বরং তারা যা অর্জন করত তা-ই তাদের অন্তরসমূহকে ঢেকে দিয়েছে।

আত্মার ব্যাধিসমুহ

*অহংকার

অহংকারকে আরবিতে বলা হয় উম্মুল আমরাজ। এর অর্থ- সকল পাপের জননী। ইসলামের ইতিহাসে প্রথম পাপই হচ্ছে অহংকার। আদম (আ.)-কে সৃষ্টির পর তাকে সেজদা করার জন্য আল্লাহ তাআলা ফেরেশতা এবং ইবলিসকে আদেশ করেন, তখন ফেরেশতারা সেজদায় লুটিয়ে পড়লেন কিন্তু ইবলিস সিজদাহ করল না। আদম (আ.) মাটির তৈরি বলে আর সে আগুনের তৈরি এজন্য। ইবলিস অহংকার করল। ফলে তার অধঃপতন হলো। পবিত্র কোরআনের ভাষায়, ‘সে অস্বীকৃতি জানাল এবং অহংকার করল। আর সে ছিল কাফেরদের অন্তর্ভুক্ত।’ (সুরা বাকারা: ৩৪)

অহংকার হলো নিজেকে অন্যের তুলনায় বড় মনে করা। অন্যকে ছোট ভাবা।অর্থ-বিত্ত, সম্মান ইত্যাদি যেকোনো বিষয়ে নিজেকে বড় জাহির করা অন্যকে তুচ্ছ-তাচ্ছিল্য, অবজ্ঞা করা। অন্তরে এই রোগ বাসা বাধলে মানুষ সত্য-মিথ্যার পার্থক্য বুঝে না। অহংকার মানুষকে আল্লাহর থেকে দূরে সরিয়ে দেয়।অহংকারীকে আল্লাহ পছন্দও করেন না। কুরআন মাজীদে আল্লাহ সুবহানাহু তা'আলা বলেন, وَ لَا تُصَعِّرۡ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَ لَا تَمۡشِ فِی الۡاَرۡضِ مَرَحًا ؕ اِنَّ اللّٰهَ لَا یُحِبُّ كُلَّ مُخۡتَالٍ فَخُوۡرٍ (৩১:১৮)

অর্থ:আর তুমি মানুষের প্রতি অবজ্ঞাভরে তোমার গাল বাঁকা কর না এবং যমীনে উদ্ধতভাবে বিচরণ কর না; নিশ্চয় আল্লাহ কোন উদ্ধত, অহংকারীকে পছন্দ করেন না।

মানুষ তার সামর্থ্য অনুযায়ী নিজেকে গুছিয়ে রাখবে। তবে অন্যকে দেখানো বা অবজ্ঞা করার জন্য নয়।আল্লাহ তা'আলা সৌন্দর্য পছন্দ করেন।

রাসুল (স.) বলেছেন, ‘ওই ব্যক্তি জান্নাতে প্রবেশ করবে না, যার অন্তরে কণা পরিমাণ অহংকার রয়েছে। তখন এক ব্যক্তি প্রশ্ন করল, লোকেরা চায় যে, তাদের পোশাক সুন্দর হোক, জুতা জোড়া সুন্দর হোক। জবাবে তিনি বলেন, নিশ্চয়ই আল্লাহ সুন্দর। তিনি সৌন্দর্য পছন্দ করেন। অহংকার হলো সত্যকে দম্ভের সঙ্গে পরিত্যাগ করা এবং মানুষকে তুচ্ছ জ্ঞান করা।’ (মুসলিম: ৯১)

হাকীমুল উম্মত হযরত থানভী রাহ. কুকুর, বিড়াল ইত্যাদি প্রাণীর নাম নিয়ে নিয়ে বলতেন, আমি এগুলোর চেয়েও খারাপ। আরো খারাপ।

*হিংসা

আরবিতে (হাসাদ) যার শাব্দিক অর্থ হিংসা। কারো ভালো কিছু দেখে সহ্য হয় না হিংসুক ব্যাক্তির। কোনো ব্যাক্তি নেয়ামত,ধন-সম্পদ, প্রাচুর্যের মধ্যে থাকলে হিংসুক তার জন্য অকল্যাণ কামনা করে। শুধু নিজের ধন-সম্পদ হবে এমন আশা করে সর্বদা আর অন্য ব্যাক্তির অধঃপতন হোক এমন চায়।হিংসার ফলে মানুষের একে অন্যের প্রতি ঘৃণা, বিদ্বেষ সৃষ্টি হয়।এই খারাপ গুণ মানুষকে দুনিয়ার প্রতি ভালোবাসা জাগায় এবং এ গুণ ঈমানকে নিঃশেষ করে দেয়। এটি অন্তরের একটি রোগ যা দ্বীন থেকে মানুষকে দূরে সরিয়ে দেয়। আগুন যেমন কাঠকে পুড়িয়ে ছাই করে দেয়, তেমনি হিংসা মানুষের ভালো কাজ, আমল শেষ করে দেয়।একজন মুমিন কখনো অন্য ভাইয়ের ভালো বা কল্যাণ দেখে অসহ্যবোধ বা হিংসুক হতে পারে না।এর ফলে সে নিজেই ক্ষতির সম্মুখীন হবে।আল্লাহ তা'আলা হিংসুক ব্যাক্তিকে পছন্দ করেন না।

