নবীজী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম সালাত (নামাজ) শেষ করার পর বেশ কিছু দুআ ও জিকির পাঠ করতেন, যা বিভিন্ন হাদিস দ্বারা প্রমাণিত। এগুলোকে একত্রে "ওয়াজিফাতুল মাসা" বা সালাতের পরের জিকির-দুআ বলা হয়।

সালাতের ফরয অংশ শেষ করার পর নবীজী (সা.)-এর নিয়মিত আমলসমূহ নিম্নরূপ:

১. তাসবিহ, তাহমিদ ও তাকবির (সূরা ফাতিহার পরের আমল)

সালাম ফেরানোর পর পরেই নবীজী (সা.) নিম্নলিখিত জিকিরগুলো পাঠ করতেন:

- **৩৩ বার** "সুবহানাল্লাহ" (سُبْحَانَ اللَّهِ) - "আল্লাহ পবিত্র"
- **৩৩ বার** "আল-হামদুলিল্লাহ" (الْحَمْدُ لِلَّهِ) - "সমস্ত প্রশংসা আল্লাহর জন্য"
- **৩৩ বার** "আল্লাহু আকবার" (اللَّهُ أَكْبَرُ) - "আল্লাহ সর্বশ্রেষ্ঠ"

এরপর **একবার** পূর্ণাঙ্গ বাক্যাংশটি পড়তেন:

> "لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ"

বাংলা উচ্চারণ: "লা ইলাহা ইল্লাল্লাহু ওয়াহদাহু লা শারীকা লাহু, লাহুল মুলকু ওয়া লাহুল হামদু ওয়া হুয়া আলা কুল্লি শাইয়িন কাদীর।"
অর্থ: "আল্লাহ ছাড়া কোন ইলাহ নেই, তিনি এক, তাঁর কোন শরীক নেই, রাজত্ব তাঁরই এবং সকল প্রশংসা তাঁরই, আর তিনি সবকিছু বিষয়ে সর্বশক্তিমান।"

সূত্র: সহিহ বুখারি, সহিহ মুসলিম

২. আয়াতুল কুরসি (সুরা আল-বাকারাহ ২৫৫) পাঠ করা

নবীজী (সা.) বলেছেন, "যে ব্যক্তি প্রত্যেক ফরয সালাতের পর আয়াতুল কুরসি পড়ে, তার জান্নাতে প্রবেশ করতে মৃত্যু ছাড়া কোন বাধা থাকবে না।" (সহিহ নাসাঈ)

৩. সূরা আল-ইখলাস, সূরা আল-ফালাক ও সূরা আন-নাস (মু'আওয়িজাতাইন)

প্রত্যেক ফরয সালাতের পর **একবার করে** এই তিনটি সূরা পড়ারও বিশেষ ফজিলত বর্ণিত আছে। (সুনান আবু দাউদ, তিরমিজি)

৪. বিশেষ দুআসমূহ

নবীজী (সা.) বিভিন্ন সময়ে নিম্নোক্ত দুআগুলো পড়তেন:

- **সালাতের পরের প্রধান দুআ**:

  > "اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ"

  বাংলা উচ্চারণ: "আল্লাহুম্মা আনতাস সালামু ওয়া মিনকাস সালামু, তাবারাকতা ইয়া যাল জালালি ওয়াল ইকরাম।"
  অর্থ: "হে আল্লাহ! আপনি নিজেই শান্তি এবং আপনার কাছ থেকেই শান্তি। হে মহিমা ও মর্যাদার অধিকারী, আপনি কল্যাণময় ও বরকতপূর্ণ।"
  সূত্র: সহিহ মুসলিম

- **ক্ষমা প্রার্থনার দুআ**:

  > "أَسْتَغْفِرُ اللهَ"

  বাংলা উচ্চারণ: "আস্তাগফিরুল্লাহ" (৩ বার)
  অর্থ: "আমি আল্লাহর কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করছি।"

  এরপর:

  > "اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ، تَبَارَكْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ"

  সূত্র: সহিহ মুসলিম

৫. দুনিয়া ও আখিরাতের কল্যাণের জন্য দুআ

নবীজী (সা.) তাঁর একজন সাহাবীকে (সুবানান্‌লাহ রাদিয়াল্লাহু আনহু) সালাতের পর নিচের দুআটি পাঠ করতে শিখিয়েছিলেন:

> "اللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى ذِكْرِكَ، وَشُكْرِكَ، وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ"

বাংলা উচ্চারণ: "আল্লাহুম্মা আ'ইন্নি আলা জিকরিকা, ওয়া শুকরিকা, ওয়া হুসনি ইবাদাতিক।"
অর্থ: "হে আল্লাহ! আপনাকে স্মরণ করতে, আপনার শুকরিয়া আদায় করতে এবং উত্তমরূপে ইবাদাত করতে আমাকে সাহায্য করুন।"
সূত্র: সুনান আবু দাউদ, নাসাঈ

সাইয়িদুল ইস্তিগফার (ক্ষমা প্রার্থনার নেতা বা সেরা দুআ)

এই দুআটি পাঠ সম্পর্কে নবীজী (সা.) বলেছেন:

> "**যে ব্যক্তি দৃঢ় বিশ্বাস (ইয়াকীন) সহকারে দিনে এই দুআটি পাঠ করবে এবং সেদিনের মধ্যে মারা যাবে, সে জান্নাতবাসী হবে। আর যে ব্যক্তি রাতে দৃঢ় বিশ্বাস সহকারে এটি পাঠ করবে এবং সেই রাতের মধ্যে মারা যাবে, সেও জান্নাতবাসী হবে।**" (সহীহ আল-বুখারী, হাদীস নং ৬৩০৬)

