



83001 - জনকৈ নারী মদে এর সমস্যায় ভুগছেন; এর কোন শরয়ী সমাধান আছে কি?

প্রশ্ন

আমি খুব বেশি মতো মানুষ। আমার শরীরে গদোশত সাংঘাতিকভাবে বেশি। আলহামদু লিল্লাহ, আমি পাঁচ ওয়াক্ত নামায পড়ি, নফল নামাযও পড়ি। ক্షুধা না লাগলে আমি খাই না। অনুগ্রহ করে আপনারা আমাকে কুরআন-সুন্নাহ মতোভাবে কোন চিকিৎসার কথা জানাতো পারবেন; যা আমার ওজন কমাতে সাহায্য করবে?

প্রয় উত্তর

আলহামদু লিল্লাহ।

মদে-এর সমস্যা বিশেষে কোন রোগ কিংবা শরীরে হরমদানের উঠানামার কারণে হতে পারে। এর চিকিৎসার জন্য হচ্ছে বিশেষজ্ঞ ডাক্তারের শরণাপন্ন হওয়া উচিত।

মদে-এর সমস্যা অতিরিক্ত খাওয়া এবং ইসলামী শিষ্টাচারগুলো মনে না চলার কারণে হতে পারে। এর সমাধান হচ্ছে- খাওয়ার শুরুতে বসিমল্লাহ্ বলা, খাওয়া শেষে আলহামদু লিল্লাহ্ বলা, কম খাওয়া। মকিদাদ বনি মাদি কারবি (রাঃ) থেকে বর্ণিত তিনি বলেন: আমি রাসূলুল্লাহ্ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামকে বলতে শুনছি তিনি বলেন: "কোন মানুষ পটেরে চয়ে মন্দভাবে কোন পাত্রকে ভরপুর করে না। বনী আদমেরে জন্য কয়কে লোকমা খাওয়াই যথেষ্ট; যতটুকু তার মরুদণ্ডকে সোজা রাখবে। যদি এর চয়ে বেশি খেতে হয় তাহলে (পটেরে) এক তৃতীয়াংশ খাবারেরে জন্য, এক তৃতীয়াংশ পানীরে জন্য এবং এক তৃতীয়াংশ নঃশ্বাসেরে জন্য।"[সুনানে তরিমিযি (২৩৮০) ও সুনানে ইবনে মাজাহ (৩৩৪৯), আলবানি 'সহিহুত তরিমিযি গ্রন্থে হাদিসটিকে সহিহ বলছেন]

আল্লাহ্ তাআলা বলেন: "আর পানাহার করো; তবে অপচয় করবে না। নশিচয় তিনি অপচয়কারীদেরকে পছন্দ করেন না।"[সূরা আরাফ, আয়াত: ৩১]

কুরআন-সুন্নাহতে মদে-এর সমস্যার সমাধানে বিশেষে কোন চিকিৎসার উল্লেখ নেই; যদিও সত্যকারার্থে কুরআন রোগ নিয়াময়ক। যমেনটি আল্লাহ্ তাআলা বলছেন: "আমি কুরআনে এমন বিষয় নাযলি করি যা মুমনিদেরে জন্য আরোগ্য ও অনুগ্রহ। আর তা জালমেদেরে শুধু ক্షতহি বৃদ্ধি করে।"[সূরা বনী ইসরাইল, আয়াত: ৮২]

তিনি আরও বলেন: "হে মানুষ! তোমাদের কাছে তোমাদের প্রভুর পক্ষ থেকে উপদেশবাণী ও অন্তরে ব্যধরি চিকিৎসা এবং



মুমনিদরে জন্ম পথনির্দেশে ও অনুগ্রহ (কোরআন) এসছে।"[সূরা ইউনুস, আয়াত: ৫৭]

ইবনুল কাইয়্যামে (রহঃ) বলেন: "কুরআন হচ্ছে- অন্তরে ও শরীরে যাবতীয় রোগেরে পরিপূরণ চিকিৎসা। কিন্তু সকল মানুষ এ কুরআন দিয়ে চিকিৎসা নয়োর যোগ্যতা ও তাওফিকি রাখে না। যদি কোন রোগী যথাযথভাবে কুরআন দিয়ে চিকিৎসা নতিে পারে এবং আন্তরিকতা, ঈমান, পূরণ গ্রহণ ও দৃঢ় বিশ্বাসেরে সাথে রোগেরে চিকিৎসা করতে পারে এবং অন্যান্য শর্তগুলো পরিপূরণ থাকে তাহলে কোন রোগ কুরআনেরে সাথে মোকাবলি করতে পারে না।"[যাদুল মাআদ (৪/৩২২)]

অসুস্থ ব্যক্তিরে জন্ম 'মুআওয়যীত' (আশ্রয় প্রার্থনার সূরাগুলো) পড়ে নজিকে ঝাড়ফুক করা শরয়িতসম্মত। আল্লাহ্ ইচ্ছায় এর কার্যকর প্রভাব রয়েছে।

আয়শো (রাঃ) থেকে বর্ণিত আছে যে, রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামেরে যখন অসুখ হত তখন তিনি 'মুআওয়যীত' পড়ে নজিকে নজিে ঝাড়ফুক করতনে এবং হাত দিয়ে নজিকে মোছন করতনে। যে রোগে তিনি মারা যান সে রোগে যখন আক্রান্ত হলনে তখন আমি 'মুআওয়যীত' পড়ে তাকে ফুক দিতাম এবং নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামেরে হাত দিয়ে মোছন করতাম।"[সহি বুখারী (৪৪৩৯)] সহি মুসলিমি (২১৯২) এর বর্ণনায় রয়েছে: "পরবারেরে কটে যখন অসুস্থ হতনে তখন রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম তাকে 'মুআওয়যীত' পড়ে ফুক দতিনে। যখন তিনি যে রোগে মারা যান সে রোগে আক্রান্ত হলনে তখন আমি তাকে ফুক দিতাম এবং তাঁর হাত দিয়ে মোছন করতাম। কনেনা আমার হাতেরে চয়েে তাঁর হাত ছলি বরকতপূরণ।"

আয়শি (রাঃ) থেকে আরও বর্ণিত আছে যে, "নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম যখন প্রতরিতে বছিনায় যতনে তখন তিনি দুই হাতকে একত্রিত করে হাতদ্বয়ে ফুক দতিনে; তথা হাতদ্বয়ে

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ وَ قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ , قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ

পড়তনে। এরপর হস্তদ্বয় দিয়ে শরীরেরে যতটুকু অংশ সম্ভব মোছন করতনে। হাতদ্বয় দিয়ে মাথা, চহোরা ও শরীরেরে সামনেরে অংশ থেকে শুরু করতনে। এভাবে তনিবার করতনে।"

অনুরূপভাবে একজন মুসলিমেরে জন্ম দুনিয়া ও আখরিতেরে যা খুশি কল্যাণ চয়েে ও অনষ্টি দূর করার জন্ম দোয়া করা শরয়িতসম্মত। সুতরাং আপনি আল্লাহ্ কাছেরে রোগে নরিাময়, সুস্থতা ও স্টৌন্দর্যেরে জন্ম দোয়া করুন।

আল্লাহ্ই সর্বজ্ঞঃ।