আল্লাহ তা'আলা হিংসুকের হিংসা থেকে আশ্রয় চাইতে বলেছেন।
وَ مِنۡ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ ﴿۵﴾
অর্থ:হিংসুকের হিংসা থেকে আশ্রয় প্রার্থনা করো, যখন সে হিংসা করে।
[১১৩:৫]

রাসুলুল্লাহ (সা.) সতর্ক করে দিয়ে বলেছেন, ‘তোমরা অন্যের প্রতি মন্দ ধারণা পোষণ করা থেকে বেঁচে থাকবে, কেননা এরূপ ধারণা জঘন্যতম মিথ্যা। আর কারও দোষ অনুসন্ধান করবে না, কারও গোপনীয় বিষয় অন্বেষণ করবে না, একে অন্যকে ধোঁকা দেবে না, পরস্পর হিংসা করবে না, একে অন্যের প্রতি বিদ্বেষ মনোভাব পোষণ করবে না, পরস্পর বিরুদ্ধাচরণ করবে না, বরং তোমরা সবাই এক আল্লাহর বান্দা হিসেবে পরস্পর ভাই ভাই হয়ে থাকবে।’ (বুখারি ও মুসলিম)

*লোভ-লালসা

আল্লাহ তা'আলা মানুষকে সৃষ্টি করেছেন তার ইবাদাত বন্দেগীর জন্য। ইবাদাত বন্দেগীর জন্য মানুষের বেঁচে থাকা।জীবনের তাগিদে মানুষের মৌলিক চাহিদার প্রয়োজন আছে। চাহিদা পূরণের জন্য মানুষ অর্থের পিছনে ছুটে চলেছে। অর্থের পিছনে ছুটতে গিয়ে মানুষের অন্তরে লোভ-লালসা নামক ব্যাধির জন্ম হয়।যেকারণে যার যত আছে সে তত বেশি চায়। লোভের জন্য মানুষ বাড়ি থাকলে গাড়ি চায়।গাড়ি হলে আরো চায়। এই লোভের জন্য মানুষের চাহিদার শেষ নেই। ধন-সম্পদের প্রাচুর্যর জন্য মানুষ প্রতিযোগিতায় নেমেছে। মানুষ অল্পতে সন্তুষ্ট হতে পারে না। মানুষের এই আরো চায় এই স্বভাব কবরে যাওয়ার আগ পর্যন্ত চলতে থাকবে। লোভ মানুষকে আল্লাহ থেকে দূরে সরিয়ে দেয়। লোভী মানুষকে আল্লাহ পছন্দ করেন না।

আল্লাহ বলেন,(১) أَلۡهَىٰكُمُ ٱلتَّكَاثُرُ
(২) حَتَّىٰ زُرۡتُمُ ٱلۡمَقَابِرَ

অর্থ:'প্রাচুর্যের প্রতিযোগিতা তোমাদেরকে ভুলিয়ে রাখে, যতক্ষণ না তোমরা কবরে উপনীত হও'। [সুরা-তাকাছুর ১-২]

*গীবত

আরবি শব্দ غِيبَةُ (গীবাতুন) থেকে গীবত। গীবত এর অর্থ হলো কুৎসা রটনো, দোষ বর্ণনা করা, সমালোচনা করা, পরনিন্দা করা ইত্যাদি।

কারো অনুপস্থিতিতে তার সম্পর্কে সত্যি কিছু বলা হলো গীবত।
যেকোনো বিষয়ে কথা হতে পারে পরবর্তী যা শুনলে সেই ব্যাক্তি কষ্ট পাবে। চলাফেরা, ওঠাবসা,জ্ঞান, চারিত্র,পোশাক-পরিচ্ছেদ,শারীরিক গঠন ইত্যাদি।মুখে বলাতে নয় শুধু অঙ্গ-প্রত্যঙ্গ দিয়ে কোনো ভাব প্রকাশ করলেও গীবত হয়ে যায়।গীবত মানুষের হক নষ্ট করে। যা বান্দার হকের সাথে সংশ্লিষ্ট পাপ। গীবতকারীকে সেই ব্যাক্তি ক্ষমা না করলে শাস্তি পাবে। এই পাপ বান্দাকে আল্লাহর থেকে দূরে সরিয়ে দেয়।

গীবতকারী কখনো আল্লাহর পছন্দের বান্দা হতে পারে না। কুরআনে গীবতকে মৃত ভাইয়ের মাংস খাওয়ার সাথে তুলনা করা হয়েছে।

একজন মুমিন কখনো অপর ভাইয়ের মাংস খেতে পছন্দ করবে না। কিন্তু মানুষ যখন কথা বলে সে নিজেই জানে না যে গীবত করছে। সত্যিকার দোষ-ত্রুটি তুলে ধরা গীবত আবার মিথ্যা বললে অপবাদ।আল্লাহ মানুষ সম্পর্কে অধিক ধারণা, দোষ -ত্রুটি,সমালোচনা, গীবত করা থেকে দূরে থাকতে বলেছেন।

আল্লাহ তা'আলা বলেন

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبْ , بَعْضُكُمْ بَعْضًا

অর্থ : হে ঈমানদারগণ! তোমরা অনেক ধারণা থেকে বেঁচে থাকো। কেননা কতক ধারণা গুনাহ। এবং তোমরা একে অন্যের দোষ ত্রুটি অন্বেষণ করো না এবং পরস্পর গীবত করো না। (সূরা: হুজরাত, আয়াত: ১২)

গীবত অন্তরের মারাত্মক রোগ।মানুষের ভালো কাজ অর্থাৎ পুণ্য নষ্ট করে দেয় গীবত। গীবত করা কঠিন পাপ। যার পরিণতি জাহান্নাম।

রাসুল (সা.) তার উম্মতকে গীবতের পাপের ভয়ঙ্কর পরিণতি অনেক হাদিসে সতর্ক করেছেন।

হজরত আবু হুরায়রা রাযিআল্লাহ আনহু থেকে বর্ণিত, তিনি বলেন রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন, ‘নিশ্চয়ই বান্দা আল্লাহর সন্তুষ্টির কোনো কথা উচ্চারণ করে, অথচ সে কথার গুরুত্ব সম্পর্কে তার জানা নেই। কিন্তু একথা বলার দ্বারা আল্লাহ তার মর্যাদা অনেকগুণ বাড়িয়ে দেন। আবার অনেক সময় বান্দা আল্লাহর অসন্তুষ্টি কোনো কথা বলে ফেলে, যার পরিণাম সম্পর্কে সে সচেতন নয়, অথচ ওই কথা বলার কারণে সে জাহান্নামে পতিত হবে’ (বুখারি হাদিস, ৬০৩৪)

*রাগ

ক্রোধ এর আরবি প্রতিশব্দ 'গাদাব' যার অর্থ রাগ। যা মানুষের জন্য ক্ষতিকর।রাগের কারণে মানুষ মানসিক ভারসাম্য হারিয়ে ফেলে। ভুল সিদ্ধান্ত নিয়ে বসে। অন্তরের মারাত্মক ব্যাধি রাগ। রাগী ব্যাক্তিকে আল্লাহ পছন্দ করেন না।রাগ আসে শয়তানের পক্ষ থেকে। আল্লাহ তা'আলা শয়তান থেকে মানুষকে আশ্রয় প্রার্থনা করতে বলেছেন।

কুরআন মাজীদে,
আর যদি তোমার মনে শয়তানের পক্ষ থেকে কোন কুমন্ত্রণা আসে তবে আল্লাহর নিকট আশ্রয় চাও। নিশ্চয় তিনি সর্বশ্রোতা, সর্বজ্ঞানী।” (৭-সূরা আল আরাফঃ আয়াত-২০০)

রাগ দূর করার জন্য রাসুল (সা.)বলেন,
'যদি তোমাদের কেউ দাঁড়ানো অবস্থায় রাগান্বিত হয়ে পড়ে, তবে তার উচিত বসে পড়া। যদি তার রাগ কমে যায়, তবে ভালো; নয়তো তার উচিত শুয়ে পড়া। ' (তিরমিজি)।

রাগ মানুষকে আল্লাহর থেকে দূরে সরিয়ে দেয়। রাগ নিয়ন্ত্রণকারীকে আল্লাহ পছন্দ করেন। ভালোবাসেন।

মানুষ রাগের সময় নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করতে পারলে শক্তিশালী হতে পারবে। এবং শয়তানের ওয়াসওসা থেকে দূরে থাকবে।

রাসুল(সা.) বলেন, ‘সে ব্যক্তি শক্তিশালী নয়, যে ব্যক্তি কুস্তি লড়ে অন্যকে ধরাশায়ী করে, বরং প্রকৃতপক্ষে সে ব্যক্তিই শক্তিশালী, যে রাগের সময় নিজেকে সংবরণ করতে পারে। ’ (বুখারি, হাদিস : ৬৮০৯)

*দুনিয়াপ্রীতি

দুনিয়াতে সুখ ও কষ্ট দুটোই আছে।কিন্তু মানুষ কষ্টকে রেখে আরাম-আয়েশ,সুখের জন্য কতকিছুর আয়োজন এই দুনিয়ায়। অথচ আখিরাতে শুধু সুখ আর শান্তি।দুনিয়ার প্রতি ভালোবাসা মানুষকে আখিরাতের কথা ভুলিয়ে রেখেছে। দুনিয়াকে মানুষ আঁকড়ে ধরছে। ক্ষণস্থায়ী দুনিয়াকে পেতে গিয়ে মানুষ চিরস্থায়ী আখিরাতকে হারিয়ে ফেলছে।

দুনিয়াপ্রীতি অন্তরের রোগ। এই রোগ মানুষকে ব্যস্ত বানিয়ে ফেলেছে।যার ফলে মানুষ নামাজে অমনোযোগী, ইলম অর্জন অনাগ্রহী,নফল ইবাদাত ছেড়ে দেওয়া,আমল কম বা না করা।

আল্লাহর সাথে বান্দার সম্পর্ক গভীর হয় নামাজের মাধ্যমে। অথচ নামাযে দাঁড়িয়েও মানুষ দুনিয়ার চিন্তা করছে।দুনিয়াপ্রীতি মানুষকে আল্লাহর থেকে দূরে সরিয়ে দেয়।

দুনিয়ার পিছনে ছুটতে গিয়ে মানুষ মৃত্যুকে বেমালুম ভুলে গেছে। অথচ মৃত্যুর মাধ্যমে এই দুনিয়ার জীবনের সমাপ্তি ঘটবে।
আল্লাহর কাছের বান্দা হতে হলে দুনিয়াকে ছেড়ে আখিরাতের কাজ বেশি করতে হবে।
আল্লাহ তা'আলা বলেন,

اَللّٰهُ یَبۡسُطُ الرِّزۡقَ لِمَنۡ یَّشَآءُ وَ یَقۡدِرُ ؕ وَ فَرِحُوۡا بِالۡحَیٰوۃِ الدُّنۡیَا ؕ وَ مَا الۡحَیٰوۃُ الدُّنۡیَا فِی الۡاٰخِرَۃِ اِلَّا مَتَاعٌ

(১৩:২৬)

অর্থ:. আল্লাহ যার জন্য ইচ্ছে তার জীবনোপকরণ বৃদ্ধি করেন এবং সংকুচিত করেন; কিন্তু এরা দুনিয়ার জীবন নিয়েই আনন্দিত, অথচ দুনিয়ার জীবন তো আখিরাতের তুলনায় ক্ষণস্থায়ী ভোগমাত্র।

দুনিয়া মুমিনের জন্য কষ্টের জায়গা।আল্লাহ তার বান্দাকে পরীক্ষা করেন কখনো সুখ ও কখনো কষ্ট দিয়ে। দুনিয়া হলো পরীক্ষার জায়গা।

আবু হুরায়রা (রা.) বলেন, রাসূলুল্লাহ (সা.)বলেছেন, ‘দুনিয়া মুমিনের জন্য জেলখানা এবং কাফেরের পক্ষে জান্নাত’ (মুসলিম, মিশকাত হা/৫১৫৮)।

*হারামে আসক্ত

হারামে আসক্ত অন্তরের ব্যাধি । হারাম হলো আল্লাহ তা'আলা যা নিষিদ্ধ করেছেন। হারাম থেকে দূরে থাকা ফরয।আল্লাহ তার বান্দার জন্য কিছু জিনিস হালাল করেছেন,আবার কিছু জিনিস হারাম করেছেন।হারাম যা পরিত্যাগ করতে হবে। আল্লাহ হারামের নিকটে যেতে নিষেধ করেছেন। হারামসমুহ আল্লাহর সীমারেখা।

মানুষ তার মাল, ধন-সম্পদ, খাদ্য ইত্যাদি হালাল কিনা বিবেচনা করে না। হারামে আসক্ত মানুষকে আল্লাহর স্মরণ থেকে দূরে রাখে। হারামের সাথে জড়িত এমন বান্দাকে আল্লাহ ভালোবাসেন না। এরুপ মানুষের জন্য শাস্তির ব্যবস্থা করে রেখেছেন আল্লাহ।

আল্লাহ তা'আলা সীমাঅতিক্রমকারী ও হারামে আসক্তকে ভীতিপ্রদর্শন করেছেন।
"যে আল্লাহ ও তাঁর রাসূলের আদেশের অবাধ্যতা করে এবং তাঁর সীমারেখাসমূহ লংঘন করে, আল্লাহ তাকে আগুনে প্রবেশ করাবেন। সেখানে সে চিরস্থায়ী হবে। আর তার জন্য রয়েছে লাঞ্ছনাদায়ক শাস্তি”। [৪: ১৪]

আবু হুরায়রা (রা.) বলেন, রাসূল(সা.) বলেছেন মানুষের সম্মুখে এমন এক যুগ আসবে যে, কেউ পরওয়া করবে না কি উপায়ে মাল লাভ করল; হারাম না হালাল উপায়ে (বুখারী, মিশকাত হা/২৭৬১)।

*কুদৃষ্টি

কুদৃষ্টি

কুদৃষ্টি হলো পরনারী বা পরপুরুষ এর প্রতি কামনা -বাসনার সঙ্গে দৃষ্টিপাত করা।চোখ দেখে বলে অন্তর অনুধাবন করে এবং খারাপ চিন্তা মাথায় আসে। নামাজী,ধার্মিক,রোজাদার ব্যাক্তিরাও এই রোগে আক্রান্ত। দৃষ্টি সকল গুনাহ এর উৎস।চোখের অপব্যবহার যা সরাসরি অন্তরকে আক্রান্ত করে।অন্তরের ভালো এবং মন্দ চিন্তা সব বিষয়ে আল্লাহ খরব রাখেন।আল্লাহ স্বয়ং সতর্ক করেছেন।
আল্লাহ তা'আলা বলেন,

﴿يَعۡلَمُ خَآئِنَةَ ٱلۡأَعۡيُنِ وَمَا تُخۡفِي ٱلصُّدُورُ﴾

“তিনি চক্ষুর অপব্যবহার এবং অন্তরের গোপন বস্তু সম্পর্কেও অবগত”। [সূরা মু'মিন/গাফির, আয়াত: ১৯]

ঘর থেকে বাইরে বের হলেই দৃষ্টির হেফাজত কঠিন।চারিদিকে এমন দৃশ্য যা থেকে চোখ দূরে সরিয়ে রাখা কষ্টসাধ্য।কুদৃষ্টি অন্তরের মারাত্মক ব্যাধি।এই ব্যাধি আত্মার শুদ্ধির ক্ষেত্রে বড় বাধা।অন্তরকে শুদ্ধ রাখতে দৃষ্টি নিম্নগামী রেখে চলাচল করতে হবে।

রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন,“তোমাদের চোখ নিম্নগামী করো এবং লজ্জাস্থান হিফাযত করো”।[আহমদ: ৫/৩২৩; হাকিম: ৪/৩৫৮,]

হঠাৎ চোখ পড়ে গেলে দ্রুত সরিয়ে নিতে হবে। ইচ্ছাকৃত দৃষ্টিপাত করলে গুনাহ হবে। রাসুল(সা.) এই বিষয়ে সতর্ক করেছেন।

রাসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন,“হে ‘আলী! বার বার দৃষ্টি ক্ষেপণ করো না। কারণ, হঠাৎ দৃষ্টিতে তোমার কোনো দোষ নেই। তবে ইচ্ছাকৃত দ্বিতীয় দৃষ্টি অবশ্যই দোষের”।[আবু দাউদ, হাদীস নং ২১৪৯; তিরমিযী, হাদীস নং ২৭৭৭;]

*কৃপনতা

মানুষ ধন-সম্পদ ব্যয় করতে চায় না ভবিষ্যৎতের জন্য।যা জমা করে রাখে।অনেক সময় প্রয়োজনীয় কাজও পুরণ করে না।শয়তান তাদের ধোঁকায় ফেলে রেখেছে এবং মানুষ সম্পদের চূড়া বানাতে চায়।মানুষ মনে করে এই অর্থ সম্পদ সে নিজে থেকে পেয়েছে একান্ত তারই।সম্পদের একমাত্র মালিক আল্লাহ।আল্লাহ তা'আলা তার কিছু বান্দাকে ধন -সম্পদ, টাকা -পয়সা দিয়ে পরীক্ষা করেন। যে বান্দা তার প্রয়োজনে এবং আল্লাহ পথে দান করে কি না।কিন্তু মানুষ কৃপনতা করে।সম্পদ, টাকা -পয়সা নিয়ে কৃপনতা করার জন্য কিয়ামতের দিন এই সম্পদ তার গলায় ফাঁস হবে।
কুরআন মাজীদে আছে,
"আর আল্লাহ নিজ অনুগ্রহে তাদেরকে যা দিয়েছেন তা নিয়ে যারা কৃপনতা করে তারা যেন এটাকে কল্যাণকর মনে না করে,বরং তা তাদের ন্য অকল্যাণকর।যা নিয়ে তারা কার্পণ্য করবে তা দিয়ে তাদের গলায় বেড়ি পরানো হবে। আসমানসমুহ ও জমিনের স্বত্তাধিকার একমাত্র আল্লাহরই।"(৩:১৮০)

অনেক মানুষ আছে যারা নিজে কার্পণ্য করে আবার অন্যকেও বলে।
অন্তরের মারাত্মক ব্যাধি এই কৃপনতা।আল্লাহ তা'আলা থেকে দূরে সরিয়ে দেয়।তিনি কৃপনতা পছন্দ করে না।আল্লাহ তা'আলার কোন অভাব নেই,তিনি অভাব থেকে মুক্ত।তিনি তার বান্দাকে দিলেও তাঁর ভান্ডার থেকে বিন্দু পরিমাণও শেষ হবে না।যারা কার্পণ্য করে প্রকৃতপক্ষে তারা নিজেদের উপর কৃপনতা করে থাকে।
আল্লাহ তা'আলা বলেন,
"শোনো,তোমরাই তো তারা,যাদের আহবান জানানো হচ্ছে, আল্লাহর পথে ব্যয় করো। তোমাদের কেউ কেউ কৃপনতা করছে। যারা কৃপনতা করছে, তারা নিজেদের উপর কৃপনতা করছে।আল্লাহ অমুখাপেক্ষী এবং তোমরাই মুখাপেক্ষী।" (৪৭:৩৮)

*আত্মতুষ্টি ও আত্মপ্রশংসা

আত্মতুষ্টি ও আত্মপ্রশংসা

সকল শ্রেণির মানুষের মধ্যে এই ব্যাধি ছড়িয়ে।নিজের গুণ, অর্জন, কর্মক্ষেত্র ইত্যাদি নিয়ে আত্মতুষ্টি ।আত্মতুষ্টি মানুষকে সামনের দিকে অগ্রসরকে থামিয়ে দেয়।আত্মতুষ্টি মানুষের উন্নতিতে ব্যাহত করে।উন্নতির সর্বোচ্চ চূড়ায় পৌঁছে গেছি এমন না ভাবা। কারণ দ্বীনের পথে উন্নতির শেষ নেই।মানুষ কাজ করে যাবে আল্লাহর জন্য ।নিজের কাজে নিজে সন্তুষ্ট হলে হবে না ।মানুষকে তার সবকিছু আল্লাহর সন্তুষ্টির জন্য করতে হবে।

