Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

রিসার্চের বিষয়ঃ

মহিলাদের ইতিকাফ বিষয়ক মাসলা মাসায়েল

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: আব্দুল ওয়াহিদ

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

মাহবুবা সুলতানা মায়া

রোলঃ ২৩১০০১২০৭৭৪

৩১ মে, ২০২৬ ইং

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

রিসার্চের বিষয়ঃ

মহিলাদের ইতিকাফ বিষয়ক মাসলা মাসায়েল

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

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: আব্দুল ওয়াহিদ
রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট
ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

মাহবুবা সুলতানা মায়া
রোলঃ ২৩১০০১২০৭৭৪

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

প্রত্যয়ন পত্র

এই মর্মে প্রত্যয়ন করা যাচ্ছে যে, " মহিলাদের ইতিকাফ বিষয়ক মাসলা মাসায়েল " বিষয়ক গবেষণাপত্র টি আমার তত্ত্বাবধানে ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ ডিপার্টমেন্ট থেকে মাহবুবা সুলতানা মায়া, আইডিঃ ২৩১০০১২০৭৭৪ বিচক্ষনতার সাথে সম্পন্ন করেছেন।

(স্বাক্ষর)

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: আব্দুল ওয়াহিদ
রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট
ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

(স্বাক্ষর)

এক্সটারনালঃ

মাও: শারাফাত কারীম
এরাবিক ডিপার্টমেন্ট
ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

ঘোষণাপত্র

আমি নিম্নস্বাক্ষরকারী এ মর্মে ঘোষণা করছি যে, " মহিলাদের ইতিকাফ বিষয়ক মাসলা মাসায়েল " শিরোনামে এই গবেষণাপত্র ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসার (Islamic Online Madrasah – IOM) ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ বিভাগের মুফতি: আব্দুল ওয়াহিদ 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 ঘোষণা করছি যে, এই গবেষণা কর্মটি আমার নিজস্ব প্রচেষ্টায় প্রস্তুত করা হয়েছে, যেখানে প্রয়োজন অনুসারে বিভিন্ন উৎস থেকে সংগৃহীত তথ্য ব্যবহার করা হয়েছে এবং সেগুলো যথাযথভাবে তথ্যসূত্রে উল্লেখ করা হয়েছে।

মাহবুবা সুলতানা

(স্বাক্ষর)

তারিখঃ

৩১ মে, ২০২৬ ইং

মাহবুবা সুলতানা মায়া

আইডিঃ ২৩১০০১২০৭৭৪

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ।

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা।

সূচিপত্র

ইতিকাফের সময়সীমা ও নিয়ম 7

ইতিকাফের প্রকারভেদ ও মাসায়ালা 7

রমাদানে ইতিকাফের উদ্দেশ্য.. 9

ইতিকাফের স্থান নির্ধারণের নিয়ম.. 10

নারীদের ইতিকাফের মাসআলা ও নিয়ম 11

ইতিকাফে বসা নারীর জন্য যেসব বিষয় বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ...................................... 12

মহিলাদের ইতিকাফের মাসয়ালা মাসায়েল

ইসলামে মহিলাদের জন্যও ইতিকাফ করার সুযোগ রয়েছে। তবে তাদের ইতিকাফ সাধারণত নিজ ঘরের নির্ধারিত নামাজের স্থানে (মুসাল্লা) আদায় করতে হয়। ইতিকাফ শুরুর আগে ওই স্থান নির্ধারণ করে নেওয়া উত্তম। ইতিকাফ অবস্থায় অপ্রয়োজনীয় কথা, কাজ ও ব্যস্ততা থেকে বিরত থেকে আল্লাহর ইবাদত, কুরআন তিলাওয়াত, জিকির-আযকার ও দোয়ার মধ্যে সময় অতিবাহিত করা উচিত।
মহিলাদের ইতিকাফের গুরুত্বপূর্ণ মাসয়ালা
ইতিকাফের নিয়ত করতে হবে।
ঘরের নির্ধারিত ইবাদতের স্থানে অবস্থান করতে হবে।
প্রয়োজন ছাড়া সেই স্থান ত্যাগ করা যাবে না।
হায়েজ বা নেফাস শুরু হলে ইতিকাফ ভেঙে যাবে।
নামাজ, কুরআন তিলাওয়াত, জিকির ও দোয়ায় বেশি সময় ব্যয় করা উত্তম।
স্বামী বিবাহিত মহিলার ক্ষেত্রে ইতিকাফের জন্য স্বামীর অনুমতি নেওয়া উচিত।

রমজান মাসে ইতিকাফ পালন এর গুরুত্ব জানলে কেউ এই ইবাদতটি ছাড়তেন না।কেননা এই মহিমান্বিত আমল প্রত্যেক মুসলমানের জন্য অত্যন্ত মূল্যবান।যা,এই আর্টিকেল এর মাধ্যমে জানতে পারবো ইতিকাফের সহজ মাসায়ালা ও নিয়ম এর বিস্তারিত।

রমাদানের শেষ দশকে ইতিকাফের ফজিলত অপরিসীম,যা সুন্নতে মুয়াক্কাদাহ ইবাদত হিসেবে রমাদান মাসের শেষ দশকে মসজিদে অবস্থান করে অত্যন্ত গুরুত্বের সাথে আদায় করা হয়। মানুষের জীবনে আল্লাহর সান্নিধ্য লাভের অনেক ইবাদত রয়েছে, তার মধ্যে অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ ইবাদত হলো ইতিকাফ।কারণ ইতিকাফ পালনের মাধ্যমে একজন মুমিন ব্যক্তি দুনিয়ার নানা ব্যস্ততা থেকে নিজেকে দূরে সরিয়ে রেখে কেবলমাত্র আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জনের লক্ষ্যে তার ঘর, অর্থাৎ মসজিদে অবস্থান করেন।

মানুষের দৈনন্দিন জীবন নানামুখী কাজ, দায়িত্ব ও চিন্তা ও ব্যস্ততায় ভরা। পরিবার কর্মজীবন সামাজিক সম্পর্ক ভবিষ্যৎ পরিকল্পনা এসব বিষয় মানুষের মনকে সবসময়

ব্যস্ত রাখে ফলে অনেক সময় পরকাল ও আত্মিক উন্নতির বিষয়গুলো চিন্তা করার অবকাশ থাকে না।ইতিকাফ এই ব্যস্ততার মাঝেই মানুষকে এক বিশেষ সুযোগ এনে দেয়।এটি এমন একটি সময়, যখন একজন বান্দা সবকিছু থেকে নিজেকে সরিয়ে নিয়ে একান্ত ভাবে আল্লাহর ইবাদতের মনোনিবেশ করতে পারেন। নামাজ কোরআন তিলাওয়াত, দোয়া ও জিকিরের মাধ্যমে অন্তরকে পরিশুদ্ধ করার এবং নিজের জীবনের ভুল- ত্রুটি নিয়ে ভাবার সুযোগ তৈরি হয়। এ ইবাদত মানুষের হৃদয়ে আল্লাহর প্রতি ভালোবাসা ও কৃতজ্ঞতা আরো দৃঢ় করে। তাই প্রত্যেক সচেতন মুসলমানের উচিত সুযোগ থাকলে ইতিকাফের আমলের প্রতি আগ্রহী হওয়া এবং এই সময়কে আত্মশুদ্ধি ও ঈমানী উন্নতির জন্য কাজে লাগানো।

রমজান মাস মুসলমানদের জন্য আত্মশুদ্ধি, তাকওয়া অর্জন এবং আল্লাহর নৈকট্য লাভের বিশেষ সময়। এই মাসে নামাজ, রোজা, কোরআন তেলাওয়াত, দান-সদকা ও অন্যান্য ইবাদতের পাশাপাশি একটি গুরুত্বপূর্ণ ইবাদত হলো ইতিকাফ।ইতিকাফের মাধ্যমে একজন মুসলিম ব্যক্তি দুনিয়াবি ব্যস্ততা থেকে দূরে থেকে সম্পূর্ণভাবে আল্লাহর ইবাদতে নিজেকে নিয়োজিত করেন।

অনেকেই ইতিকাফ করতে আগ্রহী হলেও সঠিক নিয়ম কানুন সম্পর্কে স্পষ্ট ধারণা না থাকায় দ্বিধায় থাকেন। তাই এখানে ইতিকাফ সম্পর্কিত গুরুত্বপূর্ণ মাসআলা-মাসায়েল সহজ ভাষায় তুলে ধরা হয়েছে

ইতিকাফ কি ও কেন গুরুত্বপূর্ণ

রমাদানের শেষ দশকের ইতিকাফের ফজিলত একজন মুসলিম এর জীবনে ব্যপক ভাবে প্রভাব ফেলে।এবং এটি ইসলামের একটি গুরুত্বপূর্ণ ইবাদত।কারণ বিভিন্ন হাদীসে বর্নিত আছে রমাদানের শেষ দশকে ইতিকাফের ফজিলত সম্পর্কে। ইতিকাফ আরবি শব্দ।ইতিকাফ শব্দের অর্থ হলো কোন স্থানে অবস্থান করা,অভিমুখী হওয়া, নিবেদিত হওয়া বা স্থির থাকা। ইসলামী শরীয়তের পরিভাষায়,রমাদানের শেষ দশকের ইতিকাফ মানে আল্লাহর ইবাদত ও সন্তুষ্টি লাভ।মানুষ তার যাবতীয় ব্যস্ততাকে গুটিয়ে নির্দিষ্ট নিয়তে মসজিদে অবস্থান করা,যেখানে জামাতের সাথে পাঁচ ওয়াক্ত নামাজ আদায় করা হয়।

ইতিকাফকারী ব্যক্তি নির্দিষ্ট সময় মসজিদে অবস্থান করে নামাজ, কোরআন তেলাওয়াত, জিকির, দোয়া এবং অন্যান্য ইবাদতে নিজেকে ব্যস্ত রাখেন।

ইতিকাফের সময়সীমা ও নিয়ম

রমাদানের শেষ দশকের ইতিকাফের সময়সীমা ও নিয়ম এমন ভাবে নির্ধারিত যাতে একজন মুসলিম দুনিয়ার ব্যস্ততা থেকে সাময়িকভাবে দূরে গিয়ে আল্লাহর ইবাদতের পূর্ণ মনোযোগ দিতে পারেন এবং নিজের জীবনকে আত্মসমালোচনা তওবা ও কোরআন তেলাওয়াতের মাধ্যমে শুদ্ধ করার সুযোগ পান রমজানের শেষ ১০ দিন ও রাত বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ কারণ এই সময়েই শবে কদরের অনুসন্ধান করা হয় তবে নফল ইতিকাফ অল্প সময়েও করা যায় যদি কেউ আন্তরিক নিয়তে মসজিদে বা ঘরের নির্ধারিত স্থানে অবস্থান করে নিয়মিত জিকির দোয়া ও নফল ইবাদতে নিজেকে ব্যস্ত রাখেন তবে সময়ের স্বল্পতা সত্ত্বেও আধ্যাত্মিক একজন সম্ভব হয় এবং ঈমানী শক্তি আরো মজবুত হয়ে ভবিষ্যৎ জীবনে ভালো আমলের ধারাবাহিকতা বজায় রাখতে সহায়তা করে সবার।

ইতিকাফের প্রকারভেদ ও মাসায়ালা

শরীয়তের দৃষ্টিতে ইতিকাফ তিন প্রকারে বিভক্ত :

সুন্নত ইতিকাফ

নফল ইতিকাফ

ওয়াজিব ইতিকাফ

নিম্নে এগুলোর বিস্তারিত আলোচনা করা হলো

১.সুন্নত ইতিকাফ

রমাদানের শেষ দশকে অথবা এই শেষ ১০ দিনে যে ইতিকাফ করা হয় তাকে সুন্নত ইতিকাফ বলা হয়। রাসুল (সা) এই ইবাদতটি সুন্নতে মুয়াক্কাদাহ ইবাদত হিসেবে পালন করতেন এবং কদরের রাত তালাশ করার উদ্দেশ্য মসজিদে অবস্থান করতেন। সাধারণত ২০ রমজানের সূর্যাস্তের পূর্বে মসজিদে প্রবেশ করে ঈদের চাঁদ দেখা।এলাকায় অন্তত একজন ব্যক্তি ইতিকাফে বসলে সবার পক্ষ থেকে এই সুন্নত আদায় হয়ে যায়। কিন্তু কেউ যদি ইতিকাফ না করে তবে এলাকাবাসীর সবাই গুনাহের অংশীদার হবে। আরেকটি বিষয় হচ্ছে এই সময়ের অন্যতম বড় উদ্দেশ্য হলো লাইলাতুল কদর অনুসন্ধান যা হাজার মাসের ইবাদতের চেয়েও উত্তম।

২.নফল ইবাদত

নফল ইতিকাফের জন্য নির্দিষ্ট কোন সময় বা সময়সীমা নেই। রমজানের শেষ দশক ছাড়াও বছরের যে কোন সময় এমনকি অল্প সময়ের জন্য কেউ যদি ইতিকাফের নিয়ত করে মসজিদে অবস্থান করলে নফল ইতিকাফের সওয়াব লাভ করতে পারবেন।

আবার কেউ যদি কয়েক ঘণ্টা একদিন বা তারও কম সময়ের জন্য মসজিদে থেকে ইবাদতে মগ্ন থাকেন এবং ইতিকাফের নিয়ত করেন তাহলেও তা নফল ইতিকাফ হিসেবে গণ্য হয় এটি সাধারন মানুষের জন্য সহজ ও সওয়াব অর্জনের একটি উত্তম সুযোগ।

৩.ওয়াজিব ইতিকাফ

যদি কেউ আল্লাহর কাছে মানত করে যে সে নির্দিষ্ট সময় ইতিকাফ করবে তবে সেই মানত পূরণ করা তার জন্য ওয়াজিব হয়ে যায়।এছাড়া কেউ সুন্নত ইতিকাফ শুরু করার পর যদি কোন কারণে তা ভেঙে যায়। তবে পরে সেই ইতেকাফের কাজা আদায় করাও ওয়াজিব হয়ে যায়।

ওয়াজিব ইতিকাফ সাধারণত নির্দিষ্ট দিনের জন্য মানত অনুযায়ী আদায় করতে হয় এবং এতে সময় পূর্ণ করা বাধ্যতামূলক

রমাদানে ইতিকাফের উদ্দেশ্য

রমাদানের শেষ দশকের ইতিকাফের অন্যতম গুরুত্বপূর্ণ ফায়দা হলো,এর মাধ্যমে লাইলাতুল কদর লাভ করার সম্ভাবনা অনেক বেড়ে যায়।কারণ রমজানের শেষ দশকেই এই মহিমান্বিত রাতটি নিহিত রয়েছে । তাই হযরত মুহাম্মদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম মুসলমানদেরকে রমজানের শেষ ১০ দিনে লাইলাতুল কদর অনুসন্ধান করতে উৎসাহিত করেছেন।ইতিকাফ মূলত সেই অনুসন্ধানকে সহজ ও কার্যকর করে তোলে।

আরও পড়ুনঃ নামাজ কবুল না হওয়ার কারণ

এতেকাফের একটি বড় উদ্দেশ্য হলো—মানুষ যেন পার্থিব ব্যস্ততা থেকে মুক্ত হয়ে আল্লাহর ইবাদতে একান্ত ভাবে নিমগ্ন হতে পারে।সাধারণ জীবনে মানুষ কর্মব্যস্ততা পারিবারিক দায়িত্ব ও সামাজিক নানা কাজে এতটাই ব্যস্ত হয়ে পড়ে যে ইবাদতের জন্য নিরবছিন্ন সময় বের করা কঠিন হয়ে পড়ে। ইতিকাফ সেই সীমাবদ্ধতা দূর করে মানুষকে আল্লাহর স্মরণে মনোযোগী হওয়ার সুযোগ দেয়।

এতেকাফ কারী ব্যক্তি এমন একটি পরিবেশে অবস্থান করেন, যেখানে গুনাহ ও অনর্থক কাজে জড়িয়ে পড়ার সম্ভাবনা কম থাকে। মসজিদের পবিত্র পরিবেশ, নিয়মিত নামাজ, কোরআন তিলাওয়াত ও জিকির এসব তার অন্তরকে পরিশুদ্ধ করে এবং আল্লাহর সঙ্গে সম্পর্ককে আরো দৃঢ় করে। শরীয়তের দৃষ্টিতে ইতিকাফ কারীর মসজিদে অবস্থান নিজেই একটি ইবাদত হিসেবে গণ্য হয়। ফলে তিনি যদি কিছু সময় বিশ্রামেও থাকেন তবুও তার মসজিদে থাকা সওয়াবের অন্তর্ভুক্ত হয়।

তবে ইতিকাফ কেবল মসজিদে অবস্থানের নাম নয় ;এর সঙ্গে কিছু আদব ও দায়িত্বও জড়িত। ইতিকাফকারীকে মসজিদের সম্মান রক্ষা করতে হবে, অপ্রয়োজনীয় আলাপ হাসিঠাট্টা ও দুনিয়াবী আলোচনায় লিপ্ত হওয়া থেকে বিরত থাকতে হবে। অহেতুক মোবাইল ব্যবহার সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার করে সময় নষ্ট করা বা অপ্রয়োজনীয় কাজে ব্যস্ত হওয়া ইতিকাফের মূল উদ্দেশ্য কে দুর্বল করে দেয়।

বরং এই সময়টিকে আত্মসমালোচনা, বেশি বেশি দোয়া, তওবা, কোরান পাঠ ও নফল ইবাদতে ব্যয় করাই উত্তম। এতে একজন মানুষ নতুন উদ্যমে পবিত্র মানসিকতা নিয়ে জীবনে ফিরে যেতে পারে।

ইতিকাফের স্থান নির্ধারণের নিয়ম

রমাদানের শেষ দশকে ইতিকাফের আমল আদায়ের জন্য ইতিকাফের স্থান নির্বাচন অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ, কারণ এটি সরাসরি ইবাদতের পরিবেশ ও মনোযোগের সঙ্গে সম্পর্কিত। ইসলামী শরীয়ত অনুযায়ী পুরুষদের জন্য ইতিকাফ আদায়ের সর্বোত্তম স্থান হলো মসজিদ, বিশেষ করে যে মসজিদে জামাতের সঙ্গে নিয়মিত নামাজ আদায় করা হয়।

সওয়াবের দিক থেকে ইতিকাফের স্থানগুলোর মধ্যে মর্যাদার একটি স্তর রয়েছে। সর্বোচ্চ মর্যাদাপূর্ণ স্থান হলো মসজিদুল হারাম, যেখানে নামাজ ও ইবাদতের সাওয়াব বহুগুণ বৃদ্ধি পায়। এরপর মর্যাদার দিক থেকে রয়েছে মসজিদে নববী যা রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এর শহরে অবস্থিত এবং মুসলমানদের কাছে অত্যন্ত পবিত্র স্থান।

রমাদানের-শেষ-দশকে-ইতিকাফের-ফজিলত
এরপর রয়েছে মসজিদুল আকসা, যা ইসলামের তৃতীয় পবিত্রতম মসজিদ হিসেবে বিবেচিত। এই তিনটি মসজিদে ইতিকাফ করা অত্যন্ত ফজিলত পূর্ণ।

তবে সব মুসলমানের পক্ষে এসব পবিত্র স্থানে গিয়ে ইতিকাফ করা সম্ভব হয় না। তাই শরিয়ত সহজ পথও নির্ধারণ করেছে। নিজ এলাকার যেকোনো জামে মসজিদ — যেখানে জুমার নামাজ আদায় করা হয়, সেখানে ইতিকাফ করা উত্তম এছাড়া পাঁচ ওয়াক্ত নামাজ জামাতের সঙ্গে আদায় হয় এমন সাধারন মসজিদেও ইতিকাফ করা বৈধ ও সওয়াবের কাজ।

উপরের আলোচনা থেকে অনেকের মনে হতে পারে যে ইতিকাফ হয়তো কেবল পুরুষদের জন্যই নির্ধারিত। কিন্তু বিষয়টি মোটেও তা নয়। ইসলাম নারী ও পুরুষ উভয়ের জন্যই আল্লাহর নৈকট্য অর্জনের বিভিন্ন সুযোগ ও ইবাদতের পথ উন্মুক্ত করে দিয়েছেন।

অনেক ক্ষেত্রে নারীদের দায়িত্ব ও পরিস্থিতি বিবেচনা করে শরীয়তে কিছু বিধানে সহজতা রাখা হয়েছে। ফলে তারা ঘরে থেকেই ইবাদতের মাধ্যমে অধিক সওয়াব অর্জনের সুযোগ পান। সেই ধারাবাহিকতায় ইতিকাফও নারীদের জন্য একটি মূল্যবান ইবাদত, যা তারা তুলনামূলক সহজভাবে নিজ ঘরেই পালন করতে পারেন। অতএব পুরুষরা যেমন মসজিদে ইতিকাফের মাধ্যমে আত্মশুদ্ধি ও ইমানি উন্নতির সুযোগ পায়, তেমনি নারীরাও ঘরে অবস্থান করে একইভাবে আল্লাহর নৈকট্য লাভ এবং আত্মিক উন্নতির সুবর্ণ সুযোগ গ্রহণ করতে পারেন।

নারীদের ইতিকাফের মাসআলা ও নিয়ম

রমাদানের শেষ দশকে ইতিকাফের ফজিলত লাভের জন্য নারীরাও ইতিকাফ আদায় করতে পারেন, যা শুধু পুরুষদের জন্য সীমাবদ্ধ নয়; নারীরাও ইতিকাফের মাধ্যমে আল্লাহর নৈকট্য অর্জনের সুযোগ লাভ করতে পারেন। তবে নারীদের ইতিকাফ পালনের নিয়ম পুরুষদের তুলনায় কিছুটা ভিন্ন, কারণ তাদের পারিবারিক দায়িত্ব, নিরাপত্তা ও পর্দার বিষয়গুলো বিবেচনায় রেখে শরীয়ত সহজ বিধান দিয়েছে। নারীদের জন্য মসজিদে গিয়ে ইতিকাফ করা আবশ্যক নয়। বরং অধিকাংশ আলেম এর মতে, ঘরের মধ্যেই ইতেকাফ করা নারীদের জন্য উত্তম ও সহজ। তবে ইতিক কাজ করার আগে

পরিবারের দায়িত্ব এমনভাবে গুছিয়ে নেওয়া উচিত, যাতে ইতিকাফের সময় বারবার উঠে কাজ করতে না হয়।

ইতিকাফে বসা নারীর জন্য যেসব বিষয় বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ

রমাদানের শেষ দশকে ইতিকাফে বসা নারীর জন্য কিছু গুরুত্বপূর্ণ বিষয় রয়েছে যা জানা আবশ্যক। নিচে তা উল্লেখ করা হলো:

স্বামীর অনুমতি নিয়ে ইতিকাফে বসা উত্তম

সন্তান বা পরিবারের জরুরী প্রয়োজন থাকলে তা আগে থেকে ব্যবস্থা করে নেওয়া ভালো

ইতিকাফের সময় অপ্রয়োজনীয় কথা, মোবাইল ব্যবহার বা দুনিয়াবী কাজে অতিরিক্ত ব্যস্ত হয়ে না পরা।

নামাজ, কোরআন তিলাওয়াত, জিকির ও দোয়ায় সময় ব্যয় করা।

ইতিকাফের পরিবেশ শান্ত ও ইবাদতের উপযোগী রাখা।

নারীদের জন্য ইতিকাফের উদ্দেশ্যও একই–

আত্মশুদ্ধি, গুনাহ থেকে দূরে থাকা এবং আল্লাহর স্মরণে নিজেকে ব্যস্ত রাখ।

নারীদের ঘরে ইতিকাফের স্থান নির্ধারণ

নারীরা সাধারণত নিজেদের ঘরের ভেতরে নামাজ আদায়ের জন্য নির্ধারিত একটি নির্দিষ্ট স্থানকে ইতিকাফের স্থান হিসেবে নির্ধারণ করেন।

রমাদানের-শেষ-দশকে-ইতিকাফের-ফজিলত

সেই স্থানেই তারা অবস্থান করে ইবাদতে সময় কাটান।এইভাবে ঘরেই তারা ইতিকাফের সওয়াব লাভ করতে পারেন। বিশেষ করে রমাদানের শেষ দশকে ইতিকাফের ফজিলত সম্পর্কে যারা জ্ঞান রাখেন, তারা অত্যন্ত গুরুত্বের সাথে এই ইবাদত বা আমলটি পালন করে থাকেন।

ইতিকাফের ফজিলত ও উপকারিতা

রমাদানের শেষ দশকে ইতিকাফ ইসলামের গুরুত্বপূর্ণ শিআর বা পরিচিত নিদর্শন সমূহের অন্তর্ভুক্ত একটি সুন্নত আমল বিশেষত রমজান মাসে এর গুরুত্ব ও তাৎপর্য

আরো বৃদ্ধি পায়। রমজানের বরকত, রহমত এবং আত্মিক উন্নতি অর্জনের ক্ষেত্রে ইতিকাফ একটি অত্যন্ত কার্যকর ইবাদত হিসেবে বিবেচিত।

আরও পড়ুনঃ কোন সুরা পড়লে টেনশন দূর হয় - মানসিক চাপ কমাতে ইসলামের নির্দেশনা

ইসলামের ইতিহাসে দেখা যায়, হযরত মুহাম্মদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম মদিনায় অবস্থানকালে প্রায় প্রতি বছরই রমজানের শেষ দশকে ইতিকাফ পালন করতেন।সেই সাথে তিনি তার সাহাবিদেরও উৎসাহিত করেতেন এই আমলটি করার জন্য।কেবল একবার বিশেষ পরিস্থিতির কারণে তিনি একটি কাজ করতে পারেননি ;পরবর্তীতে সেই ঘাটতি পূরণ করতে পরের বছর তিনি দীর্ঘ সময় ইতিকাফ করেন।এতে বোঝা যায় এই ইবাদতের প্রতি তার কত গভীর গুরুত্ব ও আগ্রহ ছিল। তার সাহাবীরাও এই আমলে অংশগ্রহণ করতেন এবং এটি মুসলিম সমাজে একটি গুরুত্বপূর্ণ ইবাদত হিসেবে প্রতিষ্ঠিত হয়।

এছাড়া ইতিকাফের মাধ্যমে রোজার আদব সংযম ও আত্মনিয়ন্ত্রণ আরো দৃঢ়ভাবে অনুশীলনের সুযোগ তৈরি হয়।ফলে রোজার প্রকৃত উদ্দেশ্য — আত্মশুদ্ধি ও তাকওয়া অর্জন–বাস্তবে রূপ নিতে সাহায্য করে।

সব মিলিয়ে ইতিকাফ অত্যন্ত মর্যাদাপূর্ণ একটি ইবাদত। যার প্রভাব মানুষের অন্তর,চিন্তা ও জীবনধারায় দীর্ঘস্থায়ী পরিবর্তন আনতে সক্ষম। এই আমল একজন মানুষের আত্মিক জীবনে নতুন আলোর সঞ্চার করতে পারে।

রমাদানের শেষ দশ দিনে ইতিকাফ করার পুর্ণ গাইড

রমাদানের শেষ দশকে ইতিকাফের ফজিলত অতুলনীয়। কারণ,কেননা এই ১০ রাত্রির মাঝেই লুকায়িত থাকে সকল ধর্মপ্রাণ মুসলিমদের কাংখিত মহিমান্বিত রাত শবে কদর। মসজিদে প্রবেশ করা মানে কেবল শারীরিকভাবে সেখানে থাকা নয়; বরং এটি একটি আত্মিক ও মানসিক প্রস্তুতির কাজ। আল্লাহর ঘর— মসজিদ —পবিত্র ও সম্মানিত স্থান। তাই এতেকাফের উদ্দেশ্যে সেখানে যাত্রা করার আগে একজন বান্দার শরীর মন ও পরিবেশের পূর্ণ প্রস্তুতি থাকা আবশ্যক।

১.বাহ্যিক পরিচ্ছন্নতা ও পোশাক

ইতিকাফে আসার আগে প্রথমে শরীরের পরিচ্ছন্নতা নিশ্চিত করতে হবে। নিয়মিত গোসল করা, দাঁত মাজা, নখ-কেশ সঠিকভাবে রাখা এবং শরীরে অন্যান্য পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। কারণ পবিত্র স্থানে অবস্থানের সময় গোনাহমুক্তি ও সভা প্রদর্শন শর্ত।

পবিত্র কুরআন মাজীদে বলা হয়েছে _

"হে আদম-সন্তানেরা! যখনই তোমরা কোন মসজিদে আসবে তখন নিজেদের শোভা অবলম্বন করবে।"[

সূরা আ'রাফ (৭):৩১]

এখানে নির্দেশ রয়েছে শুধুমাত্র নামাজ বা তাওয়াফের জন্য নয়, বরং সুন্দর ও শোভনীয় পোশাক পরিধান করাও গুরুত্বপূর্ণ। পোশাকটি যেন পবিত্রতা বজায় রাখে শরীয়তের দৃষ্টিতে শোভনীয় হয় এবং অন্যদের জন্য সম্মানজনক মনে হয়।

২.অভ্যন্তরীণ পরিচ্ছন্নতা ও তাকওয়া

শুধু বাহ্যিক পবিত্রতা যথেষ্ট নয় ;অভ্যন্তরীণ পরিচ্ছন্নতা ও আত্মিক পবিত্রতা ও জরুরি। দুনিয়াবি ব্যস্ততা মনের ক্ষুদ্র চিন্তা গোনা বা অহংকার এসবের থেকে মুক্ত থাকতে হবে। কুরআন মাজীদে এই দিকেও ইঙ্গিত রয়েছে–

"হে আদম-সন্তানেরা! আমি তোমাদের জন্য পোশাকের ব্যবস্থা করেছি যা লজ্জাস্থান আবৃত করে সাজ-সজ্জার বস্তু। তবে তাকওয়ার পোশাকই সর্বোত্তম। "

[সূরা আ'রাফ(৭):২৬]

অর্থাৎ বাহ্যিক পোশাক যেমন দেহকে ঢেকে রাখে, তাকওয়া বা আল্লাহভয় মানুষের অভ্যন্তরের দোষ ত্রুটি ও পাপ প্রবণতাকে ঢেকে রাখে। যেকোনো ইবাদত, বিশেষ করে ইতেকাফ, তখনই পূর্ণ সুফল দেয় যখন অন্তর শুদ্ধ এবং আল্লাহর প্রতি মনোযোগী থাকে।

৩.তওবা ও অতীতের গুনাহ মুক্তি

ইতিকাফের জন্য মসজিদে প্রবেশ করার আগে অতীতের পাপ ও ভুলের জন্য সদা মন থেকে তওবা করা প্রয়োজন। নিজের অতীত কাজগুলোর ক্ষমা চাওয়া, আল্লাহর নৈকট্য কামনা করা এবং মনের অবস্থা শুদ্ধ রাখা সবই এতেকাফের সওয়াব ও প্রভাব বৃদ্ধিতে সাহায্য করে।

৪.প্রয়োজনীয় সামগ্রী ও প্রস্তুতি

ইতিকাফের সময় দীর্ঘ সময় মসজিদে অবস্থান করতে হয়। তাই কিছু প্রয়োজনীয় জিনিস সহজ ও পর্যাপ্ত মাত্রায় সঙ্গে নিয়ে আসা উচিত :

ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতার সামগ্রী (তাসবিহ, সাবান, টুথব্রাশ ইত্যাদি)
দৈনন্দিন প্রয়োজনীয় খাবার ও পানীয়, বিশেষ করে ছোট বিরতি বা নফল রোজা রাখার জন্য
নামাজ ও কোরআন পড়ার জন্য আলাদা স্থান বা পাটি
এতে করে কেউ অন্যের উপর নির্ভরশীল হতে না হয় এবং ইতিকাফের সময় দুনিয়ার ঝামেলা থেকে সম্পূর্ণ মুক্ত থাকা সম্ভব হয়।
৫.মানসিক ও আত্মিক প্রস্তুতি

ইতিকাফের সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ অংশ হলো মানসিকতা ও ইবাদতের নিয়ত। এটি একটি আত্মিক যাত্রা, যেখানে:

মনকে আল্লাহর দিকে কেন্দ্রীভূত করতে হয়

দুনিয়াবি চিন্তা ও ব্যস্ততা থেকে মুক্ত থাকতে হয়
প্রতিটি কাজ, ছোট ছোট মুহূর্ত, দোয়া ও নামাজে আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জনের নিয়ত রাখতে হয়।
এক কথায়,ইতিকাফে বসার সময় শরীর মন ও মনোভাব সবই আল্লাহর ইবাদতের প্রতি নিবেদিত থাকতে হবে।
পুরুষদের ক্ষেত্রে ইতিকাফ চলাকালীন মসজিদে থাকার আদব ও নিয়ম
ররমাদানের শেষ দশকে পুরুষদের জন্য বেশির ভাগ মসজিদেই ইতিকাফ এর ব্যবস্থা করা হয় বা এটাই সব থেকে উপযুক্ত স্থান। মসজিদ আল্লাহর ঘর এই ঘরের মর্যাদা দুনিয়ার যে কোন স্থানের চেয়ে বেশি। তাই মসজিদে অবস্থান করা মানে কেবল শারীরিকভাবে সেখানে থাকা নয়, বরং আত্যিকভাবে সম্মান,সততা ও পবিত্রতা বজায় রাখা অত্যন্ত জরুরী।

হাদিস শরীফে বর্ণিত আছে_

"আল্লাহর কাছে সবচেয়ে প্রিয় স্থান হল মসজিদ, আর সবচেয়ে অপ্রিয় স্থান হলো বাজার। "

[সহিহ মুসলিম, হাদিস ৬৭৮]

ইতিকাফের সময় মুসলিম ব্যক্তি এই পবিত্র স্থানে অবস্থান করছেন, তাই মসজিদের মর্যাদা সর্বোচ্চভাবে স্মরণে রাখা আবশ্যক।

১.মসজিদকে পবিত্র রাখা
মসজিদে অবস্থানের সময় নিজেকে ও পরিবেশকে যথা সম্ভব পবিত্র রাখা অপরিহার্য। এই বিষয়ে হাদিস শরীফে বলা আছে_

মসজিদকে পবিত্র রাখার ব্যাপারে বিশেষ তাগিদ দেওয়া হয়েছে

[সুনানে আবু দাউদ,হাদীস ৪৪৫]

তাই_

মসজিদে কোনো অপবিত্রতা সৃষ্টি করা উচিত নয়।

মসজিদে ময়লা,আবর্জনা বা অযাচিত বস্তু ফেলা থেকে বিরত থাকা।

২.ওযু অবস্থায় থাকা

মসজিদে অবস্থানকালীন সর্বদা অযু অবস্থায় থাকা উত্তম। এটি শরীর ও মনকে পবিত্র রাখার একটি গুরুত্বপূর্ণ উপায়। হাদীস শরীফে নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এ বিষয়ে উৎসাহিত করেছেন।

[সহিহ বুখারী,হাদীস ৪৫৫; সহীহ মুসলিম, হাদীস ৬৪৯]

৩.খাবারের দিকনির্দেশনা

মসজিদে যাওয়ার আগে গন্ধযুক্ত খাবার যেমন পেঁয়াজ, রসুন খাওয়া এড়ানো উচিত। যদি খাওয়া হয়ে যায়, তবে আবশ্যক। এটি অন্যদের জন্য আরামদায়ক পরিবেশ নিশ্চিত করে ।

[সহিহ বুখারী, হাদিস ৫৪৫২; সহিহ মুসলিম, হাদিস৫৬৪]

৪.কথাবার্তা ও শব্দের নিয়ম

মসজিদে অহেতুক আলাপ বা উচ্চস্বরে কথা বলা নিষিদ্ধ।

শুধুমাত্র প্রয়োজনীয় কথাবার্তা বলা উচিত [সহীহ মুসলিম, হাদীস ৫৬৮]

মসজিদে অবস্থানকালে শান্ত মনোযোগী ও একাগ্র থাকা উত্তম।

৫.পোশাক ও ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতা

মসজিদে অবস্থানের সময় —

পরিচ্ছন্ন ও সুন্দর পোশাক পড়া উচিত

ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতা বজায় রাখা গুরুত্বপূর্ণ

সামানাপত্র ও ব্যক্তিগত জিনিসপত্র সুসজ্জিত রাখা উচিত
কুরআন মাজীদে নির্দেশ আছে

"হে আদম-সন্তানেরা যখনই মসজিদে আসবে তখন নিজেদের শোভা অবলম্বন করবে।
"

[সুরা আ'রাফ (৭):৩১]

৬.মসজিদ পরিষ্কার রাখা

মসজিদে অবস্থানকালে সর্বোচ্চ যত্ন নিয়ে পরিবেশ পরিচ্ছন্ন রাখা উচিত। হাদীস শরীফে নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম ইরশাদ করেছেন–

"আমার সামনে আমার উম্মতের ভালো ও মন্দ আমলসমূহ পেশ করা হয়েছে। তাদের ভালো আমল গুলোর মধ্যে পেলাম–রাস্তা থেকে কষ্টদায়ক বস্তু সরিয়ে দেওয়া। আর মন্দ আমল গুলোর মধ্যে পেলাম– মসজিদের কফ -থুথু (ময়লা-আবর্জনা) পরিস্কার না করা।"
[সহীহ মুসলিম, হাদীস ৫৫৩]

অতএব,ইতিকাফের সময় মসজিদের পরিষ্কার- পরিচ্ছন্নতা ও সম্মান রক্ষা করা একটি গুরুত্বপূর্ণ দায়িত্ব।
ইতিকাফে বিশেষ করণীয় (বিস্তারিত নির্দেশনা)
রমাদানের শেষ ১০ দিনে ইতিকাফের আমল গুরুত্বের সাথে আদায়ের জন্য একজন মুসলিম বান্দা নিজেকে সসম্পুর্নভাবে ইবাদতের পরিবেশে নিয়ে আসেন। তাই এই সময়টাকে সর্বোচ্চভাবে কাজে লাগানো অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। ইতিকাফ শুধু মসজিদে অবস্থান নয়; বরং এটি আত্মশুদ্ধি, ইবাদতের অভ্যাস গড়ে তোলা এবং আল্লাহর সঙ্গে সম্পর্ক দৃঢ় করার এক বিশেষ সুযোগ।
আরও পড়ুনঃ জুমাতুল বিদার গুরুত্ব ও তাৎপর্য - জুমাতুল বিদার আমল সমুহ

ইতিকাফে অবস্থানকালে প্রথম ও প্রধান কাজ হল জামাতের সঙ্গে পাঁচ ওয়াক্ত ফরজ নামাজ যথা সম্ভব তাকবীরে উলার সঙ্গে আদায় করা। নামাজে খুশু-খুজু (মনোযোগ ও বিনয়) অর্জনের চেষ্টা করা উচিত, যাতে নামাজ কেবল দায়িত্ব পালন না হয়ে অন্তরের ইবাদতে পরিণত হয়।

এ সময় অধিক পরিমাণে কুরআন মাজীদ তেলাওয়াত করা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। শুধু তিলাওয়াতি নয় বরং অর্থ তাফসীর বুঝে পড়ার চেষ্টাও করা উচিত, যাতে কোরআনের শিক্ষা জীবনে বাস্তবভাবে প্রভাব ফেলে।

নফল নামাজের প্রতিও বিশেষ গুরুত্ব দেওয়া দরকার। তাহাজ্জুদ, ইশরাক, চাষ, আওয়াবীনসহ বিভিন্ন নফল সালাত আদায়ের মাধ্যমে বান্দা আল্লাহর নৈকট্য আরো বৃদ্ধি করতে পারে। পাশাপাশি বেশি বেশি দোয়া, ইস্তেগফার, দুরুদ শরীফ ও বিভিন্ন জিকির পাঠ করা উচিত।

ইতিকাফ হলো তওবা ও আত্মসমালোচনার শ্রেষ্ঠ সময়। নিজের জীবনের ভুল, গুনাহ ও অবহেলার বিষয়গুলো স্মরণ করে আন্তরিকভাবে আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাওয়া এবং ভবিষ্যতে নিজেকে সংশোধনের দৃঢ় সংকল্প গ্রহণ করা উচিত।

এ সময় দ্বীনি বই, হাদিস, তাফসির বা ইসলামী জীবন বিধান সম্পর্কিত গ্রন্থ অধ্যয়ন অত্যন্ত উপকারী। ইবাদতের প্রতি আগ্রহ বাড়ে এবং দ্বীনের জ্ঞান সমৃদ্ধ হয়।

ইতিকাফের আরেকটি গুরুত্বপূর্ণ দিক হলো —অপ্রয়োজনীয় কথা, গল্প, হাসি ঠাট্টা ও সময় অপচয় থেকে বিরত থাকা। কারণ এই সময়টুকু আত্মিক উন্নতির জন্য সংরক্ষিত।

এছাড়া অন্য ইতিকাফকারীর ইবাদত বা বিশ্রামে যেন কোন ব্যাঘাত না ঘটে, সে বিষয়েও সতর্ক থাকা জরুরী। নম্র আচরণ, ধৈর্য ও সহনশীলতা বজায় রাখা ইতিকাফের সৌন্দর্য বাড়ায়।

ইতিকাফে দোয়া কবুলের বিশেষ সুযোগ

রমাদানের শেষ দশকে ইতিকাফের আমল আদায়ের মধ্যে দোয়া কবুলের সম্ভাবনা অনেক বেশি থাকে।কারণ এটি মূলত এমন এক সময় যখন বান্দা নিজের হৃদয়কে পরিশুদ্ধ করে নতুন ভাবে আল্লাহর পথে চলার অঙ্গীকার করতে পারে।

ইতিকাফের সময় বিশেষ করে রমজানের শেষ দশকে মুসল্লী দুনিয়াবী ব্যস্ততা থেকে দূরে থেকে সম্পূর্ণভাবে নিজেকে আল্লাহর ইবাদতে নিয়োজিত করার সুযোগ পান। এ সময় মন একাগ্রহ থাকে, ফলে দোয়া, তওবা ও ইস্তেগফার আন্তরিকভাবে করা সহজ হয় এবং দোয়া কবুল হওয়ার সম্ভাবনা বৃদ্ধি পায়।

ইতিকাফের মাধ্যমে মানুষ পাপ থেকে দূরে থেকে আত্মশুদ্ধির সুযোগ পায় এবং লাইলাতুল কদরের বরকত লাভের আশায় বেশি বেশি দোয়া ও ইবাদতে মনোনিবেশ করতে পারে। তাই এ সময়কে আল্লাহর সাথে সম্পর্ক মজবুত করার, গুনাহ মাফ চাওয়া এবং ভবিষ্যৎ জীবনের জন্য কল্যাণ কামনার এক বিশেষ সুযোগ হিসেবে গ্রহণ করা উচিত। ইতিকাফ যেহেতু দোয়া কবুলের এক বিশেষ ও সম্ভাব্য সুযোগ,

এ কারণে ইতিকাফকারীকে অপ্রয়োজনীয় কারনে মসজিদ বা নির্ধারিত স্থান ত্যাগ না করে ইবাদতের পরিবেশ বজায় রাখা উচিত, যাতে তার আত্মিক মনোযোগ অটুট থাকে এবং দোয়া কবুলের অনুকূল অবস্থা অব্যাহত থাকে।

সবশেষে,ইতিকাফের দিনগুলোকে এমন এক প্রশিক্ষণ হিসেবে গ্রহণ করা উচিত, যা ইতিকাফ শেষ হওয়ার পরও নামাজ, কোরআন তেলাওয়াত, জিকির ও ভালো আমলের ধারাবাহিকতা বজায় রাখতে সাহায্য করবে। প্রকৃত সফল ইতিকাফ সেই যার প্রভাব মানুষের জীবন ও চরিত্রে দীর্ঘদিন পর্যন্ত বিদ্যমান থাকে।

ইতিকাফ সম্পর্কে শেষ ও গুরুত্বপূর্ণ কিছু কথা

ইতিকাফ শুধু কয়েক দিনের মসজিদ বা ঘরে অবস্থান নয়,এটি নিজের হৃদয়কে আল্লাহর দিকে ফিরিয়ে আনার এক বিশেষ সুযোগ। বছরের ব্যস্ততা,ভুল,গুনাহ ও অবহেলার পর ইতিকাফ মানুষকে নতুনভাবে শুরু করার শক্তি দেয়। এই সময়টুকু যদি আমরা আন্তরিক তওবা কোরান তেলাওয়াত, দোয়া ও আত্মসমালোচনায় কাটাতে পারি তাহলে ইতিকাফ শেষ হলেও তার প্রভাব আমাদের জীবনে থেকে যায়।

শুধু একটি নিয়ম বা প্রথা হিসেবে নয় বরং নিজেকে বদলে ফেলার একটি সুযোগ হিসেবে গ্রহণ করা উচিত যাতে রমজানের পরেও আমাদের নামাজ চরিত্র ও জীবন আল্লাহভীতি দিয়ে আলোকিত থাকে।

260120