

# আলহাদিথ প্রতিভা

একটি সৃজনশীল শিশু-কিশোর পত্রিকা

৫২তম সংখ্যা, মার্চ-এপ্রিল ২০২২  
[protiva.ahlehadeethbd.org](http://protiva.ahlehadeethbd.org)

রাসূলুল্লাহ (ছঃ) বলেন, 'যে ব্যক্তি ঈমানের  
সাথে ছওয়াবের আশায় রামাযানের ছিয়াম  
পালন করে, তার বিগত সকল গুনাহ মাফ  
করে দেওয়া হয়' (বুখারী হা/৩৮)।



রাসূলুল্লাহ (ছাঃ)-এর বিশুদ্ধ ও চিরন্তন আদর্শের প্রচার-প্রসার এবং সোনামণিদের সুপ্ত প্রতিভা বিকাশের দৃপ্ত অঙ্গীকার নিয়ে অক্টোবর '১২ হ'তে দ্বি-মাসিক ভাবে প্রকাশিত হয়ে আসছে আদর্শ জাতীয় শিশু-কিশোর সংগঠন 'সোনামণি'-এর মুখপত্র

# সোনামণি প্রতিভা

## নিয়মিত

### বিভাগ সমূহ :

- বিশুদ্ধ আকীদা ও সমাজ সংস্কারমূলক প্রবন্ধ
- এসো দো'আ শিখি
- রহস্যময় পৃথিবী
- যেলা ও দেশ পরিচিতি
- আন্তর্জাতিক পাতা
- আমার দেশ
- যাদু নয় বিজ্ঞান
- হাদীছের গল্প
- গল্পে জাগে প্রতিভা
- একটু খানি হাসি
- বহুমুখী জ্ঞানের আসর
- কবিতা
- সাহিত্যঙ্গন
- ইতিহাস
- চিকিৎসা
- অজানা কথা
- ম্যাজিক ওয়ার্ড
- মতামত ও প্রশ্নোত্তর
- ভাষা শিক্ষা



লেখা

আহ্বান :

মেধাবী সোনামণি, দায়িত্বশীল এবং নবীন লেখকদের নিকট থেকে 'সোনামণি প্রতিভা'র জন্য উপরোক্ত বিভাগ সমূহে সোনামণিদের পাঠ উপযোগী লেখা আহ্বান করা হচ্ছে। সাথে সাথে সোনামণিদেরকে কলমী জিহাদে উৎসাহিত ও সার্বিক সহযোগিতা করতে অভিভাবকদের অনুরোধ করা হচ্ছে।

আপনার সোনামণির সুপ্ত প্রতিভা বিকাশের পথ সুগম করতে আজই সংগ্রহ করুন



৫২তম সংখ্যা  
মার্চ-এপ্রিল ২০২২

সার্বিক

যোগাযোগ :

সম্পাদক : ০১৭২৬-৩২৫০২৯

নির্বাহী সম্পাদক : ০১৭৫৩-৯৭৬৭৮৭

# সোনামণি প্রতিভা

একটি সৃজনশীল শিশু-কিশোর পত্রিকা

৫২তম সংখ্যা

মার্চ-এপ্রিল ২০২২

## ◆ উপদেষ্টা সম্পাদক

ড. আহমাদ আব্দুল্লাহ ছাকিব

## ◆ সম্পাদক

ড. মুহাম্মাদ আব্দুল হালীম

## ◆ নির্বাহী সম্পাদক

রবীউল ইসলাম

## ◆ সহকারী সম্পাদক

নাজমুন নাঈম

## ◆ ব্যবস্থাপনা সম্পাদক

মুহাম্মাদ মুঈনুল ইসলাম

## ● সার্বিক যোগাযোগ /

সম্পাদক, সোনামণি প্রতিভা

আল-মারকাযুল ইসলামী আস-সালাফী (২য় তলা)

নওদাপাড়া (আম চত্বর), পোঃ সপুরা, রাজশাহী-৬২০৩

সম্পাদক : ০১৭২৬-৩২৫০২৯

নির্বাহী সম্পাদক : ০১৭৫৩-৯৭৬৭৮৭

সার্কুলেশন বিভাগ : ০১৭০৯-৭৯৬৪২৪ (বিকাশ)

সোনামণি কেন্দ্রীয় অফিস : ০১৭১৫-৭১৫১৪৩

Email : sonamoni23bd@gmail.com

Facebook page : sonamoni protiva

● মূল্য : // ১৫ (পনের) টাকা মাত্র

সোনামণি (একটি আদর্শ জাতীয় শিশু-কিশোর সংগঠন) কর্তৃক প্রকাশিত ও হাদীছ ফাউন্ডেশন প্রেস, নওদাপাড়া, রাজশাহী হতে মুদ্রিত।

## সূচিপত্র

- সম্পাদকীয়  
○ খাবারের অপচয় ০২
- কুরআনের আলো ০৩
- হাদীছের আলো ০৪
- প্রবন্ধ  
○ সোনামণিদের রামাযান ০৬  
○ শিশু-কিশোরদের চরিত্র গঠনে 'সোনামণি' সংগঠনের ভূমিকা ১৫
- হাদীছের গল্প  
○ আল্লাহভীতি ২২
- এসো দো'আ শিখি ২৩
- গল্পে জাগে প্রতিভা  
○ বিদেশী সংস্কৃতি ২৪
- কবিতাগুচ্ছ ২৬
- ভ্রমণস্মৃতি  
○ সোনামণি কেন্দ্রীয় শিক্ষা সফর ২৭
- বলু মুখী জ্ঞানের আসর ৩৩
- সংগঠন পরিক্রমা ৩৪
- প্রাথমিক চিকিৎসা ৩৬
- ভাষা শিক্ষা ৩৭
- কথা বলার আদব ৩৯
- কুইজ ৩৯

## খাবারের অপচয়

আল্লাহ তা'আলা বলেন, 'আর তুমি মোটেই অপচয় করো না। নিশ্চয়ই অপচয়কারীরা শয়তানের ভাই। আর শয়তান স্বীয় প্রতিপালকের প্রতি অতিশয় অকৃতজ্ঞ' (বনু ইস্রাঈল ১৭/২৬-২৭)।

মানুষের ৫টি মৌলিক চাহিদার অন্যতম হল খাদ্য। খাদ্য ও পানীয় ব্যতীত মানুষের জীবন ধারণ সম্ভব নয়। খাবার গ্রহণের মাধ্যমে মানুষ দুনিয়ায় স্বাচ্ছন্দ্যে চলাফেরা করতে পারে এবং আল্লাহর ইবাদত করতে পারে। খাদ্য ও পানীয় ব্যতীত মানুষের দেহ দুর্বল হয়ে পড়ে। ফলে সে দুনিয়াবী কাজকর্ম করতে পারে না এবং আল্লাহর ইবাদতেও তার মন স্থির থাকে না।

প্রিয় সোনামণি! নিজের দিকে একবার লক্ষ্য কর। সারাদিন যদি তুমি না খেয়ে থাক তাহলে তোমার অবস্থা কেমন হবে? যে খাদ্য ছাড়া আমরা একদিন শান্তিতে থাকতে পারিনা, সে খাদ্য আমরা কেন অপচয় করি? আজকাল আধুনিকতা প্রকাশ করতে গিয়ে অনেকেই বিভিন্নভাবে খাদ্য অপচয় করে। হোটеле বন্ধুদের নিয়ে একসাথে খেতে বসে প্লেটের খাবার শেষ না করে অনেকেই উঠে যায়। পরে সে খাবার চলে যায় ডাস্টবিনে। এভাবে বাসাবাড়িতেও প্রতিদিন অনেক খাবার অপচয় হয়। পরে সেগুলো বাহিরে গোসলখানায়, পুকুরের ঘাটে বা রাস্তার ধারে ফেলে দেওয়া হয়। সিটি কর্পোরেশনের ময়লার ট্রাকগুলোর দিকে তাকালে তার বাস্তব প্রমাণ মেলে। শহরের পাশাপাশি আজকাল গ্রামের মানুষও খাবার অপচয়ের দিক দিয়ে পিছিয়ে নেই। বিশেষ করে আক্কা, বিয়ের দাওয়াত ও খাবার অনুষ্ঠানে মানুষ প্লেট ভর্তি খাবার নেয়। কিন্তু অল্প কিছু খেয়ে তা ফেলে দেয় বা ওভাবে প্লেটেই রেখে চলে যায়। এসব অপচয়কে যেন আর অপচয় মনে হয় না। এ যেন আধুনিক ফ্যাশন ও বিলাসিতা! অথচ এসব অপচয়কারীদের জন্য পরকালে রয়েছে কঠিন যন্ত্রণাদায়ক শাস্তি। আল্লাহ বলেন, 'আর বাম পাশের দল। কতই না হতভাগ্য তারা! তারা থাকবে উত্তপ্ত বায়ু ও ফুটন্ত পানির মধ্যে। যা শীতল নয় বা আরামদায়ক নয়। ইতিপূর্বে তারা ছিল ভোগ-বিলাসে মত্ত' (ওয়াক্বি'আহ ৫৬/৪১-৪৫)।

জাতিসংঘের খাদ্য ও কৃষি সংস্থার হিসাব অনুযায়ী, সারা বিশ্বে প্রতি মাসে ১০ হাজার শিশু মারা যায় খাদ্যের অভাবে। প্রতিদিন সারা বিশ্বে ৮২ হাজার মানুষ রাতে না খেয়ে ঘুমায়। অথচ বিশ্বে উৎপাদিত খাবারের ১৩০ কোটি টন মানুষ

নষ্ট করে- যা মোট উৎপাদনের এক-তৃতীয়াংশ। তাই স্নেহের সোনামণিরা! তোমরা খাদ্য গ্রহণের সময় প্লেট ভর্তি খাবার নিয়ে নষ্ট করবে না। বরং যতটুকু পারবে ততটুকু নিয়ে খাবে। প্রয়োজনে বারবার নিবে, তবুও অতিরিক্ত নিয়ে ফেলে দিবেনা। খাবার শেষে আঙ্গুল ও প্লেট ভালভাবে চেটে খাবে। খাবার খেতে গিয়ে পড়ে গেলে সেটা ছাফ করে খাবে।

রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, 'তোমাদের প্রতিটি কাজের সময় তার পাশে শয়তান উপস্থিত হয়। এমনকি তার খাওয়ার সময়ও। অতএব তোমাদের কারো যদি খাবার পড়ে যায় সে যেন তা তুলে ছাফ করে খায় এবং শয়তানের জন্য তা ফেলে না রাখে। আর খাওয়ার শেষে যেন আঙ্গুল চেটে খায়। কেননা সে জানে না কোন খাদ্যে বরকত আছে' (মুসলিম হা/২০৩৩; মিশকাত হা/৪১৬৭)।

খাদ্য অপচয় করা সম্পদ নষ্ট করার শামিল-যা আল্লাহ তা'আলার নিকট খুবই অপসন্দনীয়। রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, 'আল্লাহ তোমাদের তিনটি কাজ অপসন্দ করেন তা হল- ১. অনর্থক কথাবার্তা বলা ২. সম্পদ নষ্ট করা ৩. অত্যধিক প্রশ্ন করা (বুখারী হা/১৪৭৭)। সামান্য খাদ্যের জন্য কত মানুষ যে কত পরিশ্রম করছে তার হিসাব নেই। মানুষ প্রতিনিয়ত যে খাবারগুলো অপচয় করছে সেগুলো গরীব-মিসকীনদের দিলে তাদের ক্ষুধার জ্বালা মিটত। দুনিয়ার সমস্ত কিছু আল্লাহ তাঁর বান্দাদের জন্য সৃষ্টি করেছেন। বান্দা সেগুলো হালাল পথে উপার্জন ও ভোগ করবে। আল্লাহ তাঁর বান্দাকে যে নে'মত দিয়েছেন তার প্রভাব দেখতে তিনি পসন্দ করেন। রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, 'আল্লাহ তা'আলা তাঁর বান্দাদের মধ্যে তাঁর দেয়া নে'মতের প্রভাব দেখতে ভালোবাসেন (তিরমিযী হা/২৮১৯)।

তাই বান্দা সৌন্দর্য অবলম্বন করতে ও বৈধ পথে আনন্দ-ফূর্তি করতে পারবে। কিন্তু অপচয় ও অহংকার করলে সে আল্লাহর নির্দেশ অমান্য করবে এবং তার ভালোবাসা থেকে বঞ্চিত হবে। আল্লাহ বলেন, 'হে আদম সন্তান! তোমরা প্রত্যেক ছালাতের সময় সুন্দর পোশাক পরিধান কর। তোমরা খাও ও পান কর। কিন্তু অপচয় করো না। নিশ্চয় আল্লাহ অপচয়কারীদের ভালোবাসেন না' (আ'রাফ ৭/৩১)।

অতএব হে সোনামণি! খাদ্য গ্রহণের ব্যাপারে যাবতীয় অপচয় ও বাড়াবাড়ি থেকে বিরত থাকো এবং ইসলামী হালাল পন্থা অবলম্বন করো। আল্লাহ আমাদের সেই তাওফীক দান করুন-আমীন!

## পবিত্রতা

وَهُوَ الَّذِي أَرْسَلَ الرِّيحَ بُشْرًا بَيْنَ يَدَيْ رَحْمَتِهِ وَأَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً طَهُورًا

‘তিনিই বৃষ্টি বর্ষণের পূর্বে সুসংবাদবাহীরূপে বায়ু প্রবাহ প্রেরণ করেন এবং আমরা আকাশ হতে পবিত্র পানি বর্ষণ করি’ (ফুরক্বান ২৫/৪৮)।

বৃষ্টি আল্লাহর অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ নে‘মত। বৃষ্টির পানি পৃথিবীকে সতেজ করে। পানির স্পর্শে গাছপালা, ফসলের ক্ষেত ও প্রাণিকুল সজীব হয়ে ওঠে। মানব জাতি আনন্দিত হয়ে বলে ‘আলহামদুলিল্লাহ’। তাই বৃষ্টির পানিকে এখানে ‘রহমত’ বলা হয়েছে। আর বৃষ্টির আগে বাতাস আসবেই। যা আল্লাহর হুকুমে বৃষ্টিকে বহন করে নিয়ে আসে এবং যথাস্থানে বর্ষণ করে। এজন্য বায়ু প্রবাহকে بَشْرًا বা সুসংবাদ বলা হয়েছে।

আয়াতের শেষে বৃষ্টির পানিকে طَهُورًا বা পবিত্র বলা হয়েছে। রাসূল (ছাঃ) বলেছেন, الْمَاءُ طَهُورٌ لَا يَنْجَسُهُ شَيْءٌ ‘পানি পবিত্র, কোন কিছুই তাকে অপবিত্র করে না’ (আব্দাউদ হা/৬৬)। পানি কেবল নিজে পবিত্রই নয় বরং অন্যকেও পবিত্রকারী। পানির মাধ্যমে মানুষ যাবতীয় অপবিত্রতা দূর করে থাকে। তবে এর পবিত্রতা ততক্ষণ বজায় থাকে, যতক্ষণ তার রং, স্বাদ ও গন্ধ ঠিক থাকে। দৃশ্যমান ময়লা বা দুর্গন্ধযুক্ত পানি পবিত্র নয়। এ ধরনের পানি দিয়ে পবিত্রতা অর্জন বৈধ হবে না।

পবিত্রতা একটি মহৎ গুণ। আল্লাহ তা‘আলা পবিত্রতা অর্জনকারীদের ভালোবাসেন। ছালাত, কুরআন তেলাওয়াত সহ কিছু ইবাদতের জন্য পবিত্রতা অর্জন আবশ্যিক। আমাদের উচিত ময়লা, আবর্জনা ও নাপাকি থেকে ভালোভাবে পবিত্র হওয়া। এতে অনেক রোগ-জীবাণু থেকেও বেঁচে থাকা যায়। পানি ব্যতীত অন্যান্য উপাদান (যেমন মাটি) দিয়ে শারঈ পবিত্রতা অর্জন সম্ভব হলেও পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা ও রোগ-জীবাণু প্রতিরোধে পানিই উত্তম। পানি না থাকলে বা ব্যবহারে অপারগ হলেই কেবল অন্যান্য জিনিস ব্যবহার করা হয়। এজন্য পানি বিভিন্ন কাজে ব্যবহৃত হলেও, অত্র আয়াতে আল্লাহ তাকে পবিত্রকারী বলেছেন।

## পবিত্রতা

عَنْ أَبِي أَيُّوبَ وَجَابِرٍ وَأَنْسِ بْنِ مَالِكٍ أَنَّ هَذِهِ الْآيَةَ نَزَلَتْ (فِيهِ رِجَالٌ يُحِبُّونَ أَنْ يَتَطَهَّرُوا وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُطَهَّرِينَ) قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَا مَعْشَرَ الْأَنْصَارِ إِنَّ اللَّهَ قَدْ أَثْنَى عَلَيْكُمْ فِي الظُّهُورِ فَمَا ظُهُورُكُمْ قَالُوا نَتَوَضَّأُ لِلصَّلَاةِ وَنَعْتَسِلُ مِنَ الْجَنَابَةِ وَنَسْتَنْجِي بِالْمَاءِ قَالَ هُوَ ذَلِكَ فَعَلَيْكُمْوه-

