



সাপ্তাহিক পুস্তিকা: ৩৭৯
WEEKLY BOOKLET: 379

মুখের পরিচ্ছন্নতার উপকারিতা



খিলাল কিরূপ হবে?

০৪

খিলাল করার চিকিৎসা বিজ্ঞান সম্বন্ধে হিকমত

০৬

যখন মিসওয়াক ব্যবহার অযোগ্য হয়ে যায়

১০

দাঁড়ের নিরাপত্তার জন্য ৪টি মাদানী ফুল

১১

শায়খে তরীকত, আমীরে আহলে সুন্নাত,
দা'ওয়াতে ইসলামীর প্রতিষ্ঠাতা হযরত আব্দুল্লাহ মাওলানা আবু বিলাল

মুহাম্মদ ইল্‌ইয়াস আত্তার কাদেরী

موسسة
الدراسات
الإسلامية

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى خَاتَمِ النَّبِيِّينَ ط
أَمَّا بَعْدُ فَأَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ط بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ط

মুখের পরিচ্ছন্নতার উপকারিতা (১)

দোয়ায় আন্তর: হে মুস্তফার প্রতিপালক! যে কেউ এই পুস্তিকা “মুখের পরিচ্ছন্নতার উপকারিতা” পড়ে বা শুনে নিবে তার বাহ্যিক ও অভ্যন্তরীণ পরিষ্কার করে দাও এবং তাকে তার মা-বাবা ও পরিবারের সাথে বিনা হিসাবে জান্নাতে প্রবেশ করাও।
أَمِينِ بِجَاهِ النَّبِيِّ الْأَمِينِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

দরুদ শরীফের ফযিলত

প্রিয় নবী صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ ইরশাদ করেন: হে লোকসকল! নিশ্চয় কিয়ামতের ভয়াবহতা ও সেটার হিসাব নিকাশ থেকে খুব দ্রুত সেই ব্যক্তি মুক্তি পাবে যে তোমাদের মধ্যে আমার উপর বেশি দরুদ শরীফ পাঠ করবে। (মুসনদুল ফিরদৌস, ৫/২৭৭, হাদিস: ৮১৭৫)

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ! صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ

- এই বিষয়বস্তু আমীনে আহলে সুন্নাত دَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةِ এর “ফযযানে সুন্নাত” কিতাবের ১ম খণ্ডের ২৮৫-৩০১ পৃষ্ঠা থেকে নেয়া হয়েছে।

খিলাল

খাবার খাওয়ার পর কোন কাঠ (শলা) বা খড়খুটো দিয়ে খিলাল করা সুন্নাত। অনেক ইসলামী ভাই খিলালের জন্য ম্যাচের বারুদ উঠিয়ে ফেলে দেন, এরূপ করা উচিত নয়। কারণ এভাবে বারুদ নষ্ট হয়ে থাকে। অন্য কোন শলা দিয়ে খিলাল করে নেয়া চাই। খিলালের গুরুত্ব সম্পর্কে অসংখ্য হাদীস শরীফ বর্ণিত হয়েছে। যেমন-হযরত আবু হুরায়রা رَضِيَ اللهُ عَنْهُ বলেন: নবী করীম صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ ইরশাদ করেন: “যে ব্যক্তি খাবার খায় (ও দাঁতের মধ্যে কিছু থেকে যায়) তা যদি খিলালের মাধ্যমে বের করে তবে (যেন) ফেলে দেয়। আর জিহ্বা দিয়ে বের করলে (যেন) গিলে ফেলে। যে এরকম করল ঠিক করলো আর না করলেও অসুবিধা নেই।”

(আবু দাউদ শরীফ, ১/৪৬, হাদীস ৩৫)

কিরামান কাতিবীন ও খিলাল বর্জনকারী

হযরত আবু আইয়ুব আনসারী رَضِيَ اللهُ عَنْهُ বলেন: রাসূলে পাক صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ আমাদের নিকট আসলেন এবং ইরশাদ করলেন: “খিলালকারী কতই না উত্তম। সাহাবায়ে কিরাম عَلَيْهِمُ الرِّضْوَان আরম্ভ করলেন: ইয়া রাসুলাল্লাহ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ! কোন বস্তুর খিলালকারী? ইরশাদ করলেন: ওযুতে খিলালকারী এবং খাওয়ার পর খিলালকারী। ওযুর খিলাল কুলি করা, নাকে পানি দেয়া এবং আঙ্গুলগুলোর মাঝখানে (খিলাল করা) এবং খাবারের খিলাল খাবারের পর করা হয়। আর কিরামান কাতিবীনের জন্য এর চেয়ে অধিক কোন বিষয় কঠিন নয় যে, তাঁরা যে ব্যক্তির জন্য নির্ধারিত রয়েছেন, তাকে এ অবস্থায় নামায পড়তে দেখেন যে, তার দাঁতগুলোর মাঝে কোন বস্তু থাকে।” (মু'জামুল কবীর, ৪/১৭৭, হাদীস ৪০৬১)

পান আহরকারীরা মনোযোগ দিন!

