

ইহতিসাব

(ব্যক্তিগত রিপোর্ট)

প্রকাশক

কেন্দ্রীয় পরিচালনা পরিষদ

সোনামনি

কেন্দ্রীয় কার্যালয়

নওদাপাড়া (আম চত্বর)

ডাক : সপুরা, রাজশাহী-৬২০৩।

১ম প্রকাশ : ডিসেম্বর ২০২৪

মুদ্রণ

হাদীছ ফাউন্ডেশন প্রেস

নওদাপাড়া, রাজশাহী।

হাদিয়া

১৫ (পনেরো) টাকা মাত্র।

Ihtisab (Personal report book) : Published by the Central Committee of **SONAMONI**. Head Office : Al-Markazul Islami As-Salafi (1st Floor), Nawdapara, P.O. Sapura, Rajshahi, Bangladesh. Phone. 01715-715143, 01709796424 E-mail : sonamoni23bd@gmail.com.

ভূমিকা

নাহ্মাদুহু ওয়া নুছল্লী ‘আলা রসূলিহিল কারীম, আম্মা বা‘দ

‘ইহতিসাব’ (الْإِحْتِسَابُ) অর্থ আল্লাহর নিকটে ছওয়াব কামনা করা। মুমিনগণ তাদের দৈনন্দিন আমলের মাধ্যমে কেবল আল্লাহর নিকটেই ছওয়াবের আশা করে। কেননা ছওয়াব কামনা ব্যতীত আল্লাহর নিকটে বান্দার কোন আমলই কবুল হয় না। রাসূলুল্লাহ (ছা.) বলেন, ‘যে ব্যক্তি ছিয়াম রাখে... এবং রাত্রি জাগরণ করে ঈমানের সাথে ও ছওয়াবের আশায় (إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا) তার বিগত সকল গুনাহ মাফ করা হয়...’ (বুখারী হা/৩৮)। পক্ষান্তরে কোন সৎকর্ম যদি লোক দেখানো বা শুনানোর উদ্দেশ্যে হয় তাহলে সেই আমল কোন উপকারে আসে না (বাক্বারাহ ২/২৬৪)।

সোনামণি (একটি আদর্শ জাতীয় শিশু-কিশোর সংগঠন) শিশু-কিশোরদেরকে রাসূলুল্লাহ (ছা.)-এর আদর্শে গড়ে তোলার মাধ্যমে আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জন করতে চায়। তারই একটি ক্ষুদ্র প্রচেষ্টা হল নিয়মিত ‘ইহতিসাব’ পূরণ তথা দৈনিক কার্যাবলীর হিসাব রাখা। কেননা রাসূলুল্লাহ (ছা.) বলেছেন, ‘আল্লাহর নিকট প্রিয়তম নেক আমল হল যা নিয়মিত করা হয়। যদিও তা কম হয়’ (মুসলিম হা/৭৮৩)। ওমর ফারুক (রা.) বলেছেন, ‘তোমরা আল্লাহর নিকট হিসাব দেওয়ার আগে নিজেদের হিসাব গ্রহণ কর’ (তিরমিযী হা/২৪৫৯)। সেকারণে সোনামণিদের নিয়মিত সৎকর্মসমূহ সম্পাদনে অভ্যস্ত করা ও তার হিসাব গ্রহণের মাধ্যমে সংশোধন করাই ‘ইহতিসাব’ রাখার উদ্দেশ্য।

সম্মানিত অভিভাবক ও দায়িত্বশীলবৃন্দ! সোনামণিরা ‘ইহতিসাব’ যথাযথ পূরণ করছে কিনা তা ভালোভাবে যাচাই করুন। যাতে ভুল পূরণ না করে সে বিষয়ে উৎসাহিত করুন। উক্ত কার্যাবলী পালনে সোনামণিদের উপযুক্ত পরিবেশ প্রদান ও সহযোগিতা করুন। মনে রাখবেন, আদর ও ভালোবাসা দিয়ে সোনামণিদের কাছ থেকে যা আদায় করা যায়, শাসন দিয়ে তা আদায় করা যায় না। আল্লাহ আমাদের ছোট-বড় সকল গুনাহ মাফ করুন এবং সকল নেক আমল কবুল করুন- আমীন!

