

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM



ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

রিসার্চের বিষয়ঃ

আত্মশুদ্ধির প্রয়োজনীয়তা

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মাওঃ শারায়াত কারীম

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

মোছাঃরোকাইয়া সুলতানা

রোলঃ 228022205

২০ মে, ২০২৫ ইং

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM



ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

রিসার্চের বিষয়ঃ

আত্মশুদ্ধির প্রয়োজনীয়তা

এই রিপোর্ট টি ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসার ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক
স্টাডিজের একটি আনুসঙ্গিক রিপোর্ট।

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মাওঃ শারায়াত কারীম

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

মোছাঃরোকাইয়া সুলতানা

রোলঃ 228022205

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

প্রত্যয়ন পত্র

এই মর্মে প্রত্যয়ন করা যাচ্ছে যে, “ আত্মশুদ্ধির প্রয়োজনীয়তা ” বিষয়ক গবেষণাপত্র টি আমার তত্ত্বাবধানে ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ ডিপার্টমেন্ট থেকে মোছা:রোকাইয়া সুলতানা, আইডিঃ 228022205 বিচক্ষণতার সাথে সম্পন্ন করেছেন।

(স্বাক্ষর)

(স্বাক্ষর)

তত্ত্বাবধানেঃ

মাও: শারাবাত কারীম

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

এক্সটারনালঃ

মুফতি: আব্দুল ওয়াহিদ

আকিদাহ ও ফিকহ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

ঘোষণাপত্র

আমি নিম্নস্বাক্ষরকারী এ মর্মে ঘোষণা করছি যে, “ আত্মশুদ্ধির প্রয়োজনীয়তা ” শিরোনামে এই গবেষণাপত্র ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসার (Islamic Online Madrasah - IOM) ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ বিভাগের মাও: শারীফাত কারীম 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।

Rokaiya

(স্বাক্ষর)

তারিখঃ

২০ মে, ২০২৫ ইং

মোছা:রোকাইয়া সুলতানা

আইডিঃ 228022205

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ।

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা।

সূচিপত্র

ভূমিকা.....	7
আত্মশুদ্ধি.....	8
নাফসে আশ্মারাহঃ	9
নাফসে লাওয়ামাহ.....	10
নাফসে মুত্‌মাইনাহঃ.....	10
আত্মশুদ্ধির প্রয়োজনীয়তা	12
আত্মশুদ্ধির উৎস.....	14
কুরআনঃ.....	14
হাদিসঃ	16
সাহাবিদের জীবনীঃ.....	17
আত্মার রোগসমূহ	19
লোভঃ.....	19
অহংকারঃ	20
হিংসাঃ.....	21
রিয়াঃ.....	22
নিফাকঃ	24
আত্মশুদ্ধির উপকরণ	25
মুহাসাবাহঃ.....	25
তাওবাহ ও ইস্তিগফারঃ.....	26
ইলমঃ	27
তাদাব্বুরে কুরআনঃ.....	28

দু'আ:	29
উত্তম সহবত:.....	30
আল্লাহকে ভালোবাসা ও ভয়:.....	31
সবর:.....	32
সারসংক্ষেপ.....	33
সহায়ক গ্রন্থ.....	35

ভূমিকা

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

অতঃপর আমি দরুদ ও সালাম পেশ করছি বিশ্ব জাহানের শ্রেষ্ঠ নবী হযরত মুহাম্মদ সল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এর প্রতি, যাকে পৃথিবীর বুকে পাঠানো হয়েছে রহমতস্বরূপ। যার আনিত শরিয়্যাৎ সমস্ত মানবতার জন্য হিদায়াৎ ও মুক্তির একমাত্র পথ ও পদ্ধতি।

মুসলিম মানে আত্মসমর্পণকারী, যে নিজের সকল কামনা-বাসনাকে আল্লাহ ও তাঁর রাসূলের বিধানের সামনে কুরবান করে। ইসলামের বিধান বিস্তৃত ও সুবিশাল। জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রেই রয়েছে এর সুস্পষ্ট নির্দেশনা। এত সমৃদ্ধ, বিশুদ্ধ ও সুন্দর জীবনব্যবস্থা থাকতেও মানুষ তা মেনে চলতে চায় না। স্বীয় নফসের বিরোধিতা করে ইসলামের অনুযায়ী জীবন পরিচালনা করা অনেকের জন্য মুসিবতের মনে হয়। গতানুগতিক পরিবেশ হৃদয় মনকে ইচ্ছেমতো চলতে আরও উদ্বেলিত করে তোলে। এভাবেই মানুষ হারিয়ে ফেলে তার দুনিয়ায় আসার মূল লক্ষ্য। সহযোগিতা, পরোপকারীতা ও উত্তম আচরণ মনে হয় জীবনের বোঝা। তৈরি হয় আল্লাহর সাথে দূরত্ব।

মানবজীবন ঠিক তখনই পরিপূর্ণভাবে বিকাশ লাভ করে, যখন মানুষ নিজেকে শোধরাতে থাকে, আল্লাহর দেওয়া বিধান আঁকড়ে ধরতে থাকে। নিজের কলব কে শুদ্ধিকরণের মাধ্যমেই জীবনের গন্তব্য, উদ্দেশ্য এবং সবকিছু সহজ হয়ে যায়। আত্মা যখন গুনাহে কর্কশ হয়ে যায়, তা আল্লাহর রজ্জুকে দৃঢ় ভাবে আঁকড়ে শুদ্ধির মাধ্যমেই রহমতের বৃষ্টি লাভ করে। মানুষ যেভাবে শারিরীক ভাবে অসুস্থ হয়ে যায়, তেমনি তার আত্মাও অসুস্থতায় আক্রান্ত হয়।

আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তাআলা কুরআনে বলেছেনঃ

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا

নিঃসন্দেহে সে সফলকাম হয়েছে, যে তাকে পরিশুদ্ধ করেছে। (সূরাহ আশ-শামস: ০৯)

এ থেকে বোঝা যায় আমাদের আত্মাও বিভিন্ন ভাবে আক্রান্ত হয় এবং আল্লাহ নির্দেশ দিয়েছেন তা পরিশুদ্ধ করতে। আত্মার পরিশুদ্ধির মাধ্যমেই দুনিয়া ও আখিরাতের সফলতা নির্ভর করে। আত্মশুদ্ধি ছাড়া আমাদের অন্তরের রোগ প্রতিরোধ হবে না এবং আল্লাহর প্রিয় বান্দা হওয়ার যে শর্ত আছে তা পূরণ করতে পারব না।

আত্মশুদ্ধি

মানুষের অন্তর নিয়ন্ত্রণ, পরিচালন ও পরিশোধনের জন্য বিভিন্ন দিক-নির্দেশনা রয়েছে এর নাম হচ্ছে তাসাউফ। একে তায়কিয়াতুন নাফস বা আত্মশুদ্ধি বলে। ক্ষনস্থায়ী পার্থিব জগতের মোহ ত্যাগ করে আধ্যাত্মিক জীবনের উন্নতির সন্ধানই হলো তাসাউফ।

তাসাউফ (تصوف) শব্দটি (صوف) সুফুন শব্দ থেকে নেওয়া হয়েছে। ‘সুফ’ শব্দের অর্থ পশম বা Wool। সাদাসিধে জীবনযাপনের জন্য সুফিগণ পশমী কাপড় পরিধান করতেন। এ থেকেই ‘সুফি’ ও ‘তাসাউফ’ শব্দের উৎপত্তি হয়েছে। এ মতটিই বেশি গ্রহণযোগ্য।

আবার কারো কারো মতে, তাসাউফ শব্দটি আহলুস সুফা (اهل الصفة) থেকে উৎপত্তি লাভ করেছে। আহলুস সুফা হলো রসূল সল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এর একদল সাহাবি, যারা আত্মার শুদ্ধির জ্ঞান অর্জনের জন্য জীবন কাটিয়েছেন।

বিভিন্ন ইসলামি চিন্তাবাদ তাসাউফকে বিভিন্ন ভাবে সংজ্ঞায়িত করেছেন, যেমনঃ

ইমাম গাযালি(রা.) বলেন, তাসাউফ এমন বিদ্যা যা মানুষকে পাশবিকতা থেকে উন্নীত করে মনুষ্যত্বের চূড়ান্ত পর্যায়ে পৌঁছে দেয়।

জুনায়েদ বাগদাদী (রা.) বলেন, তাসাউফ হলো জীবন মৃত্যুসহ সকল বিষয়ে আল্লাহর ওপর পরিপূর্ণ নির্ভরশীল হওয়া।

যুনুন মিসারি (রা.) বলেন, আল্লাহ ছাড়া আর সবকিছু বর্জন করাই হলো তাসাউফ।

বায়োজিদ বোস্তামি (রা.) বলেন, আল্লাহর ইবাদতে পরিপূর্ণ নিয়োজিত হওয়া এবং নৈকট্য লাভের উদ্দেশ্যে পৃথিবীর সকল দুঃখ-কষ্ট সানন্দে গ্রহণ করাই হলো তাসাউফ।

ইসলামি পরিভাষায় সর্বপ্রকার অনৈসলামিক কথা ও কাজ থেকে নিজ অন্তরকে মুক্ত ও নির্মল রাখাকে আত্মশুদ্ধি বলা হয়। আল্লাহ তায়ালার স্মরণ, আনুগত্য ও ইবাদত ব্যতীত অন্য সমস্ত কিছু থেকে অন্তরকে পবিত্র রাখাকেও আত্মশুদ্ধি বলা হয়। স্বীয় আত্মাকে সবধরনের পাপ পংকিলতা ও অনৈতিক কর্মকাণ্ড থেকে মুক্ত রাখাই তায়কিয়াহ এর উদ্দেশ্য।

অন্তরকে সর্ব প্রকার চারিত্রিক ও আত্মিক রোগ-ব্যধি থেকে পবিত্র রাখার জন্য এই আত্মশুদ্ধির প্রয়োজন হয়। যার মূল কথা হলো, ভিতর-বাহিরকে নেক আমল দ্বারা সজ্জিত করা এবং বদ আমল ও গুনাহ থেকে বাঁচিয়ে রাখা। যার অনুপস্থিতিতে মুমিনের জীবনে আসতে পারে না পূর্ণ

সাফল্য এবং মুমিন পৌছতে পারে না তার কাঙ্ক্ষিত লক্ষ্যে। কারণ আল্লাহ বাহ্যিক আচরণের চেয়ে আত্মিক দিক বেশি বিবেচনা করেন।

হাদীসে এসেছে,

حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ سِنَانَ، حَدَّثَنَا كَثِيرُ بْنُ هِشَامٍ، حَدَّثَنَا جَعْفَرُ بْنُ بُرْقَانَ، حَدَّثَنَا يَزِيدُ بْنُ الْأَصَمِّ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، رَفَعَهُ إِلَى النَّبِيِّ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ " إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى صُورِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ وَلَكِنْ إِنَّمَا يَنْظُرُ إِلَى أَعْمَالِكُمْ وَقُلُوبِكُمْ." ۞

আবু হুরায়রাহ (রাঃ) , থেকে বর্ণিতঃ

নবী (সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়া সাল্লাম) বলেনঃ নিশ্চয় আল্লাহ তোমাদের বাহ্যিক চেহারা ও বিভূ-বৈভবের প্রতি লক্ষ্য করেন না, বরং তিনি তোমাদের কার্যকলাপ ও অন্তরের দিকে লক্ষ্য রাখেন। (সুনানে ইবনে মাজাহ, হাদিস নং ৪১৪৩)

