

ঘুমানোর দোয়াসমূহ

১. ঘুমানোর পূর্বের দোয়া:

اَللّٰهُمَّ بِاسْمِكَ اَمُوتُ وَاَحْيَا

(বুখারি: ৬৩১৪)

উচ্চারণ- আল্লাহুম্মা বিসমিকা আমুতু ওয়া আহইয়া।

অর্থ: হে আল্লাহ ! আমি আপনার নাম নিয়ে মৃত্যু বরণ করি এবং জীবিত হই।

২. ঘুম থেকে উঠে পড়বো:

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ اَحْيَانَا بَعْدَ مَا اَمَاتَنَا، وَاِلَيْهِ النُّشُوْرُ

(বুখারি: ৬৩১৪)

উচ্চারণ- ‘আলহামদু লিল্লাহিল লাজি আহইয়ানা বা’দা মা
আমাতানা ওয়া ইলাইহিন নুশুর।’

অর্থ: সমস্ত প্রশংসা সেই মহান আল্লাহর, যিনি আমাকে মৃত্যুর পর জীবন
দান করেছেন এবং সবাইকে তাঁরই কাছে যেতে হবে।

ঘুমানোর সুন্নত ও আদতসমূহ

১. ইশার পর তাড়াতাড়ি ঘুমানোর চেষ্টা করা। দুনিয়াবি অপ্রয়োজনীয় কথাবার্তা না বলা। (বুখারি: ৬৩১১, বারা ইবনে আযিব রা.)

২. ঘুমানোর পূর্বে কাপড় পরিবর্তন করা।

(সুবুলুলুহদা ওয়ার রাশাদ: ৭/৩৫৯, ইবনে আব্বাস রা.)

৩. অজু করে ঘুমানো। (বুখারি: ৫৯৯, আবু বারযাহ রা.)

৪. তিনবার বিছানা ঝেড়ে শোয়া। (বুখারি: ৭৩৯৩, আবু হুরাইরাহ রা.)

৫. তিনবার ইস্তিগফার পড়া। (তিরমিযী: ৩৩৯৭, আবু সাইদ রা.)

৬. তাসবিহে ফাতেমি

(سُبْحَانَ اللَّهِ، الْحَمْدُ لِلَّهِ، اللَّهُ أَكْبَرُ)

যথাক্রমে সুবহানাল্লাহ ৩৩ বার, আলহামদুলিল্লাহ ৩৩ বার এবং আল্লাহু আকবার ৩৪ বার পড়া। (বুখারি: ৫৩৬১, আলী রা.)

৭. সূরা ইখলাস, সূরা ফালাক এবং সূরা নাস পড়া।

(বুখারি: ৫০১৭, আয়েশা রা.)

৮. ডান কাতে কিবলামুখী হয়ে শুয়ে হাত চোয়ালের নীচে রাখা।

(বুখারি: ৬৩১৫, বারা)

৯. পেটের উপর উপুড় হয়ে না শোয়া। (তিরমিযী: ২৭৬৮, আবু হুরাইরাহ রা.)

১০. ঘুমানোর দোয়া:

اللَّهُمَّ بِاسْمِكَ أَمُوتُ وَ أَحْيَا

(আল্লাহুম্মা বিসমিকা আমুতু ওয়া আহইয়া) পড়া। (বুখারি: ৬৩১৪)

ঘুম থেকে জেগে ওঠার সুন্নতসমূহ

১. ঘুম থেকে উঠেই উভয় হাত দিয়ে চোখ ও মুখ মলা।

(বুখারি: ১৮৩, ইবনে আব্বাস রা.)

২. ঘুম থেকে জেগে উঠার পর দোয়াঃ হযরত হযাইফা রা. থেকে বর্ণিত, রাসূল ঘুম থেকে উঠে এই দোয়া পড়তেন,

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ اَحْيَاَنَا بَعْدَ مَا اَمَاتَنَا وَاِلَيْهِ النُّشُوْرُ

‘আলহামদু লিল্লাহিঞ্জাজি আহইয়ানা বা’দা মা আমাতানা

ওয়া ইলাইহিন নুশুর।’ (বুখারি: ৬৩২৪, হযাইফা রা.)

