



বিসালা নং: ৮৬

(BANGLA)
KHANA KA ISLAMI TAREKA

খাবারের ইসলামী পদ্ধতি

উপার্জনে বরকত লাভের ব্যবস্থাপত্র
ভাল ভাল মাংসের টুকরোগুলো ইছার করুন
পতিত দানা উঠিয়ে নেয়ার ফযীলত
পানি চুষে পান করতে শিখুন
বরকত উঠিয়ে দেয় এমন কাজ সমূহ
জিজ্ঞাসা না করে খাওয়া কেমন?



শায়খে তরিকত, আমীরে আহলে সুন্নাত,
দা'ওয়াতে ইসলামীর প্রতিষ্ঠাতা হযরত আল্লামা মাওলানা আবু বিলাল

মুহাম্মদ ইলহিয়াস আত্তার কাদেরী রযবী

دَامَتْ بَرَكَاتُهُمْ
لَعَالَيْهِ

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তির নিকট আমার আলোচনা হল আর সে আমার উপর দরুদ শরীফ পাঠ করল না তবে সে মানুষের মধ্যে সবচেয়ে কৃপণ ব্যক্তি।” (তারগীব তারহীব)

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ وَالصَّلٰوةُ وَالسَّلَامُ عَلٰى سَيِّدِ الْمُرْسَلِيْنَ
 اَمَّا بَعْدُ فَاَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطٰنِ الرَّجِيْمِ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ
 কিতাব পাঠ করার দো‘আ

ধর্মীয় কিতাবাদি বা ইসলামী পাঠ পড়ার শুরুতে নিম্নে প্রদত্ত দো‘আটি পড়ে নিন,
 إِنَّ شَاءَ اللهُ عَزَّوَجَلَّ যা কিছু পড়বেন স্বরণে থাকবে। দো‘আটি হল,

اَللّٰهُمَّ افْتَحْ عَلَيْنَا حِكْمَتَكَ وَاَنْشُرْ
 عَلَيْنَا رَحْمَتَكَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْاِكْرَامِ

অনুবাদ: হে আল্লাহ! আমাদের জন্য জ্ঞান ও হিকমতের দরজা খুলে দাও এবং আমাদের
 উপর তোমার বিশেষ অনুগ্রহ নাযিল কর! হে চির মহান ও হে চির মহিমাম্বিত!

(আল মুস্তাতারাহ, ১ম খন্ড, ৪০ পৃষ্ঠা, দারুল ফিকির, বৈরুত)

(দোআটি পড়ার আগে ও পরে একবার করে দরুদ শরীফ পাঠ করুন)

কিয়ামতের দিনে আফসোস

فَرَمَانَةً مِّنْ مَّا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ صَلَّى اللّٰهُ تَعَالٰى عَلَيْهِ وَاٰلِهٖ وَسَلَّمَ :

কিয়ামতের দিনে ঐ ব্যক্তি সবচেয়ে বেশী আফসোস
 করবে, যে দুনিয়াতে জ্ঞান অর্জন করার সুযোগ পেল
 কিন্তু জ্ঞান অর্জন করল না এবং ঐ ব্যক্তি আফসোস
 করবে, যে জ্ঞান অর্জন করল আর অন্যরা তার থেকে
 শুনে উপকার গ্রহণ করল অথচ সে নিজে গ্রহণ করল
 না (অর্থাৎ সে জ্ঞান অনুযায়ী আমল করল না)।

(তারিখে দামেশক লিহবনে আসাকির, ৫১তম খন্ড, ১৩৭ পৃষ্ঠা, দারুল ফিকির বৈরুত)

দৃষ্টি আকর্ষণ

কিতাবের মুদ্রনে সমস্যা হোক বা পৃষ্ঠা কম হোক বা বাইন্ডিংয়ে আগে
 পরে হয়ে যায় তবে মাকতাবাতুল মদীনা থেকে পরিবর্তন করে নিন।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “কিয়ামতের দিন আমার নিকটতম ব্যক্তি সেই হবে, যে দুনিয়ায় আমার উপর বেশী পরিমাণে দরুদ শরীফ পড়েছে।” (তিরমিযী ও কানযুল উম্মাল)

এই রিসালাটি শায়খে তরিকত, আমীরে আহ্লে সুন্নাত, দা'ওয়াতে ইসলামীর প্রতিষ্ঠাতা হযরত আল্লামা মাওলানা আবু বিলাল মুহাম্মদ ইলইয়াস আত্তার কাদেরী রযবী **كَلَامَتْ بَرَكَاتُهُمُ الْعَالِيَةِ** উর্দু ভাষায় লিখেছেন। দা'ওয়াতে ইসলামীর অনুবাদ মজলিশ এই রিসালাটিকে বাংলাতে অনুবাদ করেছে। যদি অনুবাদ, কম্পোজ বা প্রিন্টিং এ কোন প্রকারের ভুলত্রুটি আপনার দৃষ্টিগোচর হয়, তাহলে অনুগ্রহ করে মজলিশকে লিখিতভাবে জানিয়ে প্রচুর সাওয়াব হাসিল করুন।

(মৌখিকভাবে বলার চেয়ে লিখিতভাবে জানালে বেশি উপকার হয়।)

এই ঠিকানায় পাঠিয়ে দিন

দা'ওয়াতে ইসলামী (অনুবাদ মজলিশ)

মাকতাবাতুল মদীনা এর বিভিন্ন শাখা

ফয়যানে মদীনা জামে মসজিদ, জনপথ মোড়, সায়াদাবাদ, ঢাকা।

ফয়যানে মদীনা জামে মসজিদ, নিয়ামতপুর, সৈয়দপুর, নীলফামারী।

কে.এম.ভবন, দ্বিতীয় তলা ১১ আন্দরকিল্লা, চট্টগ্রাম।

e-mail :

bdtarajim@gmail.com, bdmaktabatulmadina26@gmail.com

web : www.dawateislami.net

এই রিসালাটি পড়ে অন্যকে দিয়ে দিন

বিয়ের অনুষ্ঠান, ইজতিমা সমূহ, মিলাদ মাহফিল, ওরস শরীফ এবং জুলুসে মীলাদ ইত্যাদিতে মাকতাবাতুল মদীনা কর্তৃক প্রকাশিত রিসালাসমূহ বন্টন করে সাওয়াব অর্জন করুন, গ্রাহককে সাওয়াবের নিয়তে উপহার স্বরূপ দেওয়ার জন্য নিজের দোকানে রিসালা রাখার অভ্যাস গড়ে তুলুন। হকার বা বাচ্চাদের দিয়ে নিজের এলাকার প্রতিটি ঘরে ঘরে প্রতি মাসে কমপক্ষে একটি করে সুন্নাতে ভরা রিসালা পৌঁছিয়ে নেকীর দাওয়াত প্রসার করুন এবং প্রচুর সাওয়াব অর্জন করুন।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি জুমার দিন আমার উপর দরুদ শরীফ পড়বে কিয়ামতের দিন আমি তার জন্য সুপারিশ করব।” (কানযুল উম্মাল)

أَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِ الْمُرْسَلِينَ
أَمَّا بَعْدُ فَأَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ط

খাবারের ইসলামী পদ্ধতি

দরুদ শরীফের ফযীলত

সুলতানে মদীনায়ে মুনাওয়ারা, সরদারে মক্কায়ে মুকাররমা, হুযুর পুরনুর صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ ইরশাদ করেছেন: “হে লোকেরা! নিঃসন্দেহে কিয়ামতের দিন ভয়াবহতা এবং হিসাব-নিকাশ থেকে তাড়াতাড়ি মুক্তিপ্রাপ্ত ব্যক্তি সেই হবে, যে দুনিয়াতে তোমাদের মধ্যে আমার উপর বেশি পরিমাণে দরুদ শরীফ পাঠ করে থাকে।

(ফিরদৌসুল আখবার, ৫ম খন্ড, ৩৭৫ পৃষ্ঠা, হাদীস- ৭২১০, দারুল কুতুবিল আরবী, বৈরুত)

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ! صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَى مُحَمَّدٍ

খাওয়ার নিয়ত করে নিন

- (১) খাওয়ার উদ্দেশ্য যেন স্বাদ ও খাহেশ (মনবাসনা, রসনা) পূর্ণ করা না হয় বরং খাওয়ার সময় এ নিয়ত করে নিন: “আমি আল্লাহ্ তা‘আলার ইবাদতের শক্তি অর্জনের জন্য খাচ্ছি।” মনে রাখবেন! খাবার খাওয়াতে ইবাদতের শক্তি অর্জনের নিয়ত ঐ অবস্থায় শুদ্ধ হবে যখন ক্ষুধা থেকে কম খাওয়ার ইচ্ছা থাকে অন্যথায় গুরু থেকে মিথ্যা হবে, কারণ খুব পেট ভর্তি করে খাওয়াতে ইবাদতের জন্য শক্তি লাভের পরিবর্তে আরো অলসতা সৃষ্টি হয়। খাওয়ার মহান সুন্নাত হল যে, ক্ষুধা লাগা।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি আমার উপর জুমার দিন ২০০ বার দরুদ শরীফ পড়ে, তার ২০০ শত বৎসরের গুনাহ মার্ফ হয়ে যাবে।” (কানযুল উম্মাল)

কারণ ক্ষুধা ছাড়া খাওয়াতে শক্তি অর্জন দূরের কথা বরং স্বাস্থ্য খারাপ ও অন্তর কঠিন হয়ে যায়। হযরত সাযিয়্যুনা শায়খ আবু তালিব মক্কী رَحْمَةُ اللَّهِ تَعَالَى عَلَيْهِ বলেন: এক বর্ণনায় এসেছে: “পরিতৃপ্ত থাকাবস্থায় খাওয়া শ্বেতরোগের সৃষ্টি করে।

(কুতুল কুলুব, ২য় খন্ড, ৩২৬ পৃষ্ঠা, মারকাযে আহলে সুন্নাত, বরকাতে রযা, ভারত)

- (২) এমন দস্তুরখানা বিছাবেন, যাতে কোন অক্ষর, শব্দ, ইবারত, কবিতা বা কোম্পানী ইত্যাদির নাম, বাংলা, ইংরেজী বা যেকোন ভাষায় লিখা যেন না থাকে।

উপার্জনে বরকত লাভের ব্যবস্থাপত্র

- (৩) খাওয়ার আগে ও পরে উভয় হাত কবজি পর্যন্ত ধোয়া সুন্নাত। কুলি করে মুখের সামনের অংশও ধুয়ে নিন। তবে খাওয়ার পূর্বে ধোয়া হাত মুছবেন না। ছরকারে দো'আলম, নূরে মুজাস্‌সম صَلَّى اللَّهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ ইরশাদ করেছেন: “খাওয়ার আগে ও পরে অযু করা (অর্থাৎ হাত মুখ ধৌত করা) রিযিকে প্রশস্ততা (আনয়ন) করে এবং শয়তানকে দূর করে দেয়।

(কানযুল উম্মাল, ১৫তম খন্ড, ১০৬ পৃষ্ঠা, হাদীস- ৪০৭৫৫, দারুল কুতুবিল ইলমিয়াহ, বৈরুত)

- (৪) যদি খাওয়ার জন্য কেউ মুখ না ধোয় তবে এটা বলা যাবে না, সে সুন্নাত বর্জন করেছে হ্যাঁ! জুনুবী ব্যক্তি (অপবিত্র গোসলহীন) যদি মুখ ধৌত না করে, তবে মাকরুহ হবে আর হায়েজ সম্পন্ন মহিলা ধৌত করা ছাড়া খাওয়া মাকরুহ নয়।

(বাহারে শরীয়াত, ১৬তম খন্ড, ২০ পৃষ্ঠা, মাকাতাবাতুল মদীনা, করাচী)

- (৫) খাওয়ার সময় বাম পা বিছিয়ে আর ডান হাটু দাড় করিয়ে রাখুন অথবা নিতম্বের উপর বসে যান এবং উভয় হাটু দাড় করিয়ে রাখুন কিংবা দু'জানু হয়ে বসুন। তিন প্রকার থেকে যেভাবেই বসবেন সুন্নাত আদায় হয়ে যাবে।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “ আমার উপর অধিক হারে দরুদে পাক পাঠ করো, নিঃসন্দেহে এটা তোমাদের জন্য পবিত্রতা। ” (আবু ইয়াল)

