نَحْمَدُهُ وَنُصَلِّى عَلٰى رَسُوْلِهِ الْكَرِيْمِ أَمَّا بَعْدُ: فَاَعُوْذُ بِاللهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ . بسْمِ اللهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ . يَاَيُّهَا الَّذِينَ اٰمَنُوا اتَّقُوا اللهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ج وَاتَّقُوا اللهَ ط إِنَّ اللهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ . صَدَقَ اللهُ الْعَظِيْمُ

মুহ্তারম ঈমানদার ভায়েরা ! আজ শাওয়াল মাসের ৭ তারিখ, প্রথম জুমুআ। আজ আমরা আত্মসমীক্ষার গুরুত্ব ও উপকারীতা সম্পর্কে আলোচনা করব, ইনশা আল্লাহ । আত্মসমীক্ষা মানুষের মধ্যে চেতনা শক্তি বাড়াই। ভাল কাজে উদ্বুদ্ধ করে। তাই কুরআন ও হাদীসে বহু জায়গায় মানুষকে আত্ম সমীক্ষা করতে আদেশ করা হয়েছে।

সূরা হাশরের ১৮ নম্বর আয়াতে আল্লাহ তায়ালা বলেছেনঃ

يَاَيُّهَا الَّذِينَ اٰمَنُوا اتَّقُوا اللهَ وَلْتَنظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ج
وَاتَّقُوا اللهَ ط إِنَّ اللهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

“হে ঈমানদারগণ! আল্লাহকে ভয় কর এবং আগামী কালের জন্যে কে কি পূর্ব প্রস্তুতি করেছে প্রত্যেকেই তা ভেবে দেখুক। আল্লাহকে ভয় কর, নিশ্চয় আল্লাহ তায়ালা তোমাদের আমল আচরণ খুব ভাল করে জানেন।”

এ আয়াতে আল্লাহ তায়ালা মানুষকে তার পরজগতের কথা স্মরণ করিয়ে আত্ম সমীক্ষা করতে আদেশ দিয়েছেন। আয়াতের অর্থ হল, হে মানব মন্ডলী ! এ পৃথিবীতে কেউ চিরদিন থাকবে না। সকলকে এখান থেকে একদিন না একদিন বিদায় নিতে হবে। মৃত্যুর হাত থেকে কেউ রেহাই পাবে না; অতএব মৃত্যুর পরের পরিস্থিতি এবং আগামী দিনের জন্য আত্মপ্রস্তুতি কর, কিয়ামতের দিনের ও পরকালের অনন্ত জীবনের জন্য কে কি প্রস্তুতি করেছ তা ভেবে দেখ।

এ আয়াতে আল্লাহ তায়ালা কিয়ামতকে বোঝাতে গিয়ে غد শব্দ ব্যবহার করেছেন, যার অর্থ আগামীকাল। তিনটি কারণে কিয়ামতকে আগামীকাল বলা হয়েছে। (১) দুনিয়া বা ইহজগতের সময়গুলো পরজগতের তুলনায় খুবই সল্প ও সংক্ষিপ্ত অর্থাৎ এক দিনের সমান। বরং, হিসাব করলে একদিনের সমানও হবে না। কেননা, পরকালের জীবন অনন্ত, তার কোন শেষ নেই। আর দুনিয়ার জীবন সীমিত। অনন্তকাল এবং সীমিত সময়ের সাথে কোন তুলনাই হয় না। (২) কিয়মতকে আগামীকাল বলে এ দিকে ইঙ্গিত করা হয়েছে যে, কিয়ামত সুনিশ্চিত যেমন আজকের পর আগামী কালের আগমন সুনিশ্চিত। কেউ এতে সন্দেহ করতে পারে না। এমনিভাবে দুনিয়ার পর কিয়ামতের আগমনে কোন সন্দেহ নেই।

(৩) আজকের পর আগামীকাল যেমন দূরে নয়, খুব নিকটবর্তী, তেমনি এ জগতের পর কিয়মতও খুব নিকটবর্তী।

প্রিয় সুধীবৃন্দ ! আমরা দুনিয়াবী কাজ-কর্মের ব্যাপারে হিসাব নেয়, আত্ম সমীক্ষা করি, কোন কাজ করার আগে সেই কাজের লাভ-লোকসান ভেবে দেখি। যেমন, একজন কৃষক চাষ করার পূর্বে ভেবে দেখে যে, তাকে কোন ফসল চাষ করা দরকার, কোন ফসল চাষ করলে সে বেশি লাভবান হবে। অনুরুপ ভাবে, ফসল সংগ্রহ করার পর সে কি পরিমান লাভবান হয়েছে, অথবা তার লোকসান হয়েছে তা হিসাব করে। একজন ব্যাবসায়ী তার ব্যাবসার হিসাব রাখে। কিন্তু আমরা অনেকেই আমাদের জীবনের হিসাব করিনা, দৈনিক ভাল-মন্দ যেসব কাজ আমরা করি, তার হিসাব রাখি না। আত্মসমীক্ষা করি

না। অথচ আমরা বিশ্বাস রাখি যে, আমাদের যাবতীয় কৃত কর্মের হিসাব দিতে হবে, আল্লাহ তায়ালা আমাদের দীর্ঘ জীবনের এক বারই হিসাব নেবেন। দ্বিতীয়বার কোন সুযোগ থাকবে না।

মনে রাখবেন, আমরা গোনাহ করি এবং সে গোনাহের ব্যাপারে বেখবর থাকি, গোনাহকে ভুলে যায়, গোনাহ করা সত্বেও গোনাহের শাস্তির ব্যাপারে নিজেদেরকে নিরাপদ মনে করি। গোনাহের পরিণতির কথা চিন্তা করি না। আত্ম সমীক্ষা করি না। যার কারণে আমাদের গোনাহ দিনের পর দিন বেড়েই যায়। কিন্তু আল্লাহ তায়ালা তা ভোলেন না। সূরা মুজাদালার ৬ নম্বর আয়াতে আল্লাহ তায়ালা বলেছেনঃ أَحۡصَىٰهُ ٱللَّهُ وَنَسُوهُ "আল্লাহ তার হিসাব রেখেছেন,আর তারা ভুলে গেছে।"

গোনাহের শাস্তির ব্যাপারে নিরাপদ থাকা চরম মুর্খামী ও সর্বনাশা কাজ। সূরা মাআ'রিজের ২৮ নম্বর আয়াতে আল্লাহ তায়ালা বলেছেনঃ إِنَّ عَذَابَ رَبِّهِمْ غَيْرُ مَأْمُونٍ "নিশ্চয় তাদের পালন কর্তার শাস্তি থেকে নিরাপদ থাকা যায় না। " মানুষ স্বেচ্ছাচারী জীবন-যাপন করবে, গোনাহের কাজ করবে, নিজের জীবনের হিসাব নিজে নেবে না, আত্ম সমীক্ষা করবে না, নিজের ভাল-মন্দের কথা ভাববে না, আল্লাহর শাস্তির ব্যাপারে নিরাপদ থাকবে, এটা মু'মিনের পরিচয় নয়। কারণ আল্লাহর আযাব খুবই কঠিন।

যে সকল মু'মিন ব্যক্তিরা আত্মসমীক্ষা করে, নিজেদের ভাল-মন্দ কাজ-কর্মের হিসাব নেয়, গোনাহের জন্য অনুতপ্ত হয় ও নিজেদেরকে তিরস্কার করে, সৎকাজ সম্পর্কে নিজকে এই বলে তিরস্কার করে যে,

আরও বেশি সৎকাজ কাজ কেন করা হল না? এমন লোকদেরকে আল্লাহ তায়ালা ভাল বাসেন। এমন লোকদের সম্মান প্রকাশ করার উদ্দেশ্যে আল্লাহ তায়ালা সূরা কিয়ামার ২য় আয়াতে বলেছেনঃ وَلَآ أُقۡسِمُ بِٱلنَّفۡسِ ٱللَّوَّامَةِ "সেই নফসের কসম যে নিজেকে ধিক্কার দেয়।" আল্লাহ তায়ালার কোন জিনিসের কসম খাওয়া সেই জিনিসের আযমত ও মহত্বের দলীল।

আত্মসমীক্ষা কারীদের প্রসংশা করে সুনানে তিরমিযীর ২৪৫৯ নম্বর হাদীসে রসূলুল্লাহ সল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেছেনঃ

الكَيِّسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ المَوْتِ، وَالعَاجِزُ مَنْ أَتْبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا وَتَمَنَّى عَلَى اللَّهِ

ইমাম তিরমিযী (রহ)বলেছেনঃ دان نفسه বাক্যটির মানে হল, যে নিজের নফসের হিসাব নেয়,

আত্মসমীক্ষা করে। হাদীসের অর্থঃ বুদ্ধিমান সেই ব্যক্তি, যে নিজের নফসকে আয়ত্বে রাখে, নিজের নফসের হিসাব নেয় এবং মৃত্যুর পরবর্তী জীবনের জন্য আমল করে। আর নির্বোধ ও অক্ষম সেই ব্যক্তি,যে তার নফসের চাহিদা পূরণ করে এবং আল্লাহর নিকট বৃথা ক্ষমা পাওয়ার আশা রাখে।

হযরত উমার ইবনে খত্তাব (রযি) বলেছেনঃ তোমরা হিসাবের সম্মুখীন হওয়ার আগেই তোমাদের নিজেদের হিসাব নাও। কারণ, এটা তোমাদের পরকালের হিসাবের জন্য সহজ হবে। আর তোমাদের (আমল) ওজন করার পূর্বে, তোমরা নিজেরা নিজেদের (আমল) ওজন করে নাও এবং কিয়ামতের মহা সমাবেশে উপস্থিত হওয়ার জন্য প্রস্তুত হয়ে যাও। যে ব্যক্তি দুনিয়াতে নিজের হিসাব নেবে, কিয়ামতে তার হিসাব সহজ হবে। সুনানে তিরমিযীর ২৪৫৯ নম্বরে এবং

আব্দুল্লাহ ইবনুল মুবারক (রহ) লিখিত কিতাবুযযুহ্দের ৩০৯ নম্বরে এ হাদীসটি লেখা আছে।

ইয়াহয়াউল উলূমুদ্দীন কিতাবের ৪ খন্ডের ৩৯৬ পৃষ্ঠাষ লেখা আছে, হযরত উমার (রযি) রাতের বেলা নিজের পায়ে ছড়ি দিয়ে আঘাত করে নিজেকে উদ্দেশ্য করে বলতেনঃ হে উমার ! আজ তুমি কী আমল করেছ?

নফসকে আয়ত্বে রাখা ও নিজ ভাল-মন্দ কাজকর্মের হিসাব নেওয়া অত্যন্ত জরুরী। এ কর্ম পদ্ধতি অবলম্বন করলে গোনাহ বর্জন করা ও সৎকাজ করার আগ্রহ বাড়ে। আজ অধিকাংশ মুসলিম যে বেদ্বীন হয়ে আছে, একটি মূল কারণ হল যে, তারা নিজেদের জীবনের হিসাব নেয় না। ইমাম আরাবী (রহ) বলেছেনঃ আমাদের বুযুর্গানে দ্বীনেরা প্রতিদিন তাদের কথা-বার্তা, কাজ-কর্মের হিসাব খাতায় লিখে রাখতেন। রাত্রে ঈশার পর

