



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

প্রশ্ন

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

প্রিয় উত্তর

আলহামদু লিল্লাহ।

মদে-এর সমস্যা বিশেষ কোন রোগ কিংবা শরীরে হরমোনরে 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 বসিমল্লাহ বলা, খাওয়া শেষে আলহামদু লিল্লাহ বলা, কম খাওয়া। মকিদাদ বনি মাদি কারবি (রাঃ) থেকে বর্ণিত তিনি বলেন: আমি রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামকে বলতে শুনছি তিনি বলেন: "কোন মানুষ পটেরে চয়ে মন্দভাবে কোন পাত্রকে ভরপুর করে না। বনী আদমের জন্য কয়কে লোকমা খাওয়াই যথেষ্ট; যতটুকু তার মরুদণ্ডকে সোজা রাখবে। যদি এর চয়ে বেশি খেতে হয় তাহলে (পটেরে) এক তৃতীয়াংশ খাবারের জন্য, এক তৃতীয়াংশ পানীয়ের জন্য এবং এক তৃতীয়াংশ নষ্টবাসের জন্য।" [সুনানে তিরমিযি (২৩৮০) ও সুনানে ইবনে মাজাহ (৩৩৪৯), আলবানি 'সহিহুত তিরমিযি গ্রন্থে হাদিসটিকে সহিহ বলেছেন]

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

কুরআন-সুন্নাহতে মদে-এর সমস্যার সমাধানে বিশেষ কোন চিকিৎসার উল্লেখ নেই; যদিও সত্যকারার্থে কুরআন রোগ নিয়ামক। যমেনটি আল্লাহ তাআলা বলেছেন: "আমি কুরআনে এমন বিষয় নাযলি করি যা মুমনিদের জন্য আরোগ্য ও অনুগ্রহ। আর তা জালমেদের শুধু ক্ষতিই বৃদ্ধি করে।" [সূরা বনী ইসরাইল, আয়াত: ৮২]

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



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

ইবনুল কাইয়্যমে (রহঃ) বলেন: "কুরআন হচ্ছে- অন্তরে ও শরীরে যাবতীয় রোগেরে পরপূরণ চিকিৎসা। কিন্তু সকল মানুষ এ কুরআন দিয়ে চিকিৎসা ন্যায় যোগ্যতা ও তাওফিক রাখেন না। যদি কোন রোগী যথাযথভাবে কুরআন দিয়ে চিকিৎসা নাতি পারে এবং আন্তরিকতা, ঈমান, পূর্ণ গ্রহণ ও দৃঢ় বিশ্বাসের সাথে রোগেরে চিকিৎসা করতে পারে এবং অন্যান্য শর্তগুলো পরপূর্ণ থাকে তাহলে কোন রোগ কুরআনের সাথে মোকাবিলা করতে পারে না।"[যাদুল মাআদ (৪/৩২২)]

অসুস্থ ব্যক্তির জন্ম 'মুআওয়যাত' (আশ্রয় প্রার্থনার সূরাগুলো) পড়ে নজিকে ঝাড়ফুক করা শরিয়তসম্মত। আল্লাহর ইচ্ছায় এর কার্যকর প্রভাব রয়েছে।

আয়শা (রাঃ) থেকে বর্ণিত আছে যে, রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের যখন অসুখ হত তখন তিনি 'মুআওয়যাত' পড়ে নজিকে নজি ঝাড়ফুক করতেন এবং হাত দিয়ে নজিকে মোছন করতেন। যে রোগে তিনি মারা যান সে রোগে যখন আক্রান্ত হলেন তখন আমি 'মুআওয়যাত' পড়ে তাকে ফুক দিতাম এবং নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লামের হাত দিয়ে মোছন করতাম।"[সহি বুখারী (৪৪৩৯)] সহি মুসলিম (২১৯২) এর বর্ণনায় রয়েছে: "পরবারের কউে যখন অসুস্থ হতেন তখন রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম তাকে 'মুআওয়যাত' পড়ে ফুক দিতেন। যখন তিনি যে রোগে মারা যান সে রোগে আক্রান্ত হলেন তখন আমি তাকে ফুক দিতাম এবং তাঁর হাত দিয়ে মোছন করতাম। কেননা আমার হাতের চয়ে তাঁর হাত ছিল বরকতপূর্ণ।"

আয়শা (রাঃ) থেকে আরও বর্ণিত আছে যে, "নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম যখন প্রতরিতে বহিনায় যতেন তখন তিনি দুই হাতকে একত্রিত করে হাতদ্বয়ে ফুক দিতেন; তথা হাতদ্বয়ে

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

পড়তেন। এরপর হস্তদ্বয় দিয়ে শরীরের যতটুকু অংশ সম্ভব মোছন করতেন। হাতদ্বয় দিয়ে মাথা, চহোরা ও শরীরের সামনের অংশ থেকে শুরু করতেন। এভাবে তনিবার করতেন।"

অনুরূপভাবে একজন মুসলমিরে জন্ম দুনিয়া ও আখিরাতের যা খুশি কল্যাণ চয়ে ও অনষ্টি দূর করার জন্ম দোয়া করা শরিয়তসম্মত। সুতরাং আপন আল্লাহর কাছে রোগ নরিময়, সুস্থতা ও সৌন্দর্যের জন্ম দোয়া করুন।

আল্লাহই সর্বজ্ঞঃ।