আমার আকা আলা হযরত, ইমামে আহলে সুন্নাত, ইমাম আহমদ রযা খান رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهِ বলেন: অধিক পরিমাণে পান খাওয়াতে অভ্যস্ত ব্যক্তির বিশেষতঃ যখন দাঁতগুলোতে ফাঁক হয়, অভিজ্ঞতা অনুসারে জানা যায় যে, সুপারীর ক্ষুদ্র অংশ ও পানের প্রচুর ছোট ছোট টুকরো এভাবে মুখের চতুর্পাশে ও কিনারায় অবস্থান করে থাকে (অর্থাৎ মুখের কোণগুলোতে ও দাঁতের ফাঁক গুলোতে ঢুকে যায়) তখন তিনবার নয় বরং দশবার কুলি করলেও এগুলো পরিপূর্ণভাবে পরিষ্কারের জন্য যথেষ্ট হয় না। খিলাল এগুলোকে বের করতে পারে না, মিসওয়াকও না। শুধুমাত্র কুলি ব্যতীত। কেননা পানি ফাঁকগুলোতে প্রবেশ করিয়ে ঝাঁকুনি (নাড়াচাড়া) দেয়াতে তা জমে থাকা ক্ষুদ্র অংশগুলোকে ক্রমান্বয়ে ছাড়িয়ে নিয়ে আসে। এটারও কোন সীমা নির্ধারণ হতে পারে না এবং এরূপ পরিপূর্ণভাবে পরিষ্কার করার ব্যাপারেও ভীষণ তাগিদ রয়েছে। বিভিন্ন হাদীসে ইরশাদ হয়েছে যে, যখন বান্দা নামাযের জন্য দণ্ডায়মান হয়, (তখন) ফেরেশতা তার মুখের উপর নিজের মুখ রাখেন, সে যা পড়ে (তা) তার মুখ থেকে বের হয়ে ফেরেশতার মুখে যায়, ঐ সময় যদি খাদ্যের কোন বস্তু তার দাঁতগুলোতে থাকে, (তখন) ফেরেশতাদের এতে এরূপ কষ্ট হয়, যা অন্য কোন বস্তুতে হয় না।”

রাসূলে পাক صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ ইরশাদ করেন: যখন তোমাদের কেউ রাতে নামাযের জন্য দাঁড়াও, তবে (তার) উচিত যে, মিসওয়াক করে নেয়া। কেননা যখন সে নিজের নামাযের মধ্যে কিরাত (আদায়) করে, তখন ফেরেশতা নিজের মুখ তার মুখের উপর রাখে এবং যে বস্তু তার মুখ

থেকে বের হয়, তা ফেরেশতার মুখে প্রবেশ করে। (কানযুল উম্মাল, ৯/৩১৯) এবং ‘তাবরানী’ কাবীরের মধ্যে হযরত আবু আইয়ুব আনসারী رضي الله عنه থেকে বর্ণিত যে, উভয় ফেরেশতার জন্য এর চেয়ে অধিক কোন বিষয় ভারী নয় যে, তারা নিজেদের সাথীকে নামায পড়তে দেখে অথচ তার দাঁতগুলোতে খাদ্যাংশ আটকে থাকে। (মুজাম্মুল কাবীর, ৪/১৭০৭। ষাতাওয়ায়ে রযবীয়া, ১/৬২৪-৬২৫)

দাঁতে দুর্বলতা

হযরত ইবনে ওমর رضي الله عنهما বলেন: “যে খাবার (মাংসের কণা ইত্যাদি) মাঁড়িতে থেকে যায়, তা মাঁড়িকে দুর্বল করে দেয়।”

(মাজমাউয যাওয়ায়িদ, ৫/৩২ পৃষ্ঠা, হাদীস ৭৯৫২)

খিলাল কিরূপ হবে?

প্রিয় ইসলামী ভাইয়েরা! যখনই কোন খাবার খাবেন, এরপর খিলাল করার অভ্যাস করা উচিত। উত্তম হচ্ছে, খিলাল যেন নিম্ন গাছের হয়, কারণ এর তিক্ততা দ্বারা মুখ পরিষ্কার হয় ও তা মাঁড়ির জন্য উপকারী। বাজারে TOOTH PICKS সাধারণতঃ মোটা ও নরম হয়ে থাকে। নারিকেলের শলাকার অব্যবহৃত ঝাড়ুর একটি শলাকা অথবা খেজুর গাছের ডাল থেকে ব্লুড দিয়ে কেটে অনেক শক্ত খিলাল তৈরী হতে পারে। অনেক সময় মুখের কোণার দাঁতে গর্ত হয়ে থাকে আর তাতে মাংস ইত্যাদির অংশ আটকে যায়, যা শলাকা ইত্যাদি দিয়ে বের হয় না। এ ধরনের খাদ্যকণা বের করার জন্য মেডিকেল স্টোরে বিশেষ ধরনের সুতা (Flossers) পাওয়া যায়। এছাড়া অপারেশনের যন্ত্রপাতির দোকানে স্টিলের, দাঁতের খিলালও curved sickle scaler পাওয়া যায়। কিন্তু