খাতাগুলো হাযির করে সেই দিনের কাজ কর্মের হিসাব নিতেন। যদি কোন মন্দ বিষয়ে অবগত হতেন, তবে তওবা ইস্তেগফার করতেন এবং ভাল কাজের জন্য আল্লাহর শুকরিয়া আদায় করতেন। হাসান বসরী (রহ) বলেছেনঃ মানুষ যতক্ষন আত্মসমীক্ষা করবে ও নিজের , মনকে ভালকাজের উপদেশ দিতে থাকবে ততক্ষন পর্যন্ত সে কল্যাণের মধ্যেই থাকবে।

ঈমানদার ভাই সকল ! যারা নিজেদের ভাল-মন্দ কাজের হিসাব নেয়, আত্ম সমীক্ষা করে, দুনিয়ার চাকচিক্য, আয়েশ-আরাম তাদেরকে আকৃষ্ট করতে পারে না। বিল্ডিং-বালাখানা, সাজ-সজ্জা, জাঁক-জমকের কোন কিছু তাদেরকে পরকালের স্মরণ ও সৎকাজে বাধা দিতে পারে না। তারা জানে যে, দুনিয়ার সবকিছু স্বপ্নের মত ক্ষণস্থায়ী। এ সম্পর্কে আমরা একটি শিক্ষনীয় ঐতিহাসিক ঘটনা জেনে রাখি।

একবার খলীফা হিশাম ইবনে আবদিল মালিক, নিজের পরিবারবর্গ, লোক লস্কর ও মন্ত্রীদের নিয়ে ভ্রমনে বার হয়েছিলেন। সে বছরটি ছিল খুবই সুখ স্বচ্ছলের বছর; দেশে ফল-ফসল খুব হয়েছিল। ভ্রমন পথে এক জায়গায় বাদশা অবস্থান করেছিলেন। বাদশার আগমনে সেখানে অভ্যর্থনা সভার আয়োজন করা হয়েছিল। বিভিন্ন রকম সুন্দর কাপড় দ্বারা সভাস্থল সাজানো হয়েছিল। অতঃপর সকলে বাদশার দরবারে হাযির হয়। খালিদ ইবনে সাফওয়ান নামে বুযুর্গ ব্যক্তিও সেখানে হাযির ছিলেন। তিনি বাদশাকে অনেক কল্যাণের দুআ দেওয়ার পর বলেছিলেনঃ আমীরুল মু'মিনীন ! যদি অনুমতি হয়, তবে বিগত যুগের এক বাদশার শিক্ষনীয় ঘটনা আপনাকে শোনাবো। খলীফা তখন বলেন, অবশ্যই বলুন। খালিদ ইবনে সাফওয়ান (রহ) বলেছিলেনঃ আপনি যেমন

নিজের লোকজন ও পরিবারবর্গকে নিয়ে ভ্রমনে বার হয়েছেন, অনুরূপ ভাবে পূর্বযুগের এক বাদশা, তাঁর লোকজনদের নিয়ে নিজের সাম্রাজ্য দর্শনে বার হয়েছিলেন। তাঁর সাম্রাজ্য ছিল খুব উন্নত। চতুর্দিকে ছিল বাগ-বাগিচা, ফল ফসলের মনোরম দৃশ্য। দেশের প্রজাদের নিকট তিনি ছিলেন খুবই প্রিয়। ভ্রমনপথে এক জায়গায় অবস্থানকালে, বাদশা তাঁর সুসজ্জিত লোক লস্কর ও আসপাশের সবুজ খেত-খামার, বাগ-বাগিচার মনমুগ্ধকর দৃশ্য দেখে গর্বে আত্মহারা হয়ে প্রজাদেরকে জিজ্ঞেস করেছিলেন, এ সব খেত-খামার, বাগ-বাগিচা, লোক লস্কর কার? দরবারের লোকেরা বলেছিলঃ বাদশাহ জাহাপনা! এ সবই তো আপনার।

প্রজাদের মধ্যে ছিলেন একজন নেক মানুষ। তিনি বলেছিলেনঃ মহামান্য বাদশা! অনুমতি হলে আমি আপনার প্রশ্নের উত্তর দিতে পারি। বাদশা