পর্দার উপর পর্দা করার অভ্যাস করুন

- (৬) ইসলামী ভাই হোক বা ইসলামী বোন সকলে চাদর কিংবা জামার আঁচল দিয়ে পর্দার উপর পর্দা অবশ্যই করবেন। অন্যথায় যদি কাপড় আট সাট (শরীরের সাথে লেগে থাকলে) হলে কিংবা জামার আঁচল উঠানো থাকলে পরিবারের লোকেরা ও অন্যান্যরা কু-দৃষ্টির গুনাহে লিপ্ত হতে পারে। যদি “পর্দার উপর পর্দা” করা সম্ভব না হয় তবে দু’জানু হয়ে বসুন।
- (৭) চারজানু হয়ে অর্থাৎ চেপ্টা হয়ে বসে খাওয়া সুন্নাত নয়। এতে পেট বের হয়ে যায়।
- (৮) প্রথম লোকমায় بِسْمِ اللّٰهِ দ্বিতীয় লোকমার পূর্বে بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ আর তৃতীয় লোকমার পূর্বে بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ পাঠ করুন।
(ইহুইয়াউল উলুম, ২য় খন্ড, ৬ পৃষ্ঠা, দারু ছাদের, বৈরুত)
- (৯) بِسْمِ اللّٰهِ উচ্চ আওয়াজে পড়ুন, যাতে অন্যদেরও স্মরণ হয়ে যায়।
- (১০) শুরু করার সময় এ দো‘আ পড়া হলে, যদি খাবারের মধ্যে বিষণ্ড থাকে, তবে إِنَّ شَاءَ اللّٰهُ عَزَّوَجَلَّ! প্রভাব ফেলতে পারবে না।
দো‘আ নিম্নরূপ:

بِسْمِ اللّٰهِ وَبِاللّٰهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَهُ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ
وَلَا فِي السَّمَاءِ يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ

অনুবাদ: আল্লাহ্ তা‘আলার নামে শুরু করছি যার নামের বরকতে যমীন ও আসমানের কোন বস্তু ক্ষতিসাধন করতে পারে না। ওহে চিরজীবী ও চিরস্থায়ী। (কানযুল উম্মাল, ১৫তম খন্ড, ১০৯ পৃষ্ঠা, হাদীস- ৪০৭৯২)

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি আমার উপর একবার দরুদ শরীফ পড়ে, আল্লাহ তা‘আলা তার উপর দশটি রহমত নাযিল করেন।” (মুসলিম শরীফ)

(১১) যদি শুরুতে بِسْمِ اللّٰهِ পড়তে ভুলে যান তবে খাবারের মাঝে স্মরণ হলে এরূপ বলুন: بِسْمِ اللّٰهِ اَوْلٰهٖ وَاٰخِرُهٗ অনুবাদ: আল্লাহ তা‘আলার নামে খাওয়ার শুরু ও শেষ।

খাওয়ার সময়ও আল্লাহর জিকির করতে থাকুন

(১২) যে কেউ খাওয়ার সময় প্রতিটি লোকমায় **يَا وَاٰجِدُ** পাঠ করবে ঐ খাবার তার পেটে নূর হবে ও রোগ দূর হবে। অথবা

(১৩) প্রতি লোকমার পূর্বে **اللّٰهُ** বা **بِسْمِ اللّٰهِ** বলতে থাকুন। যাতে খাওয়ার লোভ আল্লাহর জিকির থেকে উদাসীন করে না দেয়, প্রতি দুই লোকমায় মাঝে **اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ** অথবা **بِسْمِ اللّٰهِ يَا وَاٰجِدُ**

বলতে থাকুন। এভাবে প্রতি লোকমার শুরু **بِسْمِ اللّٰهِ** দ্বারা,

মধ্যবর্তী **يَا وَاٰجِدُ** আর গ্রাসের শেষে আল্লাহ তা‘আলার প্রশংসার জারী থাকবে। (যদি খাবারের মধ্যে কাঁচা পেয়াজ, কাঁচা রসুন, কাঁচা মুলা ইত্যাদি কোন দুর্গন্ধময় জিনিস অন্তর্ভুক্ত হয়, তবে আদবের চাহিদা হল এখন দুর্গন্ধময় মুখ থেকে আল্লাহর জিকির করবেন না। যদিও আল্লাহ জিকির করা জায়েয।)