আত্মপ্রশংসা অন্তরের ব্যাধি।মানুষ তার নিজের গুণাবলি, সৌন্দর্যের প্রশংসা অন্যের মুখে থেকে শুনতে পছন্দ করে।ইখলাস ও আমলকে ধ্বংস করে এই ব্যাধি ব্যাপকভাবে ছড়িয়ে।আমরা নিজের প্রশংসা শুনি কিন্তু অন্যের আত্মপ্রশংসা শুনতে পছন্দ করি না।আল্লাহভীরু ও ব্যক্তিত্বসম্পন্ন মানুষ এই ব্যাপারে সচেতন থাকবে।এই ব্যাধি মানুষের নেকআমলকে ধ্বংস করে দেয়।

আল্লাহ তা'আলা বলেন,

فَلَا تُزَكُّوٓا اَنۡفُسَكُمۡ ؕ هُوَ اَعۡلَمُ بِمَنِ اتَّقٰى﴿۳۲﴾

অর্থ:"তোমরা নিজেদের প্রশংসার পাত্র দাবি করো না।তিনি ভালো জানেন -কে মুত্তাকি।" (৫৩:৩২)

ও তার প্রতিকার

*ঈমান ও বেশি বেশি আল্লাহকে স্মরণ

অন্তরের চাবি হলো ঈমান।সর্বপ্রথম ঈমান আনতে হবে আল্লাহর উপর।তিনি ছাড়া সত্যি কোনো ইলাহ নেই।মুহাম্মাদ (সা.) তার বান্দা ও রাসুল।ঈমান ঠিক না থাকলে আত্মা শুদ্ধ হবে না।ঈমানদারকে তার অন্তর পরিশুদ্ধ রাখতে হবে।

আল্লাহকে বেশি বেশি স্মরণ করতে হবে।আল্লাহকে ভয় করতে হবে। দুনিয়ার কেউ না দেখলেও আল্লাহ তা'আলা আমাদের দেখছেন। কিয়ামতের দিন আল্লাহর সামনে দাঁড়াতে হবে। সব কাজের হিসাব দিতে হবে।

*তাওবা ও ইস্তেগফার

তাওবা হলো ফিরে আসা,প্রত্যাবর্তন করা,লজ্জিত হওয়া।আল্লাহর হুকুম অমান্যকারী যখন তার অপরাধ স্বীকার করে, অনুতপ্ত, অনুশোচিত হয়ে আল্লাহ কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করার নাম তাওবা। তাওবা করে ফিরে আসলে আল্লাহর কাছের বান্দা হতে পারে এবং আত্মশুদ্ধি অর্জন করতে পারে।অন্তরকে পরিশুদ্ধ রাখতে বান্দাকে আল্লাহর দিকে ফিরতে হবে অর্থাৎ তাওবা করতে হবে।

আল্লাহ বলেন,

“নিশ্চয় আল্লাহ তওবাকারীদের ভালবাসেন”[বাকারাঃ২২২]

তাওবা করে ফিরে আসলে বান্দার পূর্বের গুনাহ মাফ করে দেন।নিষ্পাপ শিশুর মতো হয়ে যায়।

রাসূল(সাঃ) বলেন, “তওবাকারীদের কোন গুনাহ থাকে না।।”

অর্থাৎ, তওবার দ্বারা অতি সহজে আল্লাহর সান্নিধ্য লাভ করা যায়।আল্লাহর প্রিয় বান্দা হওয়া যায়।

সব সময় ইস্তেগফার করে আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাইতে হবে। ইস্তেগফার করলে আল্লাহ তার বান্দাকে দয়া মর্যাদা বৃদ্ধি,ক্ষমা,অজানা থেকে রিজিক দান এবং দারিদ্র্যতা দূর করেন।

আল্লাহ তাআলা ইরশাদ করেন—

وَ اسْتَغْفِرُوا اللّٰهَ   اِنَّ اللّٰهَ غَفُوْرٌ رَّحِيْم.ٌ

অর্থ:আর তোমরা আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা কর। নিশ্চয়ই আল্লাহ বড় ক্ষমাশীল ও অতি দয়ালু। —[সূরা বাকারা (০২) : ১৯৯]

তাওবা ও ইস্তেগফার নবী-রাসুলগণের সুন্নাত।

*তাওয়াক্কুল

সকল বিষয়ে আল্লাহর উপর নির্ভর করাই হলো তাওয়াক্কুল।দুনিয়ার সকল উপায়ে সর্বাত্মক প্রস্তুতি নিতে হবে।এক আল্লাহ ছাড়া কারো উপর নির্ভর করা যাবে না।

রাসূল (সাঃ) বলেন,

“তোমরা এমনভাবে তাওয়াক্কুল করো যেমনিভাবে একটি পাখি আল্লাহর প্রতি তাওয়াক্কুল করে।অর্থাৎ সে সকালে বের হয় অনাহারে আর বিকালে ঘরে ফিরবার পূর্বে পেটপূর্ণ হয়ে ফিরে আসে”। [তিরমিযী]