দুআটির আরবি উচ্চারণ ও বাংলা অর্থ

اَللّٰهُمَّ أَنْتَ رَبِّيْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِيْ وَأَنَا عَبْدُكَ وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ أَبُوْءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوْءُ بِذَنْبِيْ فَاغْفِرْ لِيْ فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ إِلَّا أَنْتَ

বাংলা উচ্চারণ: "আল্লাহুম্মা আনতা রব্বি, লা ইলাহা ইল্লা আনতা, খালাকতানি ওয়া আনা আবদুকা, ওয়া আনা 'আলা আহদিকা ওয়া ওয়া'দিকা মাস-তাতা'তু। আউযু বিকা মিন শাররি মা সনা'তু। আবুউ লাকা বিনি'মাতিকা 'আলাইয়া, ওয়া আবুউ বি-যাম্বি। ফাগ-ফিরলি, ফা-ইন্নাহু লা ইয়াগ-ফিরুজ-যুনুবা ইল্লা আনতা।"

বাংলা অর্থ: "হে আল্লাহ! আপনি আমার রব, আপনি ছাড়া কোন সত্য ইলাহ নেই। আপনি আমাকে সৃষ্টি করেছেন এবং আমি আপনার বান্দা। আমি আমার সাধ্য অনুযায়ী আপনার সাথে কৃত অঙ্গীকার ও ওয়াদা পূর্ণ করার চেষ্টায় আছি। আমি আমার কৃতকর্মের অনিষ্ট থেকে আপনার আশ্রয় প্রার্থনা করছি। আমি আপনার আমার উপর যে নিয়ামত দান করেছেন তা স্বীকার করছি এবং আমি আমার গুনাহও স্বীকার করছি। সুতরাং আপনি আমাকে ক্ষমা করে দিন, কারণ আপনি ছাড়া অন্য কেউ গুনাহসমূহ ক্ষমা করতে পারে না।"

কখন পড়বেন?

নবীজী (সা.) বলেন, "**নিশ্চয়ই আমি দিনে একশত বার ইস্তিগফার (ক্ষমা প্রার্থনা) করি।**" (সহিহ মুসলিম)। যদিও তিনি বিভিন্ন ইস্তিগফার পড়তেন, কিন্তু সাইয়িদুল ইস্তিগফার সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ এবং সুপারিশকৃত।

- **সকাল-সন্ধ্যার জিকিরের সময়**: সকালবেলা ও সন্ধ্যাবেলা এই দুআটি পড়া অত্যন্ত ফজিলতপূর্ণ।
- **সালাতের পর**: সালাত (নামাজ) এর পরের মুহূর্তটি হল দোয়া কবুলের বিশেষ সময়, এই সময়ে এটি পড়া উত্তম।
- **যে কোনো সময়**: দিন বা রাতে যে কোনো সময়, বিশেষত গুনাহের অনুভূতি হলে বা আল্লাহর কাছে ফিরে আসার ইচ্ছা করলে এই দুআ পাঠ করা যায়।

আয়াতুল কুরসীর সম্পূর্ণ বাংলা উচ্চারণ এবং বাংলা অনুবাদ।

সূরা: আল-বাকারা (২:২৫৫)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

বিসমিল্লা-হির রাহমা-নির রাহীম (পরম করুণাময় ও অসীম দয়ালু আল্লাহর নামে শুরু করছি)

আরবি আয়াত:

اللَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ لَّهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ۗ مَن ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِندَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ ۖ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

বাংলা উচ্চারণ:

আল্লাহু লা- ইলা-হা ইল্লা- হুওয়াল হাইয়ুল কাইয়্যূম। লা- তা'খুজুহু সিনাতুও ওয়া লা- নাউম। লাহু মা- ফিস সামা-ওয়া-তি ওয়া মা- ফিল আরদ। মান যাল্লাজি ইয়াশফা'উ ইন্দাহু ইল্লা- বিইজনিহ। ইয়া'লামু মা- বাইনা আইদীহিম ওয়া মা- খালফাহুম। ওয়া লা- ইউহীতূনা বিশাইয়িম মিন ইলমিহি ইল্লা- বিমা- শা-আ। ওয়াসি'আ কুরসিইয়্যুহুস সামা-ওয়া-তি ওয়াল আরদ। ওয়া লা- ইয়াউদুহু হিফযুহুমা-। ওয়া হুওয়াল আলিয়্যুল আজীম।

বাংলা অনুবাদ / অর্থ:

"আল্লাহ, তিনি ছাড়া কোনো (সত্য) ইলাহ (উপাস্য) নেই; তিনি চিরঞ্জীব, সবকিছুর ধারক ও সংরক্ষক। তাঁকে তন্দ্রাও স্পর্শ করতে পারে না, নিদ্রাও না। আসমান ও যমীনে যা কিছু আছে, সবই তাঁর। কে এমন আছে যে, তাঁর অনুমতি ছাড়া তাঁর কাছে সুপারিশ করতে পারে? (সৃষ্টিকুলের) সামনে যা আছে এবং পেছনে যা আছে, তিনি তা জানেন। আর তাঁর জ্ঞান থেকে তারা কোনো কিছুই পরিবেষ্টন (আয়ত্ত) করতে পারে না, কিন্তু যা তিনি ইচ্ছে করেন (তা ছাড়া)। তাঁর সিংহাসন (কুরসী) সমস্ত আসমান ও যমীনকে পরিবেষ্টিত করে আছে। আর সেগুলোকে রক্ষা করা তাঁকে ক্লান্তও করে না। আর তিনি সর্বোচ্চ, সর্বশ্রেষ্ঠ।"