(১৪) মাটির বাসনে খাওয়া উত্তম। কেননা যে নিজের ঘরে মাটির বাসন (রাখে বা) তৈরী করায়, ফিরিশতা তার ঘরের জেয়ারত করতে আসে। (রদ্দুল মুহতার, ৯ম খন্ড, ৫৬৬ পৃষ্ঠা, দারুল মারেফা, বৈরুত)

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি আমার উপর দরুদ শরীফ পাঠ করা ভুলে গেল, সে জান্নাতের রাস্তা ভুলে গেল।” (তবারানী)

(১৫) তরকারী বা চাটনীর পেয়ালা রুটির উপর রাখবেন না।

(রদ্দুল মুহতার, ৯ম খন্ড, ৫৬২ পৃষ্ঠা)

(১৬) হাত কিংবা ছুরি রুটি দিয়ে মুছবেন না।

(আল ফতোয়াল বাযাযিয়াহ আলা হামিশিল ফতোয়াল হিন্দীয়া, ৬ষ্ঠ খন্ড, ৩৬৫ পৃষ্ঠা)

(১৭) যমীনে দস্তুরখানা বিছিয়ে খাওয়া সুন্নাত। হেলান দিয়ে, খালি মাথায় অথবা হাতে যমীনের উপর ভর দিয়ে, জুতা পরিধান করে, শুয়ে বা চার জানু অর্থাৎ চেপ্টা হয়ে বসে খাবেন না।

(১৮) রুটি যদি দস্তুরখানায় এসে যায়, তবে তরকারীর অপেক্ষা না করে খাওয়া শুরু করে দিন।

(রদ্দুল মুহতার, ৯ম খন্ড, ৫৬২ পৃষ্ঠা, দারুল মারেফা, বৈরুত)

(১৯) শুরু ও শেষে লবণ বা লবণ জাতীয় কিছু খাবেন। এতে ৭০টি রোগ দূরীভূত হয়। (প্রাগুক্ত)

(২০) রুটি এক হাতে ছিড়বেন না। কারণ এটা অহংকারীদের পদ্ধতি।

(২১) রুটি বাম হাতে নিয়ে ডান হাতে ছিড়বেন। কেননা এটা সুন্নাত। ফতোওয়ায়ে রযবীয়া ২১তম খন্ডের ৬৬৯ পৃষ্ঠায় রয়েছে: “বাম হাতে রুটি নিয়ে ডান হাতে ছিড়া অহংকারকে প্রতিরোধ করার জন্য।” হাত বাড়িয়ে তরকারীর পাত্রে মাঝখানে বা উপরে রেখে রুটি বা পাউরুটি ইত্যাদি ছেড়ার অভ্যাস গড়ুন। এতে রুটির ক্ষুদ্র অংশ তরকারীতে পড়বে। অন্যথায় দস্তুরখানায় পড়ে নষ্ট হতে পারে।

(২২) ডান হাতে খাবেন। বাম হাতে খাওয়া, পান করা, লেনদেন করা শয়তানের বৈশিষ্ট্য।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “তোমরা যেখানেই থাক আমার উপর দরুদে পাক পড়, কেননা তোমাদের দরুদ আমার নিকট পৌঁছে থাকে।” (তবারানী)

তিন আঙ্গুল দিয়ে খাওয়ার অভ্যাস গড়ুন

(২৩) তিন আঙ্গুল অর্থাৎ মধ্যমা, শাহাদাত, বৃদ্ধা আঙ্গুল দ্বারা খাবার খাবেন। কেননা এতে সুন্নাতে আশ্বিয়া عَلَيْهِمُ السَّلَام অভ্যাস করার জন্য যদি চান প্রাথমিক পর্যায়ে ডান হাতের অনামিকা আঙ্গুলকে বাঁকা করে তাতে রাবার ব্যান্ড লাগিয়ে নিন অথবা রুটির টুকরা ঐ দুটো আঙ্গুল দিয়ে হাতের তালুতে রেখে চেপে ধরুন কিংবা উভয় কাজ একসাথে করুন। যখন অভ্যাস হয়ে যাবে তখন إِنْ شَاءَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ রাবার ইত্যাদির প্রয়োজন হবে না। হযরত সায্যিদুনা মোল্লা আলী ক্বারী رَحْمَةُ اللَّهِ تَعَالَى عَلَيْهِ বলেন: পাঁচ আঙ্গুলে খাওয়া লোভীদের আলামত। (মিরকাত, ৮ম খন্ড, ৯ পৃষ্ঠা, দারুল ফিকির, বৈরুত) যদি ভাতের দানা পৃথক পৃথক হয়, আর তিন আঙ্গুল দিয়ে লোকমা বানানো সম্ভব না হয়, তবে চার কিংবা পাঁচ আঙ্গুল দিয়ে খেতে পারবে।

রুটির কিনারা ছিঁড়া

(২৪) রুটির কিনারা ছিঁড়ে ফেলে দেয়া এবং মধ্যের ভাগ খেয়ে নেয়া মানে অপচয় করা। তবে যদি পার্শ্ব কাঁচা থেকে যায়। সেটা খাওয়াতে ক্ষতি হলে তবে ছিঁড়তে পারেন। অনুরূপভাবে এটা জানা আছে যে, রুটির কিনারা অন্যরা খেয়ে নিবে, নষ্ট হবে না, তবে ছিঁড়াতে ক্ষতি নেই। এ বিধান সেটার বিষয়ে প্রজোয্য যে, রুটির যে অংশ ফোলা হয়েছে তা খেয়ে নেয়, আর অবশিষ্ট অংশ বাদ দিয়ে দেয়। (বাহারে শরীয়াত, ১৬তম খন্ড, ২০ পৃষ্ঠা)

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি কিতাবে আমার উপর দরুদ শরীফ লিখে, যতক্ষণ পর্যন্ত আমার নাম তাতে থাকবে, ফিরিশতারা তার জন্য ক্ষমা চাইতে থাকবে।” (তবারনী)

দাঁতের কাজ ভুড়ি দিয়ে করাবেন না

- (২৫) লোকমা ছোট করে নিন ও এরূপ সতর্কতার সাথে নিন যেন চাবানোতে আওয়াজের সৃষ্টি না হয়। আর ভালভাবে চিবিয়ে খেতে হবে। যদি ভালভাবে চিবানো ছাড়া গিলে ফেলেন, তবে হজম করার জন্য পাকস্থলীকে ভীষণ কষ্ট করতে হবে, নতুবা বিভিন্ন ধরনের রোগ সৃষ্টি হবে। সুতরাং দাঁতের কাজ ভুড়ি দিয়ে করাবেন না।
- (২৬) যতক্ষণ পর্যন্ত কণ্ঠনালীর নিচে নেমে না যাবে ততক্ষণ দ্বিতীয় গ্রাসের দিকে হাত বাড়ানো বা গ্রাস উঠিয়ে নেয়া খাওয়ার প্রতি লোভের আলামত।
- (২৭) রুটিকে দাঁত দিয়ে ছিঁড়ে খাওয়া সীমাহীন দোষণীয় কাজ ও বরকত শূন্যতার মাধ্যম। তেমনিভাবে দাঁড়িয়ে খাওয়া মানে খ্রীষ্টানদের অনুসরণ করা। (সুন্নী বেহেশতি জেওর, ৫৬৫ পৃষ্ঠা)

খাবারের পূর্বে ফল খাওয়া উচিত

- (২৮) আমাদের দেশে ফলমূল খাওয়ার পরে খাওয়ার প্রচলন রয়েছে। অথচ হুজ্জাতুল ইসলাম হযরত সায়্যিদুনা ইমাম মুহাম্মদ গাযালী رَحْمَةُ اللَّهِ تَعَالَى عَلَيْهِ বলেন: যদি ফল থাকে তবে তা প্রথমে পেশ করা উচিত, কