

মূল শব্দাবলী  
মুহাসাবা/আত্মসমালোচনা  
উন্নতি  
অনুশোচনা  
উদ্দেশ্য



**Majlis Ugama Islam Singapura**

**Friday Sermon**

**5 Disember 2025 / 14 Jamadilakhir 1447H**

**আত্মসমালোচনার অনুশীলন গড়ে তোলা**

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي خَلَقَ الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ، وَأَمَرَنَا بِالتَّقْوَى وَالْخُلُقِ  
الْكَرِيمِ، وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ سَيِّدَنَا  
مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ. اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ  
أَجْمَعِينَ. أَمَّا بَعْدُ، فَيَا عِبَادَ اللَّهِ، اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ، وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ  
مُسْلِمُونَ

যুমরাতুল মুমেনিন রাহিকামুল্লাহ,

আসুন, আমরা আল্লাহ সুবহানাহ ওয়া তা'আলার প্রতি তাকওয়া অবলম্বন করে নিজেদেরকে সুশোভিত করে তুলি। আমাদের প্রতিটি কাজ যেন তাঁর আদেশের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ হয়, তা নিশ্চিত করি। তাঁর নির্ধারিত সীমা ও নিষেধাজ্ঞা লঙ্ঘন করা থেকে নিজেদের রক্ষা করি। জীবনের সব বিষয়ে আল্লাহ সুবহানাহ ওয়া তা'আলার সাহায্য ও হিদায়াত কামনা করি, কেননা তিনিই সর্বোত্তম অভিভাবক এবং তাঁর বান্দাদের প্রতি সর্বাধিক দয়ালু। জীবনের পথে চলতে গিয়ে আল্লাহ সুবহানাহ ওয়া তা'আলা যেন আমাদের অন্তরে প্রশান্তি ও ঈমানে সুদৃঢ়তা দান করেন।

আমীন! ইয়া রাব্বাল আলামীন!!

মহান আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলার অনুগ্রহপ্রাপ্ত সম্মানিত সুধী,

প্রতিটি অতিবাহিত দিনের সঙ্গে সঙ্গে বছরের শেষ দিনটি ক্রমশই কাছে চলে আসছে। গত বছরের শুরুতে আমাদের কেউ কেউ হয়তো কিছু লক্ষ্য নির্ধারণ করেছিলাম—সারা বছরে আমরা কী অর্জন করতে চাই? কিন্তু আজ এসে দেখা যাচ্ছে, সেই পরিকল্পনাগুলোর কিছু হয়তো বাস্তবায়িত হয়নি, দৈনন্দিন জীবনের ব্যস্ততা কিংবা নানা ধরনের মনোযোগ-বিভ্রান্তির কারণে, যা আমাদের লক্ষ্য থেকে দৃষ্টি সরিয়ে নিয়েছে।

এই ব্যস্ততার মাঝেই আমরা হয়তো এক মুহূর্ত থেমে নিজেকে এই প্রশ্ন করার সময় পাইনি—আমি যা করছি তা কেন করছি? জীবনে আমার নিয়ত বা উদ্দেশ্য কী? প্রতিদিনের আমার কাজ ও আমার কাজ করার প্রচেষ্টা আখিরাতে আমার অবস্থার ওপর কী প্রভাব ফেলবে?

এটি আত্মসমালোচনা বা মুহাসাবার একটি উদাহরণ—যা প্রত্যেক মুমিনের জন্য পালন করা আবশ্যিক। সূরা আল হাশরের ১৮ নম্বর আয়াতে মহান আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলা ইরশাদ করেছেন;

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ  
وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

অর্থঃ হে মুমিনগণ, তোমরা আল্লাহকে ভয় কর। প্রত্যেকেই চিন্তা করে দেখুক, সে আগামীকালের জন্য কি কাজ বা পূণ্য কাজ অগ্রিম পাঠিয়েছে। তোমরা সত্যি ই মহান আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলাকে ভয় কর। জেনে রেখো, তোমরা যা কর সে সম্পর্কে মহান আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলা সম্পূর্ণ খবর রাখেন।

