

المنح العلية في بيان السنن اليومية

# রাসূল ﷺ এর দৈনন্দিন সুন্নাত ও যিকির

আল্লাহ তা'আলা হাদীসে কুদসীতে বলেন,  
'বান্দা নফল ইবাদাতের মাধ্যমে আমার নিকটবর্তী হতে থাকে,  
এক পর্যায়ে আমি তাকে ভালোবাসতে শুরু করি'

সংকলন

ড. আবদুল্লাহ ইবনে হামূদ আল-ফুরাইহ

অনুবাদ-সম্পাদনা

প্রফেসর ড. আবু বকর মুহাম্মাদ যাকারিয়া

বানান ও ভাষারীতি:

মাও. মিজানুর রহমান ফকির

প্রকাশনায়

কাশফুল প্রকাশনী



রাসূলুল্লাহ ﷺ এর  
দৈনন্দিন  
সুন্নাত ও যিকির

প্রকাশনায়

কাশফুল প্রকাশনী

৩৪ নর্থকক হল রোড, মাদ্রাসা মার্কেট (২য় তলা)

বাংলাবাজার, ঢাকা-১১০০

মোবাইল: ০১৭৩১-০১০৭৪০, ০১৯১১ ০২৪৯৩৪

ই-মেইল: kashfulprokashoni@gmail.com

📍 /kashfulprokasoni

প্রকাশক

মোহাম্মদ আমজাদ হোসেন

অনলাইন পরিবেশনায়

www.rokomari.com

www.wafilife.com

www.ikhlasstore.com

প্রকাশকাল

এপ্রিল ২০২১

গ্রন্থস্বত্ব

সর্বস্বত্ব সংরক্ষিত

মূল্য

২১০/- (দুইশত দশ টাকা) \$ 10 USD

প্রচ্ছদ ডিজাইন  
মুদ্রণ ও বাঁধাই

মিডিয়া প্লাস

২৫৭/৮ এলিফ্যান্ট রোড, কাঁটাবন ঢাল, ঢাকা-১২০৫

ই-মেইল: mediaplus140@gmail.com

ISBN

978-984-95026-5-4

## সম্পাদকের ভূমিকা

আলহামদুলিল্লাহ, আল্লাহর অফুরন্ত নি'আমতেই সকল ভালো কাজ সম্পন্ন হয়। ঈমানের পরে মানব জীবনের সবচেয়ে বড় কাজ হচ্ছে আল্লাহর যিকির ও রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লামের সুন্নাতকে আঁকড়ে ধরা। যদি সঠিক যিকির না জানে তো বিদ'আতী পদ্ধতির যিকির আবিষ্কার করবে। যত বেশি বিগ্ধ যিকির সম্পর্কে মানুষের জানার সুযোগ হবে ততই বিদ'আত ও বানোয়াট কর্ম থেকে মানুষ দূরে সরে আসবে। অনুরূপভাবে যত বেশি রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লামের সুন্নাত জানবে ও তা বাস্তবায়ন করবে তত বেশি আল্লাহর নৈকট্য লাভে ধন্য হতে পারবে। সহীহ হাদীসে রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন, "নিশ্চয় দুনিয়া অভিশপ্ত, আর এর মাঝে যা আছে সবই অভিশপ্ত, তবে যা আল্লাহর যিকির হবে, আর যা তার নিকটস্থ বস্তু রয়েছে, আর দীনের জ্ঞানী আলেম ও দীনের জ্ঞান-পিপাসু মুতাআল্লিম বা ছাত্র।" [তিরমিযী: ২৩২২] তাহলে অভিশপ্ততা থেকে বাঁচতে হলে আল্লাহর যিকিরকারী হতে হবে ও রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লামের সুন্নাতের অনুসারী হতে হবে। এ দু'টির শিক্ষা দান ও শিক্ষাগ্রহণে লেগে থাকতে হবে।

কিন্তু যখনই আল্লাহর যিকিরের কথা বলা হয় তখনই আমাদের ভাষাভাষি একদল লোকের অন্তরে উঠে আসে একটি চিত্র, যাতে একজন কোনো একটি বাক্য বলছে অন্যরা তার সাথে তাল মিলিয়ে সেটাকে আওড়াচ্ছে অথবা তাদের অন্তরে ভেসে আসে, একজন মানুষ শুধু আল্লাহ আল্লাহ যিকির করছে অথবা হু হু যিকির করছে। আবার কারও মনে এসে ভীড় করে যে, একজন লা-ইলাহা বলছে এক স্বরে, আর ইল্লাল্লাহ বলছে আরেক স্বরে অথবা একজন শুধু ইল্লাল্লাহ যিকিরকেই প্রমোট করে যাচ্ছে। অথচ এসব যিকিরের একটিও রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম কর্তৃক অনুমোদিত যিকির নয়। আবার অনেকে মনে করছে সুনির্দিষ্ট

