মই সুধিলোঁ, হে আল্লাহৰ ৰাছুল! নাজাত কেনেকৈ পাব পাৰি? তেখেতে ক'লেঃ তুমি তোমাৰ জিভাক নিয়ন্ত্ৰণত ৰাখিবা, বেছিভাগ সময় নিজৰ ঘৰত থকাৰ চেষ্টা কৰিবা, লগতে নিজৰ গুনাহৰ বাবে কান্দিবা।

উক্ববা বিন আমিৰ ৰাদ্বিয়াল্লাহু আনহুৰ পৰা বৰ্ণিত, তেওঁ কৈছেঃ "মই সুধিলোঁ, হে
আল্লাহৰ ৰাছুল! নাজাত কেনেকৈ পাব পাৰি? তেখেতে ক'লেঃ তুমি তোমাৰ জিভাক নিয়ন্ত্ৰণত ৰাখিবা, বেছিভাগ সময় নিজৰ ঘৰত থকাৰ চেষ্টা কৰিবা, লগতে নিজৰ গুনাহৰ বাবে কান্দিবা।" [ছহীহ] [(তিৰমিজী, আহমদ)]

এজন মুমিন ব্যক্তিয়ে দুনিয়া আৰু আখিৰাতত কেনেকৈ নাজাত পাব পাৰে? ইয়াৰ উপায় বিচাৰি উক্ববা বিন আমিৰ ৰাদ্বিয়াল্লাহু আনহুৱে নবী চাল্লাল্লাহু আলাইহি অছাল্লামক এটা প্ৰশ্ন কৰিছিল। তেতিয়া নবী চাল্লাল্লাহু আলাইহি অছাল্লামে তিনিটা বিষয় উল্লেখ কৰিছিলঃ প্ৰথমঃ এনেকুৱা বিষয়ৰ পৰা নিজৰ জিভাক নিয়ন্ত্ৰণত ৰাখিবা য'ত কোনো কল্যাণ নাই। লগতে প্ৰত্যেক অনিষ্ট সাধন কৰিব পৰা কথাৰ পৰাও নিয়ন্ত্ৰণত ৰাখিবা। কল্যাণমূলক কথাৰ বাহিৰে বেলেগ কোনো কথা নক'বা। দ্বিতীয়ঃ নিৰ্জনতাত ইবাদত কৰিবলৈ ঘৰতে থাকিবা। সৰ্বশক্তিমান আল্লাহৰ আনুগত্যত সদায় ব্যস্ত থাকিবা। ফিতনাৰ পৰা ৰক্ষা পাবলৈ ঘৰতে থাকিবা। তৃতীয়ঃ হৈ যোৱা গুনাহৰ বাবে তাওবা কৰা, অনুতপ্ত হোৱা আৰু আল্লাহৰ ওচৰত অনুনয়-বিনয় কৰা।

http://www.sunnah.global/hadeeth/as/show/3602