আবু আইয়ুব, জাবির ও আনাস (রাঃ) হতে বর্ণিত, যখন এ আয়াত নাযিল হয়, সেখানে (মসজিদে কু'বায়) এমন কিছু লোক রয়েছে যারা পবিত্রতা অর্জনকে পসন্দ করে এবং আল্লাহ পবিত্রতা অর্জনকারীদের পসন্দ করেন' (তওবা ৯/১০৮) তখন রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বললেন, হে আনসারগণ! এ আয়াতে আল্লাহ পবিত্রতার ব্যাপারে তোমাদের প্রশংসা করেছেন। তোমাদের পবিত্রতা কী? তাঁরা বললেন, আমরা ছালাতের জন্য ওযু করি, নাপাকী হতে পবিত্র হবার জন্য গোসল করি, পানি দিয়ে পবিত্রতা লাভ করে থাকি। তিনি (ছাঃ) বললেন, এটাই পবিত্রতা, যার জন্য আল্লাহ তোমাদের প্রশংসা করেছেন। সুতরাং তোমরা সবসময় এটা করতে থাকবে (ইবনু মাজাহ হা/৩৫৫)।

উল্লিখিত হাদীছে পবিত্রতা অর্জনের গুরুত্ব বর্ণনার পাশাপাশি পবিত্রতা অর্জনের উপায়সমূহ উল্লেখ করা হয়েছে। ইসলামে দৈহিক পবিত্রতা অর্জনের তিনটি পদ্ধতি রয়েছে- ওযু, গোসল ও তায়াম্মুম।

**ওযু :** পবিত্রতা অর্জনের নিয়তে পানি দ্বারা শারঈ পদ্ধতিতে হাত, মুখ, পা ধৌত করা ও মাথা মাসাহ করাকে 'ওযু' বলে।

**গোসল :** পবিত্রতা অর্জনের নিয়তে ওযু করে সারা শরীর ধৌত করা।

**তায়াম্মুম :** পানি পাওয়া না গেলে অথবা ব্যবহারে অক্ষম হলে ওযু বা গোসলের পরিবর্তে পাক মাটি দ্বারা পবিত্রতা অর্জনের ইসলামী পদ্ধতিকে 'তায়াম্মুম' বলে।

## সোনামণিদের রামায়ান

মুহাম্মাদ মুঈনুল ইসলাম  
কেন্দ্রীয় সহ-পরিচালক, সোনামণি।

## ভূমিকা :

রামায়ান মহান আল্লাহ প্রদত্ত একটি বিশেষ নে'মত। বছর ঘুরে আরবী নবম মাস অফুরন্ত রহমত নিয়ে আমাদের মাঝে উপস্থিত হয়। আল্লাহর মুমিন বান্দাগণ বিশেষ পুরস্কার নেওয়ার জন্য সর্বাধিক প্রস্তুতি গ্রহণ করে। পাপীরা পাপ থেকে ফিরে এসে আল্লাহর নিকট তওবা করে। গুনাহ থেকে মুক্ত হয়ে আল্লাহর অধিক নৈকট্যশীল বান্দায় পরিণত হওয়ার অনন্য সুযোগ সৃষ্টি হয় এ মাসে।

## রামায়ান মাসের করণীয় সমূহ :

## ১. ছিয়াম :

ছিয়াম বা 'ছাওম' আরবী শব্দ। যার অর্থ বিরত থাকা, সংযমী হওয়া, নিজেকে নিয়ন্ত্রণে রাখা ইত্যাদি। পবিত্র রামায়ান মাসে ছিয়াম পালন করলে মানুষের পূর্বের গুনাহ সমূহ মাফ হয়ে যায়। ফলে সে জান্নাত লাভের সৌভাগ্য অর্জন করে। ছিয়ামের গুরুত্ব ও মর্যাদা সম্পর্কে কয়েকটি হাদীছ নিম্নরূপ :

১. রাসূল (ছাঃ) বলেন, 'যে ব্যক্তি আল্লাহকে সন্তুষ্ট করার উদ্দেশ্যে একদিন ছিয়াম পালন করবে, আল্লাহ তার নিকট হতে জাহান্নামকে সত্তর বছরের পথ দূরে রাখবেন' (বুখারী হা/২৮৪০; মিশকাত হা/২০৫৩)।

২. রাসূল (ছাঃ) বলেন, 'জান্নাতে আটটি দরজা রয়েছে। তার একটি দরজার নাম রাইয়ান। ছিয়াম পালনকারী ব্যক্তিত আর কেউ ঐ দরজা দিয়ে প্রবেশ করতে পারবে না' (বুখারী হা/৩২৫৭; মিশকাত হা/১৯৫৭)।

৩. রাসূল (ছাঃ) বলেন, 'যে ব্যক্তি ঈমানের সাথে ও ছওয়াবের আশায় ছিয়াম পালন করে তার পূর্বের গুনাহ মাফ করে দেওয়া হয়। আর যে ব্যক্তি ঈমানের সাথে ও ছওয়াবের আশায় রামায়ানের রাত্রি ইবাদাতে কাটায় তার পূর্বের গুনাহ মাফ করে দেওয়া হয়। আর যে ব্যক্তি ঈমানের সাথে ও ছওয়াবের আশায় কদরের রাত্রি ইবাদতে কাটায় তার পূর্ববর্তী গুনাহ মাফ করে দেওয়া হয়' (বুখারী হা/৩৮; মিশকাত হা/১৯৫৮)।



### এক নযরে ছিয়াম পালনের উপকারিতা :

১. অন্তরে আল্লাহর ভয় জাগ্রত হয় ।
২. কম খাওয়া ও কম ঘুমানো সূনাতের নীতি অনুসরণ করা যায় ।
৩. নেশাজাত দ্রব্য ও পাপাচার থেকে নিজেকে সংরক্ষণ করা সহজ হয় ।
৪. মোবাইল ও টিভির খারাপ অনুষ্ঠান থেকে নিজেকে রক্ষা করা সহজ হয় ।
৫. বৃথা তর্ক, বাগড়া ও ফেতনা-ফাসাদ এড়িয়ে চলা সম্ভব হয় ।
৬. অপ্রয়োজনীয় কথা নিয়ন্ত্রণ করা সহজ হয় ।
৭. ধৈর্যের অনুশীলন ও ঈমানদারদের সাথে সুসম্পর্ক সৃষ্টি হয় ।
৮. অসহায় ও ক্ষুধার্তদের ক্ষুধার যন্ত্রণা বুঝা যায় ।
৯. জান্নাত লাভ ও জাহান্নাম থেকে মুক্তির সুযোগ সৃষ্টি হয় ।
১০. সর্বোপরি আল্লাহর খাছ রহমত ও বিশেষ নে'মত অর্জন করা সম্ভব হয় ।

### স্বাস্থ্যগত উপকারিতা :

১. ছিয়াম পালন করলে শরীরের কোন ক্ষতি হয় না । বরং বহু উপকার হয় ।
২. খাদ্য নিয়ন্ত্রণের ক্ষমতা বৃদ্ধি করে ।
৩. বদহজম দূর করে ।
৪. শরীরের দূষিত পদার্থ বের হয়ে যায় ।
৫. মেদ ভুঁড়ি বা চর্বির পরিমাণ কমে যায় ।
৬. ওষন সামান্য পরিমাণ কমে যায় । এতে অনেকেরই উপকার হয় ।
৭. রক্তের কণিকা ১৫-৩২ লাখ পর্যন্ত বৃদ্ধি পায় ।
৮. দেহ মন পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন থাকে ।
৯. ব্রেনে নতুন কোষ তৈরী হয় এবং উর্বর শক্তি বৃদ্ধি পায় ।
১০. পাকস্থলীর বিরতির ফলে তার কর্ম ক্ষমতা বৃদ্ধি পায় ।

### কত বছর বয়স থেকে ছিয়াম রাখবে?

ছিয়াম রাখার জন্য সোনামণি তথা শিশু-কিশোরদের সবচেয়ে উপযুক্ত সময় হচ্ছে বয়ঃসন্ধিকাল । এতে কোন ক্ষতি নেই । তবে তার আগে থেকেই একজন শিশু-কিশোর ছিয়াম রাখবে কি-না, সে সিদ্ধান্ত নির্ভর করে বাবা-মার দৃষ্টিভঙ্গি

এবং শিশুর সাধারণ স্বাস্থ্য ও পুষ্টির উপর। শিশুদেরকে আগে থেকেই ছিয়াম রাখার নিয়ম সম্পর্কে জানিয়ে রাখা ভাল এবং তাকে অল্প কয়েক ঘণ্টার জন্য না খেয়ে থেকে ছিয়ামের অনুশীলন করার প্রশিক্ষণ দেওয়া উচিত। আমাদের সমাজ ও দেশের অনেকেই শিশু-কিশোরদের ছিয়াম পালনে উদ্বুদ্ধ তো করেন না বরং নিরুৎসাহিত করেন। তারা মনে করেন যে, এতে সন্তানের স্বাস্থ্য দুর্বল হয়ে পড়বে। যা একটি ভুল ধারণা মাত্র। বরং ছোট থেকে ছিয়াম পালন করলে তার শরীর-স্বাস্থ্য, মন আরও সুন্দর ও ভাল হবে এবং সোনামণি আল্লাহর খাছ রহমত ও নে'মত প্রাপ্ত হবে ইনশাআল্লাহ। অপ্রাপ্ত বয়স্ক সোনামণিদের ছিয়ামের নেকী তার পিতা-মাতাও পাবে। সুতরাং একটু কষ্ট হলেও সোনামণিদের ছোট থেকেই ছিয়ামের অভ্যাস গড়ে তুলতে হবে।

রুবাই বিনতে মুআবিয বলেন, 'আমরা আমাদের বাচ্চাদেরকে ছিয়াম পালন করাতাম এবং তাদের জন্য রেশমের খেলনা রাখতাম। অতঃপর তাদের মধ্যে কেউ যখন খাবারের জন্য কাঁদত, তখন আমরা খেলনাটি দিতাম। এভাবে ইফতারের সময় হয়ে যেত' (রুখারী হা/২৬৩)। এ হাদীছ থেকে বুঝা যায় সেসব ছিয়ামপালনকারী সোনামণিরা কত ছোট ছিল এবং রাসূলের ছাহাবীরা তাদের ছিয়াম পালনে কিভাবে উদ্বুদ্ধ করতেন।

**সাহারী :** সাহারী গ্রহণ করা সুন্নাত। এতে শরীর সতেজ থাকে। অতিরিক্ত ক্ষুধা বা পিপাসা অনুভূত হয় না। তাই রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) সাহারী গ্রহণের ব্যাপারে উৎসাহ প্রদান করেছেন। যেমন তিনি বলেন, 'তোমরা সাহারী গ্রহণ কর, কেননা সাহারীতে বরকত রয়েছে' (রুখারী হা/১৯২৩)। অন্যত্র রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, আমাদের ছিয়াম ও আহলে কিতাবের (ইহুদী, খ্রিষ্টানদের) ছিয়ামের মধ্যে পার্থক্য হল সাহারী খাওয়া (মুসলিম, মিশকাত হা/১৯৮৩)। তবে সময়ের মধ্যে সাহারী গ্রহণ করতে হবে। ঘুম থেকে জাগতে দেরী হওয়ায় আযান শুরু হলে কোন কিছু খাওয়ার প্রয়োজন নেই বরং নিয়ত করলেই যথেষ্ট হবে।

**ইফতার :** রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) সাধারণত খেজুর দিয়ে ইফতার করতেন। আর খেজুর না পেলে পানি দিয়ে করতেন। আনাস (রাঃ) বলেন, 'রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) মাগরিব ছালাতের পূর্বে কয়েকটি তাজা খেজুর দ্বারা ইফতার করতেন। যদি তাজা খেজুর না থাকত, তাহলে শুকনা খেজুর দ্বারাই ইফতার করতেন। যদি শুকনা খেজুরও না থাকত, তবে কয়েক অঞ্জলি পানি পান করতেন' (তিরমিযী হা/৬৯৬; মিশকাত হা/১৯৯১)।

‘বিসমিল্লাহ’ বলে শুরু (বুখারী হা/৫৩৭৬; মিশকাত হা/৪১৫৯) ও ‘আলহামদুলিল্লাহ’ বলে শেষ করতে হবে (বুখারী হা/৫৪৫৮; মিশকাত হা/৪১৯৯)। ইফতারের দো‘আ হিসাবে প্রসিদ্ধ ‘আল্লাহুমা লাকা ছুমতু ওয়া আলা রিয়ক্বিকা আফতারতু’ দো‘আর হাদীছটি ‘যঈফ’ হওয়ার কারণে এর উপর আমল করা যাবে না। তবে ইফতার শেষে নিম্নোক্ত দো‘আ পড়া যাবে- ‘যাহাবায় যামাউ ওয়াবাতাল্লাতিল উরুকু ওয়া ছাবাতাল আজরু ইনশাআল্লাহ’। অর্থ : পিপাসা দূরীভূত হল ও শিরাগুলি সঞ্জীবিত হল এবং আল্লাহ চাহেন তো পুরস্কার ওয়াজিব হল’ (আব্দুউদ হা/২৩৫৭-৫৮; মিশকাত হা/১৯৯৩-৯৪)।

### ছিয়াম ভঙ্গের কারণ :

(ক) ছিয়াম অবস্থায় ইচ্ছাকৃতভাবে খানাপিনা করলে ছিয়াম ভেঙ্গে যায় এবং তার ক্বাযা আদায় করতে হয়। তবে ভুলবশত খেলে বা পান করলে ছিয়াম ভেঙ্গে যায় না। রাসূলুলাহ (ছাঃ) এরশাদ করেন, ‘কেউ যদি ভুলবশত খায় বা পান করে, তবে সে যেন তার ছিয়াম পূর্ণ করে নেয়। কেননা আলাহই তাকে পানাহার করিয়েছেন’ (বুখারী হা/১৯৩৩; মুসলিম হা/২৭৭২)।

(খ) যৌন সম্বোগ করলে ছিয়াম ভেঙ্গে যায় এবং তার কাফফারা স্বরূপ একটানা দু’মাস ছিয়াম পালন অথবা ৬০ জন মিসকীন খাওয়াতে হয়, (নিসা ৪/৯২; মুজাদালাহ ৫৮/৪)।

(গ) ‘ছিয়াম অবস্থায় ইচ্ছাকৃতভাবে বমি করলে ক্বাযা আদায় করতে হবে। তবে অনিচ্ছাকৃত বমি হলে, স্বপ্নদোষ বা সহবাসজনিত নাপাকী অবস্থায় সকাল হয়ে গেলে, চোখে সুর্মা লাগালে বা মিসওয়াক করলে ছিয়াম ভেঙ্গে যায় না’ (নায়ল ৫/২৭১-৭৫, ২৮৩, ১/১৬২ পৃ.)।

(ঘ) অতি বৃদ্ধ যারা ছিয়াম পালনে অক্ষম, তারা ছিয়ামের ফিদইয়া হিসাবে দৈনিক একজন করে মিসকীন খাওয়াবেন। ছাহাবী আনাস (রাঃ) গোস্ত-রুটি বানিয়ে একদিন ৩০ (ত্রিশ) জন মিসকীন খাইয়েছিলেন (তাফসীরে ইবনু কাছীর ১/২২১)। ইবনু আব্বাস (রাঃ) গর্ভবতী ও দুগ্ধদানকারিণী মহিলাদেরকে ছিয়ামের ফিদইয়া আদায় করতে বলতেন (নায়ল ৫/৩০৮-১১পৃ.)। মৃতের ক্বাযা ছালাত বা ছিয়াম কিছুই আদায় করতে হবে না। আব্দুল্লাহ ইবনু ওমর (রাঃ) বলেন, ‘একজনের ছিয়াম ও ছালাত অন্যজনে আদায় করতে পারেনা’ (বায়হাক্বী ৪/২৫৪; মুওয়াত্তা হা/১০৬৯; মিশকাত হা/২০৩৫)।

## ২. কুরআন তেলাওয়াত করা :

বিশ্ব ইতিহাসের শ্রেষ্ঠ নে'মত আল-কুরআন নাযিল হয় রামাযান মাসে। এজন্য রামাযান মাসে বেশি বেশি কুরআন তেলাওয়াত উচিত। রাসূল (ছাঃ) বলেন, 'ছিয়াম এবং কুরআন কিয়ামতের দিন আল্লাহর নিকট সুফারিশ করবে। ছিয়াম বলবে, হে রব আমি তাকে দিনে খাদ্য ও প্রবৃত্তি হতে বাধা দিয়েছি। সুতরাং আমার সুফারিশ কবুল কর। কুরআন বলবে, আমি তাকে রাতে ঘুম থেকে বাধা দিয়েছি। সুতরাং আমার সুফারিশ কবুল কর। অতএব উভয়ের সুফারিশ কবুল করা হবে' (আহমাদ, মিশকাত হা/১৯৬৩)।

৩. ছালাতুত তারাবীহ : ছালাতুত তারাবীহ বা রাসূলুল্লাহ (ছাঃ)-এর রাতের ছালাত বিতর সহ ১১ রাকা'আত ছিল। রাতের ছালাত বলতে তারাবীহ ও তাহাজ্জুদ দু'টোকেই বুঝানো হয়। আবু সালামাহ ইবনু আব্দুর রহমান (রাঃ) আয়েশা (রাঃ) কে জিজ্ঞেস করলেন, রামাযান মাসে রাসূলুল্লাহ (ছাঃ)-এর ছালাত কেমন ছিল? তিনি বললেন, রামাযান ও রামাযান ছাড়া অন্য মাসে রাসূলুল্লাহ (ছাঃ)-এর রাতের ছালাত ১১ রাক'আতের বেশী ছিল না। তিনি প্রথমে চার (২+২) রাকা'আত ছালাত আদায় করতেন। তুমি তার সৌন্দর্য ও দীর্ঘতা সম্পর্কে আমাকে প্রশ্ন করো না। তারপর চার (২+২) রাকা'আত আদায় করতেন। এর সৌন্দর্য ও দীর্ঘতা সম্পর্কে আমাকে প্রশ্ন করো না। অতঃপর তিনি তিন রাকা'আত (বিতর) ছালাত আদায় করতেন (বুখারী হা/১১৪৮)। তারাবীহ ও তাহাজ্জুদের ছালাত যে একই এটাই তার বাস্তব দলীল। বিশ রাক'আত তারাবীহ-এর প্রমাণে বর্ণিত হাদীছটি জাল (আলবানী, ইরওয়াউল গালীল হা/৪৪৫, ২/২৯১ পৃ.)।

রাসূল (ছাঃ) ধীরস্থিরভাবে ছালাত আদায় করতেন। কখনোই তাড়াহুড়ো করতেন না। এ ব্যাপারে তিনি বলেন, 'মানুষের মধ্যে সর্বাপেক্ষা বড় চোর ঐ ব্যক্তি, যে তার ছালাত চুরি করে। ছাহাবীগণ জিজ্ঞেস করলেন, হে আল্লাহর রাসূল (ছাঃ) সে কিভাবে ছালাত চুরি করে? তিনি বললেন, সে ছালাতের রুকু এবং সিজদা পূর্ণ করে না' (আহমাদ হা/২২৯৬৫; মিশকাত হা/৮৮৫)। অতএব রাতের ছালাতসহ সব ছালাত ধীরস্থিরভাবে আদায় করা একান্ত উচিত।

## ৪. লায়লাতুল ক্বদরের ইবাদত :

পৃথিবীর সর্বশ্রেষ্ঠ কিতাব আল-কুরআন ক্বদরের রাতে নাযিল হয়। এজন্য এ রাতের রয়েছে বিশাল মর্যাদা ও মাহাত্ম। আল্লাহ বলেন, لَيْلَةُ الْقَدْرِ حَيْرٌ مِّنْ أَلْفٍ (ক্বদর ৯৭/৩)। আয়েশা (রাঃ) বলেন, 'হে আল্লাহর রাসূল (ছাঃ) যদি আমরা ক্বদরের রাত পায় তাহলে কোন দো'আ পাঠ করব। জবাবে রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বললেন, তোমরা বলবে, اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ نُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي' (ক্বদর ৯৭/৩)। আয়েশা (রাঃ) বলেন, 'হে আল্লাহর রাসূল (ছাঃ) যদি আমরা ক্বদরের রাত পায় তাহলে কোন দো'আ পাঠ করব। জবাবে রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বললেন, তোমরা বলবে, اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ نُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي' (ক্বদর ৯৭/৩)। আয়েশা (রাঃ) বলেন, 'হে আল্লাহ তুমি ক্ষামাশীল। তুমি ক্ষমা করতে পসন্দ কর। সুতরাং আমাদের ক্ষমা কর' (ইবনু মাজাহ হা/৩৮৫০; মিশকাত হা/২০৯১)। রামাযানের ২১, ২৩, ২৫, ২৭ ও ২৯ এই পাঁচ রাত্রির মধ্যে যে কোন একটি ক্বদর হবে ইনশাআল্লাহ। তাই আমাদের এই পাঁচ রাতেই জেগে ইবাদত করতে হবে এবং মহান আল্লাহর নিকট ক্ষমা প্রার্থনা করতে হবে।

৫. ই'তিকাফ : পবিত্র রামাযান মাসে অধিক ইবাদতের সুন্দরতম সুযোগ সৃষ্টির মাধ্যম হল 'ই'তিকাফ'। আয়েশা (রাঃ) থেকে বর্ণিত, 'রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) রামাযানের শেষ দশকে ই'তিকাফ করতেন'। অতঃপর যে বছর তিনি ইত্তিকাল করেন সে বছর বিশদিন ই'তিকাফ করেছিলেন (বুখারী হা/২০২৬; মিশকাত হা/২০৯৭)। রাসূলুল্লাহ (ছাঃ)-এর ওফাতের পর তাঁর স্ত্রীগণও ই'তিকাফ করেছেন (বুখারী হা/১৯০২; মিশকাত হা/২০৯৭)।

ই'তিকাফ অবস্থায় অপ্রয়োজনীয় কথাবার্তা বলা যাবে না। ই'তিকাফকারী গভীর মনোনিবেশের সাথে ইবাদত-বন্দেগীতে মশগুল থাকবেন। তিনি আল্লাহর নৈকট্য লাভের নিমিত্তে নিজেকে সম্পূর্ণরূপে ইবাদতে নিয়োজিত রাখবেন এবং দুনিয়াবী কাজকর্ম থেকে দূরে থাকবেন। এ সময় বেশি বেশি নফল ইবাদত যেমন ছালাত আদায়, কুরআন তেলাওয়াত, হাদীছ পাঠ, বিভিন্ন তাসবীহ পাঠ, তওবা ইস্তেগফার ইত্যাদি আমল করা যেতে পারে।

৬. ফিতরা : প্রত্যেক মুসলিমের উপর ছাদাকাতুল ফিতর আদায় করা ফরয। ইবনু ওমর (রাঃ) বলেন, 'রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) স্বীয় উম্মতের ক্রীতদাস ও স্বাধীন, পুরুষ ও নারী, ছোট ও বড়, সকলের উপর মাথাপিছু এক ছা' খেজুর, যব ইত্যাদি (অন্য বর্ণনায়) খাদ্য বস্তু ফিতরার যাকাত হিসাবে ফরয করেছেন এবং তা ঈদগাহের উদ্দেশ্যে বের হওয়ার পূর্বেই আমাদেরকে আদায়ের নির্দেশ দান করেছেন' (বুখারী হা/৫০৩)।

এক ছা' বর্তমান হিসাবে আড়াই কেজির সমান। উল্লেখ্য যে, আমাদের দেশে টাকা-পয়সা দিয়ে ফিৎরা আদায় করার যে প্রথা চালু আছে তা হাদীছ সম্মত নয়। কারণ রাসূলুল্লাহ (ছাঃ)-এর যামানায় সোনা ও রূপার টাকা ছিল। কিন্তু তা সত্ত্বেও সেগুলো দিয়ে কখনোই তিনি ছাদাকাতুল ফিৎর আদায় করেননি। বরং খাদ্যবস্তু দ্বারা আদায় করেছেন। সুতরাং আমাদের উচিত খাদ্য বস্তু দ্বারা ছাদাকাতুল ফিৎর আদায় করা।

### একনজরে পবিত্র রামাযানে আমাদের পালনীয় কর্তব্য সমূহ :

১. শাবান মাসের শেষে পবিত্র রামাযানের চাঁদ দেখা (মিশকাত হা/১৯৬৯)।
২. মনে মনে সংকল্পের মাধ্যমে ছিয়ামের নিয়ত করা (মিশকাত হা/০১)।
৩. যথাযথভাবে রামাযানের ছিয়াম পালন করা।
৪. ছিয়ামের মাধ্যমে তাক্বওয়া বা আল্লাহভীতি অর্জন করা (বাক্কারাহ ২/১৮৩)।
৫. বেশি বেশি কুরআন তেলাওয়াত করা।
৬. ছিয়ামের রাতে তারাভীহ ছালাত পড়লে সব গুনাহ মাফ হয় (বুখারী হা/২০১৪)।
৭. শেষ রাতে বরকতময় সাহারী খওয়া (মুসলিম হা/২৬০৪; মিশকাত হা/১৯৯৩)।
৮. সূর্যাস্তের সাথে সাথে ইফতার করলে কল্যাণের মধ্যে থাকা যায় (বুখারী হা/১৯৫৭)।
৯. কেহ বাগড়া করতে আসলে আমি ছায়েম বলে চুপ থাকা (বুখারী হা/১৯০৪)।
১০. সাধ্যমত অসহায় ও প্রতিবেশীদের দান-ছাদাক্বা করা (মুসলিম হা/২৩০৭)।
১১. ক্বদরের রাতে ও শেষ দশকে বেশি বেশি ইবাদত করা (বুখারী হা/৩৭)।
১২. সম্ভব হলে ই'তেকাফ ও ওমরা হজ্জ পালন করা (মিশকাত হা/২১০০)।
১৩. সকল অবস্থায় ধৈর্যের অনুশীলন করা (বাক্কারাহ ২/১৫৩)।
১৪. তওবা ও ক্ষমার অভ্যাস গড়ে তোলা।
১৫. মিথ্যা, অপ্রয়োজনীয় ও বাজে কথা পরিহার করা।
১৬. গান-বাজনা ও অশ্লীলতা এড়িয়ে চলা।
১৭. সকল মুসলিম ভাইকে হকের দাওয়াত প্রদান ও বিপদে সহযোগিতা করা।
১৮. কম খাওয়ার অভ্যাস গড়ে তোলা।
১৯. ঈদের ছালাতের পূর্বেই ছাদাক্বাতুল ফিতর আদায় করা (বুখারী হা/১৫০৩)।
২০. ঈদের ছালাতে অংশগ্রহণ করা এবং সংযমভাবে ঈদ উদযাপন করা।

পবিত্র রামাযানে সোনামণির রুটিন ও সময় বন্টন :

সময়	মোট সময়	কাজ
৩.৩০-৪.৩০	১ ঘণ্টা	ঘুম থেকে উঠা, ওয়ূ করা, সাহারী খাওয়া।
৪.৩০-৫.০০	৩০ মিনিট	ফজরের ছালাত।
৫.০০-৫.৩০	৩০ মিনিট	কুরআন তেলাওয়াত।
৫.৩০-৬.৩০	১ ঘণ্টা	ঘুম।
৬.৩০-৭.৩০	১ ঘণ্টা	কুরআন মুখস্থ ও হাদীছ পাঠ
৭.৩০-৮.৩০	১ ঘণ্টা	গোসল ও প্ৰস্তুতি
৮.৩০-১২.৩০	৪ ঘণ্টা	মাদ্রাসা/স্কুল/পাঠ্যপুস্তক অধ্যয়ন
১২.৩০-১.৩০	১ ঘণ্টা	যোহর ছালাত
১.৩০-৩.৪৫	২ ঘণ্টা ১৫ মিনিট	ইসলামী সাহিত্য পাঠ ও বিশ্রাম
৩.৪৫-৪.১৫	৩০ মিনিট	আছর ছালাত
৪.১৫-৫.০০	৪৫ মিনিট	দাওয়াতী ও সাংগঠনিক কাজে অংশগ্রহণ করা।
৫.০০-৬.০০	১ ঘণ্টা	হালকা খেলাধুলা/পারিবারিক ও সামাজিক কাজে সহযোগিতা করা
৬.০০-৭.০০	১ ঘণ্টা	ইফতার ও মাগরিব ছালাত
৭.০০-৮.০০	১ ঘণ্টা	দো'আ মুখস্থ ও দ্বীনিয়াত শিক্ষা করা
৮.০০-১০.০০	২ ঘণ্টা	এশা ও তারাবীহর ছালাত
১০.০০-৩.৩০	৫ ঘণ্টা ৩০ মিনিট	রাতের খাবার ও ঘুম

\* সোনামণির শিক্ষা প্রতিষ্ঠান ও নিকটবর্তী মসজিদের ছালাতের সময়ের সাথে মিল রেখে সময় পরিবর্তন করা যেতে পারে। তবে রামাযানের মর্যাদার দিকে খেয়াল রেখে দৈনিক কিছু সময় কুরআন তেলাওয়াত ও মুখস্থ করা, হাদীছ, দো'আ ও ইসলামী সাহিত্য পাঠ এবং বেশি বেশি কল্যাণকর কাজ করার চেষ্টা করতে হবে।

**রামাযানে সোনামণিদের প্রশিক্ষণ :**

পবিত্র রামাযানে 'সোনামণি' সংগঠনের প্রতিটি শাখায় শিশু-কিশোরদের নিয়ে নিম্নের বিষয়ে বিশেষ প্রশিক্ষণের আয়োজন করতে হবে। তাহলে তাদের জীবন হবে আরও সুন্দর, পরিপাটি ও শান্তিময়।

১. মিথ্যা কথা বলার ভয়াবহ পরিণাম ও সত্য বলার উপকারিতা ।
২. অহংকার ও রাগ করার পরিণাম ও ক্ষতিকারক দিকসমূহ ।
৩. পিতা-মাতার কাছে অহেতুক বায়না না ধরা ।
৪. কারও প্রতি হিংসা, বিদ্বেষ ও ঘৃণা না করা ।
৫. কারও প্রতি সন্দেহ না করা ।
৬. গীবত ও চোগলখুরি থেকে নিজেকে রক্ষা করা ।
৭. অশ্লীল কথা না বলা ও গালিগালাজ না করা ।
৮. ঝগড়া বিবাদ ও উপহাস না করা ।
৯. কাউকে মন্দ নামে না ডাকা ।
১০. মোবাইল ও টিভির খারাপ অনুষ্ঠান না দেখা ।
১১. অশ্লীল বই ও ম্যাগাজিন না পড়া ।
১২. দুষ্ট ও খারাপ ছেলেদের সঙ্গে এড়িয়ে চলা ।
১৩. নেশাজাত দ্রব্য পরিহার করা ।
১৪. খোলা ছাদে খেলাধুলা ও ঘুড়ি না উড়ানো ।
১৫. তাড়াহুড়া করে কোন কাজ না করা ।
১৬. শিরক, বিদ'আত ও ঈমান সম্পর্কে প্রশিক্ষণ দেওয়া ।
১৭. কারো প্রতি যুলুম না করা ।
১৮. ছাদাকার মাধ্যমে বালা-মুছিবত ও রোগ-বালাই দূর করা ।

### উপসংহার :

ছিয়ামের মাধ্যমে আলাহ নৈকট্য লাভ হয়। আলাহর প্রতি ভালবাসা ও পরেহেযগারিতা অর্জন হয় এবং মন ও প্রবৃত্তিকে দমন ও নিয়ন্ত্রণ করা যায়। যাবতীয় খারাপ অভ্যাস ও আচরণ পরিত্যাগ করে প্রকৃত মুমিন হবার প্রশিক্ষণ দেয় ছিয়াম। পাপ মুক্ত জীবন গঠনে ছিয়ামের বিকল্প নেই। রামাযানের ছিয়ামের মাধ্যমে সঠিক প্রশিক্ষণ নিলে আমরা পাব আদর্শ পরিবার, সুশৃংখল সমাজ, দেশ ও জাতি।

রামাযানের প্রতি দিনই আলাহ অসংখ্য মানুষকে জাহান্নাম থেকে মুক্তি দিয়ে থাকেন। সুন্নাহ মোতাবেক ছিয়ামের সকল বিধি-বিধান ও নীতিমাল অনুসরণ করলে আমরা অফুরন্ত শান্তি-সুখের আবাসস্থল জান্নাতে প্রবেশ করতে পারব ইনশাআল্লাহ। হে আল্লাহ! আপনি আমাদের সকলকে সঠিকভাবে ছিয়াম সহ সকল ইবাদত করার তাওফীক দান করুন- আমীন!