এসব জিনিসের ব্যবহার পদ্ধতি জানা অত্যন্ত জরুরী অন্যথায় মাঁড়ি আঘাতপ্রাপ্ত হতে পারে।

খিলালের সাতটি নিয়ত

হাদীসে পাকে রয়েছে; রাসূলে পাক صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ ইরশাদ করেন: “মুসলমানের নিয়ত তার আমল থেকে উত্তম।” (মুজাম্মুল ক্বীর, ৬/১৮৫, হাদীস ৫৯৪২) খিলাল শুরু করার পূর্বে এবং খাওয়া শুরু করার পূর্বে এ নিয়তগুলো করে সাওয়াবের ভান্ডার অর্জন করুন: (১) খাওয়ার পর খিলালের সুন্নাত আদায় করবো (২) খিলাল শুরু করার পূর্বে بِسْمِ اللهِ পড়বো (৩) মিসওয়াক করার জন্য সহায়তা অর্জন করবো (কেননা দাঁতের ফাঁকে আটকে থাকা খাদ্যকণা যখন পঁচে যায় তখন মাঁড়ি দুর্বল ও রোগাক্রান্ত হয়ে পড়ে ও তা থেকে রক্ত প্রবাহিত হতে শুরু করে। সুতরাং মিসওয়াক করা কঠিন হয়ে পড়ে) (৪) ওযুতে পরিপূর্ণভাবে কুলি করতে সহায়তা লাভ করবো (মুখের ভিতরের প্রতিটি অংশে ও দাঁতের মধ্যবর্তী ফাঁকগুলোতে যেন পানি প্রবাহিত হয় সেভাবে তিনবার কুলি করা অযুতে সুন্নাতে মুআক্কাদা আর উল্লেখিত নিয়মে গোসলে একবার কুলি করা ফরয এবং তিনবার করা সুন্নাত) (৫) দাঁতগুলোকে রোগব্যাদি থেকে রক্ষার চেষ্টা করে ইবাদতে শক্তি অর্জন করবো। (কারণ খিলাল করার দরুন খাদ্যকণা বের হয়ে যাবে আর এভাবে মাঁড়ির রোগ থেকে রক্ষা হবে আর সুস্থ শরীরে ইবাদত করতে শক্তি অর্জিত হবে) (৬) মুখকে দুর্গন্ধ থেকে রক্ষা করে মসজিদে প্রবেশ করা বহাল রাখতে সাহায্য লাভ করবো (স্পষ্ট যে, খাদ্যকণা দাঁতে আটকে থাকলে তখন তা পঁচে দুর্গন্ধের কারণ হবে আর যখন মুখে দুর্গন্ধ হবে তখন মসজিদে প্রবেশ করা হারাম)

(৭) ফেরেশতাদেরকে কষ্ট দেয়া থেকে বাঁচবো (মুখে খাদ্য কণা থাকা অবস্থায় নামাযে কুরআনে পাক পাঠ করাতে ফেরেশতাদের কষ্ট হয়) ।

কুলি করার নিয়ম

ওযুতে এভাবে কুলি করা জরুরী যে, মুখের প্রতিটি অংশ ও দাঁতের সমস্ত ফাঁক ইত্যাদিতে যেন পানি পৌঁছে যায়। অযুতে এভাবে তিনবার কুলি করা সুন্নাতে মুআক্কাদা। আর গোসলে একবার ফরয ও তিনবার সুন্নাত। যদি রোযা অবস্থায় না হয় তবে গড়গড়াও করে নিন। মাংসের অংশ ইত্যাদি বের করা জরুরী। তবে যদি কোন (খাদ্য) কণা কিংবা সুপারী ইত্যাদির কণা বেরই হচ্ছে না তবে এখন আর এমন শক্তি প্রয়োগ করবেন না যেন আবার মাঁড়ি আঘাতপ্রাপ্ত হয়, কেননা যে অসহায় সে অপারগ।

খিলাল করার চিকিৎসা বিজ্ঞান সম্মত হিকমত

আমাদের প্রিয় আকা صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ আজ থেকে ১৪০০ বছরেরও অধিক সময় পূর্বেই অনেক রোগ থেকে নিরাপত্তা লাভের জন্য খিলালের গুরুত্ব বুঝিয়ে দিয়েছেন। এখন শত শত বৎসর পর বিজ্ঞানীদের বুঝে এসেছে। যেমনটি খিলালের হিকমত বর্ণনা করতে গিয়ে ডাক্তারেরা বলেন: “খাওয়ার পর খাদ্যকণা দাঁত ও মাঁড়ির মধ্যখানে আটকে যায়। যদি তা খিলাল করে বের করা না হয় তবে তা পচেন যায় আর তা থেকে এক বিশেষ ধরণের প্লাসমা (PLASMA) সৃষ্টি হয়ে মাঁড়িকে ফুলিয়ে দেয় আর এরপর দাঁত ও মাঁড়ির মধ্যকার সম্পর্ক নষ্ট করে দেয়। ফলে ধীরে ধীরে দাঁত পড়ে যায়। খিলাল না করাতে দাঁতে পাইরিয়া (PHYORRHEA)

