

# রামাদান প্রত্যাহিক কর্ম তালিকা

সকালের জন্য	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহৎ	শুক্র
১. সেহরি খেয়েছি এবং সুন্মাহ অনুযায়ী তা বিলম্ব করে শেষ মুহূর্তে খেয়েছি							
২. রাতে নিয়ত করেছি সিয়ামের জন্য							
৩. দুই রাকাআত সুন্মাহ সহ ফজরের সালাত আদায় করেছি							
৪. সকাল বেলার জন্য নির্ধারিত দোআ গুলো পাঠ করে আল্লাহ'কে স্মরণ করেছি							
৫. সালাতুদ দুহা (ইশ্রাকের সালাত বলেও পরিচিত) আদায় করেছি							
ফেব্র দৈনন্দিন ভালো কাজ সম্পর্ক করেছি	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহৎ	শুক্র
১. সর্বিক সময়ে সুন্মাহ সালাতসহ সকল ফরজ সালাত আদায় করেছি							
২. নফল সালাত আদায় করেছি							
৩. সালাতে খুশু (ঐকান্তিকতা, একাধিতা, বিনয়) বজায় রাখার চেষ্টা করেছি							
৪. তাওবা করেছি (সালাতুত তাওবা আদায় করেছি)							
৫. ইতেগফার করেছি (১০০ বার আল্লাগফিরল্লাহ্ বলেছি)							
৬. ৫টি দৈনন্দিন দোআ পড়েছি/মুখ্যস্ত করেছি (হিস্নুল মুসলিম দ্রষ্টব্য)							
৭. কুরআন তেলাওয়াত করেছি (প্রতি ওয়াক্ত সালাতের পর ৪ পৃষ্ঠা)							
৮. প্রত্যেক ফরজ সালাতের পরে মুশাহাব তাস্বীহ/যিক্রি পাঠ করেছি							
৯. আল্লাহ'র হামদ এবং সানা পাঠ করেছি							
১০. নবী (সা) উপর দরদ এবং সালাত প্রেরণ করেছি							
১১. জালাতুল ফেরদাউস লাভের জন্য এবং জাহানাম থেকে বাঁচার জন্য দোআ করেছি							
১২. ত্রু অনুযায়ী প্রত্যেকের জন্য দোআ করেছি (নিজের জন্য, পরিবারের জন্য, সঙ্গীসাথীদের জন্য, দুনিয়া এবং আখেরাতের জন্য)							
১৩. সারাদিন আল্লাহ'র যিক্রি (আল্লাহ কে স্মরণ) করেছি							
১৪. ইমানের পর্যালোচনা করেছি এবং আত্ম-উন্নয়নের জন্য লক্ষ্যসমূহ পুনর্বিবেচনা করেছি							
১৫. জানার্জনের চেষ্টা করেছি (বই পড়ে/আলোচনা শুনে)							
১৬. কমপক্ষে একজন মানুষকে ইসলাম সম্পর্কে নতুন কিছু শিখেছেছি							
১৭. সংক্রান্তের আদেশ এবং অসৎ ও মন্দ কাজে নিষেধ করেছি							
১৮. আগে জানতাম না এমন একটি নতুন হানীস অর্থসহ পড়েছি							
১৯. সমাজে অপ্রচলিত হয়ে গেছে রাসূলুল্লাহ'র (সা) এমন একটি সুন্মাহ চৰ্চা করেছি							
২০. দান বা সাদাকাহ্ করেছি							
২১. বাবা-মার প্রতি অনুগত থেকেছি এবং তাদেরকে শুন্দা করে চলেছি							
২২. পরিবার, সঙ্গী-সাথী এবং অন্যান্যদের প্রতি সদয় থেকেছি এবং তাদের সাথে সহযোগিতাপূর্ণ আচরণ করেছি							
২৩. কমপক্ষে একজন মুসলিমের মুখে হাসি ফুটিয়েছি / পরম্পর সালাম বিনিয়ম করেছি							
২৪. দৃষ্ট অবনত ও সংবর্য রেখেছি, চারিপিংক পরিপ্রেক্ষা ও তাকওয়া বৃদ্ধির চেষ্টা করেছি							
২৫. কোনো মিথ্যা বলিনি, তর্ক করিনি, কাউকে অভিশাপ দিইনি, গীবত করিনি							
২৬. সকল প্রকার হারাম (নিষিদ্ধ) এবং আল্লাহ'র কাছে অপছন্দনীয় কাজ পরিহার করেছি							
২৭. দ্বিনের জন্য সংগ্রাম করার লক্ষ্যে কমপক্ষে ১০ মিনিট চিঞ্চ গবেষণা করেছি							
২৮. মনে কোনো মুসলিমের প্রতি বিদ্রে নিয়ে ঘুমাতে যাইনি							
সন্ধ্যার জন্য	শনি	রবি	সোম	মঙ্গল	বুধ	বৃহৎ	শুক্র
১. ইফতারের দোআ পাঠ করেছি							
২. সিয়াম পালনকারী ব্যক্তিকে খাবার দিয়েছি, ইফতারের কিছু অংশ প্রতিবেশীদের জন্য পাঠিয়েছি							
৩. সন্ধ্যার আয্কার পাঠ করেছি (হিস্নুল মুসলিম দ্রষ্টব্য)							
৪. তারাবীর সালাত আদায় করেছি							
৫. কমপক্ষে দুই রাকাআত তাহাজুন্দ সালাত আদায় করেছি (রাতের ৩/৪ অংশে)							
৬. বিত্র সালাত আদায় করেছি							
৭. সমগ্র মুসলিম উম্মাহর জন্য এবং নির্ধারিত ও অত্যাচারিত মানুষের জন্য দোআ করেছি							
৮. আমার আগামীর কর্মপরিকল্পনা লিখেছি/ হালনাগাদ করেছি (প্রতি দুই রাত পরপর করা শ্রেণ্য)							
৯. আমার মৃত্যু এবং কিয়ামত দিবসের কথা চিন্তা করেছি							
১০. ঘুমানোর পূর্বে সূরা মূল্ক তেলাওয়াত করেছি (প্রতিদিন এক আয়াত মুখ্যস্তকরেছি)							
১১. ৫ ওয়াক্ত সালাত জামাআতে আদায় করেছি							
১২. এলাকার মসজিদের জন্য ষেচ্ছাপ্রশ্ন দিয়েছি							
১৩. এমন সৎ আমল করেছি যা কেবল আমি এবং আল্লাহ ব্যতীত আর কেউ জানে না							