## শিশু-কিশোরদের চরিত্র গঠনে 'সোনামণি' সংগঠনের ভূমিকা

ড. মুহাম্মাদ আব্দুল হালীম  
কেন্দ্রীয় পরিচালক, সোনামণি।

(১০ম কিস্তি)

৩. ছোটদের স্নেহ করা ও বড়দের সম্মান করা। সদা সত্য কথা বলা। সর্বদা ওয়াদা পালন করা ও আমানত রক্ষা করা :

ইসলামী আদব বা শিষ্টাচারের একটি গুরুত্বপূর্ণ দিক হল ছোটদের স্নেহ করা, ভালবাসা ও মমতার বন্ধনে আবদ্ধ রাখা এবং বড়দের সম্মান ও শ্রদ্ধা করা। বিশেষ করে পিতা-মাতা, অভিভাবক, শিক্ষক-মুরব্বী ও বড়দের দায়িত্ব হল ছোটদেরকে স্নেহ করা। তাহলে তাঁরাও বড় হিসাবে তাদের নিকট থেকে শ্রদ্ধা ও সম্মান লাভ করবেন। ফলে সমাজে ভারসাম্যপূর্ণ পরিবেশ বজায় থাকবে। শুধু তাই নয়, বড়রা ছোটদের সাথে কোমল ও দয়র্দ্র আচরণ করলে এবং তাদেরকে স্নেহভরে চুম্বন করলে তাঁরাও আল্লাহর রহমত লাভে ধন্য হবেন। আর তাঁরা যদি ছোটদের আদর-স্নেহ না করেন, তাহ'লে নিজেরাই আল্লাহর রহমত থেকে বঞ্চিত হবেন।

হযরত আবু হুরায়রা (রাঃ) হতে বর্ণিত তিনি বলেন, قَبَّلَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ الْحَسَنَ بْنَ عَلِيٍّ وَعِنْدَهُ الْأَقْرَعُ بْنُ حَابِسٍ التَّمِيمِيُّ جَالِسًا . فَقَالَ الْأَقْرَعُ إِنَّ لِي عَشْرَةَ مِنْ الْوَالِدِ مَا قَبَّلْتُ مِنْهُمْ أَحَدًا . فَتَنَظَّرَ إِلَيْهِ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ثُمَّ قَالَ مَنْ لَا يَرْحَمُ لَا يَرْحَمُ (নিজ দৌহিত্র) হাসান ইবনু আলী (রাঃ)-কে চুম্বন করলেন। তখন তাঁর কাছে আকুরা ইবনুল হাবিস তামীমী (রাঃ) উপস্থিত ছিলেন। আকুরা (রাঃ) বললেন, আমার দশটি সন্তান আছে। আমি তাদের কাউকে চুম্বন করিনি। তখন রাসূল (ছাঃ) বললেন, 'যে ব্যক্তি দয়া করে না; তাকেও দয়া করা হয় না' (বুখারী হা/৫৯৯৭; মিশকাত হা/৪৬৭৮)।

ছোটদের আদর-স্নেহ না করা আল্লাহর রহমত শূন্য হৃদয়ের লক্ষণ। একজন আল্লাহভীরু মুমিনের হৃদয় এমন হওয়া শোভনীয় নয়। বরং তার হৃদয় হবে অন্যের প্রতি ভালবাসা ও স্নেহ-মমতায় পরিপূর্ণ। তিনি যেমন বড়দের সম্মান

করবেন, তেমনি ছোটদের স্নেহ করবেন। আর ছোটকাল থেকেই এ অভ্যাস গড়ে তুলতে হবে। এমন ব্যক্তির মাধ্যমে পরিবার, সমাজ ও দেশের সর্বস্তরে শান্তির সুবাতাস প্রবাহিত হবে।

হযরত আবু হুরায়রা (রাঃ) হতে বর্ণিত তিনি বলেন, রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেছেন, **‘مُؤْمِنٌ مَّالْفٌ وَلَا خَيْرَ فِيمَنْ لَا يَأْلُفُ وَلَا يُؤْلَفُ’** মুমিন ব্যক্তি মায়া-মহব্বত ও ভালবাসার কেন্দ্রস্থল। তার মধ্যে কোন কল্যাণ নেই, যে ব্যক্তি অন্যকে ভালবাসে না এবং অন্য ব্যক্তিও তার প্রতি ভালবাসার দৃষ্টি নিক্ষেপ করে না’ (বায়হাক্বী, শু’আব হা/৮১১৯; মিশকাত হা/৪৯৯৫)।

ইসলাম বড়দের শ্রদ্ধা ও ছোটদের স্নেহ করতে যথেষ্ট তাকীদ দিয়েছে। মানব জাতির একমাত্র অনুসরণীয় ব্যক্তিত্ব মহানবী হযরত মুহাম্মাদ (ছাঃ)-এর জীবনে আমরা তার বাস্তব প্রতিফলন দেখতে পাই। আনাস (রাঃ) হতে বর্ণিত তিনি বলেন, **جَاءَ شَيْخٌ يُرِيدُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَبْطَأَ الْقَوْمُ عَنْهُ أَنْ يُوسَّعُوا لَهُ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَيْسَ مِنَّا مَنْ لَمْ يَرْحَمْ صَغِيرَنَا وَيُوَقِّرْ كَبِيرَنَا** ‘একজন বয়স্ক লোক রাসূল (ছাঃ)-এর সাথে দেখা করতে আসল। লোকেরা তার জন্য পথ ছাড়তে বিলম্ব করল। তা দেখে রাসূল (ছাঃ) বললেন, যে ব্যক্তি আমাদের ছোটদের স্নেহ করে না ও বড়দের সম্মান করে না সে আমাদের দলভুক্ত নয়’ (তিরমিযী হা/১৯১৯)।

রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) শিশুদের প্রতি এমন স্নেহশীল ছিলেন যে, তাদের কান্না শুনে তিনি জামা‘আতে ছালাত সংক্ষিপ্ত করতেন। যাতে তাদের মায়েদের উদ্বিগ্নতা বেড়ে না যায়’ (বুখারী হা/৭১০; মিশকাত হা/১১৩০)। একদিন রাসূল (ছাঃ) হাসান বা হোসাইনকে কোলে নিয়ে ছালাতে আসেন এবং তাকে পাশে রেখে ছালাত গুরু করেন। অতঃপর ছালাতের মধ্যে একটি সিজদা এত লম্বা করেন যে, রাবী বলেন, কোন অঘটন ঘটেছে কি-না তা দেখতে মাথা উঁচু করে দেখলাম যে, হাসান বা হোসাইন রাসূলের পিঠের উপরে চড়ে রয়েছেন। অতঃপর সালাম ফিরানোর পর এত লম্বা সিজদার কারণ জিজ্ঞেস করলে তিনি বলেন, আমার এই বেটা আমার উপর চড়ে ছিল। তাই আমি তাড়াহুড়া করতে অপসন্দ করলাম। যাতে তার ইচ্ছা পূরণ হয়ে যায় (অর্থাৎ সে নেমে যায়) (নাসাঈ হা/১১৪১)।

বৃদ্ধ, দুর্বল ও বয়স্ক লোক পৃথিবীতে আছে বলেই আমরা কল্যাণ ও বরকতের মধ্যে আছি। তাদের সাথে যোগাযোগ রেখে, তাদের পরামর্শ নিয়ে কাজ করলে আমরা আরো কল্যাণ লাভ করতে পারব। এতে আমাদের রিষিকে বরকত হবে এবং আমরা আল্লাহর সাহায্য প্রাপ্ত হব। রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, ‘প্রবীণদের সাথেই তোমাদের কল্যাণ ও বরকত রয়েছে’ (ছহীহ ইবনু হিব্বান হা/৫৫৯)।

বড়দের সম্মান করা মানে আল্লাহ ও তাঁর রাসূলকে সম্মান করা। রাসূল (ছাঃ) বলেন, ‘নিশ্চয় সাদা চুল বিশিষ্ট মুসলমানকে সম্মান করা আল্লাহকে সম্মান করার শামিল’ (আব্দাউদ হা/৮৪৩)। বড়দের যথাযোগ্য মর্যাদা ও সম্মান না দিয়ে তাদেরকে অবহেলা করা মূলতঃ আল্লাহ ও তাঁর রাসূল (ছাঃ)-কেই অবহেলা করা। অথচ কল্যাণ, বরকত ও রিষিক আসে তাদেরই অসীলায়। তাদেরকে অবহেলা করে যত টাকা-পয়সাই উপার্জন করা হোক তা বরকতহীন হয়ে পড়বে।

সদা সত্য কথা বলা একটি উত্তম গুণ। ইসলামের কল্যাণকর, সুন্দরতম ও উত্তম আদর্শগুলোর অন্যতম হল সদ্য কথা বলা। সত্যবাদিতা মানব চরিত্রের একটি বিশেষ ভূষণ। জীবনে চলার পথে প্রতিটি পদক্ষেপে এ গুণটির প্রয়োজনীয়তা অপরিসীম। সত্য কথা বলার নির্দেশ দিয়ে আল্লাহ তা‘আলা বলেন, يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ‘হে মুমিনগণ! তোমরা আল্লাহ কে ভয় কর এবং সত্য কথা বল’ (আহযাব ৩৩/৭০)। বাধা বিঘ্ন ও ঝামেলাপূর্ণ জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে সত্যবাদিতা মানুষকে সুস্থ ও সুন্দর জীবন উপহার দিতে পারে। একজন মুমিন বান্দাকে সদা-সর্বদা সত্য কথা বলতে ও সৎভাবে জীবন-যাপন করতে প্রস্তুত থাকতে হবে। মানুষ আন্তরিকভাবে প্রশান্তি তে থাকতে চায়। কিন্তু সে জানেনা প্রশান্তি কোথায় আছে। সত্যবাদিতা ও সততার মধ্যেই প্রশান্তি নিহিত। হাসান ইবনু আলী (রাঃ) হতে বর্ণিত রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, دَعُ مَا يَرِيْبُكَ إِلَى مَا لَا يَرِيْبُكَ فَإِنَّ الصَّدْقَ طَمَٰنِيْنَةٌ وَإِنَّ الْكُذْبَ رِيْبَةٌ ‘তুমি সন্দেহের বিষয় পরিত্যাগ করে যাতে সন্দেহ নেই তা গ্রহণ কর। কেননা সত্য হচ্ছে প্রশান্তি আর মিথ্যা হচ্ছে সন্দেহ’ (তিরমিযী হা/২৫১৮; মিশকাত হা/২৭৭৩)।

সততা ও সত্য কথার সঙ্গে রয়েছে আপামর জনসাধারণের অকুণ্ঠ বিশ্বাসের স্বীকৃতি। সেই সাথে রয়েছে আত্মিক পরিতৃপ্তি ও আল্লাহর সন্তুষ্টি। যার বিনিময় অফুরন্ত নে'মতে ভরা জান্নাত। আব্দুল্লাহ ইবনু মাসউদ (রাঃ) হতে বর্ণিত রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, **إِنَّ الصَّدَقَ يَهْدِي إِلَى الْبِرِّ، وَإِنَّ الْبِرَّ يَهْدِي إِلَى الْجَنَّةِ، وَإِنَّ الرَّجُلَ لَيَصْدُقُ حَتَّى يَكُونَ صِدِّيقًا، وَإِنَّ الْكَذِبَ يَهْدِي إِلَى الْفُجُورِ، وَإِنَّ الْفُجُورَ يَهْدِي إِلَى النَّارِ، وَإِنَّ الرَّجُلَ لَيَكْذِبُ، حَتَّى يُكْتَبَ عِنْدَ اللَّهِ كَذَّابًا** 'নিশ্চয় সত্য পুণ্যের পথ দেখায়। আর পুণ্য জান্নাতের পথ প্রদর্শন করে। যে ব্যক্তি সর্বদা সত্য কথা বলে এবং সত্য বলতে চেষ্টা করে আল্লাহ তা'আলার দরবারে তাকে ছিদ্দীক (পরম সত্যবাদী) বলে লিপিবদ্ধ করা হয়। আর মিথ্যা পাপের পথে পরিচালিত করে। পাপ জাহান্নামের পথ দেখায়। যে ব্যক্তি সর্বদা মিথ্যা কথা বলে আল্লাহ তা'আলার নিকটে তাকে মিথ্যাবাদী বলে লিপিবদ্ধ করা হয়' (বুখারী হা/৬০৯৪; মিশকাত হা/৪৮২৪)।

আব্দুর রহমান বিন আবু কারাদ (রাঃ) হতে বর্ণিত তিনি বলেন, **أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تَوَضَّأَ يَوْمًا فَجَعَلَ أَصْحَابُهُ يَتَمَسَّحُونَ بِوَضُوءِهِ فَقَالَ لَهُمُ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَا يَحْمِلُكُمْ عَلَى هَذَا؟» قَالُوا: حُبُّ اللَّهِ وَرَسُولِهِ. فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ سَرَّهُ أَنْ يَحِبَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أَوْ يَحِبَّهُ اللَّهُ وَرَسُولُهُ فَلْيَصِدِّقْ حَدِيثَهُ إِذَا حَدَّثَ وَلْيُؤَدِّ أَمَانَتَهُ إِذَا أُؤْتِمِنَ وَلْيُحْسِنَ جَوَارَ مَنْ جَاوَرَهُ** 'একদা রাসূল (ছাঃ) ওয়ূ করতে লাগলেন। তখন তাঁর ছাহাবীগণ ওয়ূর পানি গায়ে মাখতে লাগলেন। তিনি বললেন, তোমরা এটা করছ কেন? তারা বললেন, আল্লাহ ও তাঁর রাসূলের ভালোবাসার জন্য। তখন তিনি বললেন, 'যে ব্যক্তি আল্লাহ ও তাঁর রাসূলকে আন্তরিকভাবে ভালোবাসার কামনা করে অথবা এই বাসনা করে যে, তাকে আল্লাহ ও তাঁর রাসূল (ছাঃ) তাকে ভালবাসবেন, সে যেন সত্য কথা বলে, যদি আমানত রাখা হয়, সে যথাযথ ফেরত দেয় এবং প্রতিবেশির সাথে উত্তম আচরণ করে' (শু'আব, বায়হাক্বী হা/১৫৩৩; মিশকাত হা/৪৯৯০)।

ওয়াদা পালন মুমিনের একটি উত্তম গুণ। ওয়াদা পালনের নির্দেশ দিয়ে আল্লাহ তাঁ'আলা বলেন, الَّذِينَ يَنْقُضُونَ عَهْدَ اللَّهِ مِنْ بَعْدِ مِيثَاقِهِ وَيَقْطَعُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيُفْسِدُونَ فِي الْأَرْضِ أُولَئِكَ هُمُ الْخَائِرُونَ দৃঢ়ভাবে অঙ্গীকারাবদ্ধ হওয়ার পর তা ভঙ্গ করে এবং ঐসকল সম্পর্ক ছিন্ন করে, যা অটুট রাখতে আল্লাহ নির্দেশ দিয়েছেন এবং যারা পৃথিবীতে অশান্তি সৃষ্টি করে, তারা যথার্থই ক্ষতিগ্রস্ত' (বাক্বারাহ ২/২৭)।

ওয়াদা পালনের বিনিময় জান্নাত। আর তা ভঙ্গ করা মুনাফিকের গুণ যার পরিণাম জাহান্নামের সর্ব নিম্নে অবস্থান। আল্লাহ তাঁ'আলা বলেন, إِنَّ الْمُنَافِقِينَ فِي الدَّرَكِ الْأَسْفَلِ مِنَ النَّارِ وَلَنْ يَجِدَ لَهُمْ نَصِيرًا 'নিশ্চয়ই মুনাফিকরা থাকবে জাহান্নামের সর্বনিম্নস্তরে। আর তুমি কখনো তাদের জন্য কোন সাহায্যকারী পাবে না' (নিসা ৪/১৪৫)।

আবু হুরায়রা (রাঃ) হতে বর্ণিত, রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন,

آيَةُ الْمُنَافِقِ ثَلَاثٌ إِذَا حَدَّثَ كَذَبَ، وَإِذَا وَعَدَ أَخْلَفَ، وَإِذَا أُؤْتِمِنَ خَانَ 'মুনাফিকের আলামত বা চিহ্ন তিনটি। যথা-১. যখন কথা বলে মিথ্যা বলে ২. ওয়াদা করলে ভঙ্গ করে ও ৩. আমানতের খিয়ানত করে' (বুখারী হা/৩৩; মিশকাত হা/৫৫)।

৪. মিসওয়াক সহ ওযু করে ঘুমোনো ও ঘুম থেকে উঠে ভালভাবে মিসওয়াক সহ ওযু করা এবং প্রত্যহ সকালে উন্মুক্ত বায়ু সেবন ও হালকা ব্যায়ামের মাধ্যমে স্বাস্থ্যবান হওয়া :

আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জন ও মুখ পরিষ্কার রাখার অন্যতম মাধ্যম হল নিয়মিত মিসওয়াক করা। আয়েশা (রাঃ) হতে বর্ণিত রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, السَّوَاكُ 'মিসওয়াক হল মুখ পরিষ্কারকারী ও আল্লাহর সন্তোষ লাভের মাধ্যম' (বুখারী, মিশকাত হা/৩৮১)।

ইসলামী শরী‘আতে মিসওয়াকের গুরুত্ব অপরিসীম। গুরাইহ ইবনে হানী (রাঃ) হতে বর্ণিত, তিনি বলেন, **كُنْتُ لِعَائِشَةَ بِأَيِّ شَيْءٍ كَانَ يَبْدَأُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا دَخَلَ بَيْتَهُ قَالَتْ بِالسَّوَاكِ** ‘আমি আয়েশা (রাঃ)-কে জিজ্ঞেস করলাম রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) যখন বাড়ীতে প্রবেশ করতেন, তখন কোন কাজটি তিনি প্রথমে করতেন? তিনি উত্তরে বলেন, মিসওয়াক’ (মুসলিম হা/২৫৩; মিশকাত হা/৩৭৭)।

আনাস (রাঃ) হতে বর্ণিত রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, **لَقَدْ أَكْثَرْتُ عَلَيْكُمْ فِي السَّوَاكِ** ‘মিসওয়াক করা সম্পর্কে আমি তোমাদেরকে বেশি বেশি নির্দেশ দিচ্ছি’ (বুখারী হা/৮৮৮; মিশকাত হা/৩৮৭)।

ইসলামের শ্রেষ্ঠ ইবাদত ছালাত-যার পূর্বশর্ত পবিত্রতা তথা ওয়ূ, গোসল ও তায়াম্মুম। রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) প্রত্যেক ওয়ূর পূর্বে মিসওয়াক করতে বিশেষ গুরুত্ব দিতেন। কেননা ইবাদতের সম্মানার্থে সেটি পূর্ণ পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন অবস্থায় করা উচিত। আর ছালাতে মুছল্লীর কুরআন তেলাওয়াত শ্রবণের জন্য ফেরেশতা তার নিকটবর্তী হয়। মুছল্লীর মুখ দুর্গন্ধ হলে ফেরেশতা কষ্ট পায়। তাই প্রত্যেক ছালাতে সুন্দরভাবে মুখ পরিষ্কার করে ছালাত আদায় করা উচিত। আবু হুরায়রা (রাঃ) হতে বর্ণিত রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) এরশাদ করেন, **لَوْلَا أَنِّي عَلَىٰ أُمَّتِي لِأَمْرَتُهُمْ بِتَأْخِيرِ الْعِشَاءِ وَالسَّوَاكِ عِنْدَ كُلِّ صَلَاةٍ** ‘যদি আমি আমার উম্মতের উপর কষ্টকর মনে না করতাম, তাহলে তাদেরকে এশার ছালাত দেরীতে আদায় করতে এবং প্রতি ছালাতে মিসওয়াক করার নির্দেশ দিতাম’ (বুখারী হা/৮৮৭; মিশকাত হা/৩৭৬)।

ঘুমানোর পূর্বে ওয়ূ করা ইসলামের একটি গুরুত্বপূর্ণ বিধান। বারা ইবনু আযেব (রাঃ) হতে বর্ণিত তিনি বলেন, রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) একদা আমাকে বলেন, **إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ وَضُوءَكَ لِلصَّلَاةِ، ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَىٰ شِقِّكَ الْأَيْمَنِ** ‘যখন তুমি শয়নের জন্য বিছানায় আসবে, তখন ছালাতের ন্যায় ওয়ূ করবে। তারপর

ডান কাতে শুয়ে যাবে' (বুখারী হা/৬৩১১)। তাই ওয়ূ করত দো'আ পড়ে ডান কাতে ঘুমাতে হবে। ঘুমানোর পূর্বে আয়াতুল কুরসী, সূরা বাক্বারাহর শেষ দু'আয়াত এবং সূরা ইখলাছ, ফালাক ও নাস পাঠ করতে হবে। তাহলে ফেরেশতা পাহাদার হবে এবং শয়তান কোন ক্ষতি করতে পারবে না (বুখারী হা/২৩১১)।

প্রকাশ থাকে যে, প্রত্যেক হাদীছে মিসওয়াক করার কথা বলা হয়েছে। আর অত্র হাদীছে ঘুমানোর পূর্বে ওয়ূ করার কথা এসেছে। তাই ঘুমানোর পূর্বে মিসওয়াকসহ ওয়ূ করার বিষয়টিও প্রমাণিত।

ঘুমা থেকে উঠে মিসওয়াকসহ ওয়ূ করাও একটি গুরুত্বপূর্ণ সুনাত। হুযায়ফা (রাঃ) হতে বর্ণিত তিনি বলেন, **أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا قَامَ، لِلتَّهَجُّدِ مِنَ اللَّيْلِ يَشْوِصُ فَاهُ بِالسَّوَاكِ** 'নবী করীম (ছাঃ) তাহাজ্জুদ ছালাত আদায়ের জন্য যখনই ঘুম থেকে উঠতেন তখনই মিসওয়াক দ্বারা মুখ পরিষ্কার করে নিতেন' (বুখারী হা/২৫৬; মিশকাত হা/৩৭৮)।

সুস্থতা আল্লাহ তা'আলার পক্ষ থেকে একটি বিশেষ নে'মত। আবার অবসর সময়ও আল্লাহর বিশেষ অনুগ্রহ। কিন্তু অধিকাংশ মানুষই এই দু'টি নে'মতকে কাজে না লাগিয়ে বাজে কাজে ব্যয় করে। ইবনু আব্বাস (রাঃ) হতে বর্ণিত রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেন, **نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصَّحَّةُ وَالْفَرَاحُ** 'দু'টি নে'মতের ব্যাপারে অধিকাংশ মানুষ ধোঁকার মধ্যে রয়েছে। একটি হল সুস্থতা বা সুস্বাস্থ্য এবং আরেকটি হল অবসর' (বুখারী হা/৬৪১২; মিশকাত হা/৫১৫৫)। এই সুস্থতা টিকিয়ে রাখতে মানুষকে সাধ্যমত উত্তম পথ ও পদ্ধতি অবলম্বন করতে হবে। সোনামণি সংগঠন শিশু-কিশোরদের সকালে জামা'আতের সাথে ফজরের ছালাত আদায় ও ছালাতের পর হালকা ব্যায়ামের প্রশিক্ষণ দিয়ে থাকে। যার মাধ্যমে তারা অলসতা থেকে মুক্তি পায় এবং সুস্বাস্থ্য গঠনের শিক্ষা ছোট থেকেই লাভ করে। আজীবন এই উত্তম গুণের উপর টিকে থাকলে তারা দু'জাহানে কল্যাণের মধ্যে থাকবে ইনশাআল্লাহ।

## আল্লাহ্‌ভীতি

খালিদুর রহমান, কুল্লিয়া ২য় বর্ষ  
আল-মারকাযুল ইসলামী আস-সালাফী, নওদাপাড়া, রাজশাহী।

আল্লাহ্‌ ভীতি মু'মিনের সবচেয়ে বড় সম্পদ। আল্লাহ্‌ভীতি মানুষকে বেশি বেশি জান্নাতে প্রবেশ করাবে। আল্লাহ্‌ তা'আলার নিকট ঐ ব্যক্তি সবচেয়ে সম্মানিত, যে আল্লাহকে সবচেয়ে বেশি ভয় করে।

আবু হুরায়রা (রাঃ) থেকে বর্ণিত, তিনি বলেন, 'রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) বলেছেন, একদা এক ব্যক্তি ছিল, যে কখনো কোন ভাল কাজ করেনি। অপর এক বর্ণনায় আছে, এক ব্যক্তি নিজের ওপর অবিচার করেছে। মৃত্যুর পূর্বে সে তার সন্তান-সন্ততিকে ওয়াসিয়াত করল, যখন আমি মারা যাব, তোমরা আমার মৃতদেহ আঙুনে পুড়িয়ে ফেলবে। এরপর যখন তা পুড়ে কয়লা হয়ে যাবে, তোমরা এগুলোকে ছাই করে ফেলবে। অতঃপর অর্ধেক ছাই স্থলভাগে, আর অর্ধেক সমুদ্রে ছিটিয়ে দিবে। অন্য বর্ণনায়, প্রচণ্ড বাতাসের দিন ছড়িয়ে দিবে। তিনি আরো বলেন, যদি আল্লাহ্‌ তাকে ধরতে পারেন তাহলে এমন শাস্তি দিবেন, যা দুনিয়ার কাউকে কখনো দেননি। সে মারা গেলে তার সন্তানেরা তার নির্দেশ মতই কাজ করল।

অতঃপর আল্লাহ্‌ তা'আলা সমুদ্রকে নির্দেশ দিলেন, সমুদ্র তার মধ্যে যা ছাই পড়েছিল সব একত্রিত করে দিল। আবার স্থলভাগকে নির্দেশ করলেন, স্থলভাগ তার মধ্যে যা ছাই ছিল সব একত্রে জমা করল। অন্য বর্ণনা মতে, আল্লাহ্‌ নির্দেশ দিলেন, হও। অতঃপর ঐ ব্যক্তি দাঁড়িয়ে গেল। পরিশেষে মহান আল্লাহ্‌ তাকে জিজ্ঞেস করলেন, তুমি এরূপ কাজ কেন করলে? (উত্তরে লোকটি বললো) তোমার ভয়ে, হে রব! তুমি তো জানো। অতঃপর আল্লাহ্‌ তাকে ক্ষমা করে দিলেন' (বুখারী হা/৭৫০৬ ও মুসলিম হা/২৭৫৬)।

## শিক্ষা :

১. আল্লাহকে বেশি বেশি ভয় করতে হবে। আল্লাহ্‌ চাইলে যে কাউকে ক্ষমা করে দিবেন।
২. আল্লাহ্‌ সকল কাজের ক্ষমতা রাখেন। কেউ তাঁর থেকে পলায়ন করতে পারবে না।



## এসো দো'আ শিখি

সোনামণি প্রতিভা ডেস্ক।

১৫. আত্মীয়-স্বজন ও বন্ধুদের বিদায় দানের দো'আ :

أَسْتَوْدِعُ اللَّهَ دِينَكَ وَأَمَانَتَكَ وَخَوَاتِيمَ عَمَلِكَ وَرَوَدَكَ اللَّهُ التَّقْوَى وَعَقَرَ ذَنْبَكَ  
وَيَسِّرْ لَكَ الْخَيْرَ حَيْثُ مَا كُنْتَ -

**উচ্চারণ :** আসতাওদি 'উল্লা-হা দীনাকা ওয়া আমা-নাতাকা ওয়া খাওয়া-তীমা  
'আমালিকা ওয়া বাউওয়াদাকাল্লা-হুত তাক্বওয়া ওয়া গাফারা যামবাকা ওয়া  
ইয়াসসারা লাকাল খাইরা হাইছু মা-কুন্তা।

**অর্থ :** তোমার দীন, তোমার আমানত, তোমার কাজের শেষ পরিণতি আল্লাহর  
উপর সোপর্দ করলাম। আল্লাহ যেন তোমার তাক্বওয়া বৃদ্ধি করে দেন। তোমার  
গোনাহ ক্ষমা করে দেন আর তুমি যেখানেই থাক যে কাজই কর কল্যাণকর  
দিক যেন আল্লাহ তোমাকে সহজ করে দেন' (আবুদাউদ হা/২৬০০-০১)।

১৬. নতুন কাপড় পরিধান কালে দো'আ :

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي كَسَانِي هَذَا وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي وَلَا قُوَّةَ -

**উচ্চারণ :** আল্-হাম্দু লিল্লা-হিল্লাযী কাসা-নী হাযা ওয়া রাব্বাক্বানীহি মিন  
গাইরি হাওলিম্ মিনী ওয়ালা কুউওয়াতিন।

**অর্থ :** 'সেই আল্লাহর সমস্ত প্রশংসা, যিনি আমাকে বিনাশ্রমে ও শক্তি প্রয়োগ  
ব্যতীতই এই পোশাক পরিধান করিয়েছেন এবং রুযী দান করেছেন' (আবুদাউদ  
হা/৪০২৩)। কাপড় খুলে রাখার সময় 'বিসমিল্লা-হ' বলতে হয় (তিরমিযী সনদ  
ছহীহ, হিছনুল মুসলিম পৃ. ১৩)।

১৭. আয়না দেখার দো'আ :

اللَّهُمَّ حَسَنْتَ خَلْقِي فَأَحْسِنْ خُلُقِي -

**উচ্চারণ :** আল্লা-হুম্মা হাস্সান্তা খাল্কী ফাআহসিন খুলুকী।

**অর্থ :** 'হে আল্লাহ! তুমি আমাকে সুন্দর করে সৃষ্টি করেছ, তুমি আমার চরিত্র  
সুন্দর করে দাও' (আহমাদ হা/২৪৪৩৭)।

(বিস্তারিত দ্রষ্টব্য : মুহাম্মাদ নূরুল ইসলাম প্রণীত 'ছহীহ কিতাবুদ্ দো'আ' শীর্ষক  
গ্রন্থ, পৃ. ৭৩)।

## বিদেশী সংস্কৃতি

আবু রায়হান

কেন্দ্রীয় সহ-পরিচালক, সোনামণি

সন্তান-সম্ভ্রতি মানব জীবনের সৌন্দর্য ও সর্বোত্তম নে'মত। সন্তানহীন জীবন ফলহীন বৃক্ষের ন্যায় অপূর্ণ। ঠিক তেমনই একজন নিঃসন্তান দরিদ্র কৃষক আব্দুস সাত্তার। তার পরিবারে তিনি ছাড়া আর একজন সদস্য আছেন, স্ত্রী জামীলা খাতুন। দু'জনের সংসারে সবচেয়ে বড় অভাব একটি মানব শিশুর। আর এই অভাব সর্বদা তাদের তাড়িয়ে বেড়ায়। বিয়ের পর থেকে গত দশ বছর আল্লাহর কাছে তারা শুধু একটিই জিনিস চেয়ে এসেছেন, তা হল সন্তান।

আল্লাহ তাদের দো'আ কবুল করেছেন। গত বছরের শীতে তাদের কোলে জন্ম নেয় ফুটফুটে একটি ছেলে। দীর্ঘ অপেক্ষার পর সন্তান লাভ করায় তারা খুব আনন্দিত। সকল অভাব অভিযোগ ভুলে তারা আল্লাহর শুকরিয়া আদায় করে। কিন্তু কিছু দিনের মধ্যে তারা আবার আল্লাহর পরীক্ষার সম্মুখীন হয়। তারা জানতে পারে, তাদের সন্তান একটি ছিদ্রযুক্ত হৃদপিণ্ড নিয়ে জন্মগ্রহণ করেছে। তারা এ বিষয়ে চিকিৎসকের পরামর্শ নেয়। চিকিৎসক জানান, এটি তেমন জটিল কোন সমস্যা নয়। এই ছিদ্র মায়ের গর্ভে হৃদপিণ্ড গঠনে বাধাপ্রাপ্ত হওয়ার কারণে হয়ে থাকে। এটি অনেক সময় শিশুর বয়স বৃদ্ধির সাথে সাথে স্বাভাবিকভাবে ঠিক হয়ে যায়। যদি পাঁচ-ছয় বছর বয়সেও এই ছিদ্র থাকে, তাহলে অপারেশনের মাধ্যমে ভালো হয়। তবে পূর্ণ সুস্থ্য না হওয়া পর্যন্ত তাকে সতর্ক থাকতে হবে। উচ্চ আওয়াজ ও ভারী কাজ থেকে বিরত থাকতে হবে। ভয় দেখানো, আতঙ্কিত করা এবং মস্তিষ্কে চাপ সৃষ্টি হয় এ ধরনের কোন আচরণ তার সাথে করা যাবে না। অসুস্থ্য ছেলের সেবা-যত্নে দিন কাটতে থাকে আব্দুস সাত্তার ও জামীলা খাতুনের।

দিনে দিনে ছেলেটি বড় হতে থাকে। সে তার মায়ের কোলে খেলা করে। বাবার সাথে আপন ভাষায় কথাও বলে। দশ মাস পর তাকে পরীক্ষার জন্য হাসপাতালে নেওয়া হয়। চিকিৎসক জানান, তার অবস্থা আগের চেয়ে ভালো। কিন্তু সম্পূর্ণ সুস্থ্য হতে আরো প্রায় দুই-তিন বছর সময় লাগবে। এ সংবাদে তার বাবা-মায়ের মনে আশার সঞ্চার হয়। তারা অন্ধকারে আলোর সন্ধান পান।

এর এক সপ্তাহ পরে আসে ইংরেজী বছরের শেষদিন। সন্ধ্যার পর থেকে শুরু হয় নতুন বর্ষ বরণের উৎসব। রঙ-বেরঙের আলো আর আতশবাজির শব্দে চলতে থাকে জমকালো অনুষ্ঠান। তরুণ-তরুণীদের এই অদ্ভুত অনুষ্ঠান গ্রামের সাধারণ মানুষ আগে কখনো দেখেনি।

সন্ধ্যার পর থেকে শুরু হলেও এর আসল রূপ দেখা যায় গভীর রাতে। ঠিক রাত বারোটায় আতশবাজি ফুটিয়ে নতুন বছরকে স্বাগত জানানো হয়। আতশবাজির উচ্চ আওয়াজে জেগে ওঠে গ্রামের ঘুমন্ত মানুষ। শিশুদের মাঝে ছড়িয়ে পড়ে আতঙ্ক। অসুস্থরা অস্থির হয়ে উঠে।

অন্যদের মত আব্দুস সান্তার-জামীলা খাতুনও জেগে উঠেন। জামীলা খাতুন হাত দেন সন্তানের বুকে। কিন্তু তাদের সন্তান শান্ত, নিশুপ। কোন নড়া-চড়া করে না। কারণ সে ক্ষমতা আর তার নেই। নতুন বছরে সেও পাড়ি জমিয়েছে নতুন ঠিকানায়। সন্তানকে বুকে জড়িয়ে কেঁদে উঠেন তিনি। কেঁদে উঠেন আব্দুস সান্তারও। একমাত্র সন্তানের মৃত্যুতে এক বছরের মধ্যে তারা আবার নিঃসন্তান জীবনে ফিরে গেলেন। আশপাশ থেকে ছুটে আসেন প্রতিবেশীরা।

আব্দুস সান্তারের কুঁড়ে ঘরে তখন পা ফেলার জায়গা নেই। অনেকেই ঘরে জায়গা না পেয়ে দাঁড়িয়ে আছেন বারান্দায়। রাতের অন্ধকারে কেউ দাঁড়িয়ে আছেন বাড়ির উঠোনে। হটাৎ উঠোনের উত্তর দিক থেকে অন্ধকার ভেদ করে ছড়িয়ে পড়ল তীব্র আলো। উঠোনে দাঁড়িয়ে থাকা লোকেরা দেখলেন, একটি জ্বলন্ত বেগুন উড়ে এসে পড়ল খড়ের পালায়। তারা পরে জানতে পারেন, এটাকে 'ফানুস' বলা হয়। ফানুসের আগুন শুকনো খড় জ্বালিয়ে আলোকিত করল চারিদিক। সারা বছরের সঞ্চয় খড়ের পালায় আগুন লাগলেও সেদিকে আব্দুস সান্তারের কোন খেয়াল নেই। প্রতিবেশীরা দৌড়াদৌড়ি করে আগুন নিভানোর চেষ্টা করেন। তাঁরা খড়ের আগুন নেভাতে পারলেও তাদের মনের আগুন আর নেভাতে পারেননি।

## শিক্ষা :

১. বর্ষ বর্ষণ, জন্মদিবস, মৃত্যুদিবস, ইত্যাদি অমুসলিমদের সংস্কৃতি পালনে কোন কল্যাণ নেই।
২. আনন্দের জন্য এমন কোন কাজ করা যাবে না, যা নিজের বা অন্যের ক্ষতির কারণ হয়।

# কবিতা গুচ্ছ

## প্রকৃতির ছাত্র

নাজমুন নাঈম  
কেন্দ্রীয় সহ-পরিচালক, সোনামণি।

উপাদানে ভরা এ প্রকৃতির  
সবার আমি ছাত্র,  
চারপাশে সব নানা আকৃতির  
বিদ্যায় ভরা পাত্র।  
বিদ্যা শুধু বইয়ের পাতায়  
কালো রঙের কালি  
পড়ে থাকলে এই ধারণায়,  
মগজ রবে খালি।  
বাড়ির পিছনে তরু-বৃক্ষ  
বিশাল আমের বাগান  
নিত্য শেখায় উজাড়ি বৃক্ষ  
উদার হস্তে দান।  
আরো শেখায় সহ্য করতে  
আসুক যতই আঘাত  
লক্ষ্য ঠিকে লড়াই করতে  
ঘটে না যেন ব্যাঘাত।  
নদী শেখায়, হও দুর্বীর  
ভাঙতে সকল বাধা  
চলার পথে পড়লেও পাহাড়  
মাড়াতে হবে সদা।  
সূর্য শেখায়, আলোর আশায়  
নিরলস শ্রম দাও,  
জ্বালতে হলে জ্বলতে হয়  
সফলতা নয় ফাউ।

পশু শেখায় আত্ম চেনো  
নয়তো কেউ আপন,  
নিজের শক্তি আগে জেনো  
তারপর দেখো স্বপন।  
মাটি শেখায় নিচু হতে,  
আকাশ বলে, উঁচু  
পানি বলে, ক্ষেত্র ভেদে  
চলো সামনে পিছু।  
সব কথার এক কথা ভাই  
শিখতে যদি চাও  
চোখ-কান সব খোলা চাই  
আর চারপাশে তাকাও।

## মসজিদের ধ্বনি

আব্দুল আলীম  
গোদাগাড়ী, রাজশাহী।

মসজিদের ঐ মিনার থেকে  
মুওয়াযযিন ঐ বলছে ডেকে,  
বড়ত্ব সকল আল্লাহ তা'আলার  
ইবাদতেও তাঁর নেই অংশীদার।  
সাক্ষ্য শোন ঐ সাক্ষ্যদাতার  
মুহাম্মাদ (ছাঃ) রাসূল আল্লাহর,  
মসজিদে চল ছালাতের তরে  
কল্যাণ কুড়াও দু'হাত ভরে।  
জগতের যত জীব ও জড়  
আল্লাহ হলেন সবচেয়ে বড়,  
নামে, গুণে ও উপাসনায়  
আল্লাহর কেউ তুল্য নাই।  
ইবাদত কর তাঁরই জন্য  
কল্যাণ লাভে হও ধন্য।

## কেন্দ্রীয় শিক্ষা সফর ২২

শিক্ষা অর্জনের উদ্দেশ্যে কোন স্থানে ভ্রমণকে শিক্ষা সফর বলা হয়। এই ধরনের ভ্রমণে বা জীবনের বাস্তব পরিস্থিতিতে অর্জিত শিক্ষাকে অভিজ্ঞতা বলা হয়। আর অভিজ্ঞতা মানুষের চোখ খুলে দেয়, বুঝা শক্তি বৃদ্ধি করে এবং তাকে দূরদর্শী করে তোলে। আল্লাহ তা'আলা বলেন, 'তারা কি যমীনে ভ্রমণ করেনি? তাহলে তাদের হত এমন হৃদয়, যা দ্বারা তারা উপলব্ধি করতে পারত এবং এমন কান, যা দ্বারা তারা শুনতে পারত। বস্তুত চোখ তো অন্ধ হয় না, বরং অন্ধ হয় বক্ষস্থিত হৃদয় (হাজ্জ ২২/৪৬)।

শিশু-কিশোরদের সৎ, আদর্শ ও যোগ্য করে গড়ে তোলার জন্য সোনামণি সংগঠনের নিয়মিত আয়োজন বার্ষিক শিক্ষা সফর। যা ১৫ই ফেব্রুয়ারী '২২ নেত্রকোনা যেলার দুর্গাপুর উপযেলার বিরিশিরিতে অনুষ্ঠিত হয়। এই সফরে অংশগ্রহণকারী সোনামণিদের অনুভূতি ও অর্জিত অভিজ্ঞতা এখানে উপস্থাপন করা হল।

উল্লেখ্য যে, এ শিক্ষা সফরে সোনামণি কেন্দ্রীয় পরিচালনা পরিষদ-এর পরিচালক ড. মুহাম্মাদ আব্দুল হালীম, সহ-পরিচালক রবীউল ইসলাম, মুঈনুল ইসলাম, মুসলিমুদ্দীন, আবু রায়হান, নাজমুন নাঈম, আবু তাহের ও অন্যান্যদের মধ্যে 'যুবসংঘ'-এর কেন্দ্রীয় সহিত্য ও সংস্কৃতি বিষয়ক সম্পাদক মুহাম্মাদ আজমাল, 'আল-আওন'-এর কেন্দ্রীয় সাংগঠনিক সম্পাদক আহমাদ আব্দুল্লাহ শাকির, আল-হেরা শিল্পী গোষ্ঠীর সদস্য রাকীবুল ইসলাম, যহরুল ইসলাম 'মারকায'-এর হিফয বিভাগের শিক্ষক হাফেয মশিউর রহমান ও হাফেয রবীউল ইসলাম, মক্তব বিভাগের শিক্ষক ক্বারী সাঈদুর রহমান সহ হিফয ও মক্তব বিভাগ এবং প্রথম থেকে দশম শ্রেণীর ছাত্রবৃন্দ অংশগ্রহণ করেন। দায়িত্বশীল, শিক্ষক ও ছাত্রসহ সফরকারী সদস্য সংখ্যা ছিল মোট ১৫৫ জন।

## যাত্রা শুরু

আব্দুল্লাহ আল-নোমান, ৭ম শ্রেণী  
ইসলামী আস-সালাফী, নওদাপাড়া, রাজমাহী।

১৪ই ফেব্রুয়ারি বাদ মাগরিব মারকাযের পূর্বপার্শ্বস্থ মসজিদে মুহতারাম আমীরে জামাআত প্রফেসর ড. মুহাম্মাদ আসাদুল্লাহ আল-গালিবের নছীহত শ্রবণ করে আমরা সফরের প্রস্তুতি শুরু করি। সব গুছিয়ে রওয়ানা হতে অনেক দেরি হয়ে

যায়। রাত সাড়ে নয়টার দিকে আমরা কেন্দ্রীয় পরিচালক ড. মুহাম্মাদ আবদুল হালীমের নেতৃত্বে 'রাব্বি এন্টারপ্রাইজ'-এর তিনটি বাসে রাজশাহী মারকায থেকে যাত্রা শুরু করি। এ সময় আমীরে জামাআতসহ মাদ্রাসার অনেক ছাত্র-শিক্ষক-দায়িত্বশীল আমাদের বিদায় জানান।

রাতের অন্ধকারে তিনটি বাস এগিয়ে চলেছে আপন গতিতে। দায়িত্বশীল ভাইয়েরা সবার সীট বন্টন করে দিলেন এবং সবকিছু ঠিক আছে কিনা দেখে নিলেন। আমার বসার জায়গা হল তিন নম্বর বাসের ডি-২ সীটে। পনের মিনিট টানা চলার পর মিনিট খানেকের জন্য বাস থামল। বড় ভাইয়েরা বললেন, রাস্তার বাম পাশে তাবলীগী ইজতেমার জন্য জমি ক্রয় করা হয়েছে। আমি বাইরে তাকিয়ে অন্ধকার ছাড়া কিছু দেখলাম না। এর মধ্যে বাস আবার চলতে শুরু করল।

বাস ভ্রমণ আমার কাছে সব সময় বিরক্তিকর। কিন্তু এবারের ভ্রমণ ছিল সম্পূর্ণ আলাদা। শুরু থেকেই বক্সে কুরআন তেলাওয়াত, জাগরণী বাজছিল আর বাস চলছিল। সাড়ে দশটার দিকে শুরু হল লটারির মাধ্যমে উপস্থিত কুরআন তেলাওয়াত, জাগরণী, আযান, কবিতা আবৃত্তি ও হাসি, কান্না সহ বিভিন্ন অভিনয় এবং সাথে সাথে পুরস্কার বিতরণ। পুরস্কার হিসাবে ছিল কমলা, বেদানা, টমেটো, গাজর, শসা, কেশর, বরই ইত্যাদি। এরপর হয় ঝটপট কুইজ প্রশ্নোত্তর। এভাবে আনন্দ আর শিক্ষামূলক পরিবেশের মধ্য দিয়ে পৌঁছে গেলাম সিরাজগঞ্জে। সেখানে 'লাম-মীম' হোটেলে দেওয়া হল যাত্রা বিরতি। সবাই খাওয়া দাওয়া সহ অন্যান্য প্রয়োজন সেরে গাড়িতে ফিরে এলাম। গাড়ি ছাড়ল রাত ১১-টায়।

চলমান গাড়িতে আধো ঘুম আধো জাগ্রত অবস্থায় রাত কেটে গেল। ফজরের সময় জেগে দেখি ময়মনসিংহ সদরের সোবহানবাগে। সেখানে বায়তুল মা'মুর জামে মসজিদে জামা'আতের সাথে ফজর ছালাত আদায় করলাম। এরপর মসজিদের ইমাম ও মুসল্লিদের মাঝে কুরআন-হাদীছ ভিত্তিক জীবন যাপনের দাওয়াত এবং সফরের দিক নির্দেশনা প্রদান করে বক্তব্য রাখলেন কেন্দ্রীয় পরিচালক ড. মুহাম্মাদ আব্দুল হালীম। অতঃপর মুছল্লীদের মাঝে লিফলেট ও 'হাদীছ ফাউন্ডেশন বাংলাদেশ' কর্তৃক প্রকাশিত বই বিতরণ করা হলো। সেখানে ময়মনসিংহ দক্ষিণ থেলা 'আন্দোলন'-এর সহ-সভাপতি মুহাম্মাদ আবুল কালাম, সাধারণ সম্পাদক মুহাম্মাদ ফয়লুল হক ও অর্থ সম্পাদক মুহাম্মাদ জামালুদ্দীন আমাদের সাথে যুক্ত হলেন। পৌনে ৭-টায় আবার গাড়ি চলতে শুরু করল।

ভোরের হালকা আলোয় দেখলাম দু'পাশে কুয়াশা ভেজা সবুজ ধানের চারা। 'সোনামণি জ্ঞানকোষ'-এ পড়েছিলাম ময়মনসিংহ ধান উৎপাদনের জন্য বিখ্যাত। যতদূর দেখা যায় সবুজের সমারোহ তারই প্রমাণ। শীতের সকালের এই সৌন্দর্য দেখতে দেখতে পৌঁছলাম নেত্রকোনা যেলার দুর্গাপুর উপযেলা পরিষদে। এটা আমার জীবনের এক স্মরণীয় বাসভ্রমণ ছিল। যা স্মৃতিতে জেগে থাকবে অনেক দিন।

## পায়ে হেঁটে নদী পার

সাজিদ আল ফাহিম, ৫ম শ্রেণী  
ইসলামী আস-সালাফী, নওদাপাড়া, রাজমাহী।

সকাল ৮-টা নাগাদ আমাদের বাস পৌঁছে নেত্রকোনা যেলার দুর্গাপুর উপযেলা পরিষদে। সেখানে সকালের নাশতা করে আমরা রওয়ানা হলাম সোমেশ্বরী নদীর উদ্দেশ্যে। প্রায় তিন কিলোমিটার পথ পাড়ি দিয়ে এসে পড়লাম এক বালুকাময় ময়দানে। জানতে পারলাম এটাই সোমেশ্বরী নদী। সেখানে আমাদের সাথে যোগ দান করলেন নেত্রকোনার কমলাকান্দা থানাধীন রামনাথপুর সরকারি প্রাথমিক বিদ্যালয়ের সহকারি শিক্ষক এনায়েতুল্লাহ। তিনি সফরে আমাদের অনেক সহযোগিতা করেছেন। শীতকালে পানি শুকিয়ে বালুচরে পরিণত হয়েছে। শীতের সকালের সব রোদ শুষে নিয়ে বালুকণাগুলো সময়ের সাথে সাথে উত্তপ্ত হচ্ছিল। মাঝে মাঝে বালু, কয়লা ভর্তি ট্রাক যাওয়ার সময় মরুভূমির মত সাইমুম বাড়ের সৃষ্টি করছিল। যেন সত্যিই এক দুর্গম মরুভূমি। রাসূল (ছাঃ) ও ছাহাবায়ে কেরামের কষ্টকর জীবন যাপনের কিছুটা অভিজ্ঞতা লাভ করলাম।

প্রায় কিলো খানেক বালু পাড়ি দিয়ে আমরা পৌঁছলাম বাঁশ-কাঠের তৈরী একটি সাঁকোর কাছে। সাঁকোর নিচ দিয়ে প্রবাহিত হাঁটু পানি নদীর অস্তিত্বের প্রমাণ বহন করছে মাত্র। নদী থেকে মেশিনের মাধ্যমে ডোমর বালু তোলার দৃশ্য অবলোকন বেশ মজাদার ছিল। কাঠের সাঁকো পার হতে জন প্রতি পাঁচ টাকা টোল প্রদান করতে হয়। অবশ্য আমরা সংখ্যায় বেশি হওয়ায় কিছু কম নিয়েছিল। এভাবে সম্পূর্ণ পায়ে হেঁটে পার হলাম সোমেশ্বরী নদী। আর মনে মনে রবীন্দ্রনাথের কবিতা আওড়ালাম,

আমাদের ছোটো নদী চলে বাঁকে বাঁকে  
বৈশাখ মাসে তার হাঁটু জল থাকে

পার হয়ে যায় গরু, পার হয় গাড়ি,  
 দুই ধার উঁচু তার, ঢালু তার পাড়ি।  
 চিক চিক করে বালি, কোথা নাই কাদা  
 একধারে কাশবন ফুলে ফুলে সাদা।

## বিজয়পুর জিরো পয়েন্ট

তানভীর মাহতাব, ৫ম শ্রেণী

ইসলামী আস-সালাফী, নওদাপাড়া, রাজমাহী।

আমাদের সফর শুরু হয়েছিল বাসযাত্রা দিয়ে। এরপর নৌকা ভ্রমণের কথা থাকলেও নদীতে পানি না থাকায় সৌভাগ্য হয়নি। এবার অটোতে চড়ার পালা। নদী পার হয়ে বাজারে এসে আমরা একটি প্রাথমিক বিদ্যালয়ে অবস্থান করলাম। দায়িত্বশীল ভাইয়েরা অটো ঠিক করলেন। ১৮টি অটোযোগে যাত্রা শুরু হলো বিজয়পুর জিরো পয়েন্টের উদ্দেশ্যে। অটোতে চড়ে যাওয়ার অভিজ্ঞতা বেশ অন্য রকম। রাস্তার দু'পাশে বেশ উঁচু উঁচু পাহাড়। আর তার চুড়ায় ছোট ছোট কুঁড়ে ঘর। এগুলোর অধিবাসী অধিকাংশই গারো, হাজং ইত্যাদি ক্ষুদ্রনৃগোষ্ঠী। যেখানে পাহাড়ের গা বেয়ে উঠায় কষ্টকর, সেখানে তারা বাড়ি তৈরী করে বসবাস করছে। এ দৃশ্য স্বচক্ষে না দেখলে অনুভব করা বেশ কঠিন।

আনন্দ আর চিন্তা-ভাবনার মধ্য দিয়ে আমরা পৌঁছে গেলাম দু'দেশের সীমান্তে। এ পাশে বিজিবি আর ও পাশে বিএসএফ। খুব ভয় লাগছিল। ভয়ের সাথে আনন্দ উপভোগও ছিল অনেক। সীমান্তের পাশেই নদী আর বিশাল উঁচু পাহাড়। এ ছিল এক মনমুগ্ধকর পরিবেশ। সেখানে অল্প কিছু সময় কাটিয়ে আমরা ফিরে আসি কমলাকান্দা পাহাড়ে। পাহাড়টি ছিল বেশ উঁচু। আমরা খুব কষ্ট করে তার চুড়ায় উঠলাম। সেখান একটি ওয়াচ টাওয়ার আছে। কিন্তু উঠা বিপজ্জনক হওয়ার কারণে কর্তৃপক্ষ বন্ধ করে দিয়েছে। তার পরেও আমরা সেখান থেকে ভারতের উঁচু উঁচু পাহাড় দেখে আনন্দ উপভোগ করলাম। অতঃপর সেখান থেকে রওয়ানা হলাম দুর্গাপুর উপেলার বিজয়পুর চিনামাটির পাহাড়ের উদ্দেশ্যে।

## চিনামাটির পাহাড়

আব্দুল্লাহ আল-যুবায়ের

সহ-পরিচালক, রজনীগন্ধা শাখা, মারকায।

জিরো পয়েন্টের ছোট-বড় পাহাড়ে উঠার পর চিনামাটির পাহাড়ে পৌঁছে সবাই ক্লান্ত হয়ে পড়লাম। এজন্য প্রথমেই দুপুরের খাবারের ব্যবস্থা করা হলো।



বিশাল পাহাড়ের সামনে খোলা মাঠে একটা প্রকাণ্ড গাছের নিচে বসে আমরা দুপুরের খাবার খেলাম। প্রকৃতির মাঝে বন্ধুদের সাথে খাওয়ার মজাই আলাদা। এটাকে প্রকৃতি ভোজন বলতে পারলে ভালো লাগতো। এরপর শুরু হলো আট-দশ তলা সমান পাহাড়ের চূড়ায় উঠার প্রচেষ্টা।

বলে রাখা ভালো এটি বাংলাদেশের একমাত্র চিনামাটির পাহাড়। একে অনেকে সাদা মাটির পাহাড়ও বলে। এই মাটি দিয়ে সিরামিকের থালা-বাসন তৈরী হয়। এজন্য মাটি কাটার ফলে সেখানে কয়েকটি স্বচ্ছ পানির হ্রদ সৃষ্টি হয়েছে। এর কোনটার পানি সবুজ, কোনটা নীল। অনেকেই পানিতে গোসল করল। আমরা পানি হাতে নিয়ে নেড়েচেড়ে দেখলাম আল্লাহর অপূর্ব নে'মত।

প্রত্যেকটি পাহাড়ে উঠার দু'টি করে পথ আছে। একটি খাড়া-দুর্গম অপরটি তুলনামূলক সহজ। অধিকাংশ সোনামণি সহজ পথ দিয়ে ঘুরে গেলেও আমরা কয়েকজন বন্ধু মিলে দুর্গম পথ বেছে নিলাম। পাহাড়ের মাটি কোথাও কোথাও বেশ ঝরঝরে। ভুল করে পা ফেললে নিচে পড়ে যাওয়ার ভয় ছিল। আমরা আল্লাহর রহমতে ভয়কে জয় করে পৌঁছে যায় পাহাড়ের চূড়ায়। সিঁড়ি বেয়ে তিন চার তলায় উঠতে হাপিয়ে যায়। কিন্তু অল্পতেই উঠে গেলাম আট-দশ তলা সমান উঁচু দুর্গম পাহাড়ে। বুঝলাম উদ্যম আর কৌতূহল অনেক বড় লক্ষ্যকেও ছোট বানিয়ে দেয়।

উপরে উঠে যে দৃশ্য দেখলাম তা সত্যিই চমৎকার! চারপাশে অনেক দূর পর্যন্ত দেখা যায়। দূরের সীমান্তে সারি সারি পাহাড় কাঁধে কাঁধ মিলিয়ে দাঁড়িয়ে আছে। যেন এগুলোই ভারত বাংলাদেশের সীমান্তরক্ষী। উপরের নীল আকাশ যেন নিচের পানিতে এসে মিশেছে। এরই মাঝে আমি যেন এক ভাসমান পথিক!

পশ্চিমের সূর্য পাহাড়ের আড়াল থেকে মনে করিয়ে দিল, ঘরে ফেরার সময় হয়েছে। একটা দোকান থেকে কিছু চকলেট, বিস্কুট ইত্যাদি কিনে রওয়ানা দিলাম বাসের উদ্দেশ্যে।

## দাওয়াত প্রদান

আবুল কালাম আজাদ

সহ-পরিচালক, মারকায এলাকা।

আমাদের সফর শুধু আনন্দ ভ্রমণ ছিলনা, ছিল শিক্ষা অর্জনের একটি অন্যতম উপলক্ষ্য। আর প্রান্তিক অঞ্চলের মানুষের কাছে দাওয়াত পৌঁছে দেওয়ার

অন্যতম মাধ্যম। রাসূলুল্লাহ (ছাঃ) সুদূর মরুভূমি পাড়ি দিয়ে তায়েফে গিয়েছিলেন দাওয়াত প্রদানের জন্য। আমরাও তাই প্রতিবছর শিক্ষা সফরের সাথে সাথে সে এলাকার মানুষকে দাওয়াত দেওয়ার চেষ্টা করি।

‘সোনামণি’ কেন্দ্রীয় পরিচালক ড. মুহাম্মাদ আব্দুল হালীম আমাকে দু’টি ছালাতুর রাসূল (ছাঃ) সহ ‘হাদীছ ফাউন্ডেশন বাংলাদেশ’ কর্তৃক প্রকাশিত কিছু বই এবং লিফলেট দিয়ে সেখানকার মসজিদে দেওয়ার নির্দেশ দিলেন। আমি কয়েকজন সাথীকে নিয়ে সেগুলো মসজিদ এবং আশপাশের দোকানপাটে বিতরণ করলাম। সাথে সাথে তাদেরকে তাবলীগী ইজতেমা ও রাজশাহী মারকাযে আসার দাওয়াত দিলাম।

রাত ৮-টায় আমরা দুর্গাপুর উপযেলা পরিষদ থেকে রাজশাহীর উদ্দেশ্যে যাত্রা শুরু করলাম। রাত ১১-টায় ময়মনসিংহ সদর তাবলীগী মারকাযে পৌঁছলাম। সেখানে মাগরিব ও এশার ছালাত জমা-কছর আদায় করে খাওয়া-দাওয়া করলাম। ফেব্রার সময় সেখানে থাকা দায়িত্বশীলকে কিছু বই ও লিফলেট হাদিয়া দিলাম।

## ফিরতি পথে

ফায়ছাল আহমাদ

সহ-পরিচালক, রজনীগন্ধা শাখা, মারকায।

পঞ্জিকার হিসাবে তখন ১৬ই ফেব্রুয়ারী। রাত আনুমানিক সাড়ে ১২-টার দিকে আমরা রাজশাহীর উদ্দেশ্যে যাত্রা শুরু করলাম। ক্লান্ত শরীরে সবাই ঘুমিয়ে পড়লাম। ঘুম থেকে উঠেই দেখি সকাল ৭-টা বাজে। ততক্ষণে আমরা মারকাযে পৌঁছে গেছি। ফালিল্লাহিল হামদ-

একদিনের সফরে আল্লাহর সৃষ্টির যে অপরূপ সৌন্দর্য দেখলাম তার কোন কিছুই আমরা অস্বীকার করতে পারব না। আল্লাহ বলেন, *فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا*

*سُوتরাং তোমাদের রবের কোন নে’মতকে তোমরা উভয়ে (মানুষ ও জীন) অস্বীকার করবে? (রহমান ৫৫/১৬)। [‘লা বেশাইয়িম মিন নি‘আমিকা রব্বানা নুকাযযিবু ফালাকাল হাম্দ’ (হে আমাদের প্রতিপালক! তোমার কোন একটি নে’মতকেও আমরা অস্বীকার করি না। অতঃপর তোমার জন্যই সকল প্রশংসা (তিরমিযী হা/৩৫২২)]*

## সাধারণ জ্ঞান

❖ আল-কুরআন (সূরা ফাতিহা)

১. নাস শব্দের অর্থ কী?

উত্তর : মানব জাতি ।

২. সূরা নাস কুরআনের কততম সূরা?

উত্তর : ১১৪তম ।

৩. সূরা নাসে কতটি আয়াত আছে?

উত্তর : ৬টি ।

৪. সূরা নাসে কতটি শব্দ আছে?

উত্তর : ২০টি ।

৫. সূরা নাসে কতটি বর্ণ আছে?

উত্তর : ৮০টি ।

৬. সূরা নাস কখন ও কোথায় অবতীর্ণ হয়?

উত্তর : সূরা ফালাক্-এর পরে মদীনায় অবতীর্ণ হয় । এটি মাদানী সূরা ।

৭. ফালাক্ শব্দের অর্থ কী?

উত্তর : প্রভাতকাল ।

৮. সূরা ফালাক্ কুরআনের কততম সূরা?

উত্তর : ১১৩তম ।

৯. সূরা ফালাকে কতটি আয়াত আছে?

উত্তর : ৫টি ।

১০. সূরা ফালাকে কতটি শব্দ আছে?

উত্তর : ২৩টি ।

১১. সূরা ফালাকে কতটি বর্ণ আছে?

উত্তর : ৭১টি ।

১২. সূরা ফালাক্ কোথায় অবতীর্ণ হয়?

উত্তর : মদীনায় অবতীর্ণ হয় । এটি মাদানী সূরা ।

১৩. সূরা ফালাক ও নাস কেন অবতীর্ণ হয়েছিল?

উত্তর : আরোগ্য দানের জন্য ।

## সংগঠন পরিক্রমা

যেলা দায়িত্বশীল প্রশিক্ষণ ২০২২

নওদাপাড়া, রাজশাহী, ১৩-১৪ই জানুয়ারী বৃহস্পতিবার ও শুক্রবার : অদ্য সকাল ১০-টা থেকে ২দিন ব্যাপী যেলা পরিচালনা পরিষদ দায়িত্বশীল প্রশিক্ষণ ২০২২ 'সোনামণি'-এর কেন্দ্রীয় কার্যালয় নওদাপাড়ায় অনুষ্ঠিত হয়। সোনামণি মেহেরপুর সাংগঠনিক যেলার সহ-পরিচালক লাইছ আহমাদের অর্থসহ কুরআন তেলাওয়াতের মাধ্যমে প্রশিক্ষণ শুরু হয়। জাগরণী পরিবেশন করেন সাতক্ষীরা যেলার পরিচালক আব্দুল্লাহ জাহাঙ্গীর। অতঃপর উদ্বোধনী ভাষণ পেশ করেন কেন্দ্রীয় পরিচালক ড. মুহাম্মাদ আব্দুল হালীম।

আল-মারকাযুল ইসলামী আস-সালাফী মিলনায়তনে অনুষ্ঠিত ২দিন ব্যাপী উক্ত প্রশিক্ষণে প্রশিক্ষক হিসেবে উপস্থিত ছিলেন 'আন্দোলন'-এর কেন্দ্রীয় দফতর সম্পাদক ও মাসিক আত-তাহরীকের সহকারী সম্পাদক ড. মুহাম্মাদ কাবীরুল ইসলাম (বিষয় : সোনামণিদের চরিত্র গঠনে দাওয়াতের গুরুত্ব ও দাঈর গুণাবলী), আল-মারকাযুল ইসলামী আস-সালাফীর শিক্ষক হাফেয আব্দুল মতীন (সোনামণিদের বিশুদ্ধ আক্বীদা শিক্ষার গুরুত্ব ও প্রয়োজনীয়তা), 'সোনামণি'-এর কেন্দ্রীয় পরিচালক ড. মুহাম্মাদ আব্দুল হালীম (সোনামণি সংগঠন বনাম অন্যান্য শিশু-কিশোর সংগঠন : তুলনামূলক পর্যালোচনা), আল-মারকাযুল ইসলামী আস-সালাফীর হিফয বিভাগের পরিচালক হাফেয লুৎফর রহমান (সোনামণিদের ছহীহ কুরআন শিক্ষার পদ্ধতি ও কৌশল), 'সোনামণি'-এর কেন্দ্রীয় সহ-পরিচালক রবীউল ইসলাম (দায়িত্বশীলদের দায়িত্ব ও কর্তব্য), সাতক্ষীরা যেলা 'আন্দোলন'-এর উপদেষ্টা অধ্যাপক শেখ মুহাম্মাদ রফীকুল ইসলাম (সাংগঠনিক দক্ষতা ও অভিজ্ঞতা অর্জনের উপায়), 'যুবসংঘ'-এর কেন্দ্রীয় সভাপতি ও 'সোনামণি'-এর পৃষ্ঠপোষক ড. আহমাদ আব্দুল্লাহ ছাকিব (সোনামণিরাই দেশ ও জাতি তথা 'যুবসংঘ' ও 'আন্দোলন'-এর ভবিষ্যৎ কর্ণধার), 'সোনামণি'-এর কেন্দ্রীয় উপদেষ্টা ও সাবেক পরিচালক ড. শিহাবুদ্দীন আহমাদ (শিশু-কিশোরদের মধ্যে অনৈতিকতা প্রবেশের কারণ ও প্রতিকার), 'আন্দোলন'-এর কেন্দ্রীয় প্রশিক্ষণ সম্পাদক মাওলানা আলতাফ হোসাইন (জামা'আতবদ্ধ জীবন যাপন ও আমীরের আনুগত্য), কেন্দ্রীয় প্রচার সম্পাদক ও মাসিক আত-তাহরীক সম্পাদক ড. মুহাম্মাদ সাখাওয়াত হোসাইন (সংগঠন বাস্তবায়নের পদ্ধতি ও ময়বুতীকরণ), 'সোনামণি'-এর কেন্দ্রীয়

উপদেষ্টা ও প্রথম পরিচালক মুহাম্মাদ আযীযুর রহমান (শিশু অধিকার সংরক্ষণে করণীয়), 'আন্দোলন'-এর কেন্দ্রীয় সাধারণ সম্পাদক অধ্যাপক মাওলানা নূরুল ইসলাম (সোনামণি সংগঠন : গুরুত্ব ও প্রয়োজনীয়তা) ও কেন্দ্রীয় শূরা সদস্য কাযী মুহাম্মাদ হারুণুর রশীদ (অর্থ ব্যবস্থাপনা ও অডিটের গুরুত্ব)। প্রশিক্ষণে উপস্থিত দায়িত্বশীলদের মূল্যায়ন পরীক্ষা গ্রহণ ও পুরস্কার প্রদান করা হয়। সর্বশেষ প্রধান অতিথি হিসাবে মুহতারাম আমীরে জামা'আত প্রফেসর ড. মুহাম্মাদ আসাদুল্লাহ আল-গালিব হৃদয়গ্রাহী হেদায়াতী ভাষণ প্রদান করেন। অতঃপর দো'আ পাঠের মাধ্যমে প্রশিক্ষণের সমাপ্তি হয়।

**গোবরচাকা, খুলনা ৩১শে ডিসেম্বর শুক্রবার :** অদ্য বাদ মাগরিব যেলার সদর থানাধীন গোবরচাকা মোহাম্মাদিয়া জামে মসজিদে এক সোনামণি প্রশিক্ষণ অনুষ্ঠিত হয়। উক্ত প্রশিক্ষণে কেন্দ্রীয় মেহমান হিসাবে উপস্থিত ছিলেন 'সোনামণি'র কেন্দ্রীয় উপদেষ্টা ও প্রথম পরিচালক মুহাম্মাদ আযীযুর রহমান। অনুষ্ঠানে সঞ্চালক ছিলেন মুহাম্মাদ আল-আমীন।

**তানোর, রাজশাহী ২রা জানুয়ারী রবিবার :** অদ্য বাদ যোহর যেলার তানোর থানাধীন সরনজাই কাযীপাড়া খাঁপুর আহলেহাদীছ জামে মসজিদে সূরা ও দো'আ বিষয়ক প্রতিযোগিতার পুরস্কার বিতরণী অনুষ্ঠান অনুষ্ঠিত হয়। অত্র যেলা 'সোনামণি'র সাবেক পরিচালক আনওয়ারুল হকের সভাপতিত্বে অনুষ্ঠিত উক্ত অনুষ্ঠানে কেন্দ্রীয় মেহমান হিসাবে উপস্থিত ছিলেন 'সোনামণি'র কেন্দ্রীয় সহ-পরিচালক রবীউল ইসলাম ও মুহাম্মাদ মুঈনুল ইসলাম।

**কালদিয়া, বাগেরহাট ৪ঠা জানুয়ারী শনিবার :** অদ্য সকাল ১১-টায় যেলার সদর থানাধীন কালদিয়া আল-মারকাযুল ইসলামী মাদ্রাসাতে এক সোনামণি প্রশিক্ষণ অনুষ্ঠিত হয়। উক্ত প্রশিক্ষণে কেন্দ্রীয় মেহমান হিসাবে উপস্থিত ছিলেন 'সোনামণি'র কেন্দ্রীয় উপদেষ্টা ও প্রথম পরিচালক মুহাম্মাদ আযীযুর রহমান। অন্যান্যের মধ্যে উপস্থিত ছিলেন 'সোনামণি' খুলনা যেলা সহ-পরিচালক মুহাম্মাদ হাবীবুল্লাহ এবং অত্র মাদ্রাসার পরিচালক মাওলানা জুবায়ের ঢালী। অনুষ্ঠানে সঞ্চালক ছিলেন মুহাম্মাদ শরীফুল ইসলাম।

**আরামনগর জয়পুরহাট ৭ই জানুয়ারী শুক্রবার :** অদ্য বাদ যোহর যেলার শহরস্থ আরামনগর আহলেহাদীছ জামে মসজিদে এক সোনামণি প্রশিক্ষণ অনুষ্ঠিত হয়। উক্ত প্রশিক্ষণে কেন্দ্রীয় মেহমান হিসাবে উপস্থিত ছিলেন 'সোনামণি'র কেন্দ্রীয় সহ-পরিচালক মুহাম্মাদ মুঈনুল ইসলাম, 'যুবসংঘ'-এর কেন্দ্রীয় সাধারণ সম্পাদক আবুল কালাম, 'আল-আওন'-এর কেন্দ্রীয় সাংগঠনিক সম্পাদক হাফেয আহমাদ আব্দুল্লাহ শাকির।

## শিশুর হাঁপানি প্রতিরোধে কিছু করণীয়

ডা. আহাদ আদনান  
রেজিস্ট্রার (শিশু বিভাগ), আইসিএমএইচ, মাতুয়াইল, ঢাকা।

সোনামণি প্রতিভা ডেস্ক।

হাঁপানি একটি দীর্ঘমেয়াদি অ্যালার্জি জনিত সমস্যা। এ সমস্যায় ঔষধ সেবনের পাশাপাশি কিছু নিয়ম মেনে চলতে হয়। অন্যথায় কার্যকরী ফলাফল পাওয়া যায় না। তাই আমরা অভিভাবকদের কিছু পরামর্শ দিই।