তাঁর তাফসিরে ইমাম আস-সা'দী ব্যাখ্যা করেছেন যে, এই আয়াতটি আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলার প্রত্যেক বান্দার জন্য মুহাসাবাহ বা আত্মপর্যালোচনায় লিপ্ত হওয়ার মূল ভিত্তি স্থাপন করে। এ উদ্দেশ্যে তিনি তিনটি ধাপের কথা উল্লেখ করেছেন:

১. যদি আমরা কোনো ভুল করে থাকি, তবে সঙ্গে সঙ্গে যেন তা সংশোধন করি। ভুল পরিত্যাগ করি, আন্তরিকভাবে তাওবা করি এবং এমন সব কাজ করা থেকে বিরত থাকি যা আমাদের আবার সেই ভুলের দিকে ফিরিয়ে নিতে পারে।

২. আল্লাহর আদেশ পালন করার ক্ষেত্রে আমাদের কোনো ঘাটতি থাকলে, সদা উন্নতির চেষ্টা করি। আমাদের কাজগুলোকে পরিশুদ্ধ ও পরিপূর্ণ করার জন্য আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলার সাহায্য কামনা করি।

৩. আমাদের নিজেদের সীমাবদ্ধতার সঙ্গে আল্লাহর নিয়ামতসমূহকে তুলনা করি। যখন আমরা উপলব্ধি করি যে আমাদের ত্রুটির তুলনায় মহান আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলার অনুগ্রহ কত অসীম ও ব্যাপক, তখন তা আমাদের হৃদয়ে আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা'আলার সামনে গভীর বিনয় ও লজ্জাবোধ সৃষ্টি করে এবং আমাদের আরও বেশি আনুগত্যশীল ও কৃতজ্ঞ হতে উৎসাহিত করে।

**প্রিয় ভাইয়েরা,**

আমাদের সাফল্য যত বড়ই হোক না কেন, আত্মউন্নতির সুযোগ সবসময়ই থেকে যায়। কিন্তু আমরা যদি সবসময় কাজের ব্যস্ততায় নিমগ্ন থাকি এবং নিজেকে প্রশ্ন করার জন্য কখনও না থামি—তাহলে আত্মসমালোচনার সেই গুরুত্বপূর্ণ সুযোগগুলো হারিয়ে ফেলি। আমাদের কোন্ কোন্ ক্ষেত্রে আরও উন্নতির প্রচেষ্টা করা প্রয়োজন? কীভাবে আমরা আরও ভালোভাবে সামনে এগোনোর পরিকল্পনা করতে পারি, যাতে আমাদের জীবনের লক্ষ্যগুলো স্পষ্ট থাকে এবং সং অভিপ্রায়গুলো বাস্তবায়িত হয়?

এই কারণেই প্রত্যেক মুসলিমের জন্য **মুহাসাবাহ**, অর্থাৎ ধারাবাহিক আত্মসমালোচনা বা আত্মপর্যালোচনার অনুশীলন করা অত্যন্ত জরুরি। এ প্রসঙ্গে আমি দুটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয় আপনাদেরকে বলতে চাই:

**প্রথমত: মুহাসাবাহ হলো আত্মপর্যালোচনার এমন একটি প্রক্রিয়া, যা একজন মুমিনের অন্তরকে সজীব করে তোলে।**

প্রখ্যাত আলেম আল-হাসান আল-বাসরি (রাঃ.) একবার বলেছেন:

“একজন মুমিন প্রতিটি বিষয়ে নিজেকে অবিরাম যাচাই করে। সে যা-ই করে না কেন, তার মনে হয় কোথাও না কোথাও ঘাটতি রয়ে গেছে—ফলে সে অনুতপ্ত হয় এবং নিজেকে জিজ্ঞাসাবাদ করে। আর যে ব্যক্তি উদাসীন ও মন্দ, সে কোনো প্রশ্ন ছাড়াই ও নিজেকে সংশোধন না করেই জীবনযাপন করে।”

মুহাসাবাহের মাধ্যমে একজন মানুষ নিজের অহংকারকে দমন করে এবং নিজের ঘাটতিগুলো উপলব্ধি করে। উদাহরণস্বরূপ, আমরা—আমি নিজেসহ—জনসম্মুখে অন্যদের সঙ্গে ভদ্র ও নম্র আচরণ করতে পারি, কিন্তু নিজের পরিবারের প্রতি হয়তো ততটা ধৈর্যশীল নই। আমরা মানুষের সামনে ভালো আচার-আচরণ ও নেক আমল প্রদর্শন করি, অথচ গোপনে গুনাহ করে ফেলি। আমাদের সঙ্গে যাদের সাংস্কৃতিক পটভূমি বা মতাদর্শ মিল আছে, তাদের প্রতি আমরা সৌজন্য দেখাই; কিন্তু অন্যদের সঙ্গে সমান আচরণ করতে ব্যর্থ হই—ভুলে যাই যে আমরা সবাই আল্লাহর সৃষ্ট।

অতএব, মুহাসাবাহের চর্চা আমাদের নিশ্চিত করে যে আমরা যেন নিজেদের সামান্য কিছু ভালো কাজের কারণে ধোঁকায় না পড়ি। কেননা আমরা কেউই পূর্ণাঙ্গ নই, এবং আত্মউন্নতির জন্য এখনও আমাদের বহু ক্ষেত্রেই অগ্রগতি অর্জন করা বাকি।

## দ্বিতীয়ত: আত্মউন্নয়নের জন্য মুহাসাবাহ,

আমরা যখন নিজের কাজকর্ম ও আমলের আত্মপর্যালোচনা করি, তখন কোনো মহৎ লক্ষ্য এখনো অর্জিত না হওয়া বা কোনো খারাপ অভ্যাস ত্যাগ করতে না পারার কারণে অনুশোচনা ও হতাশা অনুভব করতে পারি।

রাসূলুল্লাহ (সঃ) বলেছেন, যার অর্থ:

“অনুতাপই হচ্ছে তাওবার (প্রথম ধাপ)।” (ইবন মাজাহ)

ভবিষ্যতে একই ভুল পুনরাবৃত্তি না করার জন্য অনুশোচনার অনুভূতি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। আমরা হয়তো এমন সময় নষ্ট করার জন্য আফসোস করি যা ফলপ্রসূ কাজে ব্যবহার করা যেত, অথবা নিজের স্বাস্থ্যের অবহেলার জন্য অনুতপ্ত হই যখন অসুস্থতা এসে পড়ে। এই অনুশোচনাই আমাদের আগামী দিনের কর্মকাণ্ডে আরও সচেতন ও উদ্দেশ্যপ্রণোদিত হতে উদ্বুদ্ধ করে।

## উপস্থিত প্রিয় সুধী,

মুহাসাবাহ শুধু আমাদের জীবনকে উন্নত করার একটি প্রক্রিয়াই নয়; এটি আখিরাতের হিসাব-নিকাশের দিনের জন্য প্রস্তুতিও বটে। যেমন বলা হয়:

“তোমাদের হিসাব নেওয়ার আগেই নিজেদের হিসাব নিজেরা করে নাও।”

মনে রাখবেন, আমরা যে প্রতিটি কাজই করি না কেন, তা আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা’আলার দৃষ্টিতে গুরুত্ব বহন করে। মুহাসাবাহ আমাদের কর্মক্ষেত্রে দায়িত্ব যথাযথভাবে পালন করতে, সমাজে শালীন ও সুন্দর আচরণ করতে এবং নানা পরীক্ষার মুখে ধৈর্য ধারণ করতে সাহায্য করে। এটি আমাদের মাঝে **ইহসান** গড়ে তোলে—অর্থাৎ এমনভাবে জীবন যাপন করা যেন আমরা আল্লাহ সুবহানাহু ওয়া তা’আলাকে দেখছি, অথবা অন্তত এই পূর্ণ সচেতনতায় থাকা যে আল্লাহ সর্বদা আমাদের দেখছেন।