ভালো কাজের সামগ্রিক সাফল্য	১ম জুম্মা	২য় জুম্মা	৩য় জুম্মা	৪র্থ জুম্মা
১. কমপক্ষে ১০টি কুরআনের আয়াত মুখ্যত করেছি				
২. রাসূলুল্লাহ (সা) হাদীস মুখ্যত করেছি				
৩. হিস্বুল্ল মুসলিম থেকে ১টি দোআ মুখ্যত করেছি				
৪. আলাহুর ৫টি গুণবাচক নাম মুখ্যত করেছি				
৫. তাজবীদ এবং আরাবি পড়ার জন্য কমপক্ষে আধাৰ্ঘটা সময় ব্যয় করেছি				
৬. অত্তর নরমকারী (আর-রিকাফু) কুরআনের আয়াত এবং হাদীস শুনেছি				
৭. যাকাত প্রদান করেছি (অর্থ/কাপড়)				
৮. গুরুত্বপূর্ণ বিষয়ে ইস্তেখারাত্ করেছি				
৯. ওয়াদা পূর্ণ করেছি এবং খাণ পরিশোধ করেছি				
১০. আলাহুর সম্মতির জন্য কোনো মুসলিমের সাথে সাক্ষাত করেছি				
১১. কমপক্ষে এক ওয়াক্ত সালাত মসজিদে জামায়াতে আদায় করেছি				
১২. এলাকার মসজিদের জন্য ষেচাসেবক হিসেবে কাজ করেছি				
১৩. এমন সৎ আমল করেছি যা কেবল আমি এবং আলাহু ব্যতীত আর কেউ জানে না				
<b>জুম্মার দিনগুলোতে যেসব ভালো কাজ সম্পন্ন করেছি</b>	১ম জুম্মা	২য় জুম্মা	৩য় জুম্মা	৪র্থ জুম্মা
১. সুরা কাহুফ তেলাওয়াত করেছি				
২. গোসল করেছি এবং পোশাক পরিচ্ছদের ব্যাপারে বাড়তি যত্নবান হয়েছি				
৩. জুম্মার সালাত আদায় করেছি				
৪. নবীর (সা) উপর দর্কন এবং সালাত প্রেরণ করেছি				
৫. ইমামের বক্তব্য এবং তার বিষয়বস্তু নিয়ে ১০-১৫ মিনিট চিন্তা গবেষণা করেছি				

**সেহেরী :** নবী (সা) বলেছেন, “তোমরা সেহেরী খাও, কারণ সেহেরীতে বরকত রয়েছে।” [বুখারি]

**সাওমের নিয়ত করা :** নবী (সা) বলেছেন, “যে ফজরের পূর্বে সাওম পালনের নিয়ত করে না, তার কোনো সাওম নেই।” [আবু দাউদ]

“তবে লক্ষ্যনীয় যে, নিয়তের স্থান হলো অন্তর, মুখে সশব্দে নিয়ত করা নবীর (সা) সুন্নাহ নয় এবং এ মর্মে কোনো বিশুদ্ধ কোনো হাদীস বর্ণিত হয়নি।”

**সকাল/সন্ধ্যার আয্কার এবং দৈনন্দিন দোআ :** হিস্বুল্ল মুসলিম দোআর বইটি দ্রষ্টব্য।

**সালাতুদ দুহ :** আবু হুয়ায়রা (রা) বর্ণনা করেন যে, নবী (সা) আমাকে ৩টি বিষয়ে ন্যস্তীত করেছেন, আমি যেন প্রতিমাসে তিনিদিন সাওম পালন করি, দুই রাকাআত দুহার সালাত আদায় করি এবং ঘুমানোর পূর্বে বিত্র সালাত আদায় করি। [বুখারী, হাদীস নং: ২৭৪, মুসলিম হাদীস নং: ১৫৬০] সালাতুদ দুহ হলো নফল সালাত যা সূর্যোদয়ের ২০ মিনিট পর থেকে ঝুরের সালাতের মধ্যবর্তী সময়ে আদায় করা। এই সালাতের সর্বনিম্ন রাকাআত সংখ্যা ২।

**তাফসীর :** কুরআনের অর্থসহ ব্যাখ্যা। তাফসীর ইবনু কাসীর পড়ার আবেদন রইল।

**তাসরীহ/তাহরীদ/তাল্লীল :** নবী (সা) বলেছেন, “আলাহুর কাছে সবচেয়ে প্রিয় কথা হলো : ‘সুবহানআল্লাহ, ওয়াল হামদুলিল্লাহ, ওয়া লা ইলাহা ইলাহা ইলাহাহ, ওয়াল্লাহু আকবার।’” [মুসলিম] অর্থাৎ, আলাহুর মহত্ত্ব এবং প্রশংসন বর্ণন করা।

**ইফতারের দোয়া :** নবী (সা) বলেছেন, তিনজন ব্যক্তির দোআ প্রত্যাখ্যাত হবে না, ন্যায়পরায়ণ শাসক, সাওম পালনকারী যখন সে ইফতার করে এবং মজলুমের (নির্যাতিত/অত্যাচারিত) দোআ। [সুনান আত-তিরমিয়ি]

**তাহাঙ্গুদ :** নবী (সা) বলেছেন, “আমাদের পালনকর্তা মহান আলাহু প্রতি রাতের তৃতীয় প্রহরে দুনিয়ার আসমানে অবতরণ করেন এবং বলতে থাকেন, ‘কে আছো, আমাকে ডাকবে, আমি তার ডাকে সাড়া দেবো? কে আছো, আমার কাছে চাইবে, আমি তাকে দান করব? কে আছো, আমার কাছে ক্ষমা প্রার্থনা করবে, আমি তাকে ক্ষমা করে দেবো? এভাবে তিনি ফজর স্পষ্ট হওয়া পর্যন্ত আহবান করেন।’” [বুখারী, হাদীস নং: ১১৪৫, মুসলিম হাদীস নং: ৭৫৮] এই সালাতের সর্বনিম্ন রাকাআত সংখ্যা ২।

রামাদানের সর্বোচ্চ ব্যবহার করে নিজেকে পরিণত করুন মহান আলাহুর একজন নিবেদিত বাস্তু হিসেবে। রামাদানকে ব্যবহার করুন আগের চেয়ে আরও ভালো, আরও বেশি বেশি ইবাদত চর্চা করার মাধ্যম হিসেবে। হেলাফেলায় এ মাস যেন চলে না যায় খেয়াল রাখুন। দেরি না করে শুরু করুন এখনি। সময় তো এখনো চলে যায়নি, শুধু দুরকার সঠিক উদ্যোগ ও নিয়ন্ত্রণ। বেশি দুআ করবেন যাতে বারাকাহপূর্ণ এই মাস রামাদান চলে যাওয়ার পরও আমরা ইমান, ইবাদত ও আন্তরিকতার যে পর্যায়ে উন্নীত হবো, সেটা যেন ধরে রাখতে পারি।

**কিভাবে ব্যাবহার করবেন?**

প্রথমে ফাইলটি ডাউনলোড করে ফিল্ট করুন। একমাসের জন্য আপনার প্রয়োজন হবে মোট চারটি শিট। এর পর আপনি লিস্ট অনুযায়ী যেইসব আমল করতে পারবেন, সেইগুলো টিক দিন। এই ভাবে করে আপনি প্রত্যেকের সংশ্লেষণ করে নিয়ে আলাহুর প্রত্যেক কর্মকাণ্ডে আবদ্ধ হওয়া আপনার আমল আছে তা।

**বিদ্রুঃ** এছাড়াও আরও অনেক প্রকার ভালো আমল আছে। শুধু মাত্র এই আমল গুলো করেই থেমে যাবেন না। কুরআন ও সুন্নাহ অনুযায়ী আরও যেইসব আমল আছে তা জানুন এবং আমল করার চেষ্টা করুন।

**প্রকাশনায়:**  
 **quranneralo.com**



শুন্ধভাবে কুরআন পড়া ও বুকার জন্য এক নতুন প্রযুক্তি  
“কুরআন লার্নিং পেন”। কলমটি কুরআনের যে কোন স্থানে স্পর্শ করা মাঝেই আরবীতে তেলাওয়াত করবে ও বাংলা, ইংরেজী, উর্দু সহ ১২টি ভাষায় তরজমা করবে।

[www.QuranLearningPen.com](http://www.QuranLearningPen.com)

#### Product Features:



8GB  
Built-in Memory



MP3  
Player



Built-in  
Speaker



Voice  
Recording



3.5mm  
Stereo Jack



Built-in  
Rechargeable Battery