পবিত্র কুরআনে মানুষের নাফস বা অন্তরের তিন ধরনের প্রকৃতি উল্লেখ রয়েছেঃ

নাফসে আন্মারাহঃ

এটি সেই নাফস, যা মানুষকে পাপ ও অন্যায়ের দিকে ঠেলে দেয়। এটি মানুষের অভ্যন্তরীণ প্রবৃত্তি, যা শয়তানের প্ররোচনায় আরও সক্রিয় হয়।

এর ব্যাপারে আল্লাহ কুরআন আল কারীমে বলেন-

وَمَا أُبْرِيءُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ
"আমি নিজের নাফসকে দোষমুক্ত করছি না। নিশ্চয়ই নাফস তো খারাপ কাজ করতে প্ররোচিত করে, তবে যদি কারোর প্রতি আমার রবের অনুগ্রহ হয় সে ছাড়া। অবশ্যই আমার রব বড়ই ক্ষমাশীল ও মেহেরবান।" (সূরা আল ইউসূফঃ৫৩)

নাফসে লাওয়ামাহ

এই নফস পাপ করার পর অনুতপ্ত হয় এবং ভালো কাজের দিকে ফিরে আসতে উৎসাহিত করে। এটি একজন ব্যক্তিকে আত্ম-সমালোচনায় উদ্বুদ্ধ করে, যা তার আত্মোন্নয়নের জন্য গুরুত্বপূর্ণ।

এই নাফসের ব্যাপারে আল্লাহ বলেন-

وَلَا أُفْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ

"আরও শপথ করি নাফসে লাওয়ামাহর সেই মনের, যে নিজেকে ধিক্কার দেয়।" (সূরা আল কিয়ামাহঃ২)

নাফসে মুত্বমাইন্বাহঃ

এটি সেই নাফস, যা আল্লাহর সন্তুষ্টিতে প্রশান্তি লাভ করে। এটি অর্জন করতে হলে মানুষকে তার প্রবৃত্তি ও লোভ দমন করে একনিষ্ঠভাবে আল্লাহর পথে চলতে হবে।

এই প্রকৃতির নাফসের ব্যাপারে আল্লাহ তা'লা বলেন-

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ * ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً

"হে নাফসে মুত্বমাইন্বাহ(প্রশান্ত মন),তুমি তোমার পালনকর্তার নিকট ফিরে যাও সন্তুষ্ট ও সন্তোষভাজন হয়ে।" (সূরা আল ফজরঃ২৭-৩০)।

আমাদের ভালমন্দ কর্মের মূল উৎস হলো 'নাফস' বা অন্তর। অন্তরের ফিতনা মানুষকে সংশয়বাদী করে গড়ে তুলে।

হাদিসে আছে,

حَدَّثَنِي عَبْدُ الْوَارِثِ بْنُ عَبْدِ الصَّمَدِ، قَالَ حَدَّثَنِي أَبِي، عَنْ جَدِّي، عَنْ أَيُّوبَ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ سِيرِينَ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ " لَا يَزَالُ النَّاسُ يُسْأَلُونَكَمُ عَنِ الْعِلْمِ حَتَّى يَقُولُوا هَذَا اللَّهُ خَلَقَنَا فَمَنْ خَلَقَ اللَّهُ " . قَالَ وَهُوَ آخِذٌ بِبِدِّ رَجُلٍ فَقَالَ صَدَقَ اللَّهُ وَرَسُولُهُ قَدْ سَأَلَنِي اثْنَانِ وَهَذَا الثَّلَاثُ . أَوْ قَالَ سَأَلَنِي وَاحِدٌ وَهَذَا الثَّلَاثُ.

আবু হুরাইরাহ (রাঃ) থেকে বর্ণিতঃ

নবী (সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়া সাল্লাম) বলেন, মানুষ তোমাদেরকে জ্ঞানের কথা জিজ্ঞেস করবে, এক পর্যায়ে তারা এ কথাও জিজ্ঞেস করবে, আল্লাহ তো আমাদের সৃষ্টি করেছেন, তাহলে আল্লাহকে সৃষ্টি করল কে?

রাবী বলেন, তখন আবু হুরায়রা (রাঃ) এক ব্যক্তির হাত ধরা অবস্থায় ছিলেন। তিনি বললেন, আল্লাহ ও তাঁর রসূলুল্লাহ (সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়া সাল্লাম) সত্যই বলেছেন। আমাদের দুই ব্যক্তি এ ধরনের প্রশ্ন করেছে, আর এ হলো তৃতীয় জন। বর্ণনাকারী বলেন, অথবা তিনি বলেছেন, আমাকে এক ব্যক্তি প্রশ্ন করেছে আর এ হলো দ্বিতীয় জন।

যুহায়র ইবনু হারব ও ইয়াকুব আদ দাওরাকী (রহঃ) আবু হুরায়রা (রাঃ) বলেন যে, মানুষ সর্বদা। এরপর রাবী ‘আবদুল ওয়ারিসের রিওয়াযাতের ন্যায় বর্ণনা করেন। তবে তিনি এ সানাদে নবী (সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়া সাল্লাম)-এর উল্লেখ করেননি। তবে হাদীসটির শেষে ‘আল্লাহ ও তাঁর রসূল (সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়া সাল্লাম) সত্যই বলেছেন’ কথাটি সংযুক্ত করেন। (সহিহ মুসলিম, হাদিস নং ২৪৫)

ভালো কিছু প্রতি আকর্ষণ বা খারাপ বিষয়ের প্রতি আসক্তি প্রথমে অন্তরেই জাগ্রত হয়। তারপর মানুষ তা কর্মে পরিণত করে। আমরা যখন আমাদের আত্মা সম্পর্কে ধারণা রাখব, আমরা যখন বুঝব আমাদের আত্মা কোন পর্যায়ে আছে, তখন আমরা এর পরিশুদ্ধর জন্য আল্লাহর কাছে সাহায্য চাইতে পারব এবং বিভিন্ন পদক্ষেপ নিয়ে এগিয়ে যেতে পারব যেন আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তাআলা আমাদের অন্তরের সব রোগ দূর করেন।

আত্মশুদ্ধির প্রয়োজনীয়তা

আল্লাহ তায়ালা মানুষকে তাঁর ইবাদতের জন্য সৃষ্টি করছেন। আর ইবাদতের পূর্বশর্ত হলো পবিত্রতা কেননা আল্লাহ তায়ালা স্বয়ং পবিত্র। তিনি পবিত্রতা ব্যতীত কোন জিনিসই কবুল করেন না। সুতরাং ইবাদতের জন্যও দেহ মন পবিত্র হওয়া আবশ্যিক। মানুষের আত্মিক প্রশান্তি উন্নতি ও বিকাশ সাধনের জন্যও আত্মশুদ্ধির গুরুত্ব অপরিসীম। আত্মশুদ্ধি মানুষের নৈতিক ও মানবিক গুণাবলির বিকাশ ঘটায়। সদা সর্বদা ভালো চিন্তা ও সৎকর্মে উৎসাহিত করে। আত্মশুদ্ধি মানুষকে বিকশিত করে সফলতা দান করে। ইহজীবনে আত্মশুদ্ধি মানুষকে পূর্ণাঙ্গ মানুষে পরিণত করে। এরূপ মানুষ সবধরনের কুপ্রবৃত্তি থেকে বেঁচে থাকে সকল পাপাচার ও অনৈতিক কাজ থেকে দূরে থাকে। ফলে সে আল্লাহর নৈকট্য লাভের আরও একটি সোপান পাড় করতে পারে।

আল্লাহ তায়ালা বলেনঃ

يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ ۚ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ ۝

সেদিন ধনসম্পদ কোন কাজে আসবে না আর না কাজে আসবে সন্তান সন্ততি। বরং সেদিন সে ব্যক্তিই মুক্তি পাবে যে আল্লাহর নিকট বিশুদ্ধ অন্তঃকরণ নিয়ে আসবে। (সূরা আশ শুআরা আয়াত ৮৮-৮৯)।

আত্মশুদ্ধির মাধ্যমে মানুষ ধীরে ধীরে নিজেকে সফলতার পথে উন্নীত করতে পারে। বান্দার সঙ্গে মহান প্রতিপালকের সম্পর্ক মজবুত করার মাধ্যম হলো ‘আত্মশুদ্ধি’। রবের কাছে নিজেকে যত বেশি সমর্পণ করা যায় তত কল্যাণ। পার্থিব জীবনের প্রতিটি পদক্ষেপে বান্দা মহান রবের আদেশ নিষেধকে অগ্রাধিকার দেয় আগে। রবের প্রতি যে যত বেশি প্রগাঢ় ভয় ও ভালোবাসা লালন করে, সে তত বেশি নিজেকে সংযত রাখতে সক্ষম হয়।

আল্লাহ বলেন,

جَنَّتٌ عَدْنٌ تَجْرَى مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا ۚ وَذَٰلِكَ جَزَاءُ مَنْ تَزَكَّى ۖ

স্থায়ী জান্নাত, যার পাদদেশে নদী প্রবাহিত, তারা সেখানে স্থায়ী হবে। আর এটা হল যারা পরিশুদ্ধ হয় তাদের পুরস্কার। (সূরাহ ত্বাহা: ৭৬)

স্রষ্টার পক্ষ থেকে নাযিলকৃত এই তাৎপর্যময় হুকুমের পবিত্রতা রক্ষা করাই মানুষের প্রধান কর্তব্য। এই কর্তব্য পালনই মানুষকে পূর্ণতার পথে নিয়ে যেতে পারে। এজন্য ব্যক্তির মাঝে ‘তায়কিয়াতুন নফস’ বা আধ্যাত্মিক পরিশুদ্ধি সাধন করা ইসলামের মৌলিক লক্ষ্য। ইসলামের সকল নিয়মতান্ত্রিক ইবাদত সমূহ একই লক্ষ্যে নিবেদিত। বলা যায় আত্মশুদ্ধিতার উপরই নির্ভর করে মানুষের যাবতীয় কার্যক্রম ও তার ফলাফল। আল্লাহ তায়ালা আত্মশুদ্ধিকে কোরআন ও হেকমত শিক্ষাদানের মতো রাসুলুল্লাহ (সা.)-এর মৌলিক কাজ ঘোষণা করেছেন।

আল্লাহ বলেন,

لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ ءَايَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِن كَانُوا مِن قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ

অবশ্যই আল্লাহ মুমিনদের উপর অনুগ্রহ করেছেন, যখন তিনি তাদের মধ্য থেকে তাদের প্রতি একজন রাসূল পাঠিয়েছেন, যে তাদের কাছে তাঁর আয়াতসমূহ তিলাওয়াত করে এবং তাদেরকে পরিশুদ্ধ করে আর তাদেরকে কিতাব ও হিকমাত শিক্ষা দেয়। যদিও তারা ইতঃপূর্বে স্পষ্ট ভ্রান্তিতে ছিল। (সূরাহঃআল ইমরান :১৬৪)

আত্মিক পরিশুদ্ধি দ্বারা উদ্দেশ্য হলো আল্লাহর ভালোবাসা ও সান্নিধ্য লাভের এমন পথ যার গন্তব্য সুস্পষ্ট, যা পরিচ্ছন্ন, যা আল্লাহর বিধান অনুসারে পরিচালিত, যা আল্লাহর রসূল সল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এর সুনতের অনুসারী, পূর্বসূরির যে পথে চলেছেন।

আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তাআলা তার ঈমানদার বান্দাদের মাঝে যে গুণ পছন্দ করেন তার মধ্যে আত্মশুদ্ধিও উল্লেখযোগ্য।