প্রথমেই জেনে নিই, অ্যালার্জি ব্যাপারটা কী? অ্যালার্জির বাংলা অর্থ করলে দাঁড়ায় অতি-সংবেদনশীলতা। আমাদের শরীরে শ্বাস-প্রশ্বাস, খাদ্য ও রক্তের মাধ্যমে অনেক ক্ষতিকর বস্তু প্রবেশ করে। এটা ধোঁয়া, ধূলিকণা, বিশেষ খাদ্য, প্রসাধন, এমনকি ঔষুধও হতে পারে। শরীর একটি নির্দিষ্ট প্রক্রিয়ায় সেটা বের করে কিংবা অক্ষম করে দিতে চেষ্টা করে। কিন্তু এই জীবাণুর পরিমাণ বেশি হলে তা প্রতিরোধের জন্য শরীরের উপর অতিরিক্ত চাপ পড়ে। ফলে শরীরে চুলকানি, লাল ছোপ ছোপ দাগ, নাকে পানি, হাঁচি-কাশি, শ্বাসকষ্টের মত কিছু লক্ষণ দেখা দেয়। এগুলোকে অ্যালার্জি বলা হয়।

হাঁপানি এমনই একটি অ্যালার্জি জনিত সমস্যা, যাতে রোগির মধ্যে কাশি, বুকে ব্যথা ও শ্বাসকষ্ট একসঙ্গে থাকতে পারে। এ সমস্যা থেকে বাঁচতে সর্বদা দেহের জন্য ক্ষতিকর পদার্থ থেকে দূরে থাকতে হবে। তাহলে শরীরের সকল কার্যক্রম স্বাভাবিক থাকবে এবং অ্যালার্জি জনিত রোগ সমূহ থেকে মুক্ত থাকা যাবে ইনশাআল্লাহ। এজন্য নিচে বর্ণিত সতর্কতা গ্রহণ করা যেতে পারে।

১. বাতাসের মধ্যে ভাসমান ধূলিকণা ও জীবাণু হতে শিশুকে দূরে রাখুন।

\* সর্বদা রাস্তা, বাজার, শিক্ষা প্রতিষ্ঠান ও খেলার মাঠে মাস্ক পরার জন্য উৎসাহিত করুন।

\* শিশুর ঘরে মশার কয়েল/স্প্রে পরিবর্তে মশারির ব্যবস্থা করুন। অথবা ঘরের জানালায় জাল (নেট) লাগানো যেতে পারে।

২. শিশুর ঘর, কাপড়-চোপড়ও খেলনাসমূহ পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন এবং ধূলোমুক্ত রাখুন।

৩. অ্যালার্জি সৃষ্টি করতে পারে এ ধরণের খাবারগুলো এড়িয়ে চলুন।

সর্বোপরি শিশুর মধ্যে হাঁপানির কোন লক্ষণ দেখা গেলে দ্রুত চিকিৎসকের পরামর্শ গ্রহণ করুন।

## ভাষা শিক্ষা

মুহাম্মাদ আবু তাহের  
কেন্দ্রীয় সহ-পরিচালক, সোনামণি।

প্রিয় সোনামণি বন্ধুরা, আজ আমরা শিখব কিভাবে দূরের ও কাছের জিনিস সম্পর্কে ইশারা বা ইঙ্গিত করতে হয়। প্রথমে আমরা নিচের শব্দগুলোর সাথে পরিচিত হই।

বাংলা	ইংরেজী	আরবী	বাংলা	ইংরেজী	আরবী
ইহা/এটি	This	هَذَا / هَذِهِ	কলম	Pen	قَلَمٌ
উহা/এটি	That	ذَلِكَ / تِلْكَ	খাতা	Exercise book	كُرْسَى
কী	What	مَا	বাড়ি	House	بَيْتٌ
চেয়ার	Chair	كُرْسِيٌّ	মাদ্রাসা	Madrasah	مَدْرَسَةٌ
টেবিল	Table	طَاوِلَةٌ	মসজিদ	Mosque	مَسْجِدٌ
বই	book	كِتَابٌ	কক্ষ/ঘর	Room	غُرْفَةٌ

এখন আমরা শব্দগুলো পাশাপাশি বসিয়ে বাক্য তৈরী করি।

هَذَا قَلَمٌ

This is a pen  
এটি একটি কলম।



مَا هَذَا؟

What is this?  
এটি কী?

هَذِهِ كُرْسَى

This is a Exercise book.  
এটি একটি খাতা।



مَا هَذِهِ؟

What is this?  
এটি কী?

لَا، هَذَا كُرْسِيٌّ

No, this is a chair.  
না, এটি একটি চেয়ার।



أَهَذِهِ طَاوِلَةٌ؟

Is this a table?  
এটি কি একটি

ذَلِكَ بَيْتٌ

That is a house.

এটি একটি বাড়ি।



مَا ذَلِكَ؟

What is that?

এটি কী?

تِلْكَ مَدْرَسَةٌ

That is a madrasah.

এটি একটি মাদ্রাসা।



مَا تِلْكَ؟

What is that?

এটি কী?

لا، ذَلِكَ مَسْجِدٌ

No, that is a mosque.

না, এটি একটি মসজিদ।



أَتِلْكَ عُرْفَةٌ؟

Is that a room?

এটি কি একটি ঘর?

نَعَمْ، ذَلِكَ كِتَابٌ

Yes, that is a book.

হ্যাঁ, এটি একটি বই।



أَذَلِكَ كِتَابٌ؟

Is that a book?

এটি কি একটি বই?

সোনামণি বন্ধুরা, তোমরা কি লক্ষ্য করেছ হَذَا ও هَذِهِ শব্দের অর্থ একই? এটি (যা কাছের বস্তু বুঝায়)। আবার ذَلِكَ ও تِلْكَ শব্দের অর্থও একই, এটি (যা দূরের বস্তু বুঝায়)। তাহলে এগুলোর মধ্যে পার্থক্য কী? পার্থক্য হচ্ছে هَذَا ও ذَلِكَ পুরুষবাচক শব্দের পূর্বে বসে। আর هَذِهِ ও تِلْكَ স্ত্রীবাচক শব্দের পূর্বে বসে।



## ★ কথা বলার আদব ★

১. ভালো কথা বলা অথবা নীরব থাকা ।
২. নম্র ভাষায় কথা বলা ।
৩. অনার্থক কথাবার্তা পরিহার করা ।
৪. কাউকে তুচ্ছ-তাচ্ছিল্য করে কথা না বলা ।
৫. কাউকে অপছন্দীয় বা মন্দ নামে না ডাকা ।
৬. কারো অনুপস্থিতিতে তার সমালোচনা না করা ।
৭. সদা সত্য কথা বলা এবং মিথ্যা কথা পরিহার করা ।
৮. গালাগালি বা অশ্লীল কথাবার্তা পরিহার করা ।
৯. কথা বলার ক্ষেত্রে বড়দের অগ্রাধিকার দেওয়া ।
১০. শ্রোতার বোধগম্য করে ধীরস্থিরতার সাথে কথা বলা ।
১১. অযথা চিৎকার করে কথা না বলা ।
১২. কথায় কথায় কসম না খাওয়া ।
১৩. না জেনে বা নিশ্চিত না হয়ে কথা বলা থেকে বিরত থাকা ।
১৪. তিনজন থাকলে দু'জন কানে কানে কথা না বলা ।
১৫. অন্যের কথা বলার মাঝে কথা না বলা ।



## ? কুইজ

১. আব্বাহ কোন তিনটি কাজ অপসন্দ করেন?

উ: .....

২. ছিয়ামরত অবস্থায় কেউ ভুলে কিছু খেলে বা পান করলে করণীয় কী?

উ: .....

৩. পরকালে মুনাফিকরা কোথায় থাকবে?

উ: .....

৪. কোন দু'টি নে'মতের ব্যাপারে অধিকাংশ মানুষ ধোঁকার মধ্যে আছে?

উ: .....

৫. আব্বাহ তা'আলার নিকট কোন ব্যক্তি সবচেয়ে সম্মানিত?

উ: .....

এ অংশটি কেটে পাঠাতে হবে।

□ কুইজপত্র জমা দেয়ার শেষ তারিখ :  
আগামী ১৫ই এপ্রিল ২০২২।

### গত সংখ্যার কুইজের সঠিক উত্তর

(১) যে ঘরে সূরা বাকুরাহ তেলাওয়াত করা হয় (২) যে একনিষ্ঠচিত্তে ও হৃদয় দিয়ে 'লা ইলা-হা ইল্লাল্লাহ' বলবে (৩) যিনি প্রথমে সালাম দেন (৪) সময় ও স্রোত কারো জন্য অপেক্ষা করে না (৫) সূরা ফাতিহা।

### গত সংখ্যার কুইজ বিজয়ীদের নাম :

১ম স্থান : মার্বিয়া খাতুন, ৬ষ্ঠ শ্রেণী  
আল-মারকায়ুল ইসলামী আস-সালাফী  
(মহিলা শাখা) নওদাপাড়া, রাজশাহী।

২য় স্থান : যাকিরুল ইসলাম, পঞ্চম (খ)  
আল-মারকায়ুল ইসলামী আস-সালাফী  
নওদাপাড়া, রাজশাহী।

৩য় স্থান : তাবাসসুম তাসনীম, ৫ম শ্রেণী  
আল-মারকায়ুল ইসলামী আস-সালাফী  
(মহিলা শাখা) নওদাপাড়া, রাজশাহী।

### উত্তর পাঠানোর ঠিকানা

সম্পাদক

সোনামণি প্রতিভা

নওদাপাড়া, সপুরা, রাজশাহী।

মোবাইল নং : ০১৭১৫-৭১৫১৪৩

নাম :

প্রতিষ্ঠান :

শ্রেণী :

ঠিকানা :

মোবাইল :

### সোনামণির ১০টি গুণাবলী

○ জামা'আতের সাথে আউয়াল ওয়াজে ছালাত আদায় করা।

○ দৈনিক বাদ ফজর কমপক্ষে ১৫ মিনিট কুরআন তেলাওয়াত, নিয়মিত পাঠ্যপুস্তক অধ্যয়ন ও দ্বিনিয়াত শিক্ষা করা।

○ পিতা-মাতা, শিক্ষক-মুরব্বী, পরিচিত-অপরিচিত সকল মুসলমানকে সালাম দেওয়া ও মুছাফাহা করা এবং মুসলিম-অমুসলিম সকলের সাথে হাসিমুখে কুশল বিনিময় করা।

○ ছোটদের স্নেহ ও বড়দের সম্মান করা এবং আত্মীয়-স্বজন ও পাড়া-প্রতিবেশীর সাথে সুন্দর ব্যবহার করা।

○ সদা সত্য কথা বলা, সর্বদা ওয়াদা পালন করা ও আমানত রক্ষা করা।

○ যে কোন গুণ্ড কাজ 'বিসমিল্লাহ' বলে শুরু করা ও 'আলহামদুলিল্লাহ' বলে শেষ করা।

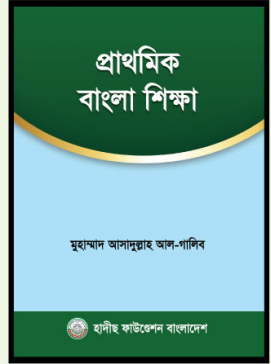
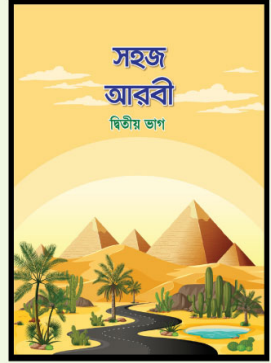
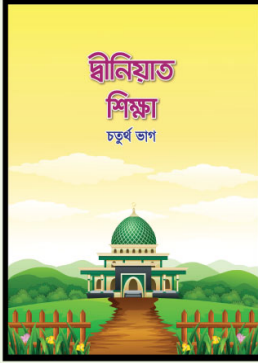
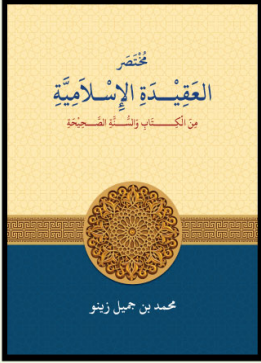
○ মিসওয়াক সহ ওয়ূ করে ঘুমানো ও ঘুম থেকে উঠে ভালভাবে মিসওয়াক সহ ওয়ূ করা এবং প্রত্যহ সকালে উন্মুক্ত বায়ু সেবন ও হালকা ব্যায়ামের মাধ্যমে স্বাস্থ্যবান হওয়া।

○ সেবা, ভালোবাসা ও আনুগত্যের মাধ্যমে নিজেকে আদর্শবান হিসাবে গড়ে তোলা।

○ বৃথা তর্ক, ঝগড়া-মারামারি এবং রেডিও-টিভির বাজে অনুষ্ঠান ও অসৎ সঙ্গ এড়িয়ে চলা।

○ পরম্পরকে হক্ ও ধৈর্যের উপদেশ দেওয়া এবং সৎকাজে উদ্বুদ্ধ করা।

# শিক্ষার্থীদের জন্য সদ্য প্রকাশিত কিছু পাঠ্য বই



## হাদীছ ফাউন্ডেশন বাংলাদেশ

নওদাপাড়া (আম চত্বর), রাজশাহী, মোবাইল : ০১৭৭০-৮০০৯০০; ঢাকা অফিস : ২২০ বংশাল, মোবাইল : ০১৮৩৫-৪২৩৪১১



৫২তম সংখ্যা



মার্চ-এপ্রিল ২০২২



মূল্য : ১৫/-



‘বাংলাদেশ আহলেহাদীছ যুবসংঘ’-এর মুখপত্র

# তাওহীদের ডাক

বাংলার যুবসমাজকে তাওহীদী চেতনায় উজ্জীবিত করার দৃষ্ট প্রতিজ্ঞা নিয়ে নিয়মিত প্রকাশিত হচ্ছে বি-মাসিক ‘তাওহীদের ডাক’। মূল্যবান এবং সাহিত্যপুস্তক উক্ত পত্রিকাটি আজই সংগ্রহ করুন।

বিভিন্ন ইসলামী আন্দোলন ও সমাজ সংস্কারমূলক প্রবন্ধ-নিবন্ধ, মুসলিম ইতিহাস-ঐতিহ্য, আহলেহাদীছ আন্দোলন, মনীষী চরিত্র, সাময়িক প্রসঙ্গ, কবিতা, মতামত, শিক্ষণীয় গল্প প্রভৃতি বিষয়ে লেখা প্রেরণ করুন।

ঠিকানা : আল-মারকাতুল ইসলামী আস-সালাফী (২য় তলা), নওদাপাড়া, পোতা সপুরা, রাজশাহী-৬২০৩। ফোন : ০২৪৭-৮৬০৯৯২  
সার্কুলেশন বিভাগ : ০১৭৬৬-২০১৩৫৩ (বিকাশ), ই-মেইল : tawheederdak@gmail.com, ওয়েব সাইট : www.tawheederdak.com



# আল-আওয়ন

(স্বেচ্ছাসেবী নিরাপদ রক্তদান সংস্থা)

মাদক দ্রব্য  
রক্তদান, সুস্থ  
ধাকের জাতির  
প্রাণ

(আহলেহাদীছ আন্দোলন বাংলাদেশ-এর একটি সমাজকল্যাণ সংগঠন)  
(ASSOCIATION FOR VOLUNTARY SAFE BLOOD DONATION)

প্রতিষ্ঠাকাল : ২৩শে ফেব্রুয়ারী ২০১৭

মানব সেবার এই মহতী কর্মে এগিয়ে আসুন! পরম্পরকে বাঁচাতে সাহায্য করুন!!

আল্লাহ বলেন, ‘তোমরা নেকী ও আল্লাহতীর্থতার কাজে পরম্পরকে সাহায্য কর’ (মায়দাহ ২ আয়াত)।  
রাসূলুল্লাহ (হঃ) বলেন, ‘আল্লাহ বান্দার সাহায্যে অতক্ষণ থাকেন, যতক্ষণ বান্দা তার ভাইয়ের সাহায্যে থাকে’ (মুসলিম হ/২৬৯৯)

লক্ষ্য : রোগীকে নিরাপদ রক্তদানের মাধ্যমে আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জন করা।  
উদ্দেশ্য : রক্তদানের উপকারিতা সম্পর্কে মানুষকে অবহিত করা ও রক্তদানে উৎসাহিত করা।

কেন্দ্রীয় কার্যালয় : আল-মারকাতুল ইসলামী আস-সালাফী (২য় তলা), নওদাপাড়া, সপুরা, রাজশাহী-৬২০৩  
মোবাইল : ০১৭২৩-৯৩৮৩৯৩, E-mail : alawonbd@gmail.com

## হাদীছ ফাউন্ডেশন বাংলাদেশ কর্তৃক প্রকাশিত দেওয়ালপত্র সমূহ

**ছালাতের মধ্যে পঠিতব্য দো'আ সমূহ**

হাদীছ ফাউন্ডেশন বাংলাদেশ

**ছালাতের পর পঠিতব্য দো'আ সমূহ**

হাদীছ ফাউন্ডেশন বাংলাদেশ

**দৈনন্দিন পঠিতব্য দো'আ সমূহ**

হাদীছ ফাউন্ডেশন বাংলাদেশ



# হাদীছ ফাউন্ডেশন বাংলাদেশ

নওদাপাড়া (আম চকুর), রাজশাহী, মোবাইল : ০১৭১০-৮০০৯০০; ঢাকা অফিস : ২২০ বংশাল, মোবাইল : ০১৮৩৫-৪২০৪১১