রোগও হয়ে থাকে। যার কারণে মাঁড়িতে পুঁজের সৃষ্টি হয়, যা খাদ্যের সাথে পেটে যায় এবং এরপর মারাত্মক রোগের সৃষ্টি হয়।

দাঁতের ক্যান্সার

চা ও পান খাওয়াতে অভ্যস্ত ব্যক্তি খাবার কম খাওয়ার পাশাপাশি চা ও পানও কম খাওয়ার মানসিকতা তৈরী করুন। এমন যেন না হয় যে, আপনি খাবার কম খাবেন আর ধোঁকাবাজ নফস আপনাকে ক্ষুধা মিঠানোর আশা দিয়ে চা ও পান খাওয়ার মাত্রা বৃদ্ধি করার বিপদে যেন ফাঁসিয়ে না দেয়। চা পাকস্থলির জন্য ক্ষতিকর। পান, গুটকা, মাইনপরী (পানে ব্যবহৃত নানা ধরণের মসলা বা বস্তু) ও সুগন্ধযুক্ত সুপারী ইত্যাদি খাওয়ার অভ্যাস পরিত্যাগ করার মাঝেই উপকার রয়েছে। যারা এগুলো বেশি পরিমাণে খায় তাদের মাঁড়ি, মুখ ও গলার ক্যান্সার হওয়ার আশংকা থাকে। অধিক পান আহরকারীদের মুখের ভিতরের অংশ লাল হয়ে যায়। যদি মাঁড়িতে রক্ত কিংবা পুঁজ হয়ে যায় আর তা তাদের দৃষ্টি গোচর না হয় তবে তা পেটে যেতে থাকে। যেহেতু দীর্ঘদিন ধরে পুঁজ বের হতে থাকে কিন্তু ব্যথা মোটেই হয় না। সম্ভবত তাদের তখনই জানা হবে যখন খোদা না করুন কোন কঠিন রোগ শিকড় গেঁড়ে বসবে।

নকল খয়ের এর ধ্বংসলীলা

সম্ভবত দেশে খয়ের তৈরী হয় না। সম্পদলোভী ঐসকল মানুষ, যাদের কারো দুনিয়া ও নিজের আখিরাত নষ্ট হওয়ার চিন্তা নেই তারা মাটির সাথে চামড়ার রং মিশিয়ে ঐ মাটিকে খয়ের বলে বিক্রি করে। আর এভাবে বেচারী দেশের পানখোরেরা ময়লা মাটি খেয়ে নানা ধরণের রোগে

আক্রান্ত হচ্ছে এবং ভীষণ অসুস্থ হয়ে ধ্বংসের মুখে পড়ছে। জেনে শুনে নকল খয়ের কখনো ব্যবহার করবেন না। নকল খয়ের ব্যবসায়ী ও নকল খয়ের দিয়ে পান বিক্রয়কারীরা এ ধরণের কাজ থেকে সত্যিকার অর্থে তাওবা করুন। এছাড়া জেনে শুনে মাটি ভক্ষণকারীরা তা থেকে বিরত থাকুন। মাটি খাওয়ার ব্যাপারে শরয়ী মাসআলা হল, সামান্য পরিমাণ মাটি খাওয়াতে অসুবিধা নেই কিন্তু ক্ষতি হতে পারে এতটুকু পরিমাণে মাটি খাওয়া হারাম। (রাদ্দুল মুখতার, ১/৩৬৪। বাহায়ে শরীয়ত, ১/৪১৮, ২য় অংশ)

দাঁতে রক্ত আসার কারণ

অনেকের মিসওয়াক করার সময় রক্ত আসে, বরং ঐসকল মানুষের রক্ত হয়তো খাবারের সাথে পেটেও পৌঁছে যায়। পেট খারাপ হওয়ার এটা একটা কারণ। এ ধরণের রোগীর কোষ্ঠকাঠিন্য ইত্যাদির চিকিৎসা করানো উচিত। শরীরের ওজন বৃদ্ধি ও বাত-ব্যাদি সৃষ্টিকারী খাদ্যসমূহ থেকে বেঁচে থাকুন ও ক্ষুধা থেকে কম খাবেন। অসময়ে কোন কিছু খাবেন না। দ্বিতীয় কারণ এই যে, দাঁত পরিস্কারের ব্যাপারে উদাসীনতার কারণে খাদ্যকণা দাঁতের ফাঁকে জমা হয়ে চুনের ন্যায় শক্ত হয়ে জমাট বেঁধে যায়। চিকিৎসা বিজ্ঞানের ভাষায় এটাকে টাটার (TATAR) বলা হয়। এজন্য দাঁতের ডাক্তারের নিকট যান। যদি ভাল ডাক্তার হয় এবং অন্য কোন সমস্যা না থাকে তবে একই সাথে সবকটি দাঁত পরিস্কার (SCALING) করে দিবেন। অন্যথায় কয়েকবার ঘোরাঘুরি করিয়ে একটু আধটু কাজ করে বেশি টাকা খরচ করাবে।