৩. মিসওয়াক করা। (বুখারি: ২৪৫, হযাইফা রা.)



পানি পান করার দোয়া

পানি পান করার পর পড়বে:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي سَقَانَا مَاءً عَذْبًا فَرَاتًا بِرَحْمَتِهِ، وَلَمْ
يَجْعَلْهُ مِلْحًا أَجَاجًا بِذُنُوبِنَا

উচ্চারণঃ আলহাম্দু লিল্লাহিঞ্জাজি ছাকানা আজবান
ফুরতান বিরহমাতিহু ওয়ালাম ইয়াজ্ আ'লছ মিলহান
উজাজান বিযুনিবিনা।

অর্থঃ সকল প্রশংসা আল্লাহ তা'আলার জন্যে, যিনি আমাদেরকে স্বীয়
রহমতে সুস্বাদু, সুমিষ্ট পানি পান করিয়েছেন এবং আমাদের গুনাহের কারণে তা
তিক্ত ও লবণাক্ত করেননি।

(উৎসঃ তাবারানী হাঃ ৮৯৯, হিল্যাতুল আউলিয়া হাঃ ৮/১৩৭ পৃ.)

পানি পান করার সুন্নতসমূহ

১. ডান হাত দিয়ে পানি পান করা। (মুসলিম: ৫৩৮৪, ইবনে উমার রা.)
২. বসে পানি পান করা। (তিরমিযী: ১৮৭৯, আনাস রা.)
৩. দেখে (নিয়ে) পানি পান করা।
(আবু দাউদ: ৩৮১৯, ইবনে আব্বাস রা., বযলুল মাজহুদ: ১১/৪৫০)
৪. بِسْمِ اللَّهِ (বিসমিল্লাহ) পড়ে পানি পান করবে।
(তিরমিযী: ১৮৮৫, ইবনে আব্বাস রা.)
৫. তিন ঢোকে পানি পান করা। (মুসলিম: ৫৪০৫, আনাস রা.)
৬. পান করার পর الْحَمْدُ لِلَّهِ (আলহামদুলিল্লাহ)
পড়া। (তিরমিযী: ১৮৮৫)



মসজিদের দোয়াসমূহ

১. মসজিদে প্রবেশের পূর্বের দোয়া:

اَللّٰهُمَّ افْتَحْ لِيْ اَبْوَابَ رَحْمَتِكَ

উচ্চারণ : ‘আল্লাহুম্মাফ তাহলি আবওয়াবা রাহমাতিকা।’

অর্থ: হে আল্লাহ! আপনি আমার জন্য নিজ রহমতের দরজা খুলে দিন।

(মুসলিম: ১৬৮৫)

