রাসূলুল্লাহ -এর

সকাল-সন্ধ্যার দু'আ ও যিক্‌র

শায়খ আহমাদুল্লাহ

রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম-এর

সকাল-সন্ধ্যার দু'আ ও যিক্‌র

শায়খ আহমাদুল্লাহ

রাসূলুল্লাহ ﷺ-এর সকাল-সন্ধ্যার দু'আ ও যিক্‌র

সংকলক	:	শায়খ আহমাদুল্লাহ
প্রকাশক	:	প্রকাশনা বিভাগ, আস-সুন্নাহ ফাউন্ডেশন
প্রথম প্রকাশ	:	মে, ২০১৯
চতুর্থ সংস্করণ ও চতুর্দশ মুদ্রণ	:	নভেম্বর, ২০২১
গ্রন্থস্বত্ব	:	সংরক্ষিত
অঙ্গসজ্জা	:	আবু আইয়ুব আনসারী
কভার ডিজাইন	:	ওয়ালিউল ইসলাম
মুদ্রণ	:	স্বরবর্ণ প্রিন্টিং এন্ড প্রেস
মূল্য	:	৩৫ (পঁয়ত্রিশ) টাকা (দু'আর কার্ডসহ)

Rasul Sm.-Er Shokal Shondhar Du'a O Zikr
Collected by: Sheikh Ahmadullah
Published by: Publication Department, As-Sunnah Foundation

সূচিপত্র

যিক্‌রের গুরুত্ব ৬

যিক্‌র ও দু'আর সর্বোত্তম সময় ৭

সকাল-সন্ধ্যার দু'আ ও যিক্‌রের সময়সীমা ৮

অন্য কাজের ফাঁকে সকাল-সন্ধ্যার দু'আ ও তাসবীহ পড়া যাবে কি? ৯

ওযু ছাড়া যিক্‌র করা ও তাসবীহ পড়ার বিধান ৯

মাসিক ও নেফাস অবস্থায় সকাল-সন্ধ্যার দু'আ ও যিক্‌র ১০

দু'আ-দরূদ ও যিক্‌রের শুরুতে কি বিসমিল্লাহ বলতে হবে? ১০

১ নং যিক্‌র: আয়াতুল কুরসী (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার) ...১১

২ নং যিক্‌র: ৩ কুল (সকাল-সন্ধ্যায় ৩ বার) ১২

৩ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ৭ বার) ১২

৪ নং যিক্‌র: সায়্যিদুল ইস্তিগফার (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার) ১৩

৫ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ৩ বার) ১৪

৬ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১০ বার) ১৫

৭ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার) ১৬

৮ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার) ১৭

৯ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার) ১৮

১০ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার) ২০

১১ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ৩ বার) ২১

১২ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার) ২২

১৩ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১০০ বার) ২৫
১৪ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ৪ বার) ২৬
১৫ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার) ২৭
১৬ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার) ২৮
১৭ নং যিক্‌র (সকালে ৩ বার) ২৯
১৮ নং যিক্‌র: ফজরের সালাতের পর (১ বার) ২৯
১৯ নং যিক্‌র (সন্ধ্যায় ৩ বার) ৩০
২০ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ৩ বার)................ ৩১
২১ নং যিক্‌র (ফজর ও মাগরিবের পর ৭ বার) ৩১
২২ নং যিক্‌র (ফজরের পরে ও মাগরিবের পূর্বে প্রতিটি ১০০ বার করে) ৩২

ভূমিকা

মহান আল্লাহর অশেষ অনুগ্রহে রাসূলুল্লাহ ﷺ-এর সকাল-সন্ধ্যার দু'আ ও যিক্র পুস্তিকাটির চতুর্দশ সংস্করণ প্রকাশিত হতে যাচ্ছে, আল'হামদু লিল্লাহ। এই পুস্তিকায় বিশুদ্ধ সূত্রে বর্ণিত সকাল-সন্ধ্যার বিভিন্ন দু'আ ও যিক্র সংকলনের চেষ্টা করেছি। কিছু কিছু দু'আ বা যিক্র ব্যাপকভাবে পরিচিত হওয়া সত্ত্বেও গ্রহণযোগ্যতা নিয়ে মুহাদ্দিসগণের বিস্তর আপত্তি থাকায় সেগুলো এখানে আনা হয়নি। যেসব দু'আর বিশুদ্ধতা নিয়ে মতপার্থক্য রয়েছে, সেসবের মধ্যে শুদ্ধতার পাল্লা ভারী অথবা মোটামুটি গ্রহণযোগ্য – এমন কিছু দু'আ এখানে উল্লেখ করেছি।

কোনো ভাষার যথার্থ উচ্চারণ অন্য ভাষার অক্ষর দিয়ে সম্ভব নয়; বরং সেক্ষেত্রে বিকৃতির আশংকাই বেশি থাকে। যাদের সরাসরি আরবী পড়তে কষ্ট হয় তাদের নিছক সহায়তার জন্য বাংলা উচ্চারণ দিয়েছি। সুতরাং বাংলা উচ্চারণের ওপর নির্ভর না করে মূল আরবী উচ্চারণ শিখে নেওয়ার অনুরোধ থাকল। আরবী বর্ণ ح এবং ع বুঝানোর জন্য ঊর্ধ্ব কমা (') এবং মাদ বোঝানোর জন্য (-) ব্যবহার করা হয়েছে।

মাসনুন দু'আ ও যিক্রের ক্ষেত্রে অনেক সময় বর্ণনাভেদে দুয়েকটি শব্দ বা বাক্যে কিছুটা ভিন্নতা দেখা যায়; যদিও মূলভাষ্য প্রায় একই থাকে। সুতরাং এক সংকলনের সাথে অন্য সংকলনের সামান্য ভিন্নতায় কোনোটিকে ভুল মনে করা আবশ্যক নয়। আমি প্রতিটি দু'আ মূলগ্রন্থ থেকে নির্বাচন করেছি। তারপরও কোনো ভুল-ব্যত্যয় আমাদের গোচরে আনলে পরবর্তী সংস্করণে সংশোধন করে নেবো ইনশা-আল্লাহ।

টীকার ক্ষেত্রে 'শামেলা' বলতে 'মাকতাবায়ে শামেলা' বোঝানো হয়েছে। আর ই.ফা. বলতে 'ইসলামিক ফাউন্ডেশন' বোঝানো হয়েছে। আর যেখানে কোনো কিছু উল্লেখ নেই সেখানে 'শামেলা' উদ্দেশ্য।

মহান আল্লাহ আমাদের সবার সব ভালো প্রচেষ্টা কবুল করুন। আমীন।

আহমাদুল্লাহ

যিক্‌রের গুরুত্ব

যিক্‌র শব্দের অর্থ স্মরণ, উল্লেখ বা আলোচনা। মুমিনের সকল নেক কাজই যেহেতু মহান আল্লাহর প্রতি মনোনিবেশ এবং তাঁর স্মরণ, সেজন্য সকল নেক কাজই মূলত যিক্‌র। কুরআন-হাদীসে যিক্‌রকে এমন ব্যাপকার্থে উল্লেখ করা হয়েছে। তথাপি যেসব ইবাদত একান্ত আল্লাহর স্মরণার্থেই করা হয় এবং যেগুলোকে বিশেষভাবে যিক্‌র নামেই অভিহিত করা হয়েছে– সচরাচর যিক্‌র বলতে সেসব মৌখিক ইবাদতকেই বোঝানো হয়। এখানে আমরা যিক্‌র বলতে সেটাকেই বোঝাব।

যিক্‌র হলো আল্লাহর নৈকট্য লাভের অদ্বিতীয় উপায়। মুসনাদে আহমাদের এক বর্ণনায় যিক্‌রকে সর্বোত্তম আমল বলে অভিহিত করা হয়েছে। কুরআনে একাধিক জায়গায় যে আমলটি অধিক পরিমাণে করতে বলা হয়েছে তা হলো আল্লাহর যিক্‌র। যিক্‌র আত্মার খোরাক, শয়তানের কুমন্ত্রণা প্রতিরোধের কার্যকর হাতিয়ার, বিপদাপদ থেকে রক্ষা ও দুশ্চিন্তা দূর করার উপায় এবং অল্প সময়ে বিপুল সাওয়াব ও মুমিন-জীবনে সৌভাগ্যের সোপান। সহীহ মুসলিমে বর্ণিত, রাসূলুল্লাহ ﷺ বলেছেন, মুফাররিদগণ অগ্রগামী হয়ে গেছেন। মুফাররিদ কারা? জানতে চাওয়া হলে জবাবে তিনি বলেছেন, যেসব নারী ও পুরুষ অধিক পরিমাণে আল্লাহর যিক্‌র করেন।