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ! صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ

মিসওয়াকের ১৪টি মাদানী ফুল

এই মাদানী ফুল “ফয়যানে সুন্নাত” ১ম খণ্ড এবং “মিসওয়াক শরীফের ফযিলত” পুস্তিকা থেকে সংগ্রহ করে উপস্থাপন করা হলো।

(১) মিসওয়াক যেনো পিলু বা যায়তুন অথবা নিম বৃক্ষ ইত্যাদি তিক্ত গাছের কাঠ হয়, মিসওয়াকের সাইজ কনিষ্ঠা অর্থাৎ কনিষ্ঠা আঙ্গুলের সমান যেনো হয় (২) মিসওয়াক যেনো এক বিগত এর চেয়ে লম্বা না হয় নতুবা এর উপর শয়তান বসে থাকে (৩) এর আঁশগুলো যেনো নরম হয় কেননা শক্ত আঁশ দাঁত ও মাঁড়ির মাঝখানে ফাঁক (GAP) সৃষ্টি হওয়ার কারণ হয়ে থাকে (৪) মিসওয়াক সতেজ হলে তবে খুব (ভালো) নতুবা কিছুক্ষণ পানিতে ভিজিয়ে রেখে নরম করে নিন (৫) ডাক্তারের পরামর্শ হলো মিসওয়াকের আঁশগুলো প্রতিদিন কর্তন করতে থাকুন, কেননা আঁশগুলোর মধ্যে যতক্ষণ তিক্ততা বিদ্যমান থাকে ততক্ষণ এর কার্যকারিতা থাকে (৬) দাঁতের চারিদিকে মিসওয়াক করুন (৭) যখনই মিসওয়াক করবেন কমপক্ষে তিনবার করবেন, প্রত্যেকবার ধুয়ে নিন (৮) মিসওয়াক ডান হাতে এভাবে নিন যেনো কনিষ্ঠা আঙ্গুল নিচে আর মাঝখানের তিনটি আঙ্গুল উপরে আর বৃদ্ধাঙ্গুল মিসওয়াকের মাথায় থাকে, প্রথমে ডান দিকের উপরের দাঁতে এরপর বাম দিকের উপরের দাঁতে এবার ডান দিকের নিচের দাঁত এরপর বাম দিকের নিচের দাঁত মিসওয়াক করুন (৯) কাত হয়ে বা শুয়ে শুয়ে মিসওয়াক করার ফলে প্লীহা বেড়ে যাওয়ার এবং (১০) মুষ্ঠিবদ্ধ ভাবে মিসওয়াক করার কারণে অশ্বরোগ হওয়ার আশংকা রয়েছে (১১) মিসওয়াক হলো অযুর সুন্নাতে কবলিয়া (অর্থাৎ মিসওয়াক অযুর পূর্বকাল সুন্নাত অযুর মাঝখানে মিসওয়াক করা

সুন্নাত নয় সুতরাং অযু শুরু করার পূর্বে মিসওয়াক করণ এরপর তিন তিনবার উভয় হাত ধৌত করণ এবং এই পদ্ধতি অনুসারে অযু সম্পন্ন করণ) অবশ্য সুন্নাতে মুয়াক্কাদা তখনই হবে যখন মুখে দুর্গন্ধ থাকে।

(ফাতাওয়ায়ে রযবীয়া, ১/৮৩৭)

মহিলাদের জন্য মিসওয়াক করা বিবি আয়িশার সুন্নাত

(১২) “মলফুযাতে আলা হযরত” এ রয়েছে: “মহিলাদের জন্য মিসওয়াক করা উম্মুল মুমিনিন হযরত আয়িশা সিদ্দিকা رَضِيَ اللهُ عَنْهَا এর সুন্নাত তবে যদি না করে তাতে কোন অসুবিধা নেই। তাদের দাঁত ও মাঁড়ি পুরুষের তুলনায় দুর্বল হয়ে থাকে, (তাদের জন্য) দাঁতের মাজন যথেষ্ট।”

(মলফুযাতে আলা হযরত, ৩৫৭ পৃঃ)

যখন মিসওয়াক ব্যবহার অযোগ্য হয়ে যায়

(১৩) মিসওয়াক যখন ব্যবহারের উপযুক্ত থাকে না তখন তা ফেলে দিবেন না, কেননা এটি সুন্নাত আদায়ের উপকরণ, কোন স্থানে সাবধানতার সাথে রেখে দিন অথবা দাফন করে দিন অথবা পাথর ইত্যাদি ভারী জিনিসের সাথে বেঁধে নদীতে ডুবিয়ে দিন। (বিস্তারিত জানার জন্য মাকতাবাতুল মদীনা থেকে প্রকাশিত বাহরে শরীয়তের প্রথম খন্ড, ২৯৪-২৯৫ পৃষ্ঠা অধ্যয়ন করণ)

আপনি কি মিসওয়াক করতে জানেন?