যিকিরটি তাকে কোনো বিশেষ দরবার থেকে নিতে হবে। অন্য যিকিরের অনুমতি না হলে সেটা পড়া বা নেয়া যাবে না। আরেক দলকে দেখা যায়, যিকিরের নামে বিশ্বমঞ্জিলও স্থাপন করতে, অথচ তারা যেসব কথা ও স্বর সেখানে চালায় তা কোনোভাবেই খিষ্টি খেউর এর চেয়ে উত্তম বলার সুযোগ নেই। এভাবে যিকির নামক কত বানোয়াট স্বরলিপি যে আমাদের সমাজে প্রচলিত আছে সেটার পরিসংখ্যান নেয়া অনেক কষ্টকর।

অথচ সকল আলেম এ ব্যাপারে একমত যে, যিকির ইবাদাত। বরং সর্বোত্তম ইবাদাত। আর ইবাদাতের মূল কথা হচ্ছে তা অবশ্যই তাওক্বীফী বা আল্লাহ ও তাঁর রাসূল থেকে আসতে হবে। যদি আমরা এমন কোনো যিকির চালু করি যা রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম আমাদেরকে বলেননি, তাতে বহুবিধ সমস্যা বিদ্যমান। যেমন,

১. দীনকে অপূর্ণাঙ্গ বলে অপবাদ দেয়া। অথচ আল্লাহ ইসলামকে পূর্ণ করে দিয়েছেন বলে তিনি নিজেই আমাদের জানিয়েছেন।
২. তার মাধ্যমে নিজেকে শরী'আত প্রবর্তকের ভূমিকায় নিয়ে যাওয়া। অথচ শরী'আত প্রবর্তনের অধিকার একমাত্র আল্লাহর আর রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম হচ্ছেন সে শরী'আতের প্রচারক।
৩. রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লামের প্রতি রিসালাতের প্রচারে ত্রুটির অপবাদ দেয়া। অথচ রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লাম আকীদাহ ও ইবাদাতের যাবতীয় অবস্থা নিয়ম-পদ্ধতি বলে গেছেন, সেখানে আর কোনো কিছু সংযোজন কিংবা বিয়োজনের সুযোগ রাখেননি।

আমরা যেহেতু বিশ্বাস করি, দীন পরিপূর্ণ, শরী'আত প্রবর্তন আল্লাহর অধিকার, আর তাঁর রাসূলও দীন যথাযথভাবে প্রচার-প্রসার করেছেন, আর সেগুলো অনুসরণ করে কিছু লোক জান্নাতে যাওয়ার ওয়াদাপ্রাপ্ত হয়েছেন, আর কিছু তাদের অনুসরণ করে সফলতার স্বর্ণ শিখরে আরোহণ করেছেন, তাহলে আমরা অন্যদিকে কেন যাব,

কেন আমরা সে পদ্ধতির অনুসরণকে নিজেদের জীবনের জন্য যথেষ্ট মনে করছি না? ইমাম মালেক রাহিমাল্লাহ বলেছিলেন, যা সাহাবায়ে কেলামের কাছে দীন বিবেচিত হয়নি তা কিয়ামত পর্যন্ত দীন বলে গ্রহণীয় হবে না। তাই যে যিকিরের পক্ষে দলীল থাকবে না তা বর্জন করাই বিবেকবান মানুষের কাজ হবে। একজন মানুষ দুনিয়ার জিনিস কিনতে বাজারে গেলেও খাঁটি পণ্য কিনতে পছন্দ করে, কিন্তু দুর্ভাগ্যবশত আখেরাতের জন্য যা তার কাজে লাগবে তা করতে গেলে খাঁটি জিনিসের দ্বারস্থ হয় না। এটা যে কতবড় বোকামী তা সেদিন মানুষ বুঝতে পারবে যেদিন আল্লাহর সামনে উপস্থি হবে আর আল্লাহ তা'আলা যা বলেছেন তাই স্বচক্ষে দেখতে পাবে “আর আমি তাদের সেসব আমল যা তারা করেছে সেগুলোর দিকে অগ্রসর হয়ে সেগুলোকে বিক্ষিপ্ত ধূলিকণায় রূপান্তরিত করবো।” [সূরা আল-ফুরকান: ২৩] সেদিন ঠকে যাওয়ার দিন, সেদিন আফসোসের দিন।

তাই সময় থাকতে আমাদের উচিত বিগ্ধ ইবাদাত করা, বিগ্ধ যিকির এর চর্চা করা এবং কুরআন ও বিগ্ধ হাদীস দ্বারা প্রমাণিত সুন্নাহ'র ওপর আমল করা।