যিক্‌র ও দু'আর সর্বোত্তম সময়

দু'আ ও আযকার মুমিন জীবনের অন্যতম জরুরি আমল হওয়ার কারণে সর্বদাই তা পালনীয়। যিক্‌র ও দু'আর কোনো নিষিদ্ধ সময় নেই বললেই চলে, বরং সর্বাবস্থায় আল্লাহর স্মরণ করা যায়। আল্লাহর কাছে চাওয়ার জন্য রাতের শেষাংশ হলো সবচেয়ে আদর্শ সময়। আর নির্ধারিত দু'আ ও আযকারের সর্বোত্তম সময় হলো সকাল ও সন্ধ্যা। মহান আল্লাহ তা'আলা সূরা আলে ইমরানের ৪১ নং আয়াতে বলেছেন:

وَاذْكُر رَّبَّكَ كَثِيرًا وَسَبِّحْ بِالْعَشِيِّ وَالْإِبْكَارِ.

'অধিকহারে তোমার পালনকর্তাকে স্মরণ করবে। আর সকাল-সন্ধ্যায় তাঁর পবিত্রতা ও মহিমা ঘোষণা করবে।'

একই নির্দেশ সূরা রূমের ১৭ নং আয়াতে, সূরা আহযাবের ৪২ নং আয়াতে এবং সূরা গাফিরের (আল মু'মিন) ৫৫ নং আয়াতেও উল্লেখ করা হয়েছে।

এ কারণে দিন ও রাতের যে কোনো সময়ের চেয়ে রাসূলুল্লাহ ﷺ সকাল ও সন্ধ্যায় আল্লাহর যিক্‌র ও তাসবীহে বেশি মশগুল থাকতেন এবং আমাদেরকে সকাল-সন্ধ্যার মূল্যবান সময়ে আল্লাহর যিক্‌রে মশগুল থাকতে নির্দেশ দিয়েছেন।

সকাল-সন্ধ্যার দু'আ ও যিক্‌রের সময়সীমা

এ বিষয়ে কুরআন ও হাদীসে সুস্পষ্টভাবে কোনো সীমারেখা নির্ধারণ করে দেওয়া হয়নি। সে কারণে উলামায়ে কিরামের বেশ কয়েকটি মতামত পাওয়া যায়। সকালের দু'আ ও যিক্‌রের সময়সীমার ক্ষেত্রে সবচেয়ে বিশুদ্ধ মত হলো– সুবহে সাদিক থেকে নিয়ে সূর্যোদয় বা তার কিছু সময় পর পর্যন্ত। যদিও দ্বিপ্রহরের আগ পর্যন্ত এসব দু'আ ও যিক্‌র করতে বাধা নেই। আর সন্ধ্যার আযকার ও দু'আর বিষয়ে দুটি অভিমত বেশি প্রসিদ্ধ। একটি হলো আসরের পর থেকে মাগরিবের আগ পর্যন্ত। অপর মত হলো মাগরিবের পর থেকে রাতের এক তৃতীয়াংশ পর্যন্ত। প্রথম মতের আলেমদের বক্তব্য হলো, সকাল ও সন্ধ্যায় আল্লাহর যিক্‌র ও তাসবীহ প্রসঙ্গে কুরআনে কারীমে الْعَشِيِّ। এবং الْآصَالُ শব্দ প্রয়োগ করা হয়েছে, যার অর্থ দিনের শেষ ভাগ তথা আসর থেকে মাগরিব পর্যন্ত সময়। সুতরাং সন্ধ্যার যিক্‌র ও তাসবীহ পাঠের সময় হলো আসর থেকে মাগরিব পর্যন্ত; অর্থাৎ বিকাল বেলা। এটি ইমাম ইবনে তাইমিয়্যা, ইবনুল কাইয়্যিম ও ইমাম নববী (রাহিমাহুমুল্লাহ)-এর মত।

দ্বিতীয় মতাবলম্বনকারীদের যুক্তি হলো, সকাল-সন্ধ্যার দু'আর ক্ষেত্রে হাদীসে الْمَسَاءُ। শব্দটি ব্যবহার করা হয়েছে। আর বুখারী ও মুসলিমে বর্ণিত আবদুল্লাহ ইবনে আবী আওফা

(রা.)-এর একটি মারফু হাদীস দ্বারা বোঝা যায় : اَلْمَسَاءُ মাগরিব পরবর্তী সময়কে বলা হয়। সুতরাং সন্ধ্যার আযকার ও দু'আর সময় মাগরিবের পর। বিষয়টি যেহেতু গবেষণানির্ভর, সুতরাং আসরের পর থেকে নিয়ে মাগরিবের পরেও এ যিক্‌র ও দু'আয় সমস্যা নেই। আল্লাহই ভালো জানেন।

অন্য কাজের ফাঁকে সকাল-সন্ধ্যার দু'আ ও তাসবীহ পড়া যাবে কি?

সূরা আলে ইমরানে আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলা সেসব লোকদের প্রশংসা করেছেন যারা আল্লাহর যিক্‌র করেন দাঁড়িয়ে, বসে এবং শুয়ে অর্থাৎ সর্বাবস্থায়। এ ছাড়াও আয়িশা (রা.) বর্ণনা করেছেন, রাসূলুল্লাহ ﷺ সর্বাবস্থায় যিক্‌র করতেন। সুতরাং মর্নিং ওয়াক বা অন্য কোনো কাজ করা অবস্থায়ও সকাল-সন্ধ্যার যিক্‌র করা যাবে। তবে অন্য কোনো কাজে ব্যস্ত না থেকে কেবল যিক্‌র ও তাসবীহ করা সন্দেহাতীতভাবে উত্তম। কেননা তাতে মনোযোগ বেশি থাকে এবং আল্লাহর যিক্‌রের প্রতি গুরুত্ব প্রকাশিত হয়।

ওযু ছাড়া যিক্‌র করা ও তাসবীহ পড়ার বিধান

আলী (রা.) বর্ণনা করেছেন, রাসূলুল্লাহ ﷺ গোসল ফরয হওয়ার সময় ব্যতীত অন্য সব অবস্থায় কুরআন তিলাওয়াত করতেন। এছাড়াও বুখারী ও মুসলিমে

একযোগে বর্ণিত, আয়িশা (রা.) বর্ণনা করেছেন, নবী ﷺ সর্বাবস্থায় আল্লাহর যিক্‌র করতেন। সুতরাং ওযু না থাকলেও যিক্‌র করা যাবে। অনেকে মনে করেন, মেয়েদের মাথায় কাপড় না থাকলে যিক্‌র বা দু'আ-দরূদ পড়া যাবে না; এটিও ভুল ধারণা। বরং এমতাবস্থায়ও দু'আ-দরূদ পড়তে বাধা নেই।

মাসিক ও নেফাস অবস্থায় সকাল-সন্ধ্যার দু'আ ও যিক্‌র

মেয়েদের মাসিক ও প্রসব পরবর্তী স্রাব চলাকালীন অবস্থায় সকাল-সন্ধ্যার আমল এবং যে কোনো দু'আ ও যিক্‌র করতে কোনো নিষেধাজ্ঞা নেই। এ ব্যাপারে ইমাম যুহরী (রাহ.)-কে প্রশ্ন করা হলে তিনি বলেন, তারা যিক্‌র করতে পারবেন। ইমাম ইবরাহীম নাখায়ী (রাহ.) বলেছেন, ঋতুবতী নারী ও যার ওপর গোসল ফরয হয়েছে তিনি আল্লাহর যিক্‌র করতে পারবেন।

দু'আ-দরূদ ও যিক্‌রের শুরুতে কি বিসমিল্লাহ বলতে হবে?

যে কোনো সাধারণ দু'আ, যিক্‌র ও তাসবীহ পাঠের শুরুতে আ'উযুবিল্লাহ ও বিসমিল্লাহ পড়তে হবে না। তবে দু'আ ও যিক্‌র হিসেবে কুরআনের কোনো অংশ পাঠ করলে প্রথমবার পাঠের সময় আ'উযুবিল্লাহ পড়তে হবে। আর প্রতিটি সূরা পাঠের শুরুতে বিসমিল্লাহ পড়তে হবে।

১ নং যিক্র: আয়াতুল কুরসী (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার)

اَللّٰهُ لَاۤ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ ۚ اَلۡحَیُّ الۡقَیُّوۡمُ ۬ۚ لَا تَاۡخُذُهٗ سِنَۃٌ وَّ لَا نَوۡمٌ ؕ لَهٗ مَا فِی السَّمٰوٰتِ وَ مَا فِی الۡاَرۡضِ ؕ مَنۡ ذَا الَّذِیۡ یَشۡفَعُ عِنۡدَهٗۤ اِلَّا بِاِذۡنِهٖ ؕ یَعۡلَمُ مَا بَیۡنَ اَیۡدِیۡهِمۡ وَ مَا خَلۡفَهُمۡ ۚ وَ لَا یُحِیۡطُوۡنَ بِشَیۡءٍ مِّنۡ عِلۡمِهٖۤ اِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ وَسِعَ كُرۡسِیُّهُ السَّمٰوٰتِ وَ الۡاَرۡضَ ۚ وَ لَا یَـُٔوۡدُهٗ حِفۡظُهُمَا ۚ وَ هُوَ الۡعَلِیُّ الۡعَظِیۡمُ.

অর্থ: আল্লাহ, তিনি ছাড়া কোনো হক ইলাহ্ নেই। তিনি চিরঞ্জীব, সর্বসত্তার ধারক। তাঁকে তন্দ্রাও স্পর্শ করতে পারে না, নিদ্রাও নয়। আসমানসমূহে যা রয়েছে ও যমীনে যা রয়েছে সবই তাঁর। কে সে, যে তাঁর অনুমতি ব্যতীত তাঁর কাছে সুপারিশ করবে? তাদের সামনে ও পেছনে যা কিছু আছে তা তিনি জানেন। আর যা তিনি ইচ্ছে করেন তা ছাড়া তাঁর জ্ঞানের কোনো কিছুকেই তারা পরিবেষ্টন করতে পারে না। তাঁর 'কুরসী' আসমানসমূহ ও যমীনকে পরিব্যাপ্ত করে আছে; আর সেগুলোকে ধারণ করা তাঁর পক্ষে কঠিন নয়। আর তিনি সুউচ্চ সুমহান।[১]

[১] সূরা বাক্বারাঃ ২৫৫।

ফযীলত: কোনো ব্যক্তি সকাল-সন্ধ্যায় আয়াতুল কুরসী পাঠ করলে সারাদিন ও সারারাত জিনের আক্রমণ থেকে নিরাপত্তায় থাকবে।[২] রাতে শোয়ার সময় পড়লে শয়তান নিকটবর্তী হবে না।[৩] পাঁচ ওয়াক্ত ফরয সালাতের পর পড়লে জান্নাত লাভে মৃত্যু ব্যতীত কোনো বাধা থাকবে না।[৪]

২ নং যিক্‌র: ৩ ক্বুল (সকাল-সন্ধ্যায় ৩ বার)

সূরা ইখলাস (ক্বুল হুওয়াল্লাহু আ'হাদ), সূরা ফালাক্ব, সূরা নাস প্রত্যেকটি ৩ বার করে সকালে এবং ৩ বার করে সন্ধ্যায়।

ফযীলত: পাঠকারীর জন্য সব কিছুর ক্ষতি থেকে নিরাপত্তার জন্য যথেষ্ট হয়ে যাবে।[৫]

৩ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ৭ বার)

حَسْبِيَ اللّٰهُ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ، عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ.

উচ্চারণ: 'হাসবিয়াল্লা-হু লা ইলা-হা ইল্লা হুওয়া, 'আলাইহি তাওয়াক্কালতু ওয়া হুওয়া রাব্বুল 'আরশিল আযীম।[৬]

---

[২] হাকিম, অধ্যায়: ফাযায়েলুল কুরআন, হাদীস নং ২০৬৪।

[৩] বুখারী, ২৩১১ (মাকতাবায়ে শামেলা), ২১৬২ (ই.ফা.)।

[৪] নাসাঈ, আস-সুনানুল কুবরা: হাইসামী রহ., মাজমাউয যাওয়ায়েদ (১০/১০২-এ বলেছেন তাবারানী একটি ভালো সনদে হাদীসটি বর্ণনা করেছেন)।

[৫] আবু দাউদ, ৪৯৯৬ (ই.ফা.); তিরমিযী, ৩৫৭৫ (ই.ফা.)।

[৬] সূরা তাওবা: ১২৯।

অর্থ: আল্লাহই আমার জন্য যথেষ্ট, তিনি ছাড়া আর কোনো হক ইলাহ নেই। আমি তাঁর ওপরই ভরসা করেছি। আর তিনি মহান আরশের রব।

ফযীলত: যে ব্যক্তি দু'আটি সকালে ৭ বার এবং সন্ধ্যায় ৭ বার বলবে, তার দুনিয়া ও আখিরাতের সকল দুশ্চিন্তা ও উৎকণ্ঠা দূর করার জন্য আল্লাহই যথেষ্ট হবেন।[৭]

৪ নং যিক্‌র: সায়্যিদুল ইস্তিগফার (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার)

اَللّٰهُمَّ اَنْتَ رَبِّيْ، لَآ اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ، خَلَقْتَنِيْ، وَاَنَا عَبْدُكَ، وَاَنَا عَلٰى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، اَعُوْذُبِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، اَبُوْءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَاَبُوْءُ لَكَ بِذَنْبِيْ، فَاغْفِرْلِيْ، فَاِنَّهٗ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ اِلَّا اَنْتَ.

উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা আনতা রাব্বী, লা ইলা-হা ইল্লা আনতা, খালাক্বতানী, ওয়া আনা 'আবদুকা, ওয়া আনা 'আলা 'আহদিকা ওয়া ওয়া'দিকা মাস্তাত্বা'তু। আউযু বিকা মিন শাররি মা- সানা'তু, আবূউ লাকা বিনি'মাতিকা 'আলাইয়্যা, ওয়া আবূউ লাকা বিযাম্বী। ফাগফির লী ফাইন্নাহূ লা- য়্যাগফিরুয যুনূবা ইল্লা- আনতা।

---

[৭] আবু দাউদ, ৫০৮১ আল্লামা শুআইব আল আরনাউত সহীহ বলেছেন। আল্লামা আলবানী, সিলসিলাহে যয়ীফাহ 'আমালুল ইয়াওমি ওয়াসসুন্নাহ- ইবনুস সুন্নী, নাবাবী-আল আযকার

অর্থ: হে আল্লাহ, আপনি আমার প্রতিপালক, আপনি ছাড়া কোনো হক ইলাহ নেই। আপনি আমাকে সৃষ্টি করেছেন এবং আমি আপনার বান্দা। আর আমি আমার সাধ্যানুযায়ী আপনার (তাওহীদের) অঙ্গীকার ও (জান্নাতের) প্রতিশ্রুতির ওপর রয়েছি। আমার কৃতকর্মের অনিষ্ট থেকে আপনার কাছে আশ্রয় চাই। আমার প্রতি আপনার প্রদত্ত নিয়ামত স্বীকার করছি। আর আপনার কাছে আমার পাপকর্মেরও স্বীকারোক্তি দিচ্ছি। অতএব আপনি আমাকে মাফ করুন। নিশ্চয় আপনি ছাড়া আর কেউ গুনাহসমূহ মাফ করতে পারেনা।

ফযীলত: দৃঢ় বিশ্বাসের সাথে সকাল এবং সন্ধ্যায় পাঠ করলে সেদিনে বা রাতে মারা গেলে নিশ্চিতভাবে জান্নাতী হবে।[৮]

৫ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ৩ বার)

بِسْمِ اللهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ.

উচ্চারণ: বিস্‌মিল্লা-হিল্লাযী লা- ইয়াদ্বুররু মা'আস্‌মিহী শাইউন ফিল্ আরদ্বি ওয়ালা- ফিস্ সামা-ই ওয়া হুওয়াস্ সামী'উল 'আলীম।

[৮] বুখারী, ৬৩০৬ (শামেলা), ৫৮৬৭ (ই.ফা.)।

অর্থ: শুরু করছি আল্লাহর নামে; যাঁর নামের সাথে আসমান এবং যমীনে কোনো কিছুই ক্ষতি করতে পারে না। আর তিনি সর্বশ্রোতা, মহাজ্ঞানী।

ফযীলত: যে ব্যক্তি প্রত্যহ সকাল ও সন্ধ্যায় এই দু'আ ৩ বার করে বলবে, কোনো কিছুই তার ক্ষতি করতে পারবে না।[৯]

৬ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১০ বার)

لَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ

وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ.

উচ্চারণ: লা- ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু ওয়া'হদাহূ লা- শারীকা লাহূ লাহুল মুলকু ওয়া লাহুল 'হামদু ওয়া হুওয়া 'আলা-কুল্লি শাই ইন ক্বাদীর।

অর্থ: একমাত্র আল্লাহ ছাড়া কোনো হক ইলাহ নেই, তাঁর কোনো শরীক নেই, রাজত্ব তাঁরই, সমস্ত প্রশংসাও তাঁরই, আর তিনি সব কিছুর উপর ক্ষমতাবান।

ফযীলত: সকাল-সন্ধ্যায় ১০ বার বললে ১০টি করে নেকী, ১০টি করে গুনাহ মাফ এবং ১০টি মর্যাদা বৃদ্ধি করা হবে এবং ৪জন কৃতদাস মুক্ত করার সাওয়াব ও শয়তান থেকে

---

[৯] তিরমিযী, ৩৩৮৮; ইবনে মাজাহ, ৩৮৬৯ (শামেলা ও তাওহীদ পাবলিকেশন্স)।

মুক্তি নসীব হবে।[১০] অথবা কষ্ট হলে একবার বলতে হবে।[১১] এই যিক্‌র সকালে ১০০ বার বললে ১০ জন কৃতদাস মুক্ত করার সাওয়াব পাবে, ১০০ নেকী পাবে, ১০০ গুনাহ মাফ হবে এবং সেদিন সন্ধ্যা পর্যন্ত শয়তান থেকে নিরাপত্তা অর্জিত হবে। আর ওই দিনে কেউ আর তার চেয়ে বেশি আমলকারী বলে গণ্য হবে না। তবে যে ব্যক্তি এর চেয়েও বেশি সংখ্যকবার পড়েছেন তার কথা ভিন্ন।[১২]

৭ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার)

সকালে বলবে:

اَللّٰهُمَّ بِكَ اَصْبَحْنَا، وَبِكَ اَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوْتُ، وَاِلَيْكَ النُّشُوْرُ.

উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা বিকা আসবাহ্‌না, ওয়া বিকা আমসাইনা, ওয়াবিকা না'হয়া, ওয়াবিকা নামূতু, ওয়া ইলাইকান নুশূর।

অর্থ: হে আল্লাহ, আমরা আপনার অনুগ্রহে সকালে উপনীত হয়েছি এবং আপনারই অনুগ্রহে আমরা সন্ধ্যায় উপনীত হয়েছি। আর আপনার করুণায় আমরা জীবিত থাকি, আপনার ইচ্ছায়ই আমরা মৃত্যুবরণ করব; আর আপনার কাছেই পুনরুত্থিত হব।

---

[১০] ইবনে হিব্বান, ২০২৩; আস-সুনানুল কুবরা লিল বাইহাক্বী।

[১১] আবু দাউদ, ৫০৭৭ (শামেলা), ৪৯৯৩ (ই.ফা.)।

[১২] বুখারী, ৬৪০৩ (শামেলা), ৫৯৬১ (ই.ফা.); মুসলিম, ২৬৯১ (শামেলা), ৬৫৯৮ (ই.ফা.)।

সন্ধ্যায় বলবে:

اَللّٰهُمَّ بِكَ اَمْسَيْنَا، وَبِكَ اَصْبَحْنَا، وَبِكَ نَحْيَا، وَبِكَ نَمُوْتُ، وَاِلَيْكَ الْمَصِيْرُ.

উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা বিকা আমসাইনা, ওয়া বিকা আসবা'হনা, ওয়াবিকা না'হয়া, ওয়াবিকা নামূতু, ওয়া ইলাইকাল মাসীর।

অর্থ: হে আল্লাহ, আমরা আপনার অনুগ্রহে সন্ধ্যায় উপনীত হয়েছি এবং আপনারই অনুগ্রহে আমরা সকালে উপনীত হয়েছি। আর আপনার করুণায় আমরা জীবিত থাকি, আপনার ইচ্ছায়ই আমরা মৃত্যুবরণ করব; আর আপনার দিকেই প্রত্যাবর্তিত হব।

ফযীলত: নবী ﷺ এ দু'আ পড়ার প্রতি উৎসাহ দিয়েছেন।[১৩]

৮ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার)

اَصْبَحْنَا عَلٰى فِطْرَةِ الْاِسْلَامِ، وَعَلٰى كَلِمَةِ الْاِخْلَاصِ، وَعَلٰى دِيْنِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَعَلٰى مِلَّةِ اَبِيْنَا اِبْرَاهِيْمَ حَنِيْفًا مُّسْلِمًا وَّمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِيْنَ.

---

[১৩] তিরমিযী, ৩৩৯১; ইবনে মাজাহ, ৩৮৬৮।

উচ্চারণ: আসবা'হনা 'আলা- ফিতরাতিল ইসলাম, ওয়া 'আলা- কালিমাতিল ইখলাস, ওয়া 'আলা- দীনি নাবিয়্যিনা মুহাম্মাদিন সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়া সাল্লাম, ওয়া 'আলা- মিল্লাতি আবীনা- ইবরাহীমা 'হানীফাম্ মুসলিমা। ওয়া মা-কা-না মিনাল মুশরিকীন।

অর্থ: আমরা সকাল যাপন করেছি ইসলামের প্রকৃতির ওপর, ইখলাসের বাণী (তাওহীদ)-এর ওপর এবং আমাদের নবী মুহাম্মাদ ﷺ-এর দীনের ওপর ও আমাদের পিতা ইবরাহীমের আদর্শের ওপর– যিনি ছিলেন একনিষ্ঠ মুসলিম, তিনি মুশরিকদের অন্তর্ভুক্ত ছিলেন না।

বিশেষ দ্রষ্টব্য: সন্ধ্যায় أَصْبَحْنَا আসবা'হনা-এর স্থলে أَمْسَيْنَا আমসাইনা, অর্থ: আমরা সন্ধ্যায় উপনীত হলাম বলতে হবে।

ফযীলত: নবী ﷺ এ বাক্যগুলো নিয়মিত বলতেন।[14]

৯ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার)

اَللّٰهُمَّ فَاطِرَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ لَآ اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَّمَلِيْكَهٗ، اَعُوْذُبِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِيْ وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرَكِهٖ، وَاَنْ اَقْتَرِفَ عَلٰى نَفْسِيْ سُوْٓءًا، اَوْ اَجُرَّهٗ اِلٰى مُسْلِمٍ.

[14] আহমাদ, ১৫৩৬৩ (শামেলা); মুসনাদে আবদুর রহমান ইবনে আবযা।

উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা ফা-ত্বিরাস্ সামা-ওয়া-তি ওয়াল আরদ্বি 'আ-লিমাল গাইবি ওয়াশ্ শাহা-দাহ, লা- ইলা-হা ইল্লা- আনতা রাব্বা কুল্লি শাইয়িন ওয়া মালীকাহ। আ'ঊযু বিকা মিন শাররি নাফ্সী ওয়া মিন শাররিশ্ শাইত্বা-নি ওয়া শারাকিহী, ওয়া আন আক্বতারিফা 'আলা- নাফ্সী সূআন, আও আজুররাহূ ইলা মুসলিম।[১৫]

অর্থ: হে আল্লাহ, হে আসমানসমূহ ও যমীনের স্রষ্টা, হে অদৃশ্য ও প্রকাশ্যের জ্ঞানী, হে সব কিছুর রব ও মালিক, আপনি ছাড়া আর কোনো হক ইলাহ নেই। আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই আমার আত্মার অনিষ্ট থেকে, শয়তানের অনিষ্ট থেকে ও তার ফাঁদ থেকে। আরো আশ্রয় চাই, আমার নিজের প্রতি কোনো অন্যায় করা অথবা কোনো মুসলিমের ওপর তা চাপিয়ে দেওয়া থেকে।

ফযীলত: আবু বাকার সিদ্দীক্ব (রা.) নবী ﷺ-কে প্রশ্ন করেছিলেন, আমি সকাল-সন্ধ্যায় কী আমল করবো? উত্তরে রাসূলুল্লাহ ﷺ তাঁকে উল্লিখিত দু'আটি শিক্ষা দেন এবং এ দু'আ পড়ার ওসিয়ত করেন।[১৬]

---

[১৫] কোনো কোনো বর্ণনায় عَالِمَ الْغَيْبِ শুরুতে এবং فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ শেষে এসেছে, উভয়টিই সঠিক।

[১৬] আল-আদাবুল মুফরাদ, ১২০৪ (শামেলা); মুসনাদে আহমাদ, ৬৮৫১।

১০ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার)

اَللّٰهُمَّ اِنِّىْ اَسْئَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِى الدُّنْيَا وَالْاٰخِرَةِ، اَللّٰهُمَّ اِنِّىْ اَسْئَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِىْ دِيْنِىْ وَدُنْيَاىَ وَاَهْلِىْ وَمَالِىْ، اَللّٰهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِىْ، وَاٰمِنْ رَوْعَاتِىْ، اَللّٰهُمَّ احْفَظْنِىْ مِنْ بَيْنِ يَدَىَّ، وَمِنْ خَلْفِىْ، وَعَنْ يَّمِيْنِىْ، وَعَنْ شِمَالِىْ، وَمِنْ فَوْقِىْ، وَاَعُوْذُ بِعَظَمَتِكَ اَنْ اُغْتَالَ مِنْ تَحْتِىْ.

উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসআলুকাল 'আফওয়া ওয়াল 'আ-ফিয়াতা ফিদ্দুনইয়া ওয়াল আ-খিরাতি। আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসআলুকাল 'আফওয়া ওয়াল 'আ-ফিয়াতা ফী দীনী ওয়া দুনইয়া-য়া, ওয়া আহ্‌লী ওয়া মা-লী, আল্লা-হুম্মাসতুর 'আওরা-তী, ওয়া আ-মিন রাও'আ-তী। আল্লা-হুম্মা'হফাযনী মিম্বাইনি ইয়াদাইয়া, ওয়া মিন খালফী, ওয়া 'আন ইয়ামীনী, ওয়া 'আন শিমা-লী, ওয়া মিন ফাওক্বী। ওয়া আ'উযু বি'আযামাতিকা আন উগতা-লা মিন তা'হ্‌তী।

অর্থ: হে আল্লাহ, আমি আপনার নিকট দুনিয়া ও আখিরাতে ক্ষমা ও সুস্থতা-নিরাপত্তা প্রার্থনা করছি। হে আল্লাহ! আমি আপনার নিকট ক্ষমা এবং হেফাজত চাচ্ছি- আমার দীন, দুনিয়া, পরিবার ও অর্থ-সম্পদের। হে আল্লাহ, আপনি

আমার গোপন ত্রুটিসমূহ ঢেকে রাখুন এবং আমাকে ভয়ভীতি থেকে নিরাপদে রাখুন। হে আল্লাহ, আপনি আমাকে হেফাজত করুন আমার সম্মুখ থেকে, আমার পেছনের দিক থেকে, আমার ডানদিক থেকে, আমার বামদিক থেকে এবং আমার উপরের দিক থেকে। আর আপনার মহত্ত্বের ওসিলায় আশ্রয় চাই ভূমিধসে আমার আকস্মিক মৃত্যু থেকে।

ফযীলত: সার্বিক নিরাপত্তা লাভের সবচেয়ে ব্যাপক দু'আ। রাসূলুল্লাহ ﷺ সকাল-সন্ধ্যায় কখনো এ দু'আ ছাড়তেন না।[১৭]

১১ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ৩ বার)

اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَدَنِيْ، اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ سَمْعِيْ، اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَصَرِيْ، لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ، اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُبِكَ مِنَ الْكُفْرِ، وَالْفَقْرِ، اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُبِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ.

উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা 'আ-ফিনী ফী বাদানী, আল্লা-হুম্মা 'আ-ফিনী ফী সাম্'য়ী, আল্লা-হুম্মা 'আ-ফিনী ফী বাসারী। লা- ইলা-হা ইল্লা- আনতা। আল্লা-হুম্মা ইন্নী আ'উযু বিকা মিনাল কুফরি, ওয়াল ফাক্বরি, আল্লা-হুম্মা ইন্নী আ'উযুবিকা মিন 'আযা-বিল ক্বাবরি, লা- ইলা-হা ইল্লা আনতা।

[১৭] ইবনে মাজাহ, ৩৮৭১ (শামেলা ও ই.ফা.)।

অর্থ: হে আল্লাহ, আমাকে শারীরিকভাবে সুস্থ রাখুন। হে আল্লাহ, আমাকে আমার শ্রবণশক্তিতে সুস্থ রাখুন। হে আল্লাহ, আমাকে আমার দৃষ্টিশক্তিতে সুস্থ রাখুন। আপনি ছাড়া কোনো হক ইলাহ নেই। হে আল্লাহ, আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই কুফরি ও দারিদ্র্য থেকে। হে আল্লাহ আমি আপনার আশ্রয় চাই কবরের আযাব থেকে, আপনি ছাড়া আর কোনো হক ইলাহ নেই।

ফযীলত: নবী ﷺ নিয়মিত এ দু'আটি পড়তেন।[১৮]

১২ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার)

সকালে বলবে:

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلّٰهِ، وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِيْ هٰذَا الْيَوْمِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيْ هٰذَا الْيَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوْءِ الْكِبَرِ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ.

[১৮] আবু দাউদ, ৫০৯০ (শামেলা), ৫০০২ (ই.ফা.)।

উচ্চারণঃ আসবা'হ্‌না ওয়া আসবা'হাল মুল্‌কু লিল্লা-হ্‌। ওয়াল'হামদু লিল্লা-হ্‌। লা- ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু ওয়া'হদাহূ লা- শারীকা লাহূ, লাহুল মুল্‌কু ওয়া লাহুল 'হামদু ওয়া হুওয়া 'আলা- কুল্লি শাই ইন ক্বাদীর। রাব্বি আসআলুকা খাইরা মা- ফী হা-যাল ইয়াওমি ওয়া খাইরা মা- বা'দাহ। ওয়া আ'ঊযু বিকা মিন শার্‌রি মা- ফী হা-যাল ইয়াওমি ওয়া শার্‌রি মা- বা'দাহ। রাব্বি আ'ঊযু বিকা মিনাল কাসালি, ওয়া সূইল কিবারি। ওয়া আ'ঊযু বিকা মিন 'আযা-বিন ফিন্না-রি ওয়া 'আযা-বিন ফিল ক্বাব্‌র।

অর্থঃ আমরা সকালে উপনীত হয়েছি এবং সৃষ্টিরাজ্যের সবকিছু আল্লাহর অনুগ্রহে দিনের মধ্যে প্রবেশ করেছে। সকল প্রশংসা আল্লাহর। আল্লাহ ছাড়া কোনো হক মাবুদ নেই, তিনি একক, তাঁর কোনো শরীক নেই। রাজত্ব তাঁরই এবং প্রশংসা তাঁরই। আর তিনি সব কিছুর ওপর ক্ষমতাবান। হে আমাদের প্রভু, আমি আপনার কাছে চাচ্ছি এ দিবসের মধ্যে যত কল্যাণ ও মঙ্গল রয়েছে তা এবং এ দিবসের পরে যত কল্যাণ রয়েছে, সেগুলোও। আর আমি আপনার আশ্রয় গ্রহণ করছি সকল অমঙ্গল ও অকল্যাণ থেকে যা এ দিবসের মধ্যে রয়েছে এবং যা তার পরে রয়েছে। হে আমার প্রভু, আমি আপনার আশ্রয় গ্রহণ করছি অলসতা থেকে ও বার্ধক্যের কষ্ট থেকে। হে আমার প্রভু, আমি আপনার আশ্রয় গ্রহণ করছি জাহান্নামের শাস্তি থেকে এবং কবরের শাস্তি থেকে।

সন্ধ্যায় বলবে:

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلّٰهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ. لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِيْ هٰذِهِ اللَّيْلَةِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهَا، وَأَعُوْذُبِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيْ هٰذِهِ اللَّيْلَةِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهَا. رَبِّ أَعُوْذُبِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوْءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوْذُبِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ.

উচ্চারণ: আমসাইনা- ওয়া আমসাল মুলকু লিল্লা-হ, ওয়াল'হামদু লিল্লা-হ। লা- ইলা-হা ইল্লাল্লাহু ওয়া'হদাহূ লা- শারীকা লাহূ, লাহুল মুলকু ওয়া লাহুল 'হামদু ওয়া হুওয়া 'আলা- কুল্লি শাই ইন ক্বাদীর। রাব্বি আসআলুকা খাইরা মা- ফী হা-যিহিল লাইলাতি ওয়া খাইরা মা- বা'দাহা-। ওয়া আ'উযু বিকা মিন শাররি মা- ফী হা-যিহিল লাইলাতি ওয়া শাররি মা- বা'দাহা-। রাব্বি আ'উযু বিকা মিনাল কাসালি, ওয়া সূইল কিবার। রাব্বি আ'উযু বিকা মিন 'আযা-বিন ফিন্না-রি ওয়া 'আযা-বিন ফিল ক্বাবর।

অর্থ: আমরা সন্ধ্যায় উপনীত হয়েছি এবং সৃষ্টিরাজ্যের সবকিছু আল্লাহর অনুগ্রহে রাতের মধ্যে প্রবেশ করেছে। সকল প্রশংসা আল্লাহর। আল্লাহ ছাড়া কোনো হক মাবুদ

নেই, তিনি একক, তাঁর কোনো শরীক নেই। রাজত্ব তাঁরই এবং প্রশংসা তাঁরই। আর তিনি সব কিছুর ওপর ক্ষমতাবান। হে আমাদের প্রভু, আমি আপনার কাছে চাচ্ছি এ রাতের মধ্যে যত কল্যাণ ও মঙ্গল রয়েছে তা এবং এ রাতের পরে যত কল্যাণ রয়েছে, সেগুলোও। আর আমি আপনার আশ্রয় গ্রহণ করছি সকল অমঙ্গল ও অকল্যাণ থেকে যা এ রাতের মধ্যে রয়েছে এবং যা তার পরে রয়েছে। হে আমার প্রভু, আমি আপনার আশ্রয় গ্রহণ করছি অলসতা থেকে ও বার্ধক্যের কষ্ট থেকে। হে আমার প্রভু, আমি আপনার আশ্রয় গ্রহণ করছি জাহান্নামের শাস্তি থেকে এবং কবরের শাস্তি থেকে।

ফযীলত: নবী ﷺ নিয়মিত বলতেন।[১৯]

১৩ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১০০ বার)

سُبْحَانَ اللهِ وَبِحَمْدِهِ

উচ্চারণ: সুব'হা-নাল্লা-হি ওয়া বি'হামদিহী।[২০]

অর্থ: আল্লাহর পবিত্রতা বর্ণনা করছি এবং তাঁর প্রশংসা করছি।

ফযীলত: সকাল ও সন্ধ্যায় যে ব্যক্তি ১০০ বার এই বাক্য পাঠ করবে কিয়ামতের দিন তার চেয়ে বেশি সাওয়াব নিয়ে

[১৯] মুসলিম, ২৭২৩ (শামেলা), ৬৬৬০ (ই.ফা.); তিরমিযী, ৩৩৯০ (শামেলা), ৬৫৯৯ (ই.ফা.)।

[২০] আবু দাউদের বর্ণনায় سُبْحَانَ اللهِ الْعَظِيمِ وَبِحَمْدِهِ বর্ণিত হয়েছে।

নেই, আপনার কোনো শরীক নেই; আর মুহাম্মাদ ﷺ আপনার বান্দা ও রাসূল।

বিশেষ দ্রষ্টব্য: সন্ধ্যার সময় 'আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসবা'হতু-এর স্থলে বলবে: اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَمْسَيْتُ (আল্লা-হুম্মা ইন্নী আমসাইতু, অর্থ: হে আল্লাহ, আমি সন্ধ্যায় উপনীত হয়েছি)।

ফযীলত: যে ব্যক্তি সকালে অথবা সন্ধ্যায় এ দু'আ ৪ বার বলবে, আল্লাহ তাকে জাহান্নাম থেকে মুক্ত করবেন।[২২]

১৫ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার)

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ، أَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ، وَلَا تَكِلْنِيْ إِلٰى نَفْسِيْ طَرْفَةَ عَيْنٍ.

উচ্চারণ: য়া- 'হায়্যু য়া- ক্বাইয়ূমু বিরা'হমাতিকা আসতাগীস্, আসলি'হ লী শা'নী কুল্লাহ্, ওয়া লা-তাকিলনী ইলা- নাফসী ত্বারফাতা 'আইন।

অর্থ: হে চিরঞ্জীব, হে চিরস্থায়ী! আমি আপনার অনুগ্রহে সাহায্য-উদ্ধার কামনা করি, আপনি আমার সার্বিক অবস্থা সংশোধন করে দিন, আর আমাকে আমার নিজের কাছে এক পলকের জন্যও সোপর্দ করবেন না।

---

[২২] আবু দাঊদ, ৫০৬৯ (শামেলা); 'আমালুল ইয়াওমি ওয়াল লাইলাহ লিন নাসাঈ, ৭।

কেউ উপস্থিত হতে পারবে না। অবশ্য যে এই পরিমাণ বা এর চেয়ে বেশি পড়েছে সে ভিন্ন। অপর বর্ণনায় এসেছে, এ বাক্য ১০০ বার বললে তার সমুদ্রের ফেনা পরিমাণ গুনাহ থাকলেও ক্ষমা করে দেওয়া হবে।[২১]

১৪ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ৪ বার)

اَللّٰهُمَّ اِنِّىْٓ اَصْبَحْتُ اُشْهِدُكَ وَاُشْهِدُ حَمَلَةَ عَرْشِكَ وَمَلَآئِكَتَكَ وَجَمِيْعَ خَلْقِكَ، بِاَنَّكَ اَنْتَ اللّٰهُ لَآ اِلٰهَ اِلَّآ اَنْتَ وَحْدَكَ لَا شَرِيْكَ لَكَ وَاَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُكَ وَرَسُوْلُكَ.

উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসবা'হতু উশহিদুকা ওয়া উশহিদু 'হামালাতা 'আরশিকা ওয়া মালা-ইকাতাকা ওয়া জামী'আ খালক্বিক, বিআন্নাকা আনতাল্লা-হু লা ইলা-হা ইল্লা- আনতা ওয়া'হদাকা লা- শারীকা লাকা ওয়া আন্না মু'হাম্মাদান 'আবদুকা ওয়া রাসূলুক।

অর্থ: হে আল্লাহ, আমি সকালে উপনীত হয়েছি। আপনাকে সাক্ষী রাখছি, আরও সাক্ষী রাখছি আপনার 'আরশ বহনকারীদেরকে এবং আপনার ফেরেশতাগণকে ও আপনার সকল সৃষ্টিকে (এই মর্মে) যে, নিশ্চয় আপনিই আল্লাহ, একমাত্র আপনি ছাড়া আর কোনো হক ইলাহ

---

[২১] মুসলিম, ২৬৯২ (শামেলা)।

ফযীলত: নবী ﷺ ফাতিমা (রা.)-কে ওসিয়ত করেছেন, তিনি যেন সকালে ও সন্ধ্যায় এ বাক্যগুলো বলেন।[২৩]

১৬ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ১ বার)

اَللّٰهُمَّ مَا اَصْبَحَ بِيْ مِنْ نِعْمَةٍ اَوْ بِأَحَدٍ مِّنْ خَلْقِكَ فَمِنْكَ وَحْدَكَ لَا شَرِيْكَ لَكَ، فَلَكَ الْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ.

উচ্চারণ: আল্লাহুম্মা মা- আসবা'হা বী মিন নি'মাতিন আও বি আ'হাদিম মিন খালক্বিকা ফামিনকা ওয়া'হদাকা লা-শারীকা লাকা, ফা লাকাল 'হামদু ওয়া লাকাশ্ শুকরু।

অর্থ: হে আল্লাহ, আমি অথবা আপনার যে কোনো সৃষ্টি যে কোনো নিয়ামতসহ সকালে উপনীত হয়েছি, তা শুধুই আপনার তরফ থেকে, আপনার কোনো অংশীদার নেই। সুতরাং আপনার জন্যই প্রশংসা ও কৃতজ্ঞতা।

বিশেষ দ্রষ্টব্য: সন্ধ্যায় اَصْبَحَ এর স্থলে اَمْسٰى বলতে হবে। (হাদীসটিকে অনেক মুহাদ্দিস সহীহ বলে মূল্যায়ন করেছেন, আবার অনেকে যঈফ বলে মন্তব্য করেছেন)।

ফযীলত: সকালে এই বাক্যসমূহ বললে আল্লাহর প্রতি সারা দিনের শোকর-কৃতজ্ঞতা আদায় হয়ে যাবে, আর সন্ধ্যায় বললে রাতের শোকর আদায় হয়।[২৪]

---

[২৩] হাকিম, অধ্যায়: দু'আ এবং তাকবীর তাহলীল, ২০০০; 'আমালুল ইয়াওমি ওয়াল লাইলাহ।
[২৪] ইবনে হিব্বান, ৮৬১ (শামেলা)।

১৭ নং যিক্‌র (সকালে ৩ বার)

سُبْحَانَ اللهِ وَبِحَمْدِهِ، عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ، وَزِنَةَ عَرْشِهِ، وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ.

উচ্চারণ: সুব'হা-নাল্লা-হি ওয়া বি'হামদিহী, 'আদাদা খালক্বিহী, ওয়া রিদ্বা- নাফসিহী, ওয়া যিনাতা 'আরশিহী, ওয়া মিদা-দা কালিমা-তিহ্।

অর্থ: আমি আল্লাহর প্রশংসাসহ পবিত্রতা ও মহিমা ঘোষণা করছি, তাঁর সৃষ্টির সংখ্যার সমান, তাঁর নিজের সন্তোষের সমান, তাঁর আরশের ওজনের সমান ও তাঁর বাণীসমূহ লেখার কালি সমপরিমাণ।

ফযীলত: ফজরের পর থেকে সকালে দীর্ঘ সময় পর্যন্ত সালাতের জায়গায় বসে থেকে আমল করার চেয়ে এই দু'আ ১ বার বলা বেশি সাওয়াবের।[২৫] সুতরাং অন্যান্য যিক্‌র ও দু'আর পাশাপাশি উক্ত বাক্যগুলো বললে দ্বিগুণ আমলের সাওয়াব অর্জিত হবে ইনশা-আল্লাহ।

১৮ নং যিক্‌র: ফজরের সালাতের পর (১ বার)

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّبًا، وَعَمَلًا مُتَقَبَّلًا.

---

[২৫] মুসলিম, ২৭২৬ (শামেলা), ৬৬৬৫ (ই.ফা.)।

উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা ইন্নী আসআলুকা 'ইলমান না-ফি'আ, ওয়া রিযক্বান ত্বাইয়্যিবা, ওয়া 'আমালাম্ মুতাক্বাব্বালা।

অর্থ: হে আল্লাহ, আমি আপনার কাছে উপকারী জ্ঞান এবং হালাল রিযিক ও কবুলযোগ্য আমল চাই।

ফযীলত: রাসূলুল্লাহ ﷺ ফজরের সালাতের পর এ বাক্যগুলো বলতেন।[২৬] ইমাম নববী ও আলবানী (রাহ.) এ হাদীসকে সহীহ বলেছেন। যদিও কেউ কেউ যঈফ বলেছেন।

১৯ নং যিক্‌র (সন্ধ্যায় ৩ বার)

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ.

উচ্চারণ: আ'উযু বিকালিমা-তিল্লা-হিত তা-ম্মা-তি মিন শাররি মা- খালাক্ব।

অর্থ: আল্লাহর পরিপূর্ণ কালিমাসমূহের মাধ্যমে আমি তাঁর নিকট তাঁর সৃষ্টির ক্ষতি থেকে আশ্রয় চাই।

ফযীলত: যে ব্যক্তি সন্ধ্যায় এ দু'আটি ৩ বার বলবে সেই রাতে কোনো বিষধর প্রাণী তার ক্ষতি করতে পারবে না।[২৭]

---

[২৬] ইবনে মাজাহ, ৯২৫ (শামেলা)।
[২৭] আহমাদ, ১৫৭০৯; ইবনে মাজাহ, ৩৫১৮।

২০ নং যিক্‌র (সকাল-সন্ধ্যায় ৩ বার)

رَضِيتُ بِاللهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا، وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيًّا.

উচ্চারণ: রাদ্বীতু বিল্লা-হি রাব্বা, ওয়াবিল ইসলা-মি দীনা, ওয়া বিমু'হাম্মাদিন নাবিয়্যা।

অর্থ: আমি সন্তুষ্টচিত্তে আল্লাহকে রব, ইসলামকে দীন ও মুহাম্মাদ ﷺ-কে নবীরূপে গ্রহণ করেছি।

ফযীলত: যে ব্যক্তি এ দু'আ সকাল ও সন্ধ্যায় ৩ বার করে বলবে, আল্লাহর কাছে তার প্রাপ্য হয়ে যায় কিয়ামাতের দিন তাকে সন্তুষ্ট করা।[২৮]

২১ নং যিক্‌র (ফজর ও মাগরিবের পর ৭ বার)

اَللّٰهُمَّ أَجِرْنِيْ مِنَ النَّارِ.

উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা আজিরনী মিনান্না-র।

অর্থ: হে আল্লাহ, আমাকে জাহান্নামের আগুন থেকে রক্ষা করুন।

ফযীলত: ফজর ও মাগরিবের পর কারো সাথে কথা বলার পূর্বে ৭ বার এ দু'আ পাঠ করলে সেদিনে বা সেই রাতে মৃত্যুবরণ করলে আল্লাহ তাকে জাহান্নাম থেকে রক্ষা করবেন।[২৯]

---

[২৮] হাকেম, ১৯০৫; ইবনে মাজাহ, ৩৮৭০; আহমাদ।
[২৯] ইবনে হিব্বান, ২০২২।

এ হাদীসটিকে ইবনে হাজার আসকালানী (রাহ.) হাসান বলেছেন, আলবানী (রাহ.) যঈফ বলেছেন। মুসনাদে আবু ইয়া'লার এক বর্ণনায় দিনে সাতবার জাহান্নাম থেকে পানাহ চাওয়ার কথা বর্ণিত হয়েছে। সেই বর্ণনাকে সিলসিলায়ে সহীহায় সহীহ বলা হয়েছে।

২২ নং যিক্র (ফজরের পরে ও মাগরিবের পূর্বে প্রতিটি ১০০ বার করে)

سُبْحَانَ اللهِ (সুব'হানাল্লা-হ), অর্থ: আল্লাহর পবিত্রতা বর্ণনা করছি।

ফযীলত: আল্লাহর রাস্তায় ১০০ উট দানের চেয়ে উত্তম।

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ (আল'হামদু লিল্লা-হ) অর্থ: সকল প্রশংসা আল্লাহর।

ফযীলত: জিহাদের জন্য আরোহণকারীসহ ১০০ অশ্ব দানের চেয়ে বেশি উত্তম।

اَللّٰهُ اَكْبَرُ (আল্লা-হু আকবার) অর্থ: আল্লাহ সবচেয়ে মহান।

ফযীলত: ১০০ কৃতদাস মুক্ত করার চেয়ে উত্তম।[৩০]

[৩০] আত তারগীব ওয়াত তারহীব, ৯৭৪; সহীহুত তারগীব, ৬৫৮; নাসায়ী: সুনানুল কুবরা, ১০৫৮৮।

'উপকারী ইলম' বিস্তারের লক্ষ্যে আপনিও পুস্তিকাটি সংগ্রহ করে বিতরণ করতে পারেন; অথবা আমাদেরকে বিতরণের দায়িত্ব দিতে পারেন।