ইমাম গাযযালি(র.) বলেন,”তাওয়াক্কুলের অবস্থা তিন ধরনের হয়।প্রথম অবস্থা হল এমন যে সে সাধারণভাবে আল্লাহের উপর নির্ভর করবে।দ্বিতীয়ত,তাওয়াক্কুল্কারী ব্যক্তির অবস্থা এমন হবে যে একজন শিশু তার প্রতি ঠিক যেমন নির্ভর করে অর্থাৎ তার মাতা ছাড়া আর কারও আশ্রয় লাভ করে না ঠিক তদ্রুপ ঐ ব্যক্তি আল্লাহের প্রতি এমন নির্ভর করে থাকবেন। আর সবশেষ স্তর হল এমন যে সে পৃথিবীর কোন কিছুর প্রতি মুখাপেক্ষী নয় এক আল্লাহ ব্যতীত অন্য কিছুর প্রতি।

সর্বাবস্থায় আল্লাহর উপর তাওয়াক্কুল করতে হবে। তাওয়াক্কুল করলে আত্মা পরিশুদ্ধ হয়।

*কুরআন তিলোওয়াত

আত্মশুদ্ধির জন্য বেশি বেশি কুরআন তিলোওয়াত করা। নফল ইবাদাতের মধ্যে সর্বশ্রেষ্ঠ ইবাদাত হলো কুরআন তিলোওয়াত।কুরআন তিলোওয়াত করলে অন্তর প্রশান্ত হয়। অন্তরের ব্যাধি দূর হয়। আল্লাহ তা'আলা প্রিয় বান্দা হতে সাহায্য করে।অন্তরকে পরিশুদ্ধ করে। আত্মশুদ্ধি অর্জন করা যায়।

*নেক আমল

নেক আমল হলো উত্তম কাজ।ইবাদত বন্দেগীর জন্য আল্লাহ তা'আলা আমাদের পৃথিবীতে পাঠিয়েছেন।নামাজে মনোযোগী হতে হবে, ফরয রোজা,যাকাত,হজ্জ, দান - সদাকাহ করতে হবে।মৃত্যুর পর শুধু নেক আমল সাথে যাবে।অল্প আমল হোক নিয়মিত করে সেই আমল আল্লাহ তা'আলার কাছে খুব প্রিয়।নেক আমল হলো আত্মশুদ্ধির জন্য অন্যতম মাধ্যম।অন্তরের ব্যাধি দূর হয়।

আল্লাহ বলেন,

“আমি জীন এবং ইনসানকে সৃষ্টি করেছি শুধুমাত্র আমার ইবাদত করার জন্য।” [যারিয়াতঃ৫৬]

*যিকির

যিকির হলো আল্লাহকে স্মরণ করা।আল্লাহর স্মরণ মানুষকে গুনাহ থেকে বাঁচিয়ে রাখে। দুনিয়ার কোনো মাখলুক না দেখলেও আল্লাহ তো দেখছেন এই ভীতি কাজ করে।নামাজ,রোজা, হজ্জ এর মাধ্যমে আল্লাহর যিকির করা হয়।কুরআন তিলোওয়াত করলে যিকির করা হয়।

ঈমানদার ব্যাক্তিরা বেশি বেশি আল্লাহকে স্মরণ করে এবং সকাল-সন্ধ্যায় আল্লাহর পবিত্রতা ঘোষণা করে। আর আল্লাহকে স্মরণ করলে তিনিও বান্দাকে স্মরণ করেন।

আল্লাহ তা'আলা বলেন,

"অবশ্যই আল্লাহর স্মরণ সর্বশ্রেষ্ঠ।" (সূরা আনকাবূত ৪৫ আয়াত)

"তোমরা আমাকে স্মরণ কর; আমিও তোমাদেরকে স্মরণ করব।" (সূরা বাকারা ১৫২ আয়াত)

"হে ঈমানদারগণ! তোমরা আল্লাহকে অধিক স্মরণ কর এবং সকাল-সন্ধ্যায় আল্লাহর পবিত্রতা ও মহিমা ঘোষণা কর।" (সূরা আহযাব ৪১-৪২)

রাসূল(সা.) বলেছেন, "দু'টি কলেমা (বাক্য) রয়েছে, যে দু'টি দয়াময় আল্লাহর কাছে অতি প্রিয়, জবানে (উচ্চারণে) খুবই সহজ, আমলের পাল্লায় অত্যন্ত ভারী। তা হচ্ছে, 'সুবহানাল্লাহি অবিহামদিহী, সুবহানাল্লাহিল আযীম।'[বুখারী ৬৪০৬, ৬৬৮২, ৭৫৬৩, মুসলিম ২৬৯৪]

যিকিরের মাধ্যমে আত্মশুদ্ধি অর্জন ও আল্লাহর নৈকট্য লাভ করা যায়।

*ইলম অর্জন

আরবি ভাষায় 'ইলম' শব্দ দ্বারা অনুধাবন ও উপলব্ধি করাকে বুঝায়।ইসলামের প্রথম কথা হলো 'ইক্বর' অর্থাৎ পড় বা ইলম অর্জন কর।আল্লাহ তা'আলা জ্ঞান অর্জনের প্রতি গুরুত্ব দিয়েছেন। রাসুল(সা.) এর উপর প্রথম ওহি নাযিল হয়েছে, ‘পড়ুন! আপনার রবের নামে, যিনি সৃষ্টি করেছেন’ (আল-আলাক্ব, ৯৬/১)
ইবাদাত বন্দেগী,নবী-রাসুলগণের পথ অনুসরণ,কুরআনে আল্লাহ তা'আলা কি বলেছেন,আত্মাকে পরিশুদ্ধ রাখতে ইলম অর্জন করতে হবে। আল্লাহর কাছে জ্ঞান চাইতে হবে।

আল্লাহ তা'আলা বলেন,
"বল, হে আমার প্রতিপালক! আমার জ্ঞান বৃদ্ধি কর"। (ত্বা-হা ১১৪ আয়াত)

অর্থাৎ বল, যারা জানে এবং যারা জানে না তারা কি সমান? (যুমার ৯ আয়াত)

জানতে হলে পড়তে হবে এবং ইলম অনুযায়ী আমল করতে হবে।কোনো মানুষ ইলম অর্জন করে এবং অন্যকে ইলমের শিক্ষা দেয়। মৃত্যুর পরে তার ইলম শিক্ষা দেওয়ার সওয়াব চলমান থাকে।ইলম শিক্ষা অন্তরকে ব্যাধি থেকে মুক্ত রাখে।

*আত্মসমালোচনা

নিজের সমালোচনা,দোষ -ত্রুটি খুঁজে বের করার নামই হলো আত্মসমালোচনা। মানুষ অন্যের সমালোচনায় ব্যস্ত থাকে। কিন্তু নিজের মধ্যে অনেক ত্রুটি-বিচ্যুতি থেকে যায়। মানুষকে প্রতিটি কাজের হিসাব দিতে হবে পরকালে আল্লাহর কাছে। জবাবদিহিতার ভয়ে নিজেকে শুধরে নিতে হবে প্রতিনিয়ত।
আল্লাহর কাছে সাহায্য চাইতে হবে এবং নিজেকে সংশোধন করার চেষ্টা চালিয়ে যেতে হবে।নিজের ভুল,ত্রুটি,দোষ খুঁজতে পারলে অন্তরকে শুদ্ধ রাখা সম্ভব। আত্মশুদ্ধির অন্যতম মাধ্যমে হলো আত্মসমালোচনা।

*দু'আ

দু'আ হলো প্রার্থনা করা,আল্লাহকে একান্তে ডাকা,নিজেকে তার সামনে পেশ করা।আল্লাহর কাছে কিছু চাইলে তিনি তার বান্দাকে ফিরিয়ে দেন না। হেদায়াত চাইবে হবে। আল্লাহ তা'আলা যেনো আমাদের অন্তরে আবরণ দিয়ে ঢেকে না দেন।দ্বীনের পথে লেগে থাকতে আল্লাহর সাহায্য চাইতে হবে।

يَا مُقَلِّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِيْ عَلٰى دِيْنِكَ

অর্থ:হে অন্তরের পরিবর্তনকারী! আমার অন্তরকে তুমি তোমার দ্বীনের উপর প্রতিষ্ঠিত রাখ।

[মুসনাদে আহমাদ ২১৪০, তিরমিযী - ৩৫২২]

দু'আ কবুলের সময়গুলোতে বেশি বেশি আল্লাহ তা'আলা কাছে দু'আ করতে হবে।আল্লাহ তা'আলা আমাদের বেশি থেকে বেশি দু'আ করার তৌফিক দান করুন।আত্মাশুদ্ধির জন্য দু'আ করতে হবে।

*মৃত্যুকে স্মরণ

মৃত্যুই জীবনের সব রং, স্বাদ শেষ করে দেয়।প্রতিনিয়ত মৃত্যুকে মনে করলে দুনিয়ার মায়াজালে আটকে পড়ে না।দুনিয়াকে ফিকে মনে হবে। অহংকার, হিংসা, বিদ্বেষ, রাগ-ক্ষোভ, ঘৃণা, লোভ-লালসা থেকে দূরে থাকা যায়।মৃত্যু মানুষকে স্মরণ করিয়ে দেয় দুনিয়াটা চিরস্থায়ীভাবে থাকার জন্য নয়।মৃত্যুর জন্য নিজেকে প্রস্তুতি নিতে হবে।কখন,কোথায় কার মৃত্যু এসে যাবে কেউ জানে না।

রাসুল (সা.) বলেন,

জীবনের স্বাদ বিনষ্টকারী মৃত্যুকে অধিক পরিমাণে স্মরণ করো (তিরমিজি-২৩০৭)।

বেশি বেশি মৃত্যুর স্মরণে অন্তর নরম হয়। অন্তরে আল্লাহর ভয় কাজ করে।

অনিশ্চিত জীবন তবে মৃত্যু নিশ্চিত।এই ধ্রুবক সত্যকে মনে করে দুনিয়ায় বিচরণ করলে অন্তরের সব অহমিকা মুছে যাবে।