আল্লাহ বলেন,

وَمَنْ تَابَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَإِنَّهُ يَتُوبُ إِلَى اللَّهِ مَتَابًا

আর যে তাওবা করে এবং সৎকাজ করে তবে নিশ্চয় সে পরিপূর্ণভাবে আল্লাহর দিকে প্রত্যাবর্তন করে। (সূরাহঃ ফুরকান:৭১)

উল্লেখিত আয়াতে পরিপূর্ণভাবে আল্লাহর দিকে যাওয়ার পথকে তাওবা অর্থাৎ অন্তরের সকল কলুষতা দূর করে পরিশুদ্ধির সুসজ্জিত করা হয়েছে। আত্মশুদ্ধির জন্য মানুষ আল্লাহর নৈকট্য লাভ করে, সে দুনিয়ার সাথে সাথে দ্বীনেরও পাথেয় জোগাড় করতে সক্ষম হয়। আত্মশুদ্ধির প্রয়োজন জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে। যার মধ্যে সুন্দর অন্তর আছে সে দুনিয়ায় সবকিছু ইতিবাচক হিসেবে নিতে পারে, ফলে তার জীবনে কোনো নেতিবাচক প্রভাব ফেলে না। আত্মশুদ্ধির মাধ্যমে সে গুনাহ থেকে বেঁচে থাকতে পারে, ইহকাল ও পরকালের জন্য সুন্দর রূপরেখা তৈরি করতে পারে।

আল্লাহর বিশেষ রহমত বা অনুগ্রহ ছাড়া কারো পক্ষে কুপ্রবৃত্তি দমন করা সম্ভব নয়। আর যারা আল্লাহকে বিশ্বাস করে এবং সব কাজে তাঁরই সাহায্য কামনা করে, কেবল তারাই আল্লাহর বিশেষ অনুগ্রহ লাভ করে থাকে।

আত্মশুদ্ধির উৎস

নৈতিক অধঃপতনের এক চরম সীমায় আজ আমরা বসবাস করছি। যে দিকেই তাকাই, শুধু মন্দকর্মই যেন ছেয়ে আছে। আজ আমরা পার্থিব জগতের মোহে আল্লাহর অসন্তুষ্টির পথে ক্রমশ অগ্রসর হচ্ছি। ভালো-মন্দের পার্থক্য করা ভুলে গেছি। পাপ করতে করতে এমন হয়েছে যে পাপকে পাপই মনে হয় না আল্লাহ তায়ালা যেসব কাজ হারাম করেছেন, তা থেকে বেঁচে থাকা একজন মুমিনের একান্ত কর্তব্য। যার জন্য প্রয়োজন সঠিক গাইডলাইন, আর তা পাওয়া যাবে শরীয়তের বিভিন্ন দিক থেকে। আত্মশুদ্ধির বিভিন্ন উৎস গুলো হলোঃ

কুরআনঃ

দুনিয়ার সব কর্মকাণ্ডে বান্দার তাজকিয়ায়ে নফস তথা আত্মপরিশুদ্ধি লাভে এক কার্যকরী টনিক হলো আল-কুরআন।

আল্লাহ বলেন,

يَا أَهْلَ الْكِتَابِ قَدْ جَاءَكُمْ رَسُولُنَا يُبَيِّنُ لَكُمْ كَثِيرًا مِمَّا كُنْتُمْ تُخْفُونَ مِنَ الْكِتَابِ وَيَعْفُو عَنْ كَثِيرٍ قَدْ جَاءَكُمْ مِنَ اللَّهِ نُورٌ وَكِتَابٌ مُبِينٌ يَهْدِي بِهِ اللَّهُ مَنِ اتَّبَعَ رِضْوَانَهُ سُبُلَ السَّلَامِ وَيُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ بِإِذْنِهِ وَيَهْدِيهِمْ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ

হে কিতাবীগণ, তোমাদের নিকট আমার রাসূল এসেছে, কিতাব থেকে যা তোমরা গোপন করতে, তার অনেক কিছু তোমাদের নিকট সে প্রকাশ করছে এবং অনেক কিছু ছেড়ে দিয়েছে। অবশ্যই তোমাদের নিকট আল্লাহর পক্ষ থেকে আলো ও স্পষ্ট কিতাব এসেছে।

এর মাধ্যমে আল্লাহ তাদেরকে শান্তির পথ দেখান, যারা তাঁর সন্তুষ্টির অনুসরণ করে এবং তাঁর অনুমতিতে তিনি তাদেরকে অন্ধকার থেকে আলোর দিকে বের করেন। আর তাদেরকে সরল পথের দিকে হিদায়াত দেন। (সূরাহ মায়িদাহ: ১৫-১৬)

মানুষের জন্য হেদায়েত ও পথ নির্দেশ হচ্ছে কোরআন। অশান্ত ও হতাশাগ্রস্ত আত্মার প্রশান্তিতে কোরআন তেলাওয়াতের বিকল্প নেই। অন্তরে হতাশা যত বেশিই হোক না কেন, কোরআন তেলাওয়াত করলে বা শুনলে হৃদয় প্রশান্তিতে ভরে যায়। কুরআন আল্লাহর বান্দাহকে বাতিল ও পথভ্রষ্টতার অন্ধকার হতে বের করে সত্যের আলোকজ্জ্বল পথে নিয়ে আসেন। মানুষ যখন ভ্রান্ত ধ্যান-ধারণা, নিরর্থক চিন্তা-ভাবনা এবং অর্থহীন ভেজালপূর্ণ কর্মকাণ্ডে আবদ্ধ হয়ে সহজাত উপদেশ ও দূরদর্শিতা এবং আত্মিক পরিচয়ের নূর হতে বঞ্চিত হয়ে নিরাশ হয়ে যায়, তখন কুরআনই এ সকল অন্ধদেরকে হাত ধরে অন্ধকার হতে আলোর পথে নিয়ে আসেন এবং

তাদেরকে সন্দেহের পরিবর্তে দৃঢ়বিশ্বাস, অজ্ঞতার পরিবর্তে জ্ঞান, মিথ্যা ও বাতিলের পরিবর্তে ন্যায় ও সত্য এবং অন্ধকারের পরিবর্তে নূর বা আলোদান করেন।

আল-কুরআনে তাই ঘোষণা করা হয়েছে-

هُوَ الَّذِي يُنَزِّلُ عَلَىٰ عَبْدِهِ ءَايَاتٍ بَيِّنَاتٍ لِّيُخْرِجَكُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَإِنَّ اللَّهَ بِكُمْ لَرَءُوفٌ رَّحِيمٌ

তিনিই তাঁর বান্দার প্রতি সুস্পষ্ট আয়াতসমূহ নাযিল করেন, যাতে তিনি তোমাদেরকে অন্ধকার থেকে আলোর দিকে বের করে আনতে পারেন। আর নিশ্চয় আল্লাহ তোমাদের প্রতি অতিশয় দয়ালু, পরম করুণাময়। (সূরাহ হাদীদ: ০৯)

আল কুরআন অবতীর্ণের মূল উদ্দেশ্যই হলো মানুষকে সব ধরনের অন্ধকার থেকে আলোর পথে নেওয়া, নানামুখী সমস্যার সমাধান দেখিয়ে দেওয়া। কুরআন অধ্যয়ন মানুষকে বিপদে ফেলে না বরং এটা বিপদ থেকে উদ্ধারের পথ বাতলে দেয়। আল্লাহতায়ালার অনুগ্রহ ও আত্মার প্রশান্তি অর্জনে কোরআন দান করেছেন।

আল্লাহ বলেন,

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ
হে মানুষ, তোমাদের রবের পক্ষ থেকে তোমাদের কাছে এসেছে উপদেশ এবং অন্তরসমূহে যা থাকে তার শিফা, আর মুমিনদের জন্য হিদায়াত ও রহমত। (সূরাহ ইউনুস : ৫৭)

কুরআন তিলাওয়াত যত বাড়ে, ঈমান ততবাড়ে, ঈমান যত বাড়ে, হৃদয় তত আলোকিত হয়।

হাদিসঃ

আত্মার পরিচ্ছন্নতা ও গুনাহমুক্ত থাকা নৈতিক জীবনের ভিত্তি। ইসলামের চোখে যা কিছু অন্যায় এবং যা কিছু অন্তরকে কলুষিত করে, তা থেকে জীবনকে পবিত্র রাখার অনুশীলন করা মুমিনের জন্য আবশ্যিক। হাদিসে আত্মশুদ্ধি অর্জন করে নৈতিক জীবন গঠনের জোর তাগিদ দেওয়া হয়েছে। হাদিসে এসেছেঃ

حَدَّثَنَا أَبُو نُعَيْمٍ، حَدَّثَنَا زَكَرِيَاءُ، عَنْ عَامِرٍ، قَالَ سَمِعْتُ النُّعْمَانَ بْنَ بَشِيرٍ، يَقُولُ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ " الْحَلَالُ بَيْنٌ وَالْحَرَامُ بَيْنٌ، وَبَيْنَهُمَا مُشَبَّهَاتٌ لَا يَعْلَمُهَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، فَمَنْ اتَّقَى الْمُشَبَّهَاتِ اسْتَبْرَأَ لِدِينِهِ وَعَرْضِهِ، وَمَنْ وَقَعَ فِي الشُّبُهَاتِ كَرَّاعٍ يَزْعَى حَوْلَ الْجَمَى، يُوشِكُ أَنْ يُوَاقِعَهُ. أَلَا وَإِنَّ لِكُلِّ مَلِكٍ جَمًى، أَلَا إِنَّ جَمَى اللَّهِ فِي أَرْضِهِ مَحَارِمُهُ، أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ. أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ

নু'মান ইবনু বশীর (রাঃ) থেকে বর্ণিতঃ

তিনি বলেনঃ আমি আল্লাহর রসূল (সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়া সাল্লাম)-কে বলতে শুনেছি যে, 'হালাল স্পষ্ট এবং হারামও স্পষ্ট। আর এ দু'য়ের মাঝে রয়েছে বহু সন্দেহজনক বিষয়- যা অনেকেই জানে না। যে ব্যক্তি সেই সন্দেহজনক বিষয় হতে বেঁচে থাকবে, সে তার দ্বীন ও মর্যাদা রক্ষা করতে পারবে। আর যে সন্দেহজনক বিষয়সমূহে লিপ্ত হয়ে পড়ে, তার উদাহরণ সে রাখালের ন্যায়, যে তার পশু বাদশাহ্ সংরক্ষিত চারণভূমির আশেপাশে চরায়, অচিরেই সেগুলোর সেখানে ঢুকে পড়ার আশংকা রয়েছে। জেনে রাখ যে, প্রত্যেক বাদশাহ্রই একটি সংরক্ষিত এলাকা রয়েছে। আরো জেনে রাখ যে, আল্লাহর যমীনে তাঁর সংরক্ষিত এলাকা হলো তাঁর নিষিদ্ধ কাজসমূহ। জেনে রাখ, শরীরের মধ্যে একটি গোশতের টুকরা আছে, তা যখন ঠিক হয়ে যায়, গোটা শরীরই তখন ঠিক হয়ে যায়। আর তা যখন খারাপ হয়ে যায়, গোটা শরীরই তখন খারাপ হয়ে যায়। জেনে রাখ, সে গোশতের টুকরোটি হল ক্বলব (অন্তর)। (সহিহ বুখারী, হাদিস নং ৫২)