০১৭৫৬ ৪০০ ৫৪২/ ০১৫৫১ ৫৫৫ ৪০০

assunnahfoundationbd@gmail.com

AS-SUNNAH

FOUNDATION

নিবন্ধন নং: S-1311/2019

www.assunnahfoundation.org

পাঁচ ওয়াক্ত সালাত পরবর্তী মাসনূন দু'আ ও যিক্‌র

ফরয সালাতের পর রাসূলুল্লাহ ﷺ নিম্নোক্ত যিকির ও দু'আ পড়তেন। যে কোনো মুসলিমের জন্য এগুলো গুরুত্বপূর্ণ সুন্নাহ।

সালাম ফেরানোর পর প্রথমে-

৩ বার أَسْتَغْفِرُ اللّٰه 'আসতাগফিরুল্লা-হ্'।[১]

অর্থ: আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করছি।

১ বার

اَللّٰهُمَّ اَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ، تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ

উচ্চারণ: আল্লা-হুম্মা আনতাস সালা-মু ওয়া মিনকাস সালা-ম, তাবা-রাকতা ইয়া যাল জালা-লি ওয়াল ইকরা-ম।

অর্থ: হে আল্লাহ! আপনার গুণবাচক নাম সালাম। আপনি শান্তিদাতা। আপনি কল্যাণময়। আপনি মহিমা ও মর্যাদার অধিকারী।[১]

১ বার আয়াতুল কুরসী:[২,৩]

---

১ মুসলিম, অধ্যায়: মাসজিদ ও সালাতের স্থানসমূহ, পরিচ্ছেদ: সালাতের পর যিকর মুস্তাহাব হওয়া প্রসঙ্গ, হাদীস নং- ১২১২

২ সূরা বাক্বারা, আয়াত নং- ২৫৫

৩ তাবরানী, হাদীস নং- ৬৭৪

অর্থ: হে আল্লাহ, আমাকে আপনার যিকির করার এবং শোকর করার ও সুন্দরভাবে আপনার ইবাদতের জন্য সাহায্য করুন।[৫]

৩৩ বার	৩৩ বার	৩৪ বার
سُبْحَانَ اللهِ	اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ	اَللهُ اَكْبَرُ
সুবহা-নাল্লা-হ	আল'হাম্‌দুলিল্লা-হ	আল্লা-হু আকবার
আল্লাহর পবিত্রতা বর্ণনা করছি।	সকল প্রশংসা আল্লাহর	আল্লাহ সর্বমহান[৬]

১ বার সুরা ইখলাস, সুরা ফালাক্ব ও সুরা নাস (এই সুরাগুলো সকাল-সন্ধ্যায় ৩ বার করে পড়া সুন্নাত)।[৭]

১ বার

لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ. لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ. لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللهِ. لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللهُ، وَلَا نَعْبُدُ اِلَّآ اِيَّاهُ. لَهُ النِّعْمَةُ وَلَهُ الْفَضْلُ وَلَهُ الثَّنَآءُ الْحَسَنُ، لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللهُ مُخْلِصِيْنَ لَهُ الدِّيْنَ وَلَوْ كَرِهَ الْكَافِرُوْنَ.

---

৫ সুনানে আবু দাউদ: সালাত অধ্যায়, ইস্তেগফার পরিচ্ছেদ: হাদীস নং- ১৫২২

৬ নাসাঈ, অধ্যায়: সা'হ (ভুল), পরিচ্ছেদ: অন্য আর এক প্রকার তাসবীহের সংখ্যা- হাদীস নং- ১৩৫৩

৭ আবু দাউদ, অধ্যায়: সালাত, পরিচ্ছেদ: ইস্তিগফার, হাদীস নং- ১৫২৩

১ বার

لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ. لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ. اَللّٰهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا اَعْطَيْتَ. وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ. وَلَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ.

উচ্চারণ : লা- ইলাহা ইল্লাল্লা-হু ওয়া'হদাহূ লা- শারীকা লাহূ, লাহুল মুলকু ওয়া লাহুল 'হামদু ওয়া হুয়া 'আলা-কুল্লি শাইয়িন ক্বাদীর। আল্লা-হুম্মা লা-মা-নি'আ লিমা- আ'তাইতা, ওয়া লা- মু'তিয়া লিমা- মানা'তা, ওয়া লা- ইয়ানফা'উ যাল জাদ্দি মিনকাল জাদ্দু।

অর্থ: আল্লাহ ব্যতীত আর কোনো হক উপাস্য নেই। তিনি একক, তাঁর কোনো শরীক নেই। রাজত্ব তাঁর এবং যাবতীয় প্রশংসা কেবল তাঁর। তিনি সকল কিছুর ওপর ক্ষমতাশালী। হে আল্লাহ, আপনি যা দান করেন তা ঠেকানোর ক্ষমতা কারো নেই। আর আপনি যা না দেন তা দেওয়ার ক্ষমতাও কারো নেই। আর ক্ষমতাধারীর ক্ষমতা ও প্রতিপত্তি আপনার নিকট কোনো কাজে আসবে না। প্রকৃত ক্ষমতা আপনার কাছ থেকেই।[৪]

১ বার

اَللّٰهُمَّ أَعِنِّيْ عَلٰى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ

উচ্চারণ : আল্লা-হুম্মা আ'ইন্নী 'আলা- যিকরিকা ওয়া শুকরিকা ওয়া 'হুসনি 'ইবা-দাতিক।

---

৪ বুখারী, অধ্যায়: আযান, পরিচ্ছেদ: সালাতের পর যিকর, হাদীস নং-৮০৪

উচ্চারণ : লা-ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু ওয়া'হদাহূ লা- শারীকা লাহূ, লাহুল মুলকু ওয়া লাহুল 'হামদু ওয়া হুয়া 'আলা- কুল্লি শাইয়িন ক্বাদীর| লা 'হাওলা ওয়া লা- কুউওয়াতা ইল্লা- বিল্লা-হ, লা-ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু, ওয়া লা- না'বুদু ইল্লা-ইয়্যা-হ, লাহুন্ নি'মাতু ওয়া লাহুল ফাদ্বলু ওয়া লাহুস্ সানা-উল 'হাসান। লা-ইলা-হা ইল্লাল্লা-হু মুখলিসীনা লাহুদ্দীন। ওয়া লাও কারিহাল কা-ফিরূন।

অর্থ : আল্লাহ্ ব্যতীত আর কোনো হক উপাস্য নেই। তিনি একক, তাঁর কোনো শরীক নেই। রাজত্ব তাঁর এবং যাবতীয় প্রশংসা কেবল তাঁর। তিনি সকল কিছুর ওপর ক্ষমতাশালী। নেই কোন ক্ষমতা, নেই কোনো শক্তি, আল্লাহর মাধ্যম ব্যতীত। আল্লাহ্ ছাড়া কোনো হক উপাস্য নেই এবং আমরা আল্লাহ্ ছাড়া আর কারো ইবাদত করি না। নিয়ামত তাঁরই, করুণা তাঁরই এবং উত্তম প্রশংসা তাঁরই। আল্লাহ্ ছাড়া কোন হক উপাস্য নেই। আমরা কেবল তাঁর জন্য একনিষ্ঠভাবে দীন মান্য করি, যদিও এতে কাফেররা অসন্তুষ্ট হয়।[৮]

---

৮ মুসলিম, অধ্যায়: মাসজিদ ও সালাতের স্থানসমূহ, পরিচ্ছেদ: সালাতের পর যিক্র মুস্তাহাব হওয়া প্রসঙ্গ, হাদীস নং-৫৯৪

বি: দ্র:- উদ্ধৃত হাদীস নাম্বার ইসলামিক ফাউন্ডেশন বাংলাদেশ কর্তৃক প্রকাশিত হাদীসগ্রন্থের এবং অনলাইন ভিত্তিক লাইব্রেরী 'মাকতাবায়ে শামেলা'র।

আস-সুন্নাহ ফাউন্ডেশন
AS-SUNNAH FOUNDATION
গভঃ রেজিঃ নং S-13111/2019
01551555400 / 01756400542
www.assunnahfoundation.org
assunnahfoundationbd@gmail.com