অত্যন্ত খুশির বিষয় যে, এ কাজটি যথাযথ আঞ্জাম দেয়ার জন্য আমাদের জন্য শাইখ ড. আব্দুল্লাহ আল-হামূদ আল-ফুরাইহ একটি গ্রন্থ রচনা করেছেন, যার নাম দিয়েছেন তিনি ‘আল-মিনাছল আলিয়াহ ফী বায়ানিস সুনানিল ইয়াওমিয়াহ’ বা ‘রাসূল সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়াসাল্লামের দৈনন্দিন সুন্নাহ ও যিকির’। গ্রন্থটিতে তিনি কুরআনে কারীম ও সহীহ হাদীসের আলোকে আমাদের জন্য দৈনন্দিন কাজগুলো ধারাবাহিকভাবে একত্র করে দিয়েছেন, যার ওপর আমল করলে একজন মানুষ সবচেয়ে বেশি যিকিরকারী ও সুন্নাহ'র ওপর আমলকারী বিবেচিত হবেন, আর ইনশাআল্লাহ আখেরাতের সর্বোচ্চ স্থানগুলোর কোনোটিতে নিজের জায়গা করে নিতে পারবেন।

আলহামদুলিল্লাহ, এগ্রন্থটির সম্পাদনা সম্পন্ন করলাম। এর কোথাও কোথাও অস্পষ্টতা থাকলে সেটা দূর করার চেষ্টা করলাম। আল্লাহর

কাছে দো'আ করি, এটাকে যেন তিনি কবুল করেন। এর মাধ্যমে আমাকে, আমার সহকারী মিজানুর রহমানকে, এর ছাপায় অংশগ্রহণকারী কাশফুল প্রকাশনীর আমজাদ হোসেনকে, পাঠকবর্গকে ও আমলকারীকে ক্ষমা করে তাঁর জান্নাতের অধিকারী করেন। তিনিই তো দাতা, তিনিই তো উত্তম কবুলকারী। আমীন। সুম্মা আমীন।

প্রফেসর ড. আবুবকর মুহাম্মাদ যাকারিয়া  
আল-ফিকহ অ্যান্ড লিগ্যাল স্টাডিজ বিভাগ  
ইসলামী বিশ্ববিদ্যালয়, কুষ্টিয়া  
তারিখ ২৫/৪/২০২১



## গ্রন্থসূচি

গ্রন্থকারের মুখবন্ধ .....	১৫
মুখবন্ধ .....	১৭
'সুন্নাত' এর অর্থ .....	১৭
সুন্নাতের প্রতি সালাফের ভালোবাসা ও অনুরাগের চিত্র .....	১৭
সুন্নাতে ইত্তেবা' এর ফলাফল .....	২১
সময়ের সঙ্গে সংশ্লিষ্ট সুন্নাতসমূহ .....	২৪
প্রথম: ফজরের আগের সময় .....	২৪
প্রথম ভাগ .....	২৫
১. মিসওয়াক করে মুখ ধোয়া .....	২৫
২. ঘুমানোর ও ঘুম থেকে ওঠার দো'আ পড়া .....	২৫
৩. মুখমণ্ডল থেকে ঘাম মুছে ফেলা .....	২৬
৪. আকাশের দিকে দৃষ্টি পাত করা .....	২৬
৫. সূরা আলে ইমরানের শেষ ১০ আয়াত তিলাওয়াত করা .....	২৬
৬. তিনবার উভয় হাত কজি পর্যন্ত ধৌত করা .....	২৭
৭. তিনবার নাকে পানি টানা ও তিনবার নাক ঝেড়ে পরিস্কার করা .....	২৮
৮. ওয়ু করা .....	২৮
ওয়ুর সুন্নাতগুলো হলো .....	২৯
১. মিসওয়াক করা .....	২৯
২. বিসমিল্লাহ পড়া .....	২৯
৩. উভয় হাতের কজি পর্যন্ত তিনবার ধোয়া .....	৩০
৪. ডান হাত ও ডান পা আগে ধোয়া .....	৩০
৫. কুলি করা ও নাকে পানি দেয়া .....	৩০
৬. ভালোভাবে কুলি করা ও ভালোভাবে নাক ঝেড়ে পরিস্কার করা, তবে যদি রোযাদার হয় তখন বেশি করবে না .....	৩০
৭. এক আঁজলা পানি দিয়ে কুলি করা ও নাক ধোয়া .....	৩১
৮. সুন্নাত তরীকায় মাথা মাসাহ করা .....	৩১
৯. সকল অঙ্গ তিনবার করে ধোয়া .....	৩২
১০. ওয়ুর পরে বর্ণিত দো'আ .....	৩৩

দ্বিতীয় ভাগ .....	৩৪
রাতের বেলা তাহাজ্জুদ ও বিতর এর সালাতসহ	
আরও কিছু সুন্নত আমল .....	৩৪
১. তাহাজ্জুদ সালাত রাতের সর্বোত্তম অংশে আদায় করা সুন্নাত .....	৩৪
২. তাহাজ্জুদের সালাতে সুন্নত হলো এগারো রাকা'আত আদায় করা .....	৩৭
৩. তাহাজ্জুদ সালাতের প্রথম দুই রাকা'আত সংক্ষিপ্ত হওয়া সুন্নাত .....	৩৭
৪. তাহাজ্জুদ সালাতের শুরুতে বর্ণিত বিশেষ দো'আগুলো পড়বে। .....	৩৮
৫. সালাতে ক্রিয়াম, রুকু ও সিজদাসহ সকল রুকনগুলো সমানভাবে লম্বা করা সুন্নাত .....	৩৯
৬. কিরাআত পড়ার সময় সুন্নাত বিষয়গুলোর প্রতি লক্ষ্য রাখবে ..	৩৯
৭. দুই রাকা'আত পর পর সালাম ফিরানো সুন্নাত .....	৪০
৮. শেষের তিন রাকা'আতে নির্ধারিত সূরা পড়া সুন্নাত .....	৪১
৯. বিতর এর সালাতে মাঝে মাঝে 'কুনূত' পড়া সুন্নাত .....	৪১
১০. রাতের শেষ-তৃতীয়াংশে দো'আ করা .....	৪৩
১১. বিতর এর সালাম ফিরিয়ে 'সুবহানালা মালিকিল কুদ্দুস' দো'আটি তিনবার বলা সুন্নাত। শেষের বার উচ্চস্বরে বলবে .....	৪৪
১২. তাহাজ্জুদের জন্য পরিবারকে ডেকে দেয়া সুন্নাত .....	৪৪
১৩. রাতে তাহাজ্জুদ আদায়কারীর জন্য উচিত হবে নিজের শরীরের জন্য যা কোমল ও সহজ হয় তা গ্রহণ করা; যাতে করে অবসাদ-ক্রান্তি সালাতের খুণ্ড ভেতরে প্রভাব না ফেলে .....	৪৫
১৪. যদি কারও রাতের সালাত ছুটে যায়, তবে দিনে দুই দুই রাকা'আত করে পড়ে নেয়া সুন্নাত .....	৪৭
দ্বিতীয়ত: ফজরের সময় .....	৪৭
আযান। এতে কয়েকটি সুন্নাত রয়েছে .....	৪৭
১. মুয়াযযিনের অনুসরণ করা .....	৪৭



২. আযানের দুই সাক্ষ্য-বাক্যের পরে নিম্নোক্ত দো'আ পড়া সুন্নাত ...	৪৯
৩. আযানের পরে নবীর ওপর দুরূদ পড়া .....	৪৯
৪. আযানের পরে হাদীসে বর্ণিত দো'আ পড়া .....	৫০
৫. আযানের পরে দো'আ পড়া .....	৫১
<b>ফজরের সুন্নাত। এখানে কয়েকটি সুন্নাত রয়েছে</b> .....	৫১
১. সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ সুন্নাতে রাতেবা (মুয়াক্কাদা) .....	৫২
২. ফজরের সুন্নাতের বিশেষ বৈশিষ্ট্যসমূহ .....	৫২
<b>মসজিদে গমন করা। তাতে কয়েকটি সুন্নাত রয়েছে</b> .....	৫৫
১. আগে আগে মসজিদে যাওয়া সুন্নাত .....	৫৫
২. পবিত্র অবস্থায় থেকে বের হওয়া। এতে প্রতি কদমে সাওয়াব হয় .....	৫৫
৩. ধীরে-সুস্থে ও শান্তভাবে মসজিদের দিকে যাওয়া .....	৫৬
৪. মসজিদে ঢোকান সময় ডান পা আগে দেয়া এবং বের হওয়ার সময় বাম পা দিয়ে বের হওয়া .....	৫৬
৫. মসজিদে ঢোকা ও বের হওয়ার সময় হাদীসে বর্ণিত দো'আ পড়া .....	৫৬
৬. দুই রাকা'আত 'তাহিয়্যাতুল মসজিদ' সালাত পড়া .....	৫৭
৭. পুরুষের জন্য নিয়ম হচ্ছে প্রথম কাতারে থাকার চেষ্টা করা। তাদের জন্য প্রথম কাতার উত্তম। আর নারীদের জন্য শেষের কাতার উত্তম .....	৫৫
৮. মুক্তাদীর জন্য ইমামের কাছাকাছি দাঁড়ানো সুন্নাত .....	৫৯
<b>সালাতের সুন্নাতসমূহ</b> .....	৫৯
(১) 'সুতরা'। এক্ষেত্রে সুন্নাত বিষয়গুলো হচ্ছে .....	৫৯
ক. 'সুতরা' ব্যবহার করা .....	৫৯
খ. সুতরা কাছাকাছি রাখা সুন্নাত .....	৬০
গ. সালাতের সামনে দিয়ে অতিক্রমকারীকে বাধা দেয়া সুন্নাত .....	৬১
ঘ. প্রত্যেক সালাতের সময় মিসওয়াক করা সুন্নাত .....	৬১

