DHAKA PROBE

সত্যের সাথে, সত্যের পথে

সংবাদপত্র সংস্করণ (PDF) তৈরি: 13 Nov 2026, 03:29 PM

ধর্ম

গোপন গুনাহ থেকে বাঁচার উপায়

প্রতিবেদক: ধর্ম ডেস্ক
প্রকাশের তারিখ: রোববার, ৩০ আগস্ট ২০২৬, ০৫:২৩ PM



ছবি সংগৃহীত

মানুষের জীবনে এমন কিছু গুনাহ রয়েছে, যা সে অন্যের অগোচরে বা নির্জনে করে থাকে। এসব গোপন গুনাহ অনেক সময় ধীরে ধীরে অভ্যাসে পরিণত হয় এবং মানুষের ঈমান ও আত্মিক প্রশান্তিকে ক্ষতিগ্রস্ত করে। তাই লোকচক্ষুর আড়ালেও আল্লাহকে ভয় করা এবং আত্মসংযমের মাধ্যমে এসব গুনাহ থেকে বেঁচে থাকা জরুরি।

গোপন গুনাহ থেকে বাঁচতে কয়েকটি বিষয়ে বিশেষভাবে গুরুত্ব দেওয়া যেতে পারে।

আল্লাহ সবসময় দেখছেন এ বিশ্বাস রাখা

মানুষের কাছ থেকে কোনো কাজ গোপন করা সম্ভব হলেও আল্লাহর কাছ থেকে কিছুই গোপন নয়। তাই নির্জনে থাকলেও আল্লাহর উপস্থিতি

ও তাঁর পর্যবেক্ষণের কথা মনে রাখা উচিত। পবিত্র কোরআনে আল্লাহ বলেন, "নিশ্চয়ই আল্লাহ তোমাদের ওপর পর্যবেক্ষক।" (সুরা নিসা: ১)

এই বিশ্বাস অন্তরে দৃঢ় হলে মানুষ লোকচক্ষুর আড়ালেও গুনাহ থেকে নিজেকে সংযত রাখতে পারে।

একাকিত্বের সময় সতর্ক থাকা

অনেক গোপন গুনাহের সুযোগ তৈরি হয় একাকিত্বে। তাই একা থাকার সময় নিজের ওপর নিয়ন্ত্রণ রাখা জরুরি। বিশেষ করে রাতে কিংবা এমন সময়ে, যখন আশপাশে কেউ থাকে না, তখন নিজেকে স্মরণ করিয়ে দিতে হবে"মানুষ না দেখলেও আল্লাহ দেখছেন।

গুনাহের কারণ ও সুযোগ থেকে দূরে থাকা

যে ব্যক্তি, স্থান, পরিবেশ, অ্যাপ, ওয়েবসাইট বা অভ্যাস মানুষকে গুনাহের দিকে নিয়ে যায়, তা থেকে দূরে থাকা উচিত। বারবার পরীক্ষার মুখোমুখি হওয়ার পরিবর্তে গুনাহের পথগুলো আগেই বন্ধ করে দেওয়া আত্মসংযমের গুরুত্বপূর্ণ অংশ।

নামাজ ও কোরআনের সঙ্গে সম্পর্ক বাড়ানো

নিয়মিত পাঁচ ওয়াক্ত নামাজ, কোরআন তিলাওয়াত, জিকির ও দোয়ার মাধ্যমে আল্লাহর সঙ্গে সম্পর্ক গভীর করা যায়। আল্লাহ বলেন, "নিশ্চয়ই নামাজ অশ্লীল ও মন্দ কাজ থেকে বিরত রাখে।" (সুরা আনকাবুত: ৪৫)

নামাজের পাশাপাশি কোরআনের অর্থ বোঝার চেষ্টা করলে অন্তরে আল্লাহভীতি ও জবাবদিহির অনুভূতি আরও বৃদ্ধি পায়।

গুনাহ হয়ে গেলে দ্রুত তওবা করা

মানুষ ভুলের ঊর্ধ্বে নয়। কোনো গুনাহ হয়ে গেলে হতাশ না হয়ে আন্তরিকভাবে আল্লাহর কাছে তওবা করা উচিত। একই সঙ্গে গুনাহের কাজটি ছেড়ে দিয়ে ভবিষ্যতে তা না করার দৃঢ় সংকল্প করতে হবে।

আল্লাহ বলেন, "আল্লাহর রহমত থেকে নিরাশ হয়ো না।" (সুরা যুমার: ৫৩)

তাই গুনাহ হয়ে যাওয়ার পর শয়তানের প্ররোচনায় হতাশ না হয়ে তওবার মাধ্যমে আল্লাহর দিকে ফিরে আসতে হবে।

তওবার পাশাপাশি বাস্তব পরিবর্তন

শুধু মুখে তওবা করলেই যথেষ্ট নয়; গুনাহের পেছনে থাকা কারণগুলোও চিহ্নিত করতে হবে। কোনো নির্দিষ্ট অ্যাপ, ওয়েবসাইট, সঙ্গ বা অভ্যাস যদি বারবার গুনাহের দিকে নিয়ে যায়, তাহলে তা পরিত্যাগ বা নিয়ন্ত্রণের ব্যবস্থা করতে হবে।

গোপন গুনাহের বদলে গোপন নেক আমল

গোপনে গুনাহ করার প্রবণতা দূর করতে গোপনে নেক আমলের অভ্যাস গড়ে তোলা যেতে পারে। যেমন"গোপনে সদকা করা, তাহাজ্জুদ পড়া, ইস্তিগফার করা, কোরআন তিলাওয়াত করা এবং নিজের ও অন্যের জন্য দোয়া করা। এতে মানুষের সঙ্গে সম্পর্কের পাশাপাশি আল্লাহর সঙ্গে

ব্যক্তিগত সম্পর্কও গভীর হয়।

মৃত্যুর কথা স্মরণ করা

মৃত্যু ও আখিরাতের কথা স্মরণ করাও গুনাহ থেকে বাঁচার কার্যকর উপায়। নিজেকে প্রশ্ন করা যেতে পারে□□আমি যে কাজটি করছি, এই অবস্থায় যদি আমার মৃত্যু হয়, তাহলে আল্লাহর সামনে এর কী জবাব দেব?□ জবাবদিহির এই অনুভূতি মানুষকে অনেক অনৈতিক কাজ থেকে বিরত রাখতে পারে।

গোপন গুনাহ থেকে মুক্তি পাওয়ার পথ একদিনে তৈরি হয় না। এর জন্য প্রয়োজন আল্লাহভীতি, আত্মসংযম, নিয়মিত ইবাদত, সৎ সঙ্গ এবং আন্তরিক তওবা। মানুষ ভুল করে পড়ে যেতে পারে; কিন্তু মুমিনের দায়িত্ব হলো প্রতিবারই আল্লাহর দিকে ফিরে আসা এবং আগের চেয়ে আরও সতর্ক হয়ে জীবন পরিচালনা করা।

এ বিভাগের আরও খবর



ইসলামে যে ৪ ধরনের উপহার দেওয়া-নেওয়া নিষিদ্ধ

ইসলামী সমাজব্যবস্থায় উপহার আদান-প্রদান পারস্পরিক ভালোবাসা, সৌহার্দ্য ও সম্প্রীতি বৃদ্ধির অন্যতম মাধ্যম। উপহারের মাধ্যমে মানুষের মধ্যে সম্পর...



নেক সন্তান আল্লাহর শ্রেষ্ঠ নেয়ামত, যেভাবে গড়বেন

ইসলামে নেক সন্তানকে মহান আল্লাহর অন্যতম শ্রেষ্ঠ নেয়ামত হিসেবে গণ্য করা হয়েছে। কোরআন ও হাদিসের নির্দেশনা অনুযায়ী, সন্তান দুনিয়ার সৌন্দর্য...



মহানবী (সা.)-এর অনন্য মর্যাদা ও শ্রেষ্ঠত্বের ১৬টি প্রমাণ

ইসলামে মহানবী হজরত মুহাম্মাদ (সা.)-এর মর্যাদা ও সম্মান অপরিসীম। তিনি সর্বশেষ নবী ও রাসুল। পবিত্র কোরআন ও হাদিসে তাঁর বিশেষ মর্যাদা, অনন্য বৈশ...



একা পশু জবাই করলে মাংস খাওয়া কি হালাল? জানালেন শায়খ আহমাদুল্লাহ

গোশত মানুষের প্রিয় খাবার। ইসলামে নির্দিষ্ট শর্তে বিভিন্ন হালাল প্রাণীর গোশত খাওয়ার অনুমতি রয়েছে। তবে পশু জবাইয়ের ক্ষেত্রে একাধিক ব্যক্তি থাক...

Copyright Dhaka Probe

অনলাইন সংস্করণ পড়তে ভিজিট করুন: https://www.dhakaprobe.com/religion/gopn-gunah-theke-banchar-upay