-প্রকাশক

সোনামণির গুণাবলী : দশটি

১. জামা'আতের সাথে আউয়াল ওয়াজে ছালাত আদায় করা ।
২. দৈনিক বাদ ফজর কমপক্ষে ১৫ মিনিট কুরআন তেলাওয়াত, নিয়মিত পাঠ্যপুস্তক অধ্যয়ন ও দ্বীনিয়াত শিক্ষা করা ।
৩. পিতা-মাতা, শিক্ষক-মুরব্বী, পরিচিত-অপরিচিত সকল মুসলমানকে সালাম দেওয়া ও মুছাফাহা করা এবং মুসলিম-অমুসলিম সকলের সাথে হাসিমুখে কুশল বিনিময় করা ।
৪. ছোটদের স্নেহ ও বড়দের সম্মান করা এবং আত্মীয়-স্বজন ও পাড়া-প্রতিবেশীর সাথে সুন্দর ব্যবহার করা ।
৫. সদা সত্য কথা বলা, সর্বদা ওয়াদা পালন করা ও আমানত রক্ষা করা ।
৬. যেকোন শুভ কাজ 'বিসমিল্লাহ' বলে শুরু করা ও 'আলহামদুলিল্লাহ' বলে শেষ করা ।
৭. মিসওয়াক সহ ওয়ূ করে ঘুমানো ও ঘুম থেকে উঠে ভালোভাবে মিসওয়াক সহ ওয়ূ করা এবং প্রত্যহ সকালে উনুজ বায়ু সেবন ও হালকা ব্যায়ামের মাধ্যমে স্বাস্থ্যবান হওয়া ।
৮. সেবা, ভালোবাসা ও আনুগত্যের মাধ্যমে নিজেকে আদর্শবান হিসাবে গড়ে তোলা ।
৯. বৃথা তর্ক, ঝগড়া-মারামারি এবং রেডিও-টিভির বাজে অনুষ্ঠান ও অসৎ সঙ্গ এড়িয়ে চলা ।
১০. পরস্পরকে হক ও ধৈর্যের উপদেশ দেওয়া এবং সৎকাজে উদ্বুদ্ধ করা ।

সময় বণ্টন

দৈনিক মোট সময় = ২৪ ঘণ্টা বা ১৪৪০ মিনিট বা ৮৬৪০০ সেকেন্ড ।

নিম্নে ২৪ ঘণ্টার একটি রুটিন তুলে ধরা হলো-

২৪ ঘণ্টার রুটিন	
দৈনিক ঘুমের সময়	৭ ঘণ্টা
দৈনিক আহারের সময়	১ ঘণ্টা
দৈনিক পেশাব-পায়খানা ও গোসলের সময়	১ ঘণ্টা
দৈনিক ছালাতের সময়	২ ঘণ্টা
দৈনিক ক্লাসের সময়	৬ ঘণ্টা
দৈনিক বাড়ির কাজ (ক্লাসের পড়া প্রস্তুত করণ)	৩ ঘণ্টা
খেলাধুলা/শারীরিক ব্যায়াম	১ ঘণ্টা
পত্রিকা ও অন্যান্য সাহিত্য পাঠ	১ ঘণ্টা
দ্বিনিয়ত শিক্ষা ও তাবলীগ	১ ঘণ্টা
অন্যান্য কাজ	১ ঘণ্টা

⌚ উল্লিখিত রুটিন বয়সভেদে সামান্য পরিবর্তন হতে পারে ।

রাসূলুল্লাহ (ছা.) বলেছেন, 'বুদ্ধিমান সেই ব্যক্তি, যে নিজের আত্মপর্যালোচনা করে এবং মৃত্যু পরবর্তী জীবনের জন্য আমল করে' (তিরমিযী হা/২৪৫৯) ।