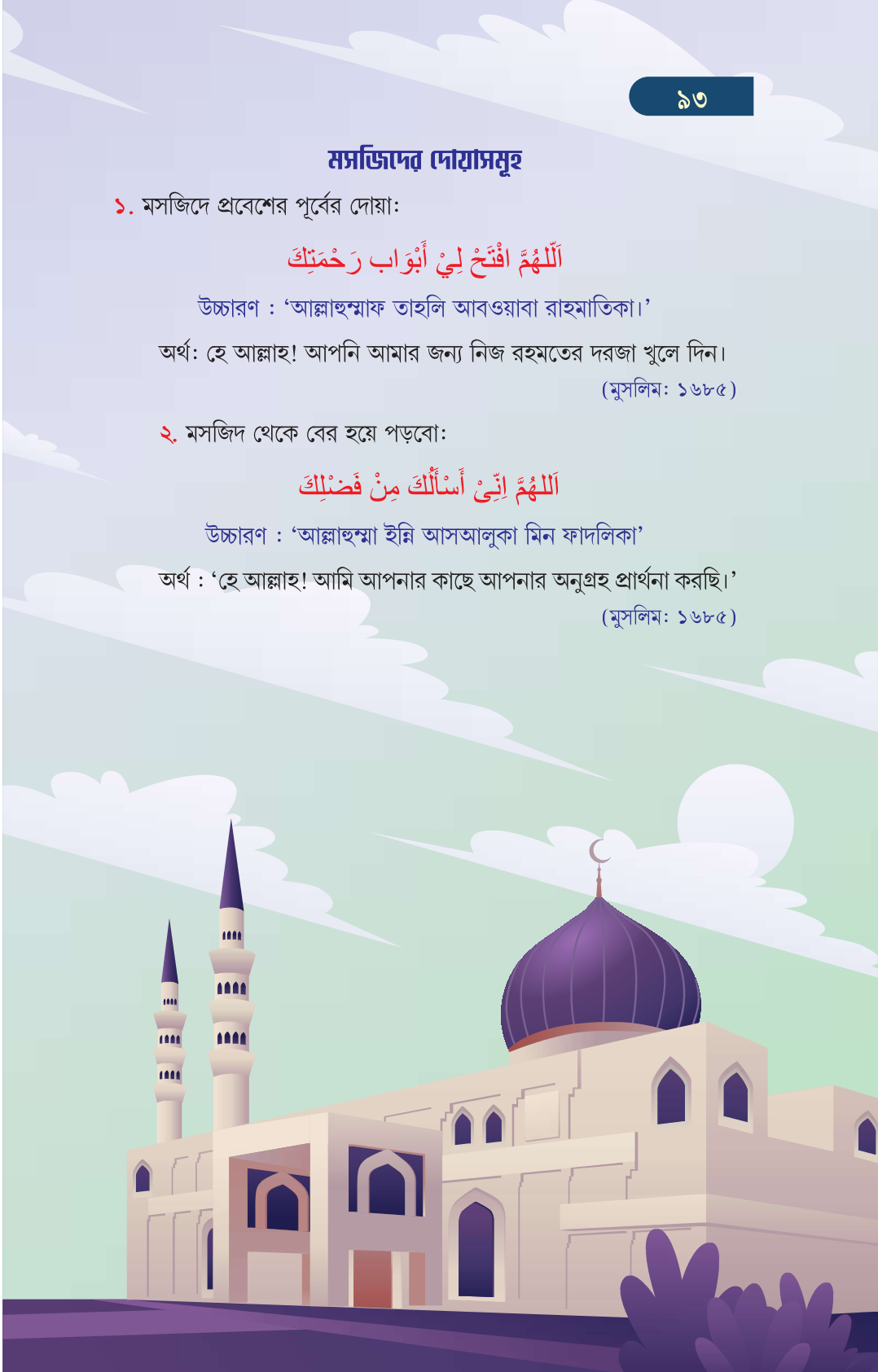
২. মসজিদ থেকে বের হয়ে পড়বো:

اَللّٰهُمَّ اِنِّىْ اَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ

উচ্চারণ : ‘আল্লাহুম্মা ইন্নি আসআলুকা মিন ফাদলিকা’

অর্থ : ‘হে আল্লাহ! আমি আপনার কাছে আপনার অনুগ্রহ প্রার্থনা করছি।’

(মুসলিম: ১৬৮৫)



মসজিদে প্রবেশের সুন্নত ও আদবসমূহ

১. প্রথমে বাম পা থেকে জুতা খোলা অতঃপর ডান পা থেকে।
(বুখারি: ৪২৬, আবু হুরাইরা রা.)
২. ডান পা দিয়ে মসজিদে প্রবেশ করা। (বুখারি: ৪২৬, আয়েশা রা.)
৩. بِسْمِ اللَّهِ (বিসমিল্লাহ) পড়া। (ইবনে মাজাহ: ৭৭১, ফাতেমা রা.)
৪. দুর্দ শরিফ পড়া:

الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ

(তিরমিযী: ৩১৪, ফাতেমা রা.)