আত্মা পরিশুদ্ধ হলে মানুষ যেমন মনের গোপন পাপ-পঙ্কিলতা থেকে মুক্তি লাভ করে, তেমনি অন্যায়-অনাচারে জড়িয়ে পড়া থেকেও বিরত থাকে। তার মধ্যে থাকে না হিংসা, বিদ্বেষ, অহংকার ও নিষিদ্ধ কামনা-বাসনা। চুরি, দুর্নীতি, সুদ-ঘুষ, খুনখারাবি ও পরনিন্দার মতো কাজে সে জড়াতে পারে নাপরকালে আল্লাহর কাছে মানুষের ধন-সম্পদ ও প্রভাব-প্রতিপত্তির কোনো মূল্য থাকবে না, যদি তাদের অন্তর পরিশুদ্ধ না থাকে।

আবু হুরাইরাহ (রাঃ) থেকে বর্ণিতঃ

حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ حَنْبَلٍ، حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ سَعِيدٍ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ عَمْرٍو، عَنْ أَبِي سَلَمَةَ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ " أَكْمَلُ الْمُؤْمِنِينَ إِيمَانًا أَحْسَنُهُمْ خُلُقًا

তিনি বলেন, রাসূলুল্লাহ (সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়া সাল্লাম) বলেছেন, ঐ মু’মিন ঈমানে পরিপূর্ণ যার চরিত্র সর্বোৎকৃষ্ট। (সুনানে আবু দাউদ:৪৬৮২)

অন্তরে আল্লাহর প্রতি অগাধ বিশ্বাস এবং সব কাজে তার ভয় না থাকলে পরকালীন জীবন মসৃণ হবে না। দুনিয়াবি কোনো সৌন্দর্যই কাজে আসবে না।

সাহাবিদের জীবনীঃ

জীবদ্দশায় হযরত মুহাম্মদ (সা.)-এর সঙ্গে যারা চলাফেরা করতেন এবং তাকে অনুসরণ করতেন তাদের বলা হয় সাহাবি। সাহাবিরা আমাদের জীবনের আদর্শ, নবী সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়াসাল্লাম পর তাদের জীবন থেকেই আমরা জীবনের শিক্ষা ও অনুপ্রেরণা পাই। আল্লাহর নৈকট্য অর্জনে নিজেকে এগিয়ে রাখার জন্য, তার সান্নিধ্য লাভে পুণ্যের কাজে নিজেকে অধিক সক্রিয় করার জন্য সাহাবায়ে কেরাম (রা.) হলেন আমাদের প্রেরণার বাতিঘর।

সাহাবীদের ঈমান, তওয়াক্কুল নিয়ে কুরআনে আল্লাহ বলেছেন,

مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ تَرَاهُمْ رُكَّعًا سُجَّدًا يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا سِيمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِّنْ أَثَرِ السُّجُودِ ذَلِكَ مَثَلُهُمْ فِي التَّوْرَةِ وَمَثَلُهُمْ فِي الْإِنْجِيلِ كَزَرْعٍ أَخْرَجَ شَطْأَهُ فَآزَرَهُ فَاسْتَغْلَظَ فَاسْتَوَىٰ عَلَىٰ سَوَافٍ يُعْجِبُ الزُّرَّاعَ لِيَغِيظَ بِهِمُ الْكُفَّارَ وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ مِنْهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا

মুহাম্মদ আল্লাহর রাসূল এবং তার সাথে যারা আছে তারা কাফিরদের প্রতি অত্যন্ত কঠোর; পরস্পরের প্রতি সদয়, তুমি তাদেরকে রুকুকারী, সিজদাকারী অবস্থায় দেখতে পাবে। তারা আল্লাহর করুণা ও সন্তুষ্টি অনুসন্ধান করছে। তাদের আলামত হচ্ছে, তাদের চেহারা সিজদার চিহ্ন থাকে। এটাই তাওরাতে তাদের দৃষ্টান্ত। আর ইনজীলে তাদের দৃষ্টান্ত হলো একটি চারাগাছের মত, যে তার কাঁচিপাতা উদগত করেছে ও শক্ত করেছে, অতঃপর তা পুষ্ট হয়েছে ও স্থায়ী কাণ্ডের উপর মজবুতভাবে দাঁড়িয়েছে, যা চাষীকে আনন্দ দেয়। যাতে তিনি তাদের দ্বারা কাফিরদেরকে ক্রোধান্বিত করতে পারেন। তাদের মধ্যে যারা ঈমান আনে ও সৎকর্ম করে, আল্লাহ তাদের জন্য ক্ষমা ও মহাপ্রতিদানের ওয়াদা করেছেন। (সূরাহ আল-ফাতহা:২৯)

সাহাবিদের আল্লাহর প্রতি যে বিশ্বাস এবং রসূল সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়াসাল্লাম কে যেভাবে অনুসরণ করেছেন তার মাধ্যমে আমরা অন্তরের সংশয় ভুলে আল্লাহর প্রতি দাসত্বে আরও দৃঢ়

হতে পারব। তাদের আল্লাহর নৈকট্য লাভের স্পৃহা আমাদেরকেও আল্লাহর সাথে সম্পর্ক মজবুত করতে সাহায্য করবে।

সাহাবীরা ছিলেন ধৈর্যের উদাহরণ, তারা বিভিন্ন পরীক্ষায় পতিত হলে, ভয়ে পিছুপা হয়নি বরং মনোযোগী হতেন এর মাধ্যমে আল্লাহর নিয়ামত কে খোঁজার। তাদের দুঃখ কষ্টে ধৈর্য সংকল্প আমাদের মোকাবিলা করতে সেখায়। সাহাবীরা সবসময় নিজের ভুল ত্রুটির চিন্তা করতেন, এ থেকে আমাদের জীবনের শিক্ষা অন্তরের যত সমস্যার সমাধান পাওয়া যায়। মানুষ যখন নিজেকে পরিশুদ্ধ করতে ব্যস্ত থাকবে, সে কখনোই অন্যকে নিয়ে সমালোচনার সুযোগ পাবে না। এতে করে অন্তরের শিফার সাথে সাথে সামাজিক সম্পর্কও উন্নতি হবে।

আত্মার রোগসমূহ

গুনাহ্ গুনাহ্গারের অন্তরের সুস্থতার পরিবর্তে অসুস্থতা এবং স্থিরতার পরিবর্তে স্থলন বাড়িয়ে দেয়। বাহ্যিক রোগ যেমন শরীরকে অসুস্থ করে তেমনিভাবে গুনাহ্ও অন্তরকে অসুস্থ করে। কলব বা অন্তরের রোগ সমূহের মাঝে কয়েকটি জটিল রোগঃ

লোভঃ

লোভ-এর আরবি প্রতিশব্দ 'হিরছুন' (حُصْن) এর অর্থ লালসা, লিপ্সা, মোহ, আকাঙ্ক্ষা, ইচ্ছা ইত্যাদি। অধিক পাওয়ার ইচ্ছা বা আকাঙ্ক্ষাকে লোভ বলে। যেমন: অর্থ-সম্পদের লোভ, পদমর্যাদার লোভ, খাদ্যদ্রব্যের লোভ, পোশাক-পরিচ্ছদের লোভ ইত্যাদি। লোভ মানুষের জীবন থেকে সুখ কেড়ে নেয়। আল্লাহ তায়াল্লা যে সকল নেয়ামত তাকে দান করেছেন তার শুকরিয়া কখনই সে আদায় তো করেই না, বরং আল্লাহ তাকে যা দান করেছেন তার চেয়ে সে বেশী চায় এবং যদি সেটা পূর্ণ হয়ে যায় তাহলে সে আবার নতুন করে আর একটি জিনিসের প্রতি দৃষ্টি দেয়।

আল্লাহ বলেন,

أَلْهَكُمُ التَّكَاثُرُ

প্রাচুর্যের প্রতিযোগিতা তোমাদেরকে ভুলিয়ে রেখেছে। (সূরাহ তাকাসূর:০১)

লোভ-লালসার কারণে প্রাপ্তির থেকে হারানোর তালিকাই দীর্ঘ হয়ে থাকে। মানুষকে বিপদের মুখোমুখি করে লোভ। লোভের কারণে মানুষ এমন সব সমস্যার সম্মুখীন হয় যার কোনও ক্ষতি পূরণ হয় না। হাদিসে বর্ণিত হয়েছেঃ

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ أَبِي زَيْدٍ، حَدَّثَنَا يَعْقُوبُ بْنُ إِسْرَاهِيمَ بْنِ سَعْدٍ، حَدَّثَنَا أَبِي، عَنْ صَالِحِ بْنِ كَيْسَانَ، عَنْ ابْنِ شِهَابٍ، عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ، قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ " لَوْ كَانَ لِابْنِ آدَمَ وَادِيًا مِنْ ذَهَبٍ لَأَحَبَّ أَنْ يَكُونَ لَهُ ثَانِيًا وَلَا يَمْلَأُ فَاهُ إِلَّا التُّرَابُ وَيَتُوبُ اللَّهُ عَلَى مَنْ تَابَ " . وَفِي الْبَابِ عَنْ أَبِي بِنِ كَعْبٍ وَأَبِي سَعِيدٍ وَعَائِشَةَ وَابْنَ الزُّبَيْرِ وَأَبِي وَاقِدٍ وَجَابِرٍ وَابْنَ عَبَّاسٍ وَأَبِي هُرَيْرَةَ . قَالَ أَبُو عِيسَى هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ غَرِيبٌ مِنْ هَذَا الْوَجْهِ .

আনাস ইবনু মালিক (রাঃ) থেকে বর্ণিতঃ

তিনি বলেন, রাসূলুল্লাহ (সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম) বলেছেনঃ কোন আদম-সন্তানের অধীনে যদি দুই উপত্যকা ভর্তি স্বর্ণ থাকে তবুও সে তৃতীয় একটি স্বর্ণভর্তি উপত্যকা অর্জনের ইচ্ছা করবে। মাটি ব্যতীত অন্য কিছুই তার মুখ ভর্তি করতে পারবে না। যে লোক ত্বাওবাহ করে আল্লাহ তা'আলা তার ত্বাওবাহ ক্ববুল করেন। (জামে' আত-তিরমিজি, হাদিস নং ২৩৩৭)

যে যত বেশি দুনিয়ার মোহ তে আটকা পরে, সে তত দ্রুত আখিরাত থেকে সরে আসে।

অহংকারঃ

অহংকারের আরবী নাম কিবরু (الْكِبْرُ)। যার অর্থ বড়ত্ব। অন্যের চাইতে নিজেকে বড় মনে করাই এর অন্তর্নিহিত অর্থ। এর পারিভাষিক অর্থ, সত্যকে দম্ভভরে প্রত্যাখ্যান করা এবং মানুষকে তুচ্ছ জ্ঞান করা। ইমাম গায়ালি (রহ.) বলেন, ‘নিজেকে বড় মনে করা এবং নিজের মর্যাদাকে অন্যের মর্যাদার উর্ধ্বে মনে করাই হলো অহংকার’।

ইমাম যাহাবী (রহ.) বর্ণনা করেছেন, অহংকার কবির গুনাহের অন্তর্ভুক্ত। মহান আল্লাহ তায়ালা অহংকারীদের আবাসস্থলকে নিকৃষ্ট হিসেবে ঘোষণা দিয়েছেন।