(১৪) হতে পারে আপনার মনে এই খেয়াল এসেছে যে, আমি তো অনেক বছর ধরে মিসওয়াক ব্যবহার করছি কিন্তু আমার তো দাঁত ও পেট উভয়টাই খারাপ! আমার সহজ-সরল প্রিয় ইসলামী ভাই! এখানে

মিসওয়াকের নয় বরং আপনার নিজেরই ভুল। আমি (সঙ্গে মদীনা عَنْهُ) সিদ্ধান্তে পৌঁছেছি যে, বর্তমানে হয়তো হাজারো মানুষের মধ্যে এক দুজন এমন রয়েছে, যারা সঠিক পদ্ধতিতে মিসওয়াক ব্যবহার করে, আমরা প্রায় খুব তাড়াতাড়ি দাঁতের সাথে মিসওয়াক সামান্য ঘষে নিয়ে অযু করে চলে আসি অর্থাৎ এভাবে বলুন যে, আমরা মিসওয়াক নয় বরং “নামের মিসওয়াক” আদায় করে থাকি!

দাঁতের নিরাপত্তার জন্য ৪টি মাদানী ফুল

(১) যে কোন বস্তু খাওয়া, চা ইত্যাদি পান করার পর ৩ বার এভাবে কুলি করুন যে, প্রতিবার পানিকে মুখে এক আধ মিনিট পর্যন্ত ভালভাবে ঝাঁকুনি দেয়ার পর গিলে নিন। (২) যখনই সুযোগ হয় মুখে কুলি করার জন্য পানি নিন এবং কয়েক মিনিট ঝাঁকুনি দিতে থাকুন এরপর ফেলে দিন। এ কাজটা প্রতিদিন বিভিন্ন সময়ে কয়েকবার করুন। (৩) যদি আলোচ্য নিয়মে কুলি করার জন্য সাধারণ পানির পরিবর্তে লবণ মিশ্রিত কুসুম গরম পানি ব্যবহার করা যায়, তবে তা আরো ফলদায়ক হবে। যদি নিয়মিতভাবে করেন তাহলে إِنْ شَاءَ اللَّهُ দাঁতের ফাঁকে আটকে থাকা খাদ্য কণা ধুয়ে ধুয়ে বেরুতে থাকবে। তা মাঁড়িতে অবস্থান করে পঁচবেনা। إِنْ شَاءَ اللَّهُ এভাবে করাতে মাঁড়িতে রক্ত আসার অভিযোগও থাকবে না। (৪) যায়তুন শরীফের তেল দাঁতে ঘষলে মাঁড়ি এবং নড়াচড়াকৃত দাঁতও শক্ত হয়ে যায়।

মুখের দুর্গন্ধের চিকিৎসা

যদি মুখে দুর্গন্ধ আসে তবে ধনিয়া চিবিয়ে খান। এছাড়া টাটকা কিংবা শুকনো গোলাপ ফুল দিয়ে দাঁত মাজলেও **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** মুখের দুর্গন্ধ দূরীভূত হবে। তবে যদি পেট খারাপ হওয়ার কারণে দুর্গন্ধ আসে তাহলে “কম খাওয়ার” সৌভাগ্য অর্জন করে ক্ষুধার বরকতগুলো কুঁড়িয়ে নেয়াতে **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** পা ও শরীরের বিভিন্ন অংশের ব্যাথা, কোষ্ঠকাঠিন্য, বুকের জ্বালাপোড়া, মুখের ফোঁস্কা, বারংবার হওয়া সর্দি-কাশি ও গলার ব্যাথা, মাঁড়িতে রক্ত আসা সহ ইত্যাদি অনেক ধরণের রোগের পাশাপাশি মুখের দুর্গন্ধ থেকেও মুক্তি পাবেন। ক্ষুধা থেকে কম খাওয়াতে শতকরা ৮০ ভাগ রোগ থেকে রক্ষা পেতে পারেন। (বিস্তারিত জানার জন্য ফয়যানে সুন্নাতের অধ্যায় পেটের কুফলে মদীনা পাঠ করুন) যদি নফসের লোভের চিকিৎসা হয়ে যায় তাহলে অনেক রোগ এমনিতেই নিঃশেষ হয়ে যাবে।

রযা নফস ও দুশমন হে দম মে না আনা,

কাহা তুমনে দেয়খে হে চান্দরানে ওয়ালে। (হাদায়িখে বখশিশ)

মুখের দুর্গন্ধের মাদানী চিকিৎসা

এই দরুদ শরীফ সুযোগ পেলেই এক নিঃশ্বাসে ১১ বার পাঠ করুন

إِنْ شَاءَ اللَّهُ মুখের দুর্গন্ধ দূর হয়ে যাবে: **اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى النَّبِيِّ الطَّاهِرِ**

এক নিঃশ্বাসে পড়ার নিয়ম

একই নিঃশ্বাসে পাঠ করার উত্তম পদ্ধতি হলো যে, মুখ বন্ধ করে ধীরে ধীরে নাক দিয়ে নিঃশ্বাস নেয়া শুরু করুন আর যতটুকু সম্ভব হয়

ততটুকু বাতাস ফুসফুসে ঢুকিয়ে নিন। এবার দরুদ শরীফ পড়া শুরু করুন। কয়েকবার এভাবে অনুশীলন করলে নিঃশ্বাস শেষ হওয়ার পূর্বে **اِنَّ شَاءَ اللهُ** পরিপূর্ণ ১১ বার দরুদ শরীফ পাঠ করার ব্যবস্থা হয়ে যাবে। আলোচ্য নিয়মানুসারে নাক দিয়ে নিঃশ্বাস নিয়ে সাধ্য অনুসারে নিঃশ্বাসকে আটকে রাখার পর মুখ দিয়ে তা বের করা স্বাস্থ্যের জন্য খুবই উপকারী। সারা দিন যখনই সুযোগ হয়, বিশেষতঃ খোলা আকাশের নিচে প্রতিদিন কয়েকবার এরূপ করে নেয়া উচিত। আমাকে (সঙ্গে মদীনা **عُفْرِ عُنْتَهُ**) একজন বয়স্ক হাকীম সাহেব বলেছেন: আমি নিঃশ্বাস নেয়ার পর (আধা ঘন্টা পর্যন্ত অথবা বলেছেন) দু ঘন্টা পর্যন্ত নিঃশ্বাস আটকে রাখি আর এরই মধ্যে নিজের ওয়ীফা সমূহও পাঠ করতে থাকি। ঐ হাকীম সাহেবের কথায় নিঃশ্বাস আটকে রাখতে সক্ষম এমন সব অভিজ্ঞ অনুশীলনকারী ব্যক্তিবর্গও পৃথিবীতে রয়েছেন, যারা সকালে নিঃশ্বাস নেন আর সন্ধ্যায় বের করেন!

পাঁচটি সুগন্ধিময় মুখ

রাসূলে পাক **صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** এর এক মহান মুজিয়া লক্ষ্য করুন, যার বরকতে পাঁচজন সৌভাগ্যবান মহিলা সাহাবী **رَضِيَ اللهُ عَنْهُنَّ** এর মুখ সব সময়ের জন্য সুগন্ধিময় হয়ে গিয়েছিল। যেমনটি হযরত উমাইরা বিনতে মাসউদ আনসারিয়া **رَضِيَ اللهُ عَنْهَا** বলেন: আমরা পাঁচ বোন প্রিয় নবী **صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** এর মর্যাদাপূর্ণ খেদমতে বাইআত হওয়ার জন্য উপস্থিত হলাম। রাসূলে পাক **صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** তখন শুকনো মাংস আহার করছিলেন। আল্লাহর প্রিয় হাবীব **صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** শুকনো মাংসের এক টুকরা চিঁবিয়ে নরম করে আমাদেরকে প্রদান করলে আমাদের প্রত্যেকে

সামান্য সামান্য করে খেয়ে নিলাম। (এর বরকতে) সারা জীবন আমাদের মুখ থেকে সর্বদা সুগন্ধ আসতো। (আল খাসাঈসুল কুবরা, ১/১০৫)

মুঘলধারে বৃষ্টি

প্রিয় ইসলামী ভাইয়েরা! দাওয়াতে ইসলামীর দ্বীনি পরিবেশের সাথে সর্বদা সম্পৃক্ত থাকুন, সুন্নাতে ভরা ইজতিমায় অংশগ্রহণ করুন, **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** আখিরাতে অসংখ্য কল্যাণ হাতে আসবে বরং দুনিয়াবী পেরেশানীগুলোও দূরীভূত হবে। আশিকানে রাসূলের নৈকট্যে **إِنْ شَاءَ اللَّهُ** দোয়াও কবুল হবে। মুসলমানদের চতুর্থ খলিফা, হযরত মাওলায়ে কায়েনাত, আলী মুরতাদ্বা, শেরে খোদা **رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ** থেকে বর্ণিত; রাসূলে পাক **أَلْدَعَاءُ سِلَاحُ الْمُؤْمِنِينَ وَعِمَادُ الدِّينِ. وَوُجُوهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ** **صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** ইরশাদ করেন: “দোয়া মুমিনীনের হাতিয়ার ও দ্বীনের স্তম্ব এবং জমিন ও আসমানের নূর।” বিশেষতঃ সফরে দোয়া ফিরিয়ে দেয়া হয় না আর যদি আশিকানে রাসূলের মাদানী কাফেলা হয় তবে কী বলবো! অতএব দাওয়াতে ইসলামীর আশিকানে রাসূলের সুন্নাত শিখা, শিখানোর একটি মাদানী কাফেলা নিকইয়ালে (কাশ্মীর) সফররত ছিলো। স্থানীয় লোকেরা দোয়ার জন্য আবেদন জানিয়ে বললো যে, নিকইয়ালের মুসলমানরা অনেক দিন যাবৎ বৃষ্টির নেয়ামত হতে বঞ্চিত। সুতরাং মাদানী কাফেলা ওয়ালাগণ সম্মিলিতভাবে দোয়ার ব্যবস্থা করলো। নিকইয়ালের অনেক মুসলমান অংশগ্রহণ করলো। দিনের বেলা ছিলো। প্রচণ্ড রোদ পড়ছিলো। আশিকানে রাসূলরা কেঁদে কেঁদে ভাবাবেগপূর্ণ দোয়া শুরু করলো। **الْحَمْدُ لِلَّهِ** দেখতে দেখতেই রহমতের বৃষ্টি শুরু হয়ে গেলো, ঘন মেঘ জমে গেলো আর মুঘলধারে বৃষ্টি হতে লাগলো! খুশির ধ্বনিতে মুখরিত

হতে লাগলো, মানুষ বৃষ্টিতে ভিজে গেলো, দাওয়াতে ইসলামীর ভালোবাসা ও মাদানী কাফেলা ওয়ালা আশিকানে রাসূলের আন্তরিকতায় উপস্থিত লোকদের হৃদয় খুশিতে মুখরিত হয়ে গেলো, দাওয়াতে ইসলামী ওয়ালাদের প্রতি আল্লাহ পাকের এই মহান অনুগ্রহ প্রকাশ্যভাবে অবলোকন করার কারণে অনেক ইসলামী ভাই দাওয়াতে ইসলামীর দ্বীনি পরিবেশের সাথে সম্পৃক্ত হয়ে গেলো আর নিকইয়ালে দাওয়াতে ইসলামীর দ্বীনি কাজের সাড়া পড়ে গেলো।

কাফিলে মে যরা, মাজেঁ আ'কর দোয়া
হোগী খুব বা'রিশে কাফিলে মে চলো
আশিকানে রাসূল লে লো জু কুছ ভি ফুল
তুমকো সুন্নাত কে দী কাফিলে মে চলো

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ! صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ

সূচীপত্র

| বিষয় | পৃষ্ঠা | বিষয় | পৃষ্ঠা |
|--|--------|--|--------|
| দরুদ শরফের ফযীলত | ১ | দাঁতে রক্ত আসার কারণ | ৮ |
| খিলাল | ২ | মিসওয়াকের ১৪টি মাদানী ফুল | ৯ |
| কিরামান কাতিবীন ও খিলাল বর্জনকারী | ২ | মহিলাদের মিসওয়াক করা বিবি আয়িশার সুন্নাত | ১০ |
| পান আহারকারীরা মনোযোগ দিন! | ৩ | যখন মিসওয়াক ব্যবহার অযোগ্য হয়ে যায় | ১০ |
| দাঁতে দুর্বলতা | ৪ | আপনি কি মিসওয়াক করতে জানেন? | ১০ |
| খিলাল কিরুপ হবে? | ৪ | দাঁতের নিরাপত্তার জন্য ৪টি মাদানী ফুল | ১১ |
| খিলালের সাতটি নিয়ত | ৫ | মুখের দুর্গন্ধের চিকিৎসা | ১২ |
| কুলি করার নিয়ম | ৬ | মুখের দুর্গন্ধের মাদানী চিকিৎসা | ১২ |
| খিলাল করার চিকিৎসা বিজ্ঞান সম্মত হিকমত | ৬ | এক নিঃশ্বাসে পড়ার নিয়ম | ১২ |
| দাঁতের ক্যান্সার | ৭ | পাঁচটি সুগন্ধিময় মুখ | ১৩ |
| নকল খয়ের এর ধ্বংসলীলা | ৭ | মুখলধারে বৃষ্টি | ১৪ |

আগামী সপ্তাহের পুস্তিকা



মাকতাবাতুল মদীনার বিভিন্ন শাখা

হেড অফিস : ১৮২ আন্দরকিল্ল্যা, চট্টগ্রাম। মোবাইল: ০১৭১৪১১২৭২৬

ফরযানে মদীনা জামে মসজিদ, জনপথ মোড়, সায়োদাবাদ, ঢাকা। মোবাইল: ০১৯২০০৭৮৫১৭

আল-ফাতাহ শপিং সেন্টার, ২য় তলা, ১৮২ আন্দরকিল্ল্যা, চট্টগ্রাম। মোবাইল ও বিকাশ নং: ০১৮৪৫৪০৩৫৮৯

কশারীপটি, মাজার রোড, চকবাজার, কুমিল্লা। মোবাইল: ০১৭৯৪৭৮১৩২৬

পুরাতন বাবুপাড়া ফরযানে শাহজালাল মসজিদ নিয়ামতপুর, সৈয়দপুর, নীলফামারী। মোবাইল: ০১৮৭৬৮৪৫০৩৪

E-mail: bdmaktabatulmadina26@gmail.com, banglatranslation@dawateislami.net, Web: www.dawateislami.net