৫. মসজিদে প্রবেশ করে পড়বো:

اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ

‘আল্লাহুম্মাফ তাহলি আবওয়াবা রাহমাতিকা’

বিসমিল্লাহসহ দরুদেব সঙ্গে মিলিয়ে দোয়া পড়ার নিয়মটি হলো—

بِسْمِ اللَّهِ الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ اللَّهُمَّ
افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ



মসজিদ থেকে বের হওয়ার সুন্নত

১. প্রথমে বাম পা দিয়ে মসজিদ থেকে বের হওয়া।

(বুখারি: ৪২৬, আয়েশা রা.)

২. بِسْمِ اللَّهِ (বিসমিল্লাহ) পড়া। (ইবনে মাজাহ: ৭৭১, ফাতেমা রা.)

৩. দরুদ শরীফ পড়া:

اَلصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُوْلِ اللهِ

(তিরমিযী: ৩১৪, ফাতেমা রা.)

৪. মসজিদ থেকে বের হওয়ার দোয়া পড়া।

اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ

‘আল্লাহুম্মা ইন্নি আসআলুকা মিন ফাদলিকা’

(মুসলিম: ১৬৮৫, আবু হুমাইদ রা.)

বিসমিল্লাহসহ দরুদের সঙ্গে মিলিয়ে দোয়া পড়ার নিয়মটি হলো:

بِسْمِ اللهِ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُوْلِ اللهِ، اَللّٰهُمَّ
اِنِّيْ اَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ

৫. প্রথমে ডান পায়ে জুতা পরা তারপর বাম পায়ে।

(বুখারি: ৫৮৫৬, আবু হুরাইরা রা.)



বাথরুম/ টয়লেট/ইস্তঞ্জা'র দোয়াসমূহ

বাথরুমে প্রবেশের পূর্বের দোয়া:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ

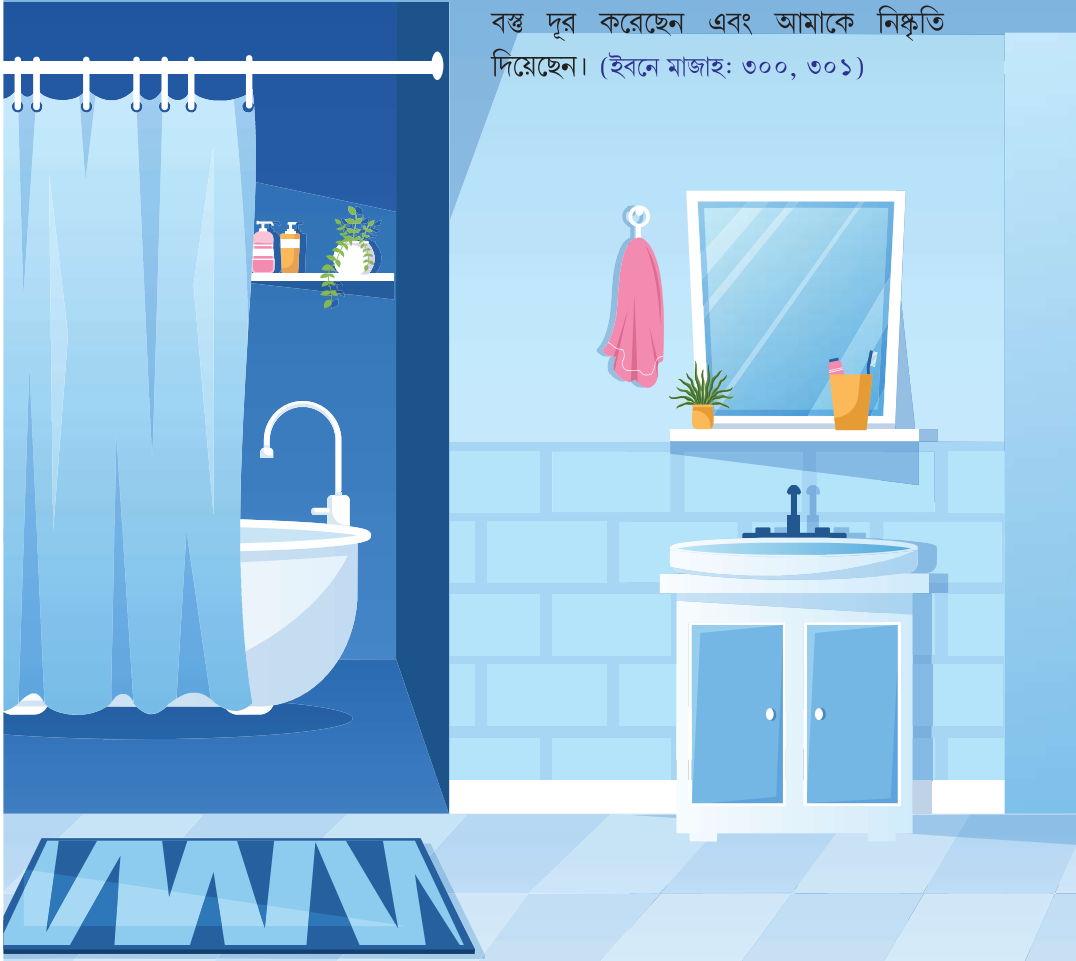
‘আল্লাহুম্মা ইন্নী আউযুবিকা মিনাল খুবুছি ওয়াল খাবায়িছ’