আল্লাহ তাআলা যেন আমাদের ধারাবাহিক আত্মপর্যালোচনা আমাদের জীবনকে আরও সচেতন, আরও কৃতজ্ঞ এবং আরও উদ্দেশ্যপূর্ণ করে তোলে। তিনি যেন আমাদের প্রতিটি পদক্ষেপ তাঁর সন্তুষ্টি অর্জনের পথে পরিচালিত করেন।

আমীন! ইয়া রাব্বাল আলামীন!!

أَقُولُ قَوْلِي هَذَا وَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ لِي وَلَكُمْ، فَاسْتَغْفِرُوهُ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ  
الرَّحِيمُ.

## Second Sermon

الْحَمْدُ لِلَّهِ حَمْدًا كَثِيرًا كَمَا أَمَرَ، وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ سَيِّدَنَا مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ. اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ. أَمَا بَعْدُ، فَيَا عِبَادَ اللَّهِ، اتَّقُوا اللَّهَ تَعَالَى فِيمَا أَمَرَ، وَانْتَهُوا عَمَّا نَهَاكُمْ عَنْهُ وَزَجَرَ.

أَلَا صَلُّوا وَسَلِّمُوا عَلَى النَّبِيِّ الْمُصْطَفَى، فَقَدْ أَمَرَنَا اللَّهُ بِذَلِكَ حَيْثُ قَالَ فِي كِتَابِهِ الْغَرِيزِ: إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا. اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ.

وَارْضَ اللَّهُمَّ عَنِ الْخُلَفَاءِ الرَّاشِدِينَ الْمُهَدِّينَ سَادَاتِنَا أَبِي بَكْرٍ وَعُمَرُ وَعُثْمَانُ وَعَلِيٌّ، وَعَنْ بَقِيَّةِ الصَّحَابَةِ وَالْقُرَآةِ وَالتَّابِعِينَ، وَتَابِعِي التَّابِعِينَ، وَعَنْ مَعَهُمْ وَفِيهِمْ بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ، وَالْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ، الْأَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ. اللَّهُمَّ ادْفَعْ عَنَّا الْبَلَاءَ وَالْوَبَاءَ وَالزَّلَازِلَ وَالْمَحَنَ، مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ، عَنِ بَلَدِنَا خَاصَّةً، وَسَائِرِ الْبُلْدَانِ عَامَّةً، يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ. اللَّهُمَّ أَنْصُرْ إِخْوَانَنَا الْمُسْتَضْعِفِينَ فِي عَزَّةٍ وَفِي فَلَسْطِينَ وَفِي كُلِّ مَكَانٍ عَامَّةً، يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ. اللَّهُمَّ بَدِّلْ خَوْفَهُمْ أَمْنًا، وَحُزْرَهُمْ فَرَحًا، وَهَمَّهُمْ فَرَجًا، يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ. اللَّهُمَّ اكْتُبِ السَّلَامَ وَالْأَمْنَ وَالْأَمَانَ لِلْعَالَمِ كُلِّهِ

وَلِلنَّاسِ أَجْمَعِينَ. رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً، وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً، وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ.

عِبَادَ اللَّهِ، إِنَّ اللَّهَ يُأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَى، وَيَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ، يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ، فَادْكُرُوا اللَّهَ الْعَظِيمَ يَذْكُرْكُمْ، وَاشْكُرُوا عَلَى نِعَمِهِ يَزِدْكُمْ، وَاسْأَلُوهُ مِنْ فَضْلِهِ يُعْطِكُمْ، وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ، وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ.