

ইহুদিতা

হিদায়াতের রঙে সমুজ্জ্বল এক পথের অনুসন্ধান

বই	ইহদিনা
লেখক	ড. খালিদ আবু শাদি
অনুবাদক	ইসমাইল যাবিহুল্লাহ
সম্পাদক	যিয়াদ বিন সাঈদ
বানান সম্বয়	তাজকিয়া সম্পাদনা পর্ষদ

ইহুদিতা

হিদায়াতের রঙে সমুজ্জ্বল এক পথের অনুসন্ধান

ড. খালিদ আবু শাদি

তাজকিয়া
পাবলিকেশন



অনুবাদের আরজ

আলহামদুলিল্লাহ, এক অকৃতী বান্দার প্রতি মহামহিম রবের অপার করুণা—তিনি তাকে ইসলামের সুশীতল শামিয়ানা-তলে আশ্রয় দিয়েছেন; পাপের এই আঁধার দুনিয়ায় বনি আদমেরা যখন প্রতিনিয়তই ছুটছে অগুনতি অন্ধ-বন্ধ গলির দিকে, তিনি তখন বহু নেককার বান্দার মতো এই গুনাহগারকেও সঠিক দিশা দিয়েছেন; বারে বারে পাপের কালো ছায়ায় দিকশূন্য হয়ে গেলেও, তিনি আলো জ্বেলেছেন, ফিরিয়ে এনেছেন সিরাতে মুস্তাকিমের আলোকোজ্জ্বল পথরেখায়।

অগুনতি পাপের কালিতে অস্তিত্ব ছেয়ে যাওয়ার পরেও বান্দার হৃদয়-গহনে তিনি দিয়েছেন তাঁর দিকে ফিরে ফিরে আসার এক সকাতির আকৃতি। লজ্জা, সঙ্কোচ, বিরতি ও অনুশোচনায় পাপী বান্দার সমস্ত সত্তা যখন আড়ষ্ট ও বিবশ হয়ে পড়ে, মহাপ্রতাপশালী মহিয়ান রবের দুয়ারে মুখ তুলে হাজির হওয়ার সাহস যখন হয় না বান্দার, তখন তিনি খুব কোমল কণ্ঠে, অনুভূত হয় কি হয় না—এমন মিহি আদরে বান্দার হৃদয়মুকুরে ডেকে ওঠেন ‘আমার কাছে আসো, ক্ষমা চাও; আমি তো ক্ষমাশীল, ক্ষমাই আমার পছন্দ; ক্ষমার যমযমে তোমার সমস্ত ভুল ও কালো দাগ মুছে দেওয়ার জন্যই তো আছি আমি!’

চারদিকে নফস ও শয়তানের হাজারো মকর-ফেরেব, আঁধারের অতলে টেনে নেওয়ার অসংখ্য চোরাবালি, আর, ফেতনা-ফাসাদের উত্তাল ঢেউয়ের সামনে দাঁড়িয়ে অসহায়ের মতো কাতর কণ্ঠে বান্দা যখন বলে—‘ইহদিনা (পথ দেখাও), ইয়া রব!’, তখন রহমানের রহম-দরিয়ায় জোশ ওঠে, করুণাময়ের

কবুণা-শিশিরেরা অবাধে ঝরতে শুরু করে সেই বান্দার ওপর, যে তার জীবনের বহু বহু মুহূর্ত রবের নাফরমানিতে কাটিয়েছিল! সময়ের পর সময় ডুবে থেকেছিল পরম প্রিয়কে ভুলে! কিন্তু তিনি তো মহিয়ান, পাপের দরিয়ায় হাবুডুবু খাওয়া বান্দাকেও তিনি ভুলে যান না, গুনাহ ও নাফরমানির কালিতে কলঙ্কিত বান্দাকেও তিনি রহম-চাদরের মায়াবী উম থেকে অভিশাপের হীম-শীতলতায় ঠেলে দেন না। বান্দা যখন বলে, ‘ইহদিনা, ইগফির লানা’, তখন তিনি আর কিছু দেখেন না—হারানো উট আবার ফিরে পাওয়া মুসাফিরের মতোই বান্দাকে কাছে টেনে নেন ব্যাকুল মমতায়।

‘ইহদিনা’—মহামহিম রবের দুয়ারে সকাতর মুনাজাতের এক অপূর্ব প্রতিদান; দিগ্ভ্রাস্তি ও আঁধার-অন্ধতার এই সময়ে আলোর পথের এক সবুজ পথরেখা। বইটির লেখক ড. খালিদ আবু শাদি, অধুনা বাংলাদেশে বেশ পরিচিত ও সমাদৃত হয়ে ওঠা এক বিশ্বস্ত নাম। এই বিদগ্ধ মানুষটির অনবদ্য গ্রন্থ ‘ইহদিনা’। আমাদের হৃদয়গত অসুস্থতা ও বিপর্যস্ততার মোটামুটি যোলোটি বিষয় নিয়ে তিনি বইটিতে আলোচনা করেছেন। প্রতিটি সমস্যার বিস্তারিত বিবরণ ও তা থেকে উত্তরণের উপায় বাতলে দিয়েছেন। এ যেন হিদায়াতের কোঁচড়ভরা আলো-কণা!