বললেন, অনুমতি দেওয়া হল। তখন লোকটি বলেছিলেনঃ আপনি আগে বলুন, আপনি যে ধন-সম্পদ ও দেশের মালিক, তা কি যুগযুগ থেকেই আপনার ছিল, না উত্তরাধিকার হিসেবে পেয়েছেন? পূর্ববর্তীদের হাতছাড়া হয়ে যেমন আপনার কাছে এসেছে, তেমনি আবার একদিন আপনার হাতছাড়া হয়ে অন্যের হাতে চলে যাবে কি না? বাদশা উত্তরে বলেছিলেনঃ আমি এ সব উত্তরাধিকার হিসেবে পেয়েছি এবং একদিন এ সব আমার হাতছাড়া হয়ে অন্যের হাতে চলে যাবে। বাদশার উত্তর শুনে নেক লোকটি বলেছিলেনঃ যদি তাই হয়, তবে বলতে হয় যে, আপনি এমন এক ক্ষণস্থায়ী সম্পদ ও ক্ষমতা নিয়ে অহঙ্কারে মেতে আছেন, যা শীঘ্রই আপনার হাতছাড়া হয়ে যাবে। অথচ আপনাকে তার জন্য কিয়ামতের দিন পূর্ণ হিসাব দিতে হবে। লোকটির কথা শুনে বাদশার চেহারায় চিন্তার গভীর ছাপ

ভেসে উঠে। তিনি উদ্বিগ্ন হয়ে বলেন, তাহলে মুক্তির উপায় কী? লোকটি তাঁকে দু'টি উপায় বলেছিলেন। (১) আপনি সুখ-দুঃখ, আনন্দ-বেদনা, সর্বাবস্থায় আল্লাহর হুকুম মেনে, প্রজাদের হক আদায় করে দেশ পরিচালনা করবেন। (২) অথবা আপনি রাজত্ব সিংহাসন, রাজ মুকুট ছেড়ে সাধারণ পোশাক পরে কোন পাহাড়ে গিয়ে সেখানে মৃত্যু পর্যন্ত আল্লাহর ইবাদতে মশগুল থাকবেন।

এ কথা শুনে বাদশাহ বলেছিলেনঃ আমাকে একটি রাত চিন্তা করার সময় দিন। আমি রাতভর চিন্তা করে ভোরের সময় আপনার সাথে সাক্ষাত করে দু'টি বিষয়ের মধ্যে একটি অবলম্বন করব। ভোরের সময় বাদশা লোকটির কাছে গিয়ে বলেছিলেনঃ আমি রাজত্ব ছেড়ে পাহাড় ও বিরানভূমিকে বেছে নিয়েছি। শাহী পোশাক এবং রাজমুকুট খুলে সাধারণ কাপড় পরেছি। আপনি

যদি চান তবে আমার সাথী হতে পারেন। অতঃপর উভয়ে মিলে পাহাড়ের উদ্দেশ্যে বার হন এবং মৃত্যু পর্যন্ত সেখানেই তওবা-ইস্তেগফার ও ইবাদত- উপাসনায় মশগুল থাকেন। তারীখে দিমাশকের ১৬ খন্ডের ৯৭ পৃষ্টায় এ ঘটনাটি বিস্তারিত ভাবে লেখা আছে।

এ ঘটনা দ্বারা বোঝা গেল যে, আত্মসমীক্ষা ও ভবিষ্যত জীবনের চিন্তা-ভাবনা, মানুষের গর্ব অহঙ্কারকে চূর্ণবিচূর্ণ করে দেয়। মানুষকে সৎপথে পরিচালিত করে। আল্লাহ তায়ালা আমাদের সকলকে নিজের জীবনের হিসাব নেওয়া বা আত্মসমীক্ষা করার তাওফীক দান করুন। আমীন, ইয়া রব্বাল আলামীন।