(২) কিয়াম (দণ্ডায়মান) অবস্থায় নিম্নোক্ত কাজগুলো সুন্নাত .....	৬২
ক. তাকবীরে তাহরীমাহ এর সময় হাত উঠানো .....	৬২
খ. হাত তোলার সময় আঙুলগুলো ছড়িয়ে রাখা সুন্নাত .....	৬৩
গ. সুন্নাতী জায়গা পর্যন্ত হাত ওঠানো .....	৬৩
ঘ. তাকবীরে তাহরীমাহ এর পরে বাম হাতের উপর ডান হাত রাখা সুন্নাত .....	৬৩
ঙ. ডান হাত দিয়ে বাম হাত আঁকড়ে ধরা সুন্নাত .....	৬৩
চ. সানা পড়া সুন্নাত .....	৬৪
ছ. শয়তান থেকে আল্লাহর কাছে আশ্রয় চাওয়া সুন্নাত .....	৬৬
জ. 'বিসমিল্লাহির রাহমানির রাহীম' পড়া .....	৬৬
ঝ. ইমামের সঙ্গে আমীন বলা .....	৬৭
ঞ. সূরা ফাতিহার সঙ্গে একটি সূরা মিলিয়ে পড়া .....	৬৭
(৩) রুকুর সুন্নাতসমূহ .....	৬৮
ক. রুকু অবস্থায় দুই হাত দিয়ে হাঁটু শক্ত করে ধরে রাখা ও আঙুলগুলো ছড়িয়ে রাখা সুন্নাত .....	৬৯
খ. রুকুতে পিঠ সমানভাবে বিছিয়ে দেয়া সুন্নাত .....	৬৭
গ. রুকুর সময় কনুইকে পার্শ্বদেশ থেকে বিচ্ছিন্ন রাখা সুন্নাত .....	৬৭
ঘ. রুকুতে থাকা অবস্থায় হাদীসে বর্ণিত দো'আগুলো পড়া .....	৭০
(৪) রুকু থেকে সোজা হয়ে দাঁড়ানোর সুন্নাতসমূহ .....	৭১
ক. ধীরে ধীরে এবং সময় নিয়ে আদায় করা .....	৭১
খ. 'রাব্বানা ওয়া লাকাল হামদ' বিভিন্নভাবে বলা .....	৭২
গ. রুকু থেকে ওঠার পরে হাদীসে বর্ণিত দো'আগুলো পড়া সুন্নাত .....	৭২
(৫) সিজদার সুন্নাতসমূহ .....	৭৩
ক. সিজদার ভেতরে বাহুদ্বয়কে পার্শ্বদেশ থেকে এবং পেটকে উরু থেকে দূরে রাখা সুন্নাত .....	৭৩
খ. সিজদা অবস্থায় পায়ের আঙুলগুলো কিবলামুখী করে রাখা সুন্নাত .....	৭৫
গ. সিজদার ভেতরে হাদীসে বর্ণিত দো'আগুলো পড়া সুন্নাত .....	৭৫
ঘ. সিজদাতে বেশি বেশি দো'আ করা সুন্নাত .....	৭৬

(৬) দুই সিজদার মাঝখানের বৈঠকে সুন্নাতসমূহ .....	৭৭
১. ডান পা খাড়া করে বাম পা বিছিয়ে সেটার উপর বসা সুন্নাত ...	৭৭
২. দীর্ঘক্ষণ বসা .....	৭৭
৩. দ্বিতীয় কিংবা চতুর্থ রাকা'আতে দাঁড়ানোর আগে খানিক সময় বসা সুন্নাত .....	৭৭
(৭) তাশাহহুদের সুন্নাতসমূহ .....	৭৮
ক. তাশাহহুদের ভেতরে ডান পা খাড়া রাখা ও বাম পা বিছিয়ে রাখা সুন্নাত .....	৭৮
খ. তাশাহহুদের সময় একাধিক পদ্ধতিতে হাত রাখা সুন্নাত .....	৭৮
গ. তাশাহহুদের সময় আঙুল রাখার ক্ষেত্রে কয়েকটি সুন্নাত পদ্ধতি রয়েছে .....	৭৯
ঘ. তাশাহহুদের একাধিক সুন্নাত বর্ণনা রয়েছে .....	৮০
ঙ. তিন ও চার রাকা'আত বিশিষ্ট সালাতের শেষ বৈঠকে 'তাওয়ারুক' করে বসবে .....	৮১
চ. বিভিন্ন সালাত ও সালাম তথা দুরুদ শরীফ পড়া সুন্নাত .....	৮২
ছ. সালাম ফেরানোর আগে চারটি বস্তু থেকে আশ্রয় প্রার্থনা করা সুন্নাত .....	৮৩
জ. ফরয সালাতের সালাম ফেরানোর পরে হাদীসে বর্ণিত দো'আগুলো পড়া সুন্নাত .....	৮৫
ঝ. ফজরের পর থেকে সূর্যোদয়ের আগ পর্যন্ত স্থায়ী সালাতের স্থানে বসে থাকা সুন্নাত .....	৮৮
সকালের যিকির ও দো'আসমূহ .....	৮৯
সকাল ও সন্ধ্যার দো'আসমূহ .....	৮৯
তৃতীয়ত: 'দুহার' সময় .....	৯৪
সময় .....	৯৪
দুহার সালাতের রাকা'আত সংখ্যা .....	৯৪
চতুর্থত: জোহরের ওয়াস্ত .....	৯৬
এক. জোহরের আগে ও পরের সুন্নাত সালাত .....	৯৬
দুই. জোহরের সালাতের প্রথম রাকা'আত লম্বা করা সুন্নাত .....	৯৬
তিন. প্রচণ্ড উত্তাপের সময় তাপ কমা পর্যন্ত দেরি করে জোহরের সালাত আদায় করা সুন্নাত .....	৯৬

পঞ্চমত: আসরের ওয়াক্ত .....	৯৭
সকাল-সন্ধ্যার দো'আ ও যিকিরসমূহ .....	৯৭
ষষ্ঠত: মাগরিবের ওয়াক্ত .....	৯৮
এক. মাগরিবের প্রথম ওয়াক্তের সঙ্গে সঙ্গে বাচ্চাদের ঘরের ভেতরে রাখা সুন্নাত .....	৯৮
দুই. মাগরিবের প্রথম ওয়াক্তেই ঘরের দরজা বন্ধ করা ও আল্লাহর নাম নেয়া সুন্নাত .....	৯৮
তিন. মাগরিবের ফরজের আগে দুই রাকা'আত সালাত আদায় করা .....	৯৯
চার. ইশার সালাতের আগে ঘুমানো মাকরুহ .....	১০০
সপ্তমত: ইশার ওয়াক্ত .....	১০১
এক. ইশার পরে বৈঠক কিংবা গল্পগুজব করা মাকরুহ .....	১০১
দুই. মুসল্লীদের কষ্ট না হলে ইশার সালাত দেরি করে আদায় করা উত্তম .....	১০১
ঘুমের সুন্নাতসমূহ .....	১০২
১. ঘুমের সময় দরজা বন্ধ করে নেয়া .....	১০২
২. ঘুমের আগে আঙুন নিভিয়ে দেয়া .....	১০৩
৩. ঘুমের আগে ওয়ু করা .....	১০৩
৪. ঘুমানোর আগে বিছানা ঝেড়ে নেয়া .....	১০৪
৫. ডান কাতে ঘুমানো .....	১০৪
৬. ডান গালের নিচে ডান হাত রেখে ঘুমানো .....	১০৪
৭. ঘুমের দো'আগুলো পড়া .....	১০৫
কুরআনের দো'আসমূহ .....	১০৫
হাদীসের দো'আসমূহ .....	১০৭
ঘুমের সময় অসংখ্য সুন্নাত দো'আ রয়েছে- তন্মধ্যে .....	১০৭
স্বপ্ন সংশ্লিষ্ট সুন্নাতসমূহ .....	১১২
রাতে হঠাৎ ঘুম ভেঙে গেলে নিম্নোক্ত দো'আ পড়া সুন্নাত .....	১১৪
সময়ের সঙ্গে নির্ধারিত নয় এমন সুন্নাতসমূহ .....	১১৬



এক: খাবারের সুন্নাতসমূহ .....	১১৬
১. খাবারের শুরুতে বিসমিল্লাহ বলা .....	১১৬
২. নিজের সামনে থেকে খাওয়া .....	১১৮
৩. পড়ে যাওয়া লোকমা উঠিয়ে পরিষ্কার করে খাওয়া .....	১১৮
৪. আঙুল চেটে খাওয়া .....	১১৯
৫. থালা পরিষ্কার করে খাওয়া .....	১১৯
৬. তিন আঙুল দ্বারা খাওয়া .....	১২০
৭. তিন শ্বাসে পানি পান করা .....	১২০
৮. খাওয়ার শেষে আল্লাহর প্রশংসা করা .....	১২১
৯. একসঙ্গে খাওয়া .....	১২২
১০. খাবার ভালো লাগলে প্রশংসা করা .....	১২২
১১. আপ্যায়নকারীর জন্য দো'আ করা .....	১২৩
১২. পান করানোর সময় ডান দিক থেকে শুরু করা মুস্তাহাব .....	১২৪
১৩. পানি/পানীয় পরিবেশনকারী সবার শেষে পান করবে .....	১২৪
১৪. রাত হলে বিসমিল্লাহ বলে পাত্র ঢেকে ফেলা .....	১২৫
দুই: সালাম, সাক্ষাৎ ও বৈঠকের সুন্নাত .....	১২৬
১. সালাম দেয়া সুন্নাত .....	১২৬
২. প্রয়োজনে তিন বার পর্যন্ত সালাম দেয়া মুস্তাহাব .....	১২৭
৩. পরিচিত-অপরিচিত সবাইকে সালাম দেয়া সুন্নাত .....	১২৮
৪. হাদীস অনুযায়ী কারা আগে সালাম দিবে? .....	১২৮
৫. বাচ্চাদেরকে সালাম দেয়া সুন্নাত .....	১২৯
৬. ঘরে প্রবেশের সময় সালাম দেয়া সুন্নাত .....	১২৯
৭. কেউ ঘুমে থাকলে নিম্ন আওয়াজে সালাম দেয়া সুন্নাত .....	১৩১
৮. সালাম পৌঁছে দেয়া সুন্নাত .....	১৩১
৯. মজলিসে প্রবেশ ও ত্যাগের সময় সালাম দেয়া .....	১৩২
১০. সাক্ষাতের সময় সালামের সঙ্গে মুসাফাহা করা সুন্নাত .....	১৩২
১১. মুচকি হাসা এবং হাস্যোজ্জ্বল মুখে সাক্ষাৎ করা সুন্নাত .....	১৩৩
১২. ভালো কথা বলাও সাদাকা ও সুন্নাত .....	১৩৩
১৩. মজলিসে আল্লাহর যিকির করা মুস্তাহাব .....	১৩৪
১৪. মজলিস শেষ করার পরে মজলিসের কাফফার আদায় করা সুন্নাত .....	১৩৪



তিন: পোশাক ও সাজ-সজ্জার সুন্নাত .....	১৩৫
১. ডান পায়ে আগে জুতা পরা সুন্নাত .....	১৩৫
২. সাদা কাপড় পরিধান করা সুন্নাত .....	১৩৫
৩. সুগন্ধি ব্যবহার করা সুন্নাত .....	১৩৬
৪. সুগন্ধি ফিরিয়ে দেয়া মাকরুহ .....	১৩৭
৫. ডান দিক থেকে মাথা আচড়ানো সুন্নাত .....	১৩৭
চার. হাঁচি ও হাই তোলার সুন্নাত .....	১৩৭
হাঁচির সুন্নাতসমূহ .....	১৩৭
১. হাঁচিদাতার জন্য 'আলহামদুলিল্লাহ' বলা সুন্নাত .....	১৩৭
২. হাঁচিদাতা যদি 'আলহামদুলিল্লাহ' না বলে তবে সে হাঁচির জবাব না দেয়া সুন্নাত .....	১৩৮
সুতরাং উল্লিখিত আলোচনা থেকে প্রমাণিত হলো, দুই অবস্থায় হাঁচির জবাব দিতে হবে না .....	১৪০
হাই তোলার সুন্নাতসমূহ .....	১৪০
পাঁচ: দৈনন্দিন অন্যান্য সুন্নাত .....	১৪২
১. বাথরুমে প্রবেশ ও বের হওয়ার দো'আসমূহ .....	১৪২
২. অসিয়ত লেখা সুন্নাত .....	১৪২
৩. জ্রয়-বিজ্রয়ের ক্ষেত্রে উদারতা ও নম্রতা অবলম্বন করা .....	১৪৩
৪. প্রত্যেক ওয়ুর পরে দুই রাকা'আত সালাত আদায় করা .....	১৪৪
৫. সালাতের জন্য অপেক্ষা করা .....	১৪৪
৬. মিসওয়াক করা .....	১৪৬
৭. প্রত্যেক সালাতের জন্য নতুন ওয়ু করা .....	১৪৬
৮. দো'আ করা .....	১৪৭
৯. দৈনন্দিন আরেকটি সুন্নাত হলো আল্লাহর যিকির করা .....	১৫২
যিকির অন্তর জীবিত রাখে .....	১৫৩
কুরআন থেকে যিকিরের ফযীলত ও উৎসাহ .....	১৫৪
আল্লাহ তা'আলা কুরআনের একাধিক জায়গায় যিকিরের প্রতি উৎসাহিত করেছেন। তন্মধ্যে উল্লেখযোগ্য হচ্ছে .....	১৫৪
রাসূলের সুন্নাতে যিকিরের অসংখ্য পদ্ধতি এসেছে। তন্মধ্যে কয়েকটি হচ্ছে .....	১৫৬

## গ্রন্থকারের মুখবন্ধ

সকল প্রশংসা আল্লাহ তা'আলার জন্য, যিনি প্রিয় নবী সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লামের অনুসরণের নির্দেশ দিয়ে বলেছেন, “নিশ্চয় তোমাদের জন্য আল্লাহর রাসূলের মাঝে রয়েছে উত্তম আদর্শ। যে আল্লাহ ও পরকাল দিবসের আশা করে আর বেশি বেশি আল্লাহকে স্মরণ করে।” [সূরা আল-আহযাব, আয়াত: ২১] দুরূদ ও সালাম বর্ষিত হোক আল্লাহর প্রকৃত অনুগত্য ও সুন্নাতের অনুসরণের দিকে সর্বশ্রেষ্ঠ আহ্বানকারী প্রিয় নবী সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লামের ওপর।

পরকথা:

প্রিয় পাঠক! বক্ষ্যমাণ গ্রন্থে আপনাদের সমীপে আমরা প্রিয় নবী সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লামের সকালে ঘুম হতে ওঠা থেকে শুরু করে রাতে ঘুমাতে যাওয়ার আগ পর্যন্ত দৈনন্দিন সুন্নাতগুলো তুলে ধরবো। এক্ষেত্রে প্রথমে আমরা সময়ের সঙ্গে সংশ্লিষ্ট সুন্নাতগুলো বর্ণনা করবো। এরপর অতিরিক্ত এমন কিছু সুন্নাত উল্লেখ করবো যেগুলো নির্ধারিত সময়ের সঙ্গে সংশ্লিষ্ট নয়। এখানে সুন্নাত বলতে আমাদের উদ্দেশ্য হচ্ছে মুস্তাহাব আমল- যেগুলো দীনের আবশ্যকীয় বিধান নয়; বরং পূর্ণ আনুগত্যের বহিঃপ্রকাশ।

এটা মূলত আমাদের রচিত 'আল মিনাছল আলিয়া ফী বায়ানিস সুনান আল ইয়াওমিয়াহ' শীর্ষক গ্রন্থটি থেকে গবেষণামূলক মাসায়েল ও সুন্নাহ সংশ্লিষ্ট আলোচনা বাদ দিয়ে তৈরি করা সংক্ষিপ্ত ও পরিমার্জিত রূপ। পাঠকের সময় ও ব্যস্ততার দিকে তাকিয়ে কিছু ভাইয়ের পরামর্শে আমরা কাজটি সম্পন্ন করেছি। পাশাপাশি কলেবর ছোট হওয়ার সুবাদে গ্রন্থটি যেন সর্বাধিক সংখ্যক পাঠকের হাতে পৌঁছতে পারে সেটাও আমাদের অন্যতম উদ্দেশ্য।

প্রিয় নবী সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লামের দৈনন্দিন সুন্নাতগুলো এক মলাটে নিয়ে আসার ক্ষেত্রে কয়েকটি বিষয় আমাদের ভেতরে কাজ করেছে। প্রথমত প্রিয় নবী সাল্লাল্লাহু 'আলাইহি ওয়াসাল্লামের দৈনন্দিন

জীবন-আদর্শ যথাযথভাবে পাঠকের সামনে তুলে ধরা যেটাকে পশ্চিমা  
দুনিয়া বিকৃত করার অপচেষ্টা চালিয়েছে। দ্বিতীয়ত নফল হওয়ার দোহাই  
দিয়ে মুসলিম উম্মাহ'র এসব সুন্নাত পালনে উদাসীনতা ও শিথিলতাও  
আমাদের এ প্রকল্প বাস্তবায়নের ক্ষেত্রে অনুপ্রেরণা যুগিয়েছে। কারণ  
এগুলো ছেড়ে দেয়ার মাধ্যমে উম্মাহ বড় ধরনের কল্যাণ থেকে বঞ্চিত  
হয়েছে এবং হচ্ছে।

গ্রন্থটিতে আমরা প্রতি দিনের সহীহ সুন্নাতগুলো দলীলসহ উল্লেখ করার  
যথাসাধ্য চেষ্টা করেছি। আল্লাহ তা'আলা আমাদেরকে নবী সাল্লাল্লাহু  
'আলাইহি ওয়াসাল্লামের পদাঙ্ক অনুসরণের তাওফীক দান করুন।  
কিয়ামতের ময়দানে নবীর বাণ্ডতলে সমবেত করুন। আমীন।

বিনীত

ড. আবদুল্লাহ ইবনে হামূদ আল-ফুরাইহ

ইমেইল: [eqtidaa@gmail.com](mailto:eqtidaa@gmail.com)