আল্লাহ বলেছেনঃ

قَالَ مَا مَنَعَكَ إِلَّا تَسْجُدَ إِذْ أَمَرْتُكَ قَالَ أَنَا خَيْرٌ مِّنْهُ خَلَقْتَنِي مِن نَّارٍ وَخَلَقْتَهُ مِن طِينٍ
قَالَ فَأَهْبِطْ مِنْهَا فَمَا يَكُونُ لَكَ أَنْ تَتَكَبَّرَ فِيهَا فَاخْرُجْ إِنَّكَ مِنَ الصَّاغِرِينَ

তিনি বললেন, ‘কিসে তোমাকে বাধা দিয়েছে যে, সিজদা করছ না, যখন আমি তোমাকে নির্দেশ দিয়েছি’? সে বলল, ‘আমি তার চেয়ে উত্তম। আপনি আমাকে আগুন থেকে সৃষ্টি করেছেন, আর তাকে সৃষ্টি করেছেন কাদামাটি থেকে।’ তিনি বললেন, ‘সুতরাং তুমি এখান থেকে নেমে যাও। তোমার এ অধিকার নেই যে, এখানে তুমি অহংকার করবে। সুতরাং বের হও। নিশ্চয় তুমি লাস্ত্রিতদের অন্তর্ভুক্ত’। (সূরাহ আরাফ ১২-১৩)

আন্তরের সবচেয়ে বড় রোগ হচ্ছে অহংকার। অহংকার করার কারণে মহান রাব্বুল আলামিন শয়তানকে বের করে দিয়েছেন। অহংকার মানুষের জন্য শোভা পায় না। শুধুমাত্র আল্লাহর জন্যই শুভনীয়।

আল্লাহ অহংকারীকে সত্যকে বুঝার এবং তার নিয়ামতকে অনুধাবন থেকে বিমুখ করে রাখে।

আল্লাহ বলেন,

سَأَصْرِفُ عَنْ آيَاتِيَ الَّذِينَ يَتَكَبَّرُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَإِنْ يَرَوْا كُلَّ آيَةٍ لَا يُؤْمِنُوا بِهَا
وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الرُّشْدِ لَا يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الْغَيِّ يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَذَّبُوا
بِآيَاتِنَا وَكَانُوا عَنْهَا غَافِلِينَ

যারা অন্যায়ভাবে যমীনে অহংকার করে আমার আয়াতসমূহ থেকে তাদেরকে আমি অবশ্যই ফিরিয়ে রাখব। আর তারা সকল আয়াত দেখলেও তাতে ঈমান আনবে না এবং তারা সঠিক

পথ দেখলেও তাকে পথ হিসাবে গ্রহণ করবে না। আর তারা ভ্রান্ত পথ দেখলে তা পথ হিসাবে গ্রহণ করবে। এটা এ জন্য যে, তারা আমার আয়াতসমূহকে অস্বীকার করেছে এবং সে সম্পর্কে তারা ছিল গাফেল। (সূরাহ আরাফ:১৪৬)

মানুষের উচিত আল্লাহর প্রদত্ত নিয়ামতের কৃতজ্ঞতা স্বীকার করা। মানুষ যখন আল্লাহর নিয়ামতকে ভুলতে শুরু করে তখনই অহংকারের জন্ম নেয়।

হিংসাঃ

আল হাসাদ (الحسد) শব্দটি মূলত ‘হাসাদুন’ (حسد) শব্দ থেকে উদ্ভূত হয়েছে। ‘حسد’ শব্দটি ‘হিংসা’ বা ‘ঈর্ষা’ অর্থে ব্যবহার হয়। হাসাদ হচ্ছে, কারো উন্নতি, প্রাচুর্য, সমৃদ্ধি বা বিত্ত-বৈভবের ভাল অবস্থা দেখে অন্তর্জ্বালায় ভুগতে থাকা এবং মনে মনে এই কামনা করা যে, তাঁর এই ভাল অবস্থাটি বিনষ্ট হয়ে যাক। মানুষের অন্তরের অন্যতম একটি খারাপ গুণ হলো এই হিংসা। যা এক ভয়ানক ব্যাধি। মানুষের হীন মনমানসিকতা, শত্রুতা, অহংকার, ঈর্ষাপরায়ণতা, কুটিলতা, নেতৃত্ব ও সুখ্যাতি অর্জনের লোভ, নিজের ক্ষমতা হারিয়ে যাওয়ার ভয়, সম্পদের মোহ, পদমর্যাদার লোভ-লালসা, লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য হাতছাড়া হয়ে যাওয়ার ভয়, সর্বপরি ঈমানের দুর্বলতা তথা আল্লাহর বিচার, ক্ষমতা ও হিকমতের ব্যাপারে দৃঢ় বিশ্বাসের অভাব থেকে হিংসার উৎপত্তি ও বিকাশ হয়।

মানুষের মধ্যে পারস্পরিক হিংসা-বিদ্বেষের স্থলে সামাজিক শান্তি ও সম্প্রীতি বজায় রাখার উদ্দেশ্যে আল্লাহ তাআলা সতর্ক করে বলেছেন,

أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَى مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ فَقَدْ آتَيْنَا آلَ إِبْرَاهِيمَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَءَاتَيْنَاهُمْ مُلْكًا عَظِيمًا

বরং তারা কি লোকদেরকে হিংসা করে, আল্লাহ স্বীয় অনুগ্রহে তাদেরকে যা দিয়েছেন তার কারণে? তাহলে তো আমি ইবরাহীমের বংশধরকে কিতাব ও হিকমত দান করেছি এবং তাদেরকে দিয়েছি বিশাল রাজত্ব। (সূরাহ আন-নিসা:৫৪)

হাদিসে বর্ণিত আছে,

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: إِيَّاكُمْ وَالْحَسَدَ فَإِنَّ الْحَسَدَ يَأْكُلُ الْحَسَنَاتِ كَمَا تَأْكُلُ النَّارُ الْحَطَبَ. رَوَاهُ أَبُو دَاوُدَ

আবু হুরায়রা (রাঃ) হতে বর্ণিত। তিনি নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম হতে বর্ণনা করেন। তিনি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন: "তোমরা হিংসা হতে বেঁচে থাকো। কেননা হিংসা সৎকর্মসমূহকে খেয়ে ফেলে, যেমনি ভাবে কাষ্ঠখণ্ড আগুন খায়।" (আবু দাউদ পরিচ্ছেদঃ ১৭. দ্বিতীয় অনুচ্ছেদ - সাক্ষাৎ ত্যাগ, সম্পর্কচ্ছেদ ও দোষাশ্বেষণে নিষেধাজ্ঞা)

হিংসুক ব্যক্তি অন্যকে ক্ষতি করার আগে সে নিজেকে ক্ষতিগ্রস্ত করে। হিংসার কারণে মানুষের নৈতিক চরিত্র তো ধ্বংস হয়ই তার সাথে ধর্মীয় অনুভূতি গুলোকেও ধ্বংস করে দেয়। হিংসা মানুষের অন্তরকে কলুষিত করে আল্লাহ থেকে দূরে করে দেয়।

রিয়াঃ

রিয়া (الرِّيَاءُ) আরবী শব্দ, যা الرُّؤْيَةُ শব্দ থেকে নির্গত। অর্থ লৌকিকতা, প্রদর্শন, কপটতাপ্রভৃতি। ইমাম কুরতুবি বলেন, ইবাদতের মাধ্যমে দুনিয়াবী কোনো কিছু অর্জন করার ইচ্ছা পোষণ করাকে রিয়া বা লৌকিকতা বলে। এর মূল হলো মানুষের অন্তরে জায়গা করে নেওয়ার মনোবাসনা।

ঈবাদাত ও নেক আমল সমূহে আল্লাহ তাআলাকে রাজি-খুশির পরিবর্তে দুনিয়ার মানুষের কাছে নিজের বড়ত্ব, যশ-খ্যাতি, ক্ষমতা লাভের বাসনা। সমাজের মধ্যে থাকা অবস্থায় সুন্দর করে ইবাদাত করা, লোকদের সন্তুষ্টি করার জন্য আমল করা ও নির্জনে গাফলতি করা এবং নিজেকে জাহির করার জন্য কাজ করা, রিয়ার মূল লক্ষ্য।

আল্লাহ বলেন,

إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَدِّعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَدِيعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالَى يُرَاءُونَ النَّاسَ وَلَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا

নিশ্চয় মুনাফিকরা আল্লাহকে ধোঁকা দেয়। আর তিনি তাদেরকে ধোঁকায় ফেলেন। আর যখন তারা সালাতে দাঁড়ায় তখন অলসভাবে দাঁড়ায়, তারা লোকদেরকে দেখায় এবং তারা আল্লাহকে কমই স্মরণ করে। (সূরাহ আন-নিস:১৪২)

যে ব্যক্তি লোক দেখানোর জন্য ইবাদত করবে, সে ছোট শির্ক করার দায়ে দোষী সাব্যস্ত হবে এবং তার আমল বরবাদ হয়ে যাবে।

নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেন,

«إِنَّ أَخَوْفَ مَا أَخَافُ عَلَيْكُمُ الشِّرْكَ الْأَصْغَرَ، قَالُوا : وَمَا الشِّرْكَ الْأَصْغَرُ يَا رَسُولَ اللَّهِ ؟ قَالَ : الرِّيَاءُ، يَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ لَهُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ : إِذَا جَازَى النَّاسَ بِأَعْمَالِهِمْ : اذْهَبُوا إِلَى الَّذِينَ كُنْتُمْ تُرَاءَوْنَ فِي الدُّنْيَا، فَاَنْظُرُوا هَلْ تَجِدُونَ عَنْدَهُمْ مِنْ جَزَاءٍ؟» ۝

“আমি তোমাদের ব্যাপারে যেসব বিষয়ে ভয় করি, তন্মধ্যে সবচেয়ে ভয়ংকর বিষয়টি হলো ‘ছোট শিরক’। সহাবীগণ জিজ্ঞাসা করলেন: হে আল্লাহর রাসূল! ‘ছোট শিরক’ কী? জবাবে তিনি বললেন: লোক দেখানো আমল। কিয়ামতের দিন যখন আল্লাহ তা‘আলা মানুষকে তাদের কৃতকর্মের প্রতিদান দিবেন, তখন তিনি এ জাতীয় লোকজনকে উদ্দেশ্য করে বলবেন: তোমরা ঐসব লোকের কাছে যাও, যাদেরকে দেখানোর জন্য তোমরা দুনিয়াতে আমল করতে; তারপর দেখ- তাদের নিকট তোমরা কোনো প্রতিদান পাওকিনা?।” (আহমাদ, আল-মুসনাদ ২৩১৯)

রসূল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম আরও বলেন,

أَلَا أُخْبِرُكُمْ بِمَا هُوَ أَخَوْفُ عَلَيْكُمْ عِنْدِي مِنَ الْمَسِيحِ الدَّجَالِ قَالَ قُلْنَا بَلَى فَقَالَ الشِّرْكَ الْخَفِيُّ أَنْ يَقُومَ الرَّجُلُ يُصَلِّيَ فَيَزِيْنُ صَلَاتَهُ لِمَا يَرَى مِنْ نَظَرِ رَجُلٍ ۝

“দজ্জালের চেয়েও যে বিষয় আমি তোমাদের জন্য বেশি ভয় পাই সে বিষয়টি কি তোমাদেরকে বলব না? আমরা বললাম, হ্যাঁ, অবশ্যই বলুন। তিনি বলেন, বিষয়টি গোপন শিরক। গোপন শিরক এই যে, একজন সালাতে দাঁড়াবে এরপর যখন দেখবে যে মানুষ তার দিকে তাকাচ্ছে তখন সে সালাত সুন্দর করবে।” [ইবনে মাজাহ, আস-সুনান ২/১৪০৬ (কিতাবুয যুহুদ, বাবুর রিয়া ওয়াস সুমআহ); আলবানি, সহীহুত তারগীব ১/৮৯। হাদিসটি হাসান।]

রিয়ার জন্য আল্লাহ থেকে দূরত্ব তৈরি হয়, যখন কেউ আল্লাহ কে খুশি না করে আশেপাশের কথা চিন্তা করতে থাকতে আস্তে আস্তে তার অন্তর থেকে আল্লাহর জন্যই সবকিছু করার মনমানসিকতা চলে যায়।

নিফাকঃ

আভিধানিক ভাবে নিফাক শব্দটি نَافِقُ ক্রিয়ার মাসদার বা মূলধাতু। বলা হয় نَافِقٌ شَرٌّ শব্দটি النِّفَاقُ থেকে গৃহীত যার অর্থ হুঁদুর জাতীয় প্রাণীর গর্তের অনেকগুলো মুখের একটি মুখ। তাকে কোন এক মুখ দিয়ে খোঁজা হলে অন্য মুখ দিয়ে সে বের হয়ে যায়। এও বলা হয়ে থাকে যে, নিফাক শব্দটি نَفَقٌ থেকে গৃহীত যার অর্থ সেই সুড়ঙ্গ পথ যাতে লুকিয়ে থাকা যায়। [আন-নিহায়া :ইবনুল আসীল, ৫ম খন্ড পৃঃ ৯৮।]

শরীয়তের পরিভাষায় নিফাকীর অর্থ হল ভেতরে কুফুরী ও খারাবী লুকিয়ে রেখে বাহিরে ইসলাম জাহির করা। একে নিফাক নামকরণের কারণ হলো সে এক দরজা দিয়ে শরীয়তে প্রবেশ করে অন্য দরজা দিয়ে বের হয়ে যায়। এ জন্যই এ ব্যাপারে আল্লাহ তাআলা সতর্কবাণী উচ্চারণ করেছেন:

وَإِذَا لَقُوا الَّذِينَ ءَامَنُوا قَالُوا ءَامَنَّا وَإِذَا خَلَوْا شَبَّطْنَاهُمْ قَالُوا إِنَّا مَعَكُمْ إِنَّمَا نَحْنُ مُسْتَهْزَءُونَ
আর যখন তারা মুমিনদের সাথে মিলিত হয়, তখন বলে ‘আমরা ঈমান এনেছি’ এবং যখন তাদের শয়তানদের সাথে একান্তে মিলিত হয়, তখন বলে, ‘নিশ্চয় আমরা তোমাদের সাথে আছি। আমরা তো কেবল উপহাসকারী’। (সূরাহ বাকারাহ:১৪)

নিফাক হলো নৈতিকতা ও মানবিকতার আদর্শের বিপরীত কাজ। মুনাফিকদের চরিত্র দেখলে আমরা এ সত্য জানতে পাই।

আল্লাহ বলেন,

إِذَا جَاءَكَ الْمُتُفِقُونَ قَالُوا نَشْهَدُ إِنَّكَ لَرَسُولُ اللَّهِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ إِنَّكَ لَرَسُولُهُ وَاللَّهُ يَشْهَدُ إِنَّ الْمُتُفِقِينَ لَكَاذِبُونَ

যখন তোমার কাছে মুনাফিকরা আসে, তখন বলে, আমরা সাক্ষ্য দিচ্ছি যে, নিশ্চয় আপনি আল্লাহর রাসূল এবং আল্লাহ জানেন যে, অবশ্যই তুমি তাঁর রাসূল। আর আল্লাহ সাক্ষ্য দিচ্ছেন যে, অবশ্যই মুনাফিকরা মিথ্যাবাদী। (সূরাহ মুনাফিকুন:০১)

মানুষের অন্তরে নিফাক প্রগাঢ় ও মজবুত হয়ে গেঁথে বসলে তখন তা বান্দাকে দ্বীন থেকে পরিপূর্ণ রূপে বের দেয়।

শারীরিক রোগ মানুষকে জাহান্নামে পাঠায় না, কিন্তু রোগগ্রস্থ কলবের কারণে মানুষ জাহান্নামী হয়। অজ্ঞতার কারণে অধিকাংশ মানুষ কলবের রোগকে আমলে নেন না। অথচ যে কোন একটি কলবের রোগ একজনকে জাহান্নামে নেয়ার জন্য যথেষ্ট। কলব বা অন্তরের রোগ সমূহের চিকিৎসা করা প্রত্যেক মুসলিমের জন্য ফরজ।

আত্মশুদ্ধির উপকরণ

দুনিয়া ও আখেরাতের মুক্তির জন্য মানুষের আত্মশুদ্ধি অপরিহার্য। আত্মশুদ্ধিতে হৃদয় প্রশান্ত হয়, মনে সজীবতা আসে, ইমান দৃঢ় হয়, আমলের সৌন্দর্য বাড়ে, চরিত্র সুন্দর হয়, আল্লাহর সাথে সম্পর্ক ভালো হয় এবং আখেরাতে মুক্তির পাথেয় হয়। অন্তরের পরিশুদ্ধির জন্য যে যে উপকরণ অনুশীলন আবশ্যিকঃ

মুহাসাবাহ:

মুহাসাবা বা মুহাসাবাত আল-নাফস (আরবি: محاسبة النفس) হল একজনের কর্মের পর্যবেক্ষণ এবং তাদের ভালো-মন্দের পরিদর্শন।। নিজের হিসাব নিজে করে নেওয়া। পরিভাষায় মুহাসাবা শব্দের অর্থ হলো, মানুষ তার কৃতকর্ম ও কথাগুলোর প্রতি তাকাবে। যখন দেখবে সে কোন ভাল কথা বা কাজ করেছে তখন আল্লাহর শুকরিয়া আদায় করবে এবং সে কথা ও কাজের উপর অটল থাকবে। আর যদি দেখে কোন খারাপ কথা বা কাজ করে ফেলেছে তাহলে সে তা ছেড়ে দেবে ও তাওবা ইস্তেগফার করবে। সচেতন ব্যক্তি মাত্রই কাজ করার পূর্বে চিন্তা করে দেখবে এ কাজটি তার জন্য কতোটা ভাল ফলাফল নিয়ে আসবে। যখন দেখবে যে, কাজটি ভাল ফল নিয়ে আসবে তখন সে তা করবে। আর যদি দেখে ফলাফল ভাল হবে না তখন সে করবে না। আত্মসমালোচনা দ্বীনের উপর দৃঢ়তা অর্জনের সবচেয়ে কার্যকরী মাধ্যম, যা মানুষকে আল্লাহর দরবারে মুহসিন ও মুখলিছ বান্দাদের অন্তর্ভুক্ত করে।

আল্লাহ বলেন,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ
হে ঈমানদারগণ, তোমরা আল্লাহকে ভয় কর; আর প্রত্যেকের উচিত চিন্তা করে দেখা সে আগামীকালের জন্য কি প্রেরণ করেছে; তোমরা আল্লাহকে ভয় কর। তোমরা যা কর নিশ্চয় আল্লাহ সে বিষয়ে সম্যক অবহিত। (সূরাহ হাশর: ১৮)

হাসান বসরী (রা.) বলেন, আল্লাহ ঐ বান্দার প্রতি রহম করুন, যার সামনে কোন কাজ আসলে সে চিন্তা করে এটা আল্লাহর জন্য না কি তার পার্থিব স্বার্থ আদায়ের জন্য। যদি আল্লাহর জন্য হয় সে তাড়াতাড়ি পথ চলতে শুরু করে। আর যদি পার্থিব স্বার্থের জন্য হয় তাহলে সে গড়িমসি করে।

নিজেকে ভাল মনে করে আত্মতৃপ্তিতে মগ্ন হওয়া উচিত নয়। কোন ভাল কাজ করে যদি মনে করেন আমি অনেক কিছু করে ফেলেছি তাহলে মুহাসাবা করা সম্ভব হবে না। আমাদের সকলের বুঝতে হবে যে আমরা যতই ভাল কাজ করে থাকি না কেন আল্লাহর রাব্বুল

আলামীনের দৃষ্টিতে তা ক্রটিপূর্ণ। তিনি এ ক্রটি ক্ষমা করে যদি কাজটা কবুল করে নেন তাহলে এটা তাঁর অনুগ্রহ। আর যদি তিনি কাজটি ক্রটিপূর্ণ হওয়ার কারণে কবুল না করেন তাহলে এটা হবে তার ইনসাফ।

ইবনুল কায়্যিম (র.) বলেন: যে ব্যক্তি নিজেকে চিনতে পেরেছে সে ই নিজের সম্পর্কে খারাপ ধারণা রাখে। আর যে নিজের সম্পর্কে অজ্ঞ, সে নিজের সম্পর্কে উচ্চ ধারণা পোষণ করে থাকে।

মুহাসাবকারী নিজের দোষত্রুটি সম্পর্কে সচেতন হয়। আর যে নিজের দোষ-ত্রুটি সম্পর্কে সচেতন হতে না পারে, সে তা সংশোধন করতে পারবে না।

তাওবাহ ও ইস্তিগফার:

তাওবা (توبة) যার অর্থ অনুশোচনা করা, মহান আল্লাহতালার কাছে ফিরে আসা বা প্রত্যাবর্তন করা। যখন তাওবা শব্দটির সম্পর্ক মানুষের সঙ্গে হয় তখন তার তাৎপর্য দাঁড়ায়, বান্দার কৃত অন্যায়ের জন্য অনুতপ্ত ও লজ্জিত হওয়া, সে অন্যায় সম্পূর্ণরূপে বর্জন করা, ভবিষ্যতে এমন অন্যায় না করার দৃঢ়-সংকল্প করা। তাওবার মাধ্যমে আল্লাহর নৈকট্য লাভ করা যায়।

আল্লাহ বলেন,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا تَوْبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمْ أَن يُكَفِّرَ عَنْكُم سَيِّئَاتِكُمْ وَيُدْخِلَكُم جَنَّاتٍ تَجْرَىٰ مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ يَوْمَ لَا يُخْزَىٰ اللَّهُ النَّبِيَّ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا مَعَهُ نُورُهُمْ يَسْعَىٰ بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَانِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا أَتْمِمْ لَنَا نُورَنَا وَاغْفِرْ لَنَا إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

হে ঈমানদারগণ, তোমরা আল্লাহর কাছে তাওবা কর, খাঁটি তাওবা; আশা করা যায় তোমাদের রব তোমাদের পাপসমূহ মোচন করবেন এবং তোমাদেরকে এমন জান্নাতসমূহে প্রবেশ করাবেন যার পাদদেশে নহরসমূহ প্রবাহিত, নবী ও তার সাথে যারা ঈমান এনেছে তাদেরকে সেদিন আল্লাহ লাঞ্চিত করবেন না। তাদের আলো তাদের সামনে ও ডানে ধাবিত হবে। তারা বলবে, ‘হে আমাদের রব, আমাদের জন্য আমাদের আলো পূর্ণ করে দিন এবং আমাদেরকে ক্ষমা করুন; নিশ্চয় আপনি সর্ববিষয়ে সর্বক্ষমতাবান।’ (সূরাহ তাহরীম:০৮)

তাওবাই হচ্ছে আত্মসংশোধনের প্রথম এবং প্রধান সিঁড়ি। তাওবার মধ্যে থাকে পাপের প্রতি গভীর অনুশোচনা। যখন একজন মানুষ তার গুনাহ সম্পর্কে অবগত থাকে তখন তার অন্তর আন্তে আন্তে নরম হয়ে যায়। সে বিভিন্ন পদক্ষেপ নিয়ে আল্লাহর নৈকট্য লাভের চেষ্টা করে। তখন যদি তার অন্তর গুনাহ করতে চাও ও তবুও করতে পারে না। তখন তার মধ্যে সীমাবদ্ধতা কাজ করবে। সে বারবার আল্লাহর অসম্ভুতির কথা চিন্তা করবে।

তওবা আল্লাহর রহমতের অংশ। বান্দা গুনাহ করলে আল্লাহ তার রহমতের কারণে বান্দাকে মাফ করে দেন। আল্লাহ তাওবাকারীকে ভালোবাসেন। তার অন্তরে প্রশান্তি নাজিল করেন।

আল্লাহ বলেন,

وَإِذَا جَاءَكَ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِنَا فَقُلْ سَلِّمْ عَلَيْكُمْ كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَى نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ أَنَّهُ مَنْ عَمِلَ مِنكُمْ سُوءًا بِجَهْلَةٍ ثُمَّ تَابَ مِن بَعْدِهِ وَأَصْلَحَ فَأَنَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ

আর যারা আমার আয়াতসমূহের উপর ঈমান আনে, তারা যখন তোমার কাছে আসে, তখন তুমি বল, ‘তোমাদের উপর সালাম’। তোমাদের রব তাঁর নিজের উপর লিখে নিয়েছেন দয়া, নিশ্চয় যে তোমাদের মধ্য থেকে না জেনে খারাপ কাজ করে তারপর তাওবা করে এবং শুধরে নেয়, তবে তিনি ক্ষমাশীল, পরম দয়ালু। (সূরাহ আন’আম:৫৪)

তাওবার মাধ্যমে হৃদয় পরিশুদ্ধ হয়, অন্তর নরম হয়, ঈমান হয় দৃঢ় যা আত্মশুদ্ধির সবচেয়ে বড় পথ। তাওবা মানুষকে পাপ থেকে দূরে রাখে এজন্য অন্তরের যে ক্রটিগুলো আছে তাও দূরীভূত হয়।

ইলম:

ইলম(علم)শব্দটি দ্বারা জ্ঞান, অনুধাবন ও উপলব্ধি বুঝায়। রসূল সল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এর ওপর প্রথম বার্তাই ছিল افر, অর্থাৎ ইলম অর্জন করা। ইলম মানুষকে নিজেকে বুঝতে সাহায্য করে, তার নিজের নাফস, গুনাহ, অহংকার, লোভ, রাগ কে নিয়ন্ত্রণ করতে শেখায়। একজন মানুষ যতক্ষণ না জানবে ততক্ষণ সে বিচার করতে পারবে না সে আসলে আল্লাহর সন্তুষ্টির পথে আছে নাকি তার অসন্তুষ্টির পথে আছে। যখন কেউ নিজেকে বুঝে তখনই শুরু হয় অন্তরের শুদ্ধতার যাত্রা।

আল্লাহ বলেন,

بِالْبَيِّنَاتِ وَالزُّبُرِ وَأَنزَلْنَا إِلَيْكَ الذِّكْرَ لِتُبَيِّنَ لِلنَّاسِ مَا نُزِّلَ إِلَيْهِمْ وَلَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ
(তাদের প্রেরণ করেছি) স্পষ্ট প্রমাণাদি ও কিতাবসমূহ এবং তোমার প্রতি নাযিল করেছি কুরআন, যাতে তুমি মানুষের জন্য স্পষ্ট করে দিতে পার, যা তাদের প্রতি নাযিল হয়েছে। আর যাতে তারা চিন্তা করে। (সূরাহ নাহল:৪৪)

সঠিক ইলম মানুষের অন্তরে আল্লাহর জন্য ভালোবাসা তৈরি করে, আল্লাহর সন্তুষ্টির জন্য কাজ করতে শেখায়, আল্লাহ যা পছন্দ করে না তা থেকে দূরে রাখে। যা মানুষের অন্তরের সকল কলুষিত কে দূর করে। ইলম মানুষকে সতর্ক করে হালাল হারামের।

আল্লাহ বলেন,

وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنفِرُوا كَافَّةً فَلَوْلَا نَفَرَ مِن كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ

আর মুমিনদের জন্য সংগত নয় যে, তারা সকলে একসঙ্গে অভিযানে বের হবে। অতঃপর তাদের প্রতিটি দল থেকে কিছু লোক কেন বের হয় না, যাতে তারা দীনের গভীর জ্ঞান আহরণ করতে পারে এবং আপন সম্প্রদায় যখন তাদের নিকট প্রত্যাবর্তন করবে, তখন তাদেরকে সতর্ক করতে পারে, যাতে তারা (গুনাহ থেকে) বেঁচে থাকে। (সূরাহ তাওবা:১২২)

ইলম মানুষকে আখলাক শেখায়। তার মধ্যে আত্মশুদ্ধির প্রয়োজনবোধ হয়। যখন কেউ ইলমের পথে হাঁটবে তখন সে চাইলেও এমন কিছু করতে পারবে যার মাধ্যমে আল্লাহর সাথে দূরত্ব তৈরি হয়। আর এই ভয়ই তার আত্মাকে রক্ষা করবে এবং তাকে নম্র করে তুলবে। ইলম মানুষকে দায়িত্বশীল করে তোলে এজন্য সে অন্য মুসলিম ভাইয়ের প্রতিও সহনশীল হয়ে উঠে, যা উম্মাদের মধ্যে ভালোবাসা তৈরি করে সম্পর্কে মজবুত করে।

তাদাব্বুরে কুরআন:

কুরআন আল্লাহর পক্ষ থেকে নাযিলকৃত কিতাব, মানুষের পার্থিব ও পরলৌকিক জীবনের যাবতীয় সমস্যার সমাধান আছে। কুরআন আমাদের অন্তরের আরোগ্যের পথ দেখায়, সঠিক পথনির্দেশ দেয় এবং আমাদের অন্তরে প্রেরণা জোগায়।

আল্লাহ বলেন,

هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ

এ কিতাব মুতাক্কীদের জন্য পথনির্দেশ। (সূরা বাকারা:২)

কুরআন তাদাব্বুরের মাধ্যমে মানুষ কুরআনকে গভীরভাবে চিন্তা করতে পারে। কুরআনকে অনুধাবন আল্লাহর প্রতি ভয়, ভালোবাসা তৈরি করে। মানুষ যখন কিছু নিয়ে চিন্তা করে তা আমলে পরিবর্তন করতে চায়। ফলে তার অন্তরকে সে পরিবর্তন করতে চায়। তার অন্তরের ফিকিরের মাধ্যমে সে নাফসের সর্বচ্ছো চুড়ায় যেতে পারে। কুরআনের মাধ্যমে মানুষ অন্তরে প্রশান্তি পায়।

আল্লাহ বলেন,

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

‘যারা ঈমান আনে এবং আল্লাহর স্মরণে যাদের অন্তর প্রশান্ত হয়; জেনে রাখ, আল্লাহর স্মরণ দ্বারাই অন্তরসমূহ প্রশান্ত হয়’। (সূরাহ রাদ:২৮)

মানবমনের শান্তি ও আত্মশুদ্ধির জন্য কুরআনের শিক্ষা অত্যন্ত কার্যকর। এটি মানুষের ভেতর আত্মিক শুদ্ধি ও আল্লাহর প্রতি আত্মসমর্পণের শিক্ষা দেয়।

দু'আ:

দু'আ (دعاء) শব্দটি আহ্বান, ডাকা, মিনতি করা অর্থে ব্যবহৃত হয়। দু'আর মধ্যে রবের সামনে বান্দার আবদিয়াত ও দাসত্ব পূর্ণরূপে প্রকাশ পায়। এসময় বান্দা আল্লাহ ছাড়া সবকিছু থেকে মুখ ফিরিয়ে, সকল উপায়-উপকরণকে পিছে ঠেলে একমাত্র দয়ময় প্রতিপালকের সামনে হাজির হয়।

আল্লাহ বলেন,

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ
আর তোমাদের রব বলেছেন, 'তোমরা আমাকে ডাক, আমি তোমাদের জন্য সাড়া দেব। নিশ্চয় যারা অহংকার বশতঃ আমার ইবাদাত থেকে বিমুখ থাকে, তারা অচিরেই লাঞ্চিত অবস্থায় জাহান্নামে প্রবেশ করবে।' (সূরাহ গাফির: ৬০)

দু'আর মাধ্যমে মানুষের অন্তর থেকে অহংকার ধ্বংস হয়ে যায়। কারণ দু'আ কবুলের পূর্ব শর্তই হচ্ছে নিজের সকল বড়ত্ব বর্জন করে একমাত্র আল্লাহর বড়ত্ব স্বীকার করা, ফলে সে অনেকের মধ্যে নিজেকেই সেরা ভেবে আত্ম অহংকার করতে পারে না। দু'আ অন্তরকে বিশুদ্ধ করে, সকল অহংকার ভুলে আল্লাহর প্রতি নত স্বীকার করে।

আল্লাহর নৈকট্য ও সন্তুষ্টি অর্জন ছাড়া আমাদের পক্ষে দুনিয়ার শান্তি-সমৃদ্ধি ও পরকালে মুক্তিলাভ করা কোনোভাবেই সম্ভব নয়। কারণ, সকল সৃষ্টিই আল্লাহর মুখাপেক্ষী। তবে দু'আর মধ্যে কিছু আদব রয়েছে, যা ফরজের মর্যাদা রাখে; আর কিছু আছে শর্তের মর্যাদা রাখে। এগুলো ছাড়াও এমন কিছু আদব আছে, যেগুলো করণীয়; আর কিছু আছে বর্জনীয়। তখন অন্তর হয় সতর্ক। যেকোনো গুনাহ করতে সে চিন্তা করে। আর এভাবেই সে আত্মশুদ্ধির একধাপ এগিয়ে যায়।

উত্তম সহবত:

সহবত (صُحْبَة) শব্দটির অর্থ হলো সঙ্গ, সাহচর্য বা কারো ঘনিষ্ঠ সান্নিধ্যে থাকা। ইসলামী পরিভাষায় সহবতের মানে হলো নেক ও সৎ লোকদের সান্নিধ্যে থাকা, যাতে তাদের আচরণ, জ্ঞান, চিন্তা ও নৈতিকতা থেকে উপকৃত হয়ে নিজেকে শুদ্ধ করা যায়। আত্মার উন্নয়ন আল্লাহর নৈকট্য লাভের জন্য সহবত উত্তম একটি মাধ্যম। সহবতের মাধ্যমে মানুষের আত্মার বিপ্লব ঘটে। মানুষের হৃদয়ের প্রশস্ততা বৃদ্ধি পায়। মানুষ শিখতে পারে কিভাবে আরও নিজের আচরণ সুন্দর করা যায়।

আল্লাহ বলেন,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَكُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ

হে মুমিনগণ, তোমরা আল্লাহর তাকওয়া অবলম্বন কর এবং সত্যবাদীদের সাথে থাক। (সূরাহ তাওবাহ: ১১৯)

আল্লাহভীরু লোকদের সঙ্গে থাকা, তাদের সঙ্গে সুসম্পর্ক গড়ার মাধ্যমে গুনাহ থেকে সহজেই বেঁচে থাকা যায়। কেননা মানুষ স্বভাবগতভাবেই পরিবেশের প্রভাবে প্রভাবিত হয়। ফলে গুনাহের পরিবেশ বর্জন করে নেক ও সৎ লোকদের পরিবেশে নিজেকে নিয়ে এলে পাপাচার ছেড়ে দেওয়া সহজ হয়।