বইটি যখন হাতে পেয়ে পড়তে শুরু করি, তখন এর প্রতিটি ছত্রই আমার মনমুকুরে আলোড়ন সৃষ্টি করে; আমি অনুভব করি—কে যেন খুব সন্তর্পনে মন-বাতায়নে ঊঁকি দিয়েছে, আমাকে ডেকে বলছে, ‘গুনাহ ও নাফরমানির ভারে নুয়ে পড়তে-পড়তে কখনো তুমি মুনাজাত করেছ না? ইহদিনা (আমাদের পথ দেখাও প্রভু!) বলে-বলে রবকে ডেকেছ না? দেখো, এই যে তোমার তোহফা, এই পথে চলো। সঠিক পথের শূন্য বাতাসে তোমার তপ্ত ও কালিমালিপ্ত হৃদয় শান্ত ও পরিচ্ছন্ন হবে; তোমার মুনাজাতের ‘ইহদিনা’ রবের কবুণা হয়ে বর্ষিত হবে ঝরঝর ধারায়।’

প্রিয় পাঠক, সেই আহ্বানে সাড়া দিয়ে আমরা বইটির অনুবাদের কাজ করেছি এবং রহমানের অশেষ করুণায় বহুদিন অপেক্ষার পর এখন তা আপনাদের দ্বারা লাব্বাইক বলে হাজির হয়েছে।

অনুবাদকর্ম হিসেবে এটি আমাদের শুরুর দিকের কাজ। ফলে, সর্বাঙ্গিক পরিশ্রমের পরেও বইয়ে নবীন ও নবিশ হিসেবে আমাদের নানারকম ভুল-ত্রুটির ছাপ থেকে যেতে পারে। সুহৃদ পাঠক/পাঠিকা আমাদেরকে এ বিষয়ে সতর্ক করলে, কৃতজ্ঞ হব; পরবর্তী সময়ে ভুলগুলো শুধরে নেওয়া সহজ হবে। বইটি প্রকাশের এই আনন্দঘন মুহূর্তে শ্রদ্ধা ও ভালোবাসাভরে স্মরণ করছি এ কাজে অন্যতম সহযোগী ভূমিকা পালনকারী প্রিয় ভাই যিয়াদ বিন সাঈদ, তাজকিয়া পাবলিকেশনের প্রকাশক ও সংশ্লিষ্ট অন্য সবাইকে। মহান রব যেন পাঠক/পাঠিকাসহ বই-সংশ্লিষ্ট প্রতিটি মানুষকে হিদায়াতের আলোকিত সরল-সবুজ পথে রাখেন, ‘জীবন’ ও ‘মহাজীবনে’র সর্বকদমে তাঁর রহম-চাদরে আগলে রাখেন।

—ইসমাঈল যাবিহুল্লাহ

রহমতগঞ্জ মাদরাসা, মুদাফরগঞ্জ, বরুড়া, কুমিল্লা

ijabihullah@gmail.com



অনুবাদক পরিচিতি

ইসমাদ্দিল যাবিহুল্লাহ

জন্ম : ৩১শে জুলাই, ১৯৯৬ ঈসায়ি।

প্রাতিষ্ঠানিক শিক্ষা : হিফজ, তাকমীল, আরবি ভাষা-সাহিত্য, ইফতা।

লেখালেখি : মুক্তগদ্য, অনুবাদ।

প্রকাশিত অনূদিত গ্রন্থ : নবীপ্রিয়সী (একক), রূহের চিকিৎসা (যৌথ)।

এছাড়াও অনূদিত একাধিক পাণ্ডুলিপি আছে প্রকাশের অপেক্ষায়।



ভেতরের পাতা যেভাবে সাজানো

মুকাদ্দিমা.....	২৭
প্রথম আলোচ্য ব্যাধি.....	৩৩
গীবত	৩৩
বা	৩৩
পরনিন্দার চর্চা	৩৩
রোগ-পরিচিতি.....	৩৫
সবিস্তার বিবরণী.....	৩৭
১. গীবত কবরে ভয়াবহ শাস্তির কারণ	৩৭
২. অবস্থা বিবেচনায় গীবত যেন সুদ ও যিনার চেয়েও বড়পাপ	৩৭
৩. আপনার অজান্তেই গীবত বরবাদ করে দিবে আপনার দ্বীন	৩৮
৪. গীবতের ব্যাপারে সবচেয়ে কঠিন হাদিস.....	৩৯
৫. গীবত নিজের দোষ ত্রুটি সম্পর্কে উদাসীনতার আলামত	৪০
৬. গীবত সম্পর্কে সাহাবায়ে কেরামের সতর্কবাণী.....	৪১
৭. সূক্ষ্ম গীবত.....	৪১
৮. ভদ্রতা ধরে রাখতে গিয়ে গীবত.....	৪২
৯. গীবত: অহংকারের সূক্ষ্ম প্রকাশ.....	৪২
১০. গীবত: কাল মাহশারে পরিশোধের দাবিযোগ্য ঋণ.....	৪২
গীবতের অযুধ ও প্রতিকার	৪৩

১. গীবতের কাফফারা.....	৪৩
২. গীবতের ব্যাধি থেকে মুক্তির সহজ উপায়	৪৩
৩. আপনার সামনে গীবত-চর্চা হলে কী করবেন	৪৪

দ্বিতীয় আলোচ্য ব্যাধি..... ৪৯

ফজরের সালাত আদায়ে উদাসীনতা..... ৪৯

রোগ-পরিচিতি..... ৫১

সবিস্তার বিবরণী..... ৫৩

১. নেফাকের আলামত..... ৫৩

২. শয়তানের প্রভাব ও ক্ষমতায়ন..... ৫৩

৩. কবরে শাস্তির কারণ..... ৫৪

৪. পরকালে শাস্তির কারণ..... ৫৪

৫. পার্থিব জীবনকে প্রাধান্য দেওয়ার আলামত..... ৫৫

৬. আমল বিনষ্টের হুমকি..... ৫৬

ব্যাধি-প্রতিকার..... ৫৮

১. অবৈধ রাত্রি-জাগরণ বর্জন করুন..... ৫৮

২. ঘুমোনের আগে উযু করুন..... ৫৮

৩. ঘুমের আগের দুয়ার ব্যাপারে যত্নবান হোন..... ৫৯

৪. কোনো গুনাহে লিপ্ত অবস্থায় ঘুমিয়ে পড়বেন না..... ৫৯

৫. উঠুন লাফিয়ে উঠুন..... ৫৯

৬. অভিশপ্ত শত্রুর ওপর প্রতিশোধ নিন..... ৬০

৭. তুচ্ছ প্রাপ্তির ওপর প্রাধান্য দিন সর্বোচ্চ প্রতিদানকে..... ৬০

৮. নামাজে অনুপস্থিত বন্ধুদের খোঁজ নিন..... ৬২

তৃতীয় আলোচ্য ব্যাধি.....৬৫

রোগ-পরিচিতি..... ৬৭

সবিস্তার বিবরণী..... ৭০

১. তিলাওয়াত বর্জনকারীর অন্তর হলো পরিত্যক্ত৭০

২. আপনার ঘরই সবচে ছোট..... ৭২

৩. তিলাওয়াত বর্জন অন্তরে তৈরি করে ভয়াবহ প্রকম্পন ৭২

৪. ইবলিসকে খুশি করতে সবচে প্রিয় বন্ধুকে পরিত্যাগ করেছে যে হৃদয়,
সে হৃদয় কত না নিঃসঙ্গ ৭৩

৫. গুনাহের ফলেই তিলাওয়াতে আপনার দুর্বলতা..... ৭৬

৬. ক্রমাগত ভয়ানক আঘাবের হুশিয়ারি ৭৭

৭. মহামহিম রবের নিকট মহান রাসুলের অভিযোগ ৭৯

৮. প্রশান্তি হবে উধাও ৮০

তিলাওয়াত বর্জনের প্রতিকার ৮১

১. আলাদা আলাদা বা একসাথে; প্রতিদিনের নির্দিষ্ট পরিমাণ অংশ
তিলাওয়াতে দৃঢ় প্রতিজ্ঞাবদ্ধ হোন ৮১

২. ভোরের তিলাওয়াতে সবচে বেশি বরকত..... ৮২

৩. ‘গুরুত্ব ও প্রাধান্য’ আদান-প্রদানের বিষয় ৮৩

৪. এ যেন আপনার প্রতি প্রেরিত মহান রবের বিশেষ এক পত্র—এমন
ভাবনা নিয়ে তিলাওয়াত করুন ৮৩

৫. কোরআনের ব্যাপারে নয়; বৈষয়িক অন্যান্য সমস্যায় ওজর পেশ করুন ৮৪

৬ গান বলা গান শোনা তিলাওয়াতে অনাগ্রহের অন্যতম কারণ..... ৮৫

৭. কুরআনের প্রতি সম্মান প্রদর্শন আদতে রবের প্রতিই সম্মান প্রদর্শন ৮৬

চতুর্থ আলোচ্য ব্যাধি.....৯০

অল্লীল কথাবার্তা.....১০

প্রবণতা.....১০

রোগ-পরিচিতি.....১১

সবিস্তার বিবরণী.....১২

১. অল্লীল কথা ও কথক—উভয়কে আল্লাহ অপছন্দ করেন..... ১২

২. অল্লীল আলাপ হবে জাহান্নামে যাওয়ার অন্যতম কারণ.....১৩

৩. অল্লীল কথা বলা মুনাফিকের স্বভাব.....১৩

৪. অল্লীল কথা বলা আল্লাহর আনুগত্যকে অশ্রদ্ধার শামিল..... ১৪

৫. নোংরা কথার অভিসম্পাত ব্যক্তির নিজের দিকেই ফিরে আসে..... ১৪

৬. সবচে বড় গুনাহগুলোর একটি হলো অল্লীলতা..... ১৪

৭. অল্লীলতা থেকে বাঁচার জন্য লোকে যাকে এড়িয়ে চলে; তারচে নিকৃষ্ট আর কে!.....১৫

৮. অল্লীলতা ব্যক্তিকে কলুষিত করে..... ১৬

অল্লীল আলাপের প্রতিকার.....১৭

১. আল্লাহর জিকিরে মগ্নতা বাড়িয়ে দিন..... ১৭

২. চুপ থাকার অভ্যাস গড়ে তুলুন..... ১৭

৩. যবানকে মার্জিত ও সুন্দর আলাপে অভ্যস্ত করুন..... ১৮

৪. অমার্জিত শব্দের ব্যবহার থেকে বাঁচতে ইঙ্গিতপূর্ণ শব্দ বলুন..... ১৯

৫. কথায় ব্যবহার করুন সর্বোত্তম শব্দাবলী..... ১৯

৫. সাবধান—অভিশাপ দেবেন না..... ১০৩

৬. চরিত্রে লজ্জা ও শালীনতার সুরভি মাখুন..... ১০৩

৭. সজ্জন মানুষের সঙ্গী হোন..... ১০৪

৮. যবানের অনিষ্ট থেকে আশ্রয় চান আল্লাহর..... ১০৫

৯. গালিগালাজের অভ্যাসকে প্রশ্রয় দেয়া যাবেনা.....	১০৬
১০. মন্দের জবাব মন্দ দিয়েই দেবেন না.....	১০৭
পঞ্চম আলোচ্য ব্যাধি.....	১১১
হারাম	১১১
গ্রহণ	১১১
রোগ-পরিচিতি.....	১১৩
সবিস্তার বিবরণী.....	১১৫
১. জাহান্নামে প্রবেশ অবধারিত	১১৫
২. আত্মার মৃত্যু.....	১১৬
৩. সময়ের সবচে খবংসাত্মক ব্যাধি ও বিপদ	১১৬
৪. হারাম ভক্ষণ : অঙ্গপ্রত্যঙ্গের নৈতিক বিচ্যুতির কারণ.....	১১৬
৫. হারাম ভক্ষণ : নেকআমল কবুলের প্রতিবন্ধক	১১৭
৬. বান্দাকে হারাম ভক্ষণের প্ররোচনা ইবলিসের প্রধান লক্ষ্য	১১৭
৭. দোয়া কবুল না-হওয়া	১১৮
হারাম গ্রহণের প্রতিকার	১২০
১. নফল আমলে ব্যস্ততার ভণিতায় ফরজ ছেড়ে দেয়ার ধোঁকায় পা ফেলবেন না	১২০
২. হারাম ও নিষিদ্ধ চাহিদার প্রতি আকর্ষণ সীমিত করুন.....	১২০
৩. শুধু উপার্জনই নয়, হারাম পথে ব্যয় করা থেকেও বিরত থাকুন	১২১
৪. অননুমোদিত বর্জন পরিহার করুন.....	১২১
৫. অসৎকর্মের বুদ্ধিদাতা, মিথ্যে সাক্ষ্যদাতা ও অন্যায় ফায়সালাকারী কেউ যেন আপনাকে ধোঁকায় না-ফেলে	১২১
৬. নিরাপত্তা-সীমা ও প্রতিরক্ষা-বাঁধ.....	১২২

ষষ্ঠ আলোচ্য ব্যাধি.....১২৬

রোগ-পরিচিতি..... ১২৭

১. লোকের সামনে নেককাজ জাহির করার প্রবণতা.....১২৭

২. আমল না-করেও সেটির কৃতিত্ব নেওয়ার খাহেশ১২৭

৩. রিয়ার ভয়ে আমল ছেড়ে দেওয়া১২৭

৪. আকার-ইঙ্গিতে ইবাদাতের কথা প্রকাশ করা ১২৮

৫. অন্যদের দোষ-ত্রুটি দেখা, আর, নিজেকে মনে করা স্বচ্ছ-নিষ্কলুষ ১২৮

সবিস্তার বিবরণী..... ১২৯

১. কিয়ামত-দিবসের আফসোস।১২৯

২. রিয়াকারী হলো পারিশ্রমিক বিহীন শ্রমিক.....১৩০

৩. জাগতিক ক্ষতি১৩০

৪. মানুষের হৃদয় থেকে আপনার প্রতি শ্রদ্ধাবোধের বিলুপ্তি ১৩১

৫. পার্থিব ও পরকালীন লাঞ্ছনা ১৩১

৬. মাসিহে দাঙ্গালের চেয়েও যা ভয়ঙ্কর ১৩২

৭. পরকালে ভয়াবহ শাস্তি১৩৩

৮. রিয়াকারী অন্যকে বাঁচাতে চায়; কিন্তু সে নিজেই ভ্রান্তিতে নিমজ্জিত.....১৩৫

৯. রিয়া ডেকে আনে নীরব পরাজয় ১৩৫

রিয়ার প্রতিকার..... ১৩৭

১. ব্যাধির ভয়াবহতা পরিমাপ করুন ১৩৭

২. সমূলে উপড়ে ফেলুন রিয়ার সবটুকু ১৩৭

৩. মানুষের কাছ থেকে নিজের আমল গোপন করুন ১৩৯

৪. বারবার নিয়তকে নবায়ন করুন ১৪০

৫. সর্বদা রিয়ার কাফকারার দোয়া করুন ১৪০

৬. প্রবৃত্তির বিরুদ্ধে শুরু করুন যুদ্ধ; নেককারদের সঙ্গে লাভ করবেন...১৪১
৭. মানুষের মন্তব্য ও চাহিদাকে থোড়াই কেয়ার করুন.....১৪২

সপ্তম আলোচ্যব্যাধি ১৪৬

দৃষ্টিপাত ১৪৬

রোগ-পরিচিতি..... ১৪৭

সবিস্তার বিবরণী..... ১৪৯

১. হৃদয় কঠোর হয়ে যাওয়ার অন্যতম কারণ..... ১৪৯

২. চোখ শয়তান-প্রবেশের সবচে বড় দরজা ১৪৯

৩. ক্ষণিকের মজার আড়ালে ঘাপটি মেরে বসে আছে চিরস্থায়ী বঞ্চনা..১৫০

৪. কুদৃষ্টি হলো যিনার অগ্রণী দূত.....১৫০

৫. কখনো সগিরা গুনাহ কবিরা গুনাহর চেয়েও ভয়াবহ১৫১

৬. বিনয় ও একাগ্রচিত্তে সালাত আদায় থেকে বঞ্চনা.....১৫১

৭. কুদৃষ্টির বিষাক্ত প্রভাব..... ১৫২

৮. অব্যাহত কুদৃষ্টি তাওবা সহীহ হবার পথে বাধা সৃষ্টি করে ১৫২

৯. সরাসরি মানুষ দেখার চেয়ে হারাম ছবি দেখাটা বেশি ভয়াবহ..... ১৫২

১০. পরিবার ও দাম্পত্যজীবনে ধস..... ১৫৩

কুদৃষ্টির প্রতিকার ১৫৪

১. তৎক্ষণাৎ দৃষ্টি সরিয়ে ফেলুন ১৫৪

২. গুনাহের প্রাথমিক ও প্ররোচক বিষয়গুলো থেকে দূরে থাকুন ১৫৫

৩. দৃষ্টির সংযম—আল্লাহর মহব্বতলাভের সবচে সৎক্ষিপ্ত উপায়..... ১৫৫

৪. তাৎক্ষণিক তাওবায় অভ্যস্ত হয়ে যান..... ১৫৬

৫. ধ্বংসাত্মক কুদৃষ্টির ভয়াবহ পরিণতি নিয়ে ভাবুন..... ১৫৭

৬. একাকী সময়-যাপনকে ‘না’ বলুন.....	১৫৮
৭. অবসর—প্রাণসংহারক বিষ.....	১৫৯
৮. কুবুদ্ধি ও কুমন্ত্রণার পাহারাদার.....	১৫৯
১০. তাঁকে ভয় করুন, যাঁর নিকটে কোনও গোপনের গোপনীয়তা নেই.....	১৬০
অষ্টম আলোচ্য ব্যাধি.....	১৬৫
নির্জনে.....	১৬৫
অপরাধপ্রবণতা.....	১৬৫
রোগ-পরিচিতি.....	১৬৭
সবিস্তার বিবরণী.....	১৬৮
১. বান্দার কাঙ্ক্ষিত লক্ষ্য ‘প্রভুর দাসত্ব’ পরিচয় থেকে বঞ্চিত হবার আশঙ্কা.....	১৬৮
২. ঈমানদাররা তার থেকে দূরে চলে যাওয়ার বঞ্চনা.....	১৬৮
৩. নির্জনতা এক ভয়াবহ পরীক্ষা.....	১৬৯
৪. তাকওয়ার পূর্ণতা নির্ভর করে অপ্রকাশ্য আমলের শুদ্ধতায়.....	১৭১
৫. আড়ালের অপকর্ম ব্যক্তির সকল পুণ্যকে ধুলোয় মিশিয়ে দেয়.....	১৭২
৬. অশুভ সমাপ্তি.....	১৭৩
৭. গোপনে অনাচার বিভিন্ন ব্যাধির লক্ষণ.....	১৭৪
৮. আল্লাহর সুদৃষ্টি থেকে ছিটকে পড়ার ভয়.....	১৭৪
৯. নিজেকে পরিশুদ্ধকরণে জেঁকে বসবে একরাশ হতাশা.....	১৭৫
১০. কেয়ামতের দিন অস্থির দৃষ্টি ক্ষেপণ.....	১৭৬
নির্জনে অপরাধপ্রবণতার প্রতিকার.....	১৭৮
১. ধীরে ধীরে কমিয়ে ফেলুন নির্জনাবাসের অভ্যাস.....	১৭৮
২. দুয়াই সর্বোত্তম প্রতিকার.....	১৭৮

৩. কল্যাণের মূলধনে যুক্ত করুন আরও কল্যাণ	১৮০
৪. রবের সাথে অবশ্যম্ভাবী সাক্ষাতের প্রস্তুতি গ্রহণ করুন	১৮০
৬. কেউ দেখে ফেলার ভয়কে বাস্তবে পরিণত করুন	১৮১
৭. আপনি কি উৎকৃষ্ট জিনিসকে নিকৃষ্ট জিনিসের সাথে বদলে ফেলতে চাচ্ছেন!.....	১৮১
৮. নেক বান্দাদের সাথে ওঠাবসা জারি রাখুন	১৮২
৯. তাৎক্ষণিকভাবে তওবার মানসিকতা গড়ে তুলুন	১৮৩
১০. আল্লাহকে চেনার ও যথাযথ তা'যিমের ইরাদা রাখুন	১৮৩
১১. খেয়াল রাখুন আপনি রয়েছেন একজন পর্যবেক্ষকের দৃষ্টিসীমায় ...	১৮৪
১২. নিজেকে হীনমন্য ভাবার মানসিকতা পরিহার করুন	১৮৪
নবম আলোচ্যব্যাধি	২০১
নারীর সৌন্দর্য.....	২০১
প্রদর্শনের রমরমে আয়োজন.....	২০১
রোগ-পরিচিতি.....	২০৩
সবিস্তার বিবরণী.....	২০৫
১. নিজেকে প্রদর্শনের অভ্যাস নারীকে করে তোলে নির্লজ্জ.....	২০৫
২. আপনার পরবর্তী প্রজন্মের কাছেই আপনি হবেন প্রশংসিত	২০৬
৩. সৌন্দর্য প্রদর্শনের এই নষ্ট প্রতিযোগিতা ফিতনার অপরিহার্য উপকরণ	২০৬
৪. কবরে আপনার তাবারক্কুজকে দেখতে পাবেন আরও ভয়ানক.....	২০৬
৫. গোটা জাতির উপরই নেমে আসতে পারে ভয়াবহ শাস্তি	২০৭
৬. শয়তানের প্রতীক্ষার বস্তু হয়ে যান যখন আপনি	২০৮
৭. অন্যের ঘর-সংসার বিনষ্টের কারণ হতে পারে আপনার তাবারক্কুজ	২০৮
৮. এই পাপে অন্যকে উৎসাহী করার দায়ও নিতে হবে আপনার কাঁধে	২০৯

৯. অজান্তেই আপনি জন্ম দিচ্ছেন আরো হাজারটা পাপের	২০৯
১০. অথচ ভুলেই গেছেন জাহান্নামের আযাবের কথা	২১০
১১. পর্দাবৃত নারীকে ধোঁকায় ফেলতে শয়তান সবচেয়ে বেশি তৎপর	২১১
১২. এরাই নারীকুলের সবচেয়ে নিকৃষ্ট শ্রেণী	২১২
১৩. এই অপরাধকে ছোট মনে করা বড় বড় অনেক পাপকে ত্বরান্বিত করবে	২১৩
১৪. এ যেন আইয়্যামে জাহিলিয়াতের চর্চা	২১৪
ব্যাধির প্রতিকার	২১৬
১. সর্বপ্রথম আল্লাহর হুক আদায়ের ব্যাপারে দৃঢ় সংকল্প গ্রহণ করুন ..	২১৬
২. পর্দার ব্যাপারে আপনার ধারণা স্বচ্ছ রাখুন	২১৬
৩. পর্দার অবশ্য পালনীয় শর্তগুলোর প্রতি সজাগ দৃষ্টি রাখুন	২১৭
৪. তিন বস্তুর সাক্ষ্যদানের বিপরীতে প্রস্তুত করুন জবাব	২১৮
৫. শয়তানী ধোঁকার বেড়াজালে আটকে যাবেন না	২১৯
৬. পর্দার আদলে ফ্যাশনকে না বলুন	২২০
৭. আপনার অনুগত প্রত্যেকের দায় নিজ কাঁধে নিন	২২১
দশম আলোচ্যব্যাধি	২২৬
কুরআনের গবেষণালব্ধ	২২৬
পাঠে অনাগ্রহ	২২৬
রোগ-পরিচিতি	২২৭
সবিস্তার বিবরণী	২২৯
১. তাদাব্বুর ছেড়ে দেয়া খোদ কুরআনকে ছুঁড়ে ফেলারই নামাস্তর	২২৯
২. কুরআন ক্রমাগত অভিশাপ দিতে থাকে	২৩০
৩. তাদাব্বুরে অযত্নশীল কুরআনে বর্ণিত গাধারই অনুরূপ	২৩১

৪. দাঁড়াতে হবে কঠোর জিজ্ঞাসাবাদের মুখে.....	২৩২
৫. তিলাওয়াত বেশি হলেও তাদাব্বুরবিহীন তিলাওয়াতের পরিণতি শুভ নয়.....	২৩৪
৬. ভয়াবহ শাস্তির হুমকি	২৩৪
ব্যাধির প্রতিকার	২৩৬
১. সব কাজের উপর কুরআনকে প্রাধান্য দিতে চেষ্টা করুন	২৩৬
২. গ্রহণ করুন কুরআনের দীর্ঘ সান্নিধ্য	২৩৬
৩. অন্তত মনযোগী শ্রোতা তো হোন.....	২৩৭
৪. ক্ষুদ্রতম সমস্যার সমাধান খুঁজতেও দ্বারস্থ হোন কুরআনের.....	২৩৭
৫. পরিহার করুন দ্রুততার সাথে কুরআন পাঠের অভ্যাস	২৩৯
৬. তিলাওয়াতের সময় হিসেবে নির্বাচন করুন রাতকে	২৪১
৭. পড়ুন, আবার পড়ুন, উপদেশগুলো গেঁথে যাবে অন্তরে	২৪২
৮. ভাবুন, প্রত্যেকটি আয়াত আপনাকে সম্বোধন করেই বর্ণিত	২৪৩
৯. এ তিন শ্রেণীর ব্যক্তির মাঝে কোথায় আপনার অবস্থান, তা নিয়ে চিন্তা করুন.....	২৪৪
১০. কুরআনকে বোঝার ক্ষেত্রে অন্তরায়, এমন পাপ থেকে নিজেকে মুক্ত রাখুন.....	২৪৬
একাদশ আলোচ্যব্যাধি.....	২৪৯
অন্তরের.....	২৪৯
কঠিনতা.....	২৪৯
রোগ-পরিচিতি.....	২৫১
রোগের লক্ষণ	২৫২
সবিস্তার বিবরণী.....	২৫৪

১. পাপাচার এবং আল্লাহর কাছে ইস্তেগফারে অলসতা	২৫৪
২. আল্লাহর সাথে কৃত অঙ্গীকার ভঙ্গের শাস্তি	২৫৫
৩. হারাম ভক্ষণ	২৫৫
৪. ভোগবাদে অভ্যস্ততা	২৫৬
৫. অধিক হাসি এবং অনর্থক কাজে মগ্নতা	২৫৬
৬. আল্লাহর যিকির, বিশেষত কোরআন থেকে বিমুখতা	২৫৬
৭. মাত্রাতিরিক্ত চাহিদা	২৫৭
৮. পাথরসম হৃদয়ের অধিকারীদের সংশ্রবগ্রহণ	২৫৭
অন্তর কঠিন হয়ে যাওয়ার ব্যাধি-প্রতিকার	২৫৮
১. গুনাহমুক্ত অন্তর মুক্তি দিতে পারে আপনাকে	২৫৮
২. হেদায়াতের দোয়া করুন, কঠোরতা থেকে পানাহ চান	২৫৮
৩. মৃত্যুকে স্মরণকরা ও কবর যেয়ারতকরা	২৫৯
৪. নেককারদের সাহচর্য গ্রহণ করুন	২৬০
৫. বিপদগ্রস্ত ও অসুস্থ ব্যক্তিকে দেখতে যান	২৬১
৬. ইয়াতিম-মিসকিনদের সাথে সদয় আচরণ করুন	২৬২
৭. প্রচুর সাধনা ও পরিশ্রমের মানসিকতা গড়ে তুলুন	২৬২
৮. সর্বদা আল্লাহর যিকিরে নিমগ্ন থাকুন	২৬৩
দ্বাদশ আলোচ্যব্যাধি	২৬৭
ফ্রি মিস্কিং	২৬৭
রোগ-পরিচিতি	২৬৯
সবিস্তার বিবরণী	২৭০
১. নব-দম্পতিদের বিয়ে ভাঙনের উপক্রম	২৭০

২. বহু পুরোনো বিয়ের সম্পর্কেও দেখা যাচ্ছে ভাঙন	২৭১
৩. ফ্রি-মিল্লিং সমগ্র মানবজাতির মোকাবেলায় শয়তানের এক মোক্ষম অস্ত্র	২৭২
৪. ঈমানের বলিষ্ঠতাকে চুরমার করে দেয়.....	২৭২
৫. আত্মমর্যাদাবোধ হ্রাস পেয়ে যায়	২৭২
৬. জ্বলে ওঠে জৈবিক চাহিদার আগুন	২৭৪
৭. মানসিক অস্থিরতার জন্ম দেয়	২৭৪
ব্যাধির প্রতিকার	২৭৬
১. দৃষ্টি সংযত রাখুন	২৭৬
২. পর্দাকে গুরুত্ব দিন	২৭৮
৩. পুরুষের সঙ্গে পারস্পরিক কাজকর্মের আদবের প্রতি খেয়াল রাখুন	২৭৮
৪. পারফিউমের যত্রতত্র ব্যবহার থেকে বিরত থাকুন	২৭৯
৫. নির্জনতা পরিহার করুন, হোক তা কোনো নিকটাত্মীয়র সাথে	২৮০
৬. মার্কেট-শপিংমল এড়িয়ে চলুন	২৮০
৭. প্রয়োজনীয়তার সীমারেখা মেনে কাজ করুন	২৮১
৮. সোশ্যাল মিডিয়ার বিপর্যয় থেকে নিজেকে রক্ষা করুন	২৮২
৯. এই ব্যাধি রোধে নারীর ঘরে অবস্থান সবচেয়ে কার্যকরী পদক্ষেপ ...	২৮৩

ত্রয়োদশ আলোচ্যব্যাধি

গাফলত

রোগ-পরিচিতি

১. আল্লাহর যিকির থেকে গাফলত	২৯১
২. দুয়া-রোনা জারিতে গাফলত	২৯১
৩. মৃত্যুর ব্যাপারে গাফলত	২৯১
৪. নেক আমলের নিয়তে গাফলত	২৯২

৫. রবের ঐশী-বার্তা গ্রহণে গাফলত	২৯৩
সবিস্তার বিবরণী.....	২৯৪
১. বৈধ জিনিসের বাহনায় তাতেই ডুবে থাকা	২৯৪
২. তাওবা না করে উপর্যুপরি গুনাহে লিপ্ত হওয়া	২৯৫
৩. জুমার নামাজ ছেড়ে দেওয়া	২৯৫
৪. উল্টো কাজে কলবের আগ্রহ এবং কোন জিনিসকে বিপরীত দৃষ্টিতে দেখা.....	২৯৬
৫. দ্বীনের সঠিক বুঝ অর্জনে অক্ষমতা	২৯৬
৬. অন্ধ অনুসরণ	২৯৮
গাফলতের প্রতিকার	৩০০
১. গাফেলের মনে রাখতে হবে তার স্রষ্টা তার সম্পর্কে গাফেল নন	৩০০
২. কবর ঘিয়ারত বাড়িয়ে দিন	৩০১
৩. যিকিরের প্রতি উদাসীনতা করা যাবেনা	৩০১
৪. গাফেলদের সংস্পর্শ এড়িয়ে চলুন	৩০৩
৫. গাফলতের জায়গাগুলোও এড়িয়ে চলুন.....	৩০৪
৬. ঘর থেকেই দূর করতে হবে গাফলতের সমস্ত উপকরণ.....	৩০৪
সংক্ষেপে দশটি বিষয়.....	৩০৬
১. ভোরের সময়গুলো কাজে লাগান	৩০৬
২. পরিকল্পনা মাফিক চলুন.....	৩০৬
৩. ভারসাম্য রক্ষার পাশাপাশি ব্যাপকতাও জরুরী.....	৩০৭
৪. অল্প হলেও সব কাজে ধারাবাহিকতা বজায় রাখুন.....	৩০৭
৫. প্রতি সপ্তাহে কোন একটি কাজ সবিশেষ গুরুত্ব দিয়ে করুন	৩০৭
৬. ফেসবুক টুইটার ব্যবহারে নিজেকে নিয়ন্ত্রণ করুন	৩০৮

৭. পরস্পরে সহযোগিতার মানসিকতা রাখুন.....	৩০৮
৮. যেটা বেশি গুরুত্বপূর্ণ, কাজের ক্ষেত্রে সেটাকে রাখুন আগে.....	৩০৮
৯. নিজের প্রতিভা ও পছন্দের দিক আবিষ্কার করুন	৩০৯
১০. দুয়ার উপরে কোনো চিকিৎসা নেই.....	৩০৯

চতুর্দশ আলোচ্যব্যাধি	৩১০
----------------------------	-----

হিংসা.....	৩১০
------------	-----

রোগ-পরিচিতি.....	৩১১
------------------	-----

সবিস্তার বিবরণী.....	৩১৩
----------------------	-----

১. হিংসার কারণে আপনি হারাতে পারেন ঈমানের দৌলত	৩১৩
২. হিংসার কারণে শিক্ষাপু হতে পারেন তীব্র মনোযন্ত্রণা এবং অনুতাপের সাগরে	৩১৩
৩. হিংসা পরস্পরে সম্প্রীতি নষ্ট করে, শত্রুতা তৈরি করে.....	৩১৪
৪. যদিও মানুষকে সৃষ্টি করা হয়েছে হিংসার প্রবণতা দিয়ে	৩১৫
৫. হিংসা আল্লাহর সঙ্গে বেয়াদবির শামিল	৩১৬
৬ হিংসা আপনার দীনকে পরাস্ত করে ফেলতে সক্ষম	৩১৭
৭. হিংসার শিকার ব্যক্তিকে নয়, হিংসুককেই আক্রমণ করে ক্ষতি	৩১৭

হিংসার ব্যাধি-প্রতিকার	৩১৮
------------------------------	-----

১. যার প্রতি হিংসা, তার নেয়ামত যেন আরও বেড়ে যায় সে দুয়া করুন	৩১৮
২. আপনার চেয়ে নিচুতে যাদের অবস্থান, তাদের দিকে তাকান.....	৩১৯
৩. মন থেকে উপড়ে ফেলুন হিংসার সব উপকরণ	৩১৯
৪. রবের ফায়সালায় সন্তুষ্ট হয়ে যান.....	৩২০
৫. অনুধাবন করুন হিংসা-বিদ্বেষমুক্ত অন্তরের শ্রেষ্ঠত্ব	৩২২
৬. উপেক্ষা করে চলুন দুনিয়ার রঙ-ঢং.....	৩২২

৭. চাহিদাকে সীমিত করুন	৩২৩
পঞ্চদশ আলোচ্যব্যাখ্যা.....	৩২৭
জুলুম.....	৩২৭
রোগ-পরিচিতি.....	৩২৯
সবিস্তার বিবরণী.....	৩৩০
১. জুলুম থেকে বেঁচে থাকতে দৃঢ় প্রতিজ্ঞাবদ্ধ হোন	৩৩০
২. পরস্পরে হানাহানি-বিদ্বেষ বাদ দিন.....	৩৩১
৩. অবশ্যই জুলুমের প্রতিশোধ নেওয়া হবে	৩৩২
৪. জালেম কোন নবী বা অলীর শাফায়াত পাবে না	৩৩৪
৫. জুলুম ধ্বংসের মুখে ফেলবেই, হোক সে জুলুম মুখের কথায়.....	৩৩৫
৬. জুলুমের পাপে আল্লাহ মোটেও ছাড় দেন না.....	৩৩৫
৭. বিলম্ব হলেও পাকড়াও থেকে মুক্তি পাবেনা জালেম.....	৩৩৬
জুলুমের প্রতিকার	৩৩৮
১. যাদের উপর জুলুম করেছেন তাদের খুঁজে বের করুন	৩৩৮
২. জুলুম থেকে দায়মুক্তির চেষ্টা করুন.....	৩৩৮
৩. জুলুম থেকে আল্লাহর আশ্রয় প্রার্থনা করুন	৩৪১
৪. রাগের পরিস্থিতিকে ধৈর্য ও সহনশীলতার সাথে মোকাবেলা করুন .	৩৪১
৫. জালেমকে সাহায্য করা থেকে বিরত থাকুন	৩৪২
৬. কামনা করুন আপনার ইনসাফের মহান প্রতিদান.....	৩৪৩



মুক্তাদিমা

সকল প্রশংসা মহান আল্লাহর; সাহায্যের জন্য রোনাজারি ও ক্ষমা প্রার্থনা একমাত্র তাঁর নিকটেই এবং নফসের অনিষ্ট ও আমলের যাবতীয় ত্রুটি থেকে রেহাই কেবল তাঁরই আশ্রয়ে; তিনি পথপ্রদর্শন করলে পথভ্রষ্ট করার যেমন কেউ নেই, তেমনি তিনি পথহারা করলে পথের স্থানদাতা কেউ নেই। আমাদের স্পষ্ট সাক্ষ্য, তিনি ব্যতীত কোনো ইলাহ নেই; তিনি একক; অদ্বিতীয়; সেইসাথে আমাদের সাক্ষ্য এ-ও যে, হযরত মুহাম্মাদ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম আল্লাহর বান্দা ও রাসুল.....।

পৃথিবীতে আল্লাহ তাআলা যত সমস্যা-সঙ্কট দিয়েছেন, নিশ্চিতভাবে সেগুলোর সমাধানও বাতলে দিয়েছেন। যত রোগ-বалаইয়ের সৃষ্টি করেছেন, সাথেসাথে প্রত্যেকটার দাওয়াও বলে দিয়েছেন। রাসুলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম বলেন—

لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ، فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ، بَرِئَ بِإِذْنِ اللَّهِ تَعَالَى

‘প্রতিটা রোগেরই আছে নির্ধারিত অযুধ; তাই অযুধ ঠিকমতো প্রয়োগ করতে পারলে আল্লাহর ইচ্ছায় রোগ দূর হয়ে যায়।’¹

সহিহ বুখারিতে এসেছে—

مَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنْ دَاءٍ إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً

‘আল্লাহ যত রোগই দিয়েছেন; দিয়েছেন তার অযুধও।’²

ইমাম আহমদ বিন হাম্বল রহিমাল্লাহু এই বর্ণনার সঙ্গে আরেকটু যোগ করে

1 সহিহ মুসলিম, হাদিস নং ২২০৪

2 সহিহ বুখারী, হাদিস নং ৫৬৭৮

বলেছেন— ‘... সে অযুধ সম্পর্কে যে জেনেছে; সে তো জেনেছেই; আর, যে জানতে পারেনি; সে অজ্ঞ বৈ আর কি!’

উল্লেখিত হাদীসে আরোপিত রোগের অযুধ খোঁজ করা এবং এ নিয়ে তদ্বানুসন্ধানের প্রতি ব্যাপক উৎসাহ দেওয়া হয়েছে। কারণ, রোগ মাত্রই অযুধ আছে—এ কথা কোনও অসুস্থ ব্যক্তি জানার পর নিশ্চিতভাবে তার মন থেকে হতাশার কালো মেঘ দূর হয়ে সঞ্চারিত হবে আশার আলো; সে আশাই নিয়ামক হয়ে তাকে সুস্থ করে তুলবে।

দ্বিতীয়ত, এখানে বাহ্যিক ও আভ্যন্তরীণ—উভয় রকমের অযুধের নির্দেশনাই আছে; কারণ রোগ-ব্যধি যেমন দুরকম, চিকিৎসাও ঠিক তাই—দৈহিক ও আত্মিক। দেহ-বিষয়ক চিকিৎসার দায়িত্ব ডাক্তারদের; আর আত্মিক চিকিৎসার দায়িত্ব হচ্ছে রাসুলগণের —আলাইহিমুস সালাম— যারা আল্লাহ তাআলার তরফ থেকে প্রেরিত ওহি’র মাধ্যমে এসব আত্মিক ব্যধির চিকিৎসায় নিজেদেরকে উৎসর্গ করেছেন।

সে ধারাবাহিকতায় আল্লাহ তাআলা নবীজি—সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম—এর কাছেও ওহি পাঠিয়েছেন। সে ওহিই মুমিনদের জন্য হয়ে উঠেছে বিরাট অনুগ্রহ ও আত্মিক চিকিৎসার মহৌষধ। যার আলোয় সব সংশয়-সন্দেহ ও প্রবৃত্তি-তাড়নার আঁধার কেটে যায়; যার অলৌকিক পরশে মুছে যায় সব রোগ-শোক আর আপদের চিহ্ন; যার সান্নিধ্যের সৌরভে বান্দা কামনার গোলামী ছেড়ে হয়ে ওঠে শূন্য চেতনার ধারক; যাকে ধারণ করলে মুমিন-ব্যক্তি সম্পদ ও খ্যাতির দাসত্বকে ছুঁড়ে ফেলে ছুটে যায় মহান রবের দিকে, তার আনুগত্যের প্রতি সাড়া দিয়ে নিজেকে প্রমাণ করে একজন অনুগত ‘বান্দা’। সর্বোপরি রবের কারীমের প্রেরিত ওহি ‘আল কুরআন’ ছিল জাহিলিয়াতের সমস্ত ব্যাধি ও সমস্যার একমাত্র প্রতিষেধক।

তবে, নবীজি সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম স্থান-কাল-পাত্র ভেদে উম্মতের উপর আরোপিত ব্যাধির নানারকম দাওয়া ও বিভিন্ন রকমের ব্যবস্থাপত্র দিয়েছেন। সাহাবায়ে কেরামের সবচেয়ে ঘনিষ্ঠ হবার ফলে, যখনই তারা কোনো সমস্যা অনুভব করতেন, ছুটে আসতেন নবীজির দরবারে; সমস্যা বয়ান করতেন; আর তিনিও প্রতিটি সমস্যার প্রতিকার বলে দিতেন; ধরে ধরে সাবধান করে দিতেন সব অসুখ ও অকল্যাণ থেকে।