অর্থ: হে আল্লাহ! আমি আপনার নিকট অপবিত্র জিনিস ও শয়তান থেকে তোমার আশ্রয় গ্রহণ করছি। (মু'জামে আউসাত: ২৮০৩)

বাথরুম থেকে বের হয়ে পড়বো:

غُفْرَانَكَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنِّي الْأُذَى وَ عَافَانِي

অর্থ: হে আল্লাহ! আমি আপনার কাছে ক্ষমাপ্রার্থী। সমস্ত প্রশংসা সেই মহান আল্লাহর, যিনি আমার থেকে কষ্টদায়ক বস্তু দূর করেছেন এবং আমাকে নিষ্কৃতি দিয়েছেন। (ইবনে মাজাহ: ৩০০, ৩০১)



প্রথম/ টয়লেট/ইস্তিঞ্জা'র আদব ও সুন্নতসমূহ

১. মাথা ঢেকে যাওয়া। (সুনানে কুবরা বাইহাকি: ৪৬৫, হাবীব বিন সালাহ)
২. জুতা, স্যান্ডেল পরে যাওয়া। (সুনানে কুবরা বাইহাকি: ৪৬৫, হাবীব বিনসালাহ)
৩. দোয়া পড়ে প্রবেশ করা। (বুখারি: ৬৩২২, আনাস রা.)
৪. প্রথমে বাম পা ভিতরে রাখা। (বুখারি: ৪২৬, আয়েশা রা.)
৫. কিবলার দিকে মুখ অথবা পিঠ করে না বসা।
(আবু দাউদ: ৮, আবু হুরাইরাহ রা.)
৬. কথাবার্তা না বলা। (আবু দাউদ: ১৫, আবু সাইদ খুদরী রা.)
৭. দাঁড়িয়ে প্রস্রাব না করা। (ইবনে মাজাহ: ৩০৯, জাবির রা.)
৮. বাম হাত দিয়ে ইস্তিঞ্জা/ময়লা পরিষ্কার করা। (বুখারি: ১৫৪, আবু কাতাদা রা.)
৯. ইস্তিঞ্জার পর হাত ভালভাবে ধোয়া। (আবু দাউদ: ৪৫, আবু হুরাইরাহ রা.)
১০. ডান পা দিয়ে বের হয়ে আসা। (বুখারি: ৪২৬, আয়েশা রা.)
১১. বের হয়ে আসার পর দোয়া পড়া। (ইবনে মাজাহ: ৩০০)