নেকসহবতের মাধ্যমে নিজের দোষ, ভুল-ত্রুটি সহজেই বুঝা যায়। কি কারণে আল্লাহ থেকে দূরত্ব তৈরি হয় তা বুঝা যায়। ফলে সহজেই সে তার অন্তরকে ঠিক করে নিতে পারে। সে তার ভুল বুঝতে পারে।

হাদিসে বর্ণিত আছে,

حَدَّثَنَا ابْنُ بَشَّارٍ، حَدَّثَنَا أَبُو عَامِرٍ، وَأَبُو دَاوُدَ قَالَا حَدَّثَنَا زُهَيْرُ بْنُ مُحَمَّدٍ، قَالَ حَدَّثَنِي مُوسَى بْنُ وَرْدَانَ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ " الرَّجُلُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ فَلْيَنْظُرْ أَحَدُكُمْ مَنْ يُخَالِلُ. " ُ

আবু হুরাইরাহ (রাঃ) থেকে বর্ণিতঃ

নাবী (সাল্লাল্লাহি ‘আলাইহি ওয়া সাল্লাম) বলেনঃ মানুষ তার বন্ধুর রীতিনীতির অনুসারী হয়।

কাজেই তোমাদের প্রত্যেকেই যেন লক্ষ্য করে, সে কার সঙ্গে বন্ধুত্ব করছে। (সুনানে আবু দাউদ, হাদিস নং ৪৮৩৩)

হাদিসের মান: হাসান হাদিস)

নেক সহবত সকল প্রকার ত্রুটি থেকে পরিশুদ্ধ হওয়ার তাগিদ দেয়। তখন অন্তরও নরম হয় এবং আল্লাহর দিকে ঝুঁকে পড়ে।

আল্লাহকে ভালোবাসা ও ভয়:

আল্লাহর ভালোবাসা ও ভয়ই মানুষকে অন্তরের যাবতীয় অন্যায়-অপরাধ থেকে মুক্ত রাখে। আর আল্লাহর জন্য অপরাধমুক্ত জীবন গঠন করা ব্যক্তিরাই সফল।

মহান আল্লাহ তাআলা এ মর্মে নির্দেশ দিয়েছেন-

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ وَ لَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَ أَنْتُمْ مُسْلِمُونَ

‘হে মুমিনগণ, তোমরা আল্লাহকে ভয় কর, যথাযথ ভয়। আর তোমরা মুসলমান হওয়া ছাড়া মারা যেও না।’ (সূরা আল-ইমরান : আয়াত ১০২)

আল্লাহ সুবহানাহু তায়ালা অন্য আয়াতে ইরশাদ করেন,

فَلَا تَخَافُوهُمْ وَ خَافُونَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

‘তোমরা যদি মুমিন-ই হয়ে থাক, তাহলে তাদেরকে নয় আমাকেই ভয় কর। (সূরা তাওবা, আয়াত, ১৭৫)

মানুষ যখন আল্লাহর সত্তা, গুণাবলি, তাঁর সৃষ্টি, রাজত্ব, ক্ষমতা ও বড়ত্ব নিয়ে চিন্তা-ভাবনা করে তখন তার অন্তরে আল্লাহর ভয় সৃষ্টি হয়। কোনো ব্যক্তি যদি আল্লাহকে ভয় করেই ইবাদত করে, তাহলে তার ইবাদত হবে গতানুগতিক ধারার আদেশ পালনের ইবাদাত, কিন্তু কেউ যদি আল্লাহর ভালোবাসার স্বীকৃতিস্বরূপ ইবাদত করে, তবে তার ইবাদতে থাকবে একাগ্রতা, আন্তরিকতা। আল্লাহকে ভালোবাসলে মানুষ অন্তরে হক্ক বাতিলের পার্থক্য নিয়ে চলবে, সে ভালো মন্দ বিচার করে চলতে পারবে ফলে তার অন্তরকে শেকলবন্দি করে রাখতে পারবে এবং লাভ করবে আল্লাহর অনুগ্রহ।

আল্লাহ বলেন,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنْ تَتَّقُوا اللَّهَ يَجْعَلْ لَكُمْ فُرْقَانًا وَيُكَفِّرْ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ

হে মুমিনগণ, যদি তোমরা আল্লাহকে ভয় কর তাহলে তিনি তোমাদের জন্য ফুরকান প্রদান করবেন, তোমাদের থেকে তোমাদের পাপসমূহ দূর করবেন এবং তোমাদেরকে ক্ষমা করবেন। আর আল্লাহ মহা অনুগ্রহশীল। (সূরাহ আল-আনফাল:২৯)

আল্লাহভীতি মানুষের অন্তরকে পাপাচার ও অপরাধ থেকে বিরত রাখে এবং আল্লাহর আনুগত্য ও ইবাদতে উৎসাহিত করে।

সবর:

কুরআনে সবর (صبر) শব্দটি বিভিন্নরূপে ব্যবহৃত হয়েছে। এর মূল অর্থ হল, নিজেকে সংকট, অপছন্দনীয় অবস্থা ও পরিস্থিতিতে সুনিয়ন্ত্রিত রাখা, হক ও নীতির ওপর অটল অবিচল রাখা। পারিভাষিক অর্থে সবর হলো বিপদ-আপদ, দুঃখ-কষ্ট, অসুস্থতা সংকটময় মুহূর্তে বিচলিত এবং অস্থির না হয়ে বিপদ থেকে নিষ্কৃতি পাওয়ার চেষ্টা এবং আল্লাহর কাছে সাহায্যের অপেক্ষা করা। নফস বা প্রবৃত্তিকে হারাম ও নাজায়েয বিষয়াদি হতে বিরত রাখা। আর এটাই সবরের অন্যতম প্রধান কাজ। কেননা হারাম বা নিষিদ্ধ এবং অবাঞ্ছিত কাজের প্রতি নফসের বেশি আকর্ষণ থাকে। আর এভাবেই মানুষ তার অন্তরকে পরিশুদ্ধ করতে পারে এবং সে হয় সুসংবাদ প্রাপ্তদের অন্তর্ভুক্ত।

আল্লাহ কুরআনে বলেন,

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

আর আমি অবশ্যই তোমাদেরকে পরীক্ষা করব কিছু ভয়, ক্ষুধা এবং জ্ঞান-মাল ও ফল-ফলাদির স্বল্পতার মাধ্যমে। আর তুমি ধৈর্যশীলদের সুসংবাদ দাও। (সূরাহ বাকারাহ: ১৫৫)

সবর নফসকে ইবাদত ও আনুগত্যে বাধ্য করে, ইবাদত যথা নিয়ম পালন করার অভ্যাস করতে সাহায্য করে। মানুষের অন্তর আল্লাহর ইবাদত করতে গাফলতি করে, আর এ সমস্ত কাজে নিজের অন্তরকে প্রশ্রয় না দিয়ে ধৈর্যের সাথে ইবাদত করার জন্য উদ্বুদ্ধ করা হচ্ছে সবরের কাজ।

আল্লাহ বলেন,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

হে মুমিনগণ, ধৈর্য ও সালাতের মাধ্যমে সাহায্য চাও। নিশ্চয় আল্লাহ ধৈর্যশীলদের সাথে আছেন। (সূরাহ বাকারাহ: ১৫৩)

সবর অন্তরের অবস্থা বদলে দেয়, ফলে অন্তর কোনো গুনাহের দিকে এগিয়ে গেলেও সবরের মাধ্যমে সে তার আত্মা কে বাঁচিয়ে রাখতে সক্ষম হয়।

আত্মশুদ্ধির উপকরণ আত্মকে সঠিক পথ দেখায়। খালি অন্তর যা শয়তানের বসবাসের জায়গা হয় সে জায়গায় আল্লাহর ভালোবাসা তৈরি করে, আল্লাহলে ভালোবেড়ে। সঠিক পথ অনুসরণ করতে শেখায়।

সারসংক্ষেপ

পরকালীন জীবনের সফলতা ও মুক্তি আত্মশুদ্ধির ওপর নির্ভরশীল। আত্মার পরিশুদ্ধি ছাড়া কেয়ামতের দিন কোনো কিছু উপকারে আসবে না। যে ব্যক্তি দুনিয়ায় নিজ আত্মাকে পবিত্র রাখবে পরকালে সেই মুক্তি লাভ করবে। আত্মশুদ্ধিই মানুষকে বিকশিত করে, সফলতা দান করে। ইহজীবনে আত্মশুদ্ধিই মানুষকে পূর্ণাঙ্গ মানুষে পরিণত করে। এরূপ মানুষ সব ধরনের খারাপ কাজ থেকে দূরে থাকে।

আত্মশুদ্ধি মানুষকে সতর্ক রাখে। যে অন্তরকে আল্লাহর ভয়ে হারাম থেকে বাঁচিয়ে রাখে সে বিভিন্ন কাজের ক্ষেত্রেও আল্লাহর কথা স্মরণ করে অসতর্কতা থেকে বাঁচতে পারে। অসতর্ক মূলক কাজ মানুষের অন্তর কে ধীরে ধীরে আল্লাহর থেকে দূরে নিয়ে যায়।

আল্লাহ বলেন,

كَذَٰلِكَ بَلَّ رَانَ عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ

কখনো নয়, বরং তারা যা অর্জন করত তা-ই তাদের অন্তরসমূহকে ঢেকে দিয়েছে। (সূরাহ আল-মুতাফফিফীন:১৪)

যে আত্মশুদ্ধি করতে পারে না, সে তার নিয়্যাত কে ঠিক করতে পারে না। তার সকল কাজ শুধুমাত্র আল্লাহর জন্যই হয় না। যা তার অন্তরে ধীরে ধীরে দুনিয়ার প্রতি ভালোবাসা তৈরি করে। ফলে সে দ্বীন থেকে দূরে চলে যায় তার অন্তরও কঠিন হয়ে যায়।

আত্মশুদ্ধির মাধ্যমে বান্দা তার গুনাহকে চিহ্নিত করতে পারে। সে আল্লাহর ভয়ে তাওবার প্রতি আগ্রহী হয়। তখন সে আল্লাহর নির্ধারিত নিয়ম অনুসরণ করে আল্লাহর প্রিয় হওয়ার জন্য চেষ্টা করে। এভাবেই তার দুনিয়ায় মূল উদ্দেশ্য পূরণে আল্লাহ সহায়তা করেন এবং আখিরাতের মুক্তির পাথেয় হয়।

সহায়ক গ্রন্থ

*আত্মশুদ্ধি। লেখক:আবু আব্দুর রহমান সুলামি (রা.)

* তাসাউফ ও আত্মশুদ্ধি গুরুত্ব । লেখক: শাইখুল ইসলাম মুফতি মুহাম্মাদ তাকী উসমানী।

*মাদারিজুস সালিকীন। ইমাম ইবনুল কাইয়িম (রা.)

*সাহাবিদের চোখে দুনিয়া। ইমাম আহমাদ ইবনে হাম্বল(রহঃ)

*Al Quran(Tafsir & by word) <https://gtaf.org/apps/quran>

*আল-হাদিস অ্যাপ

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.ihadis.ihadis>

*এছাড়াও বিভিন্ন সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং সাইট থেকে কিছু আর্টিকেল ও কিতাবের সহায়তা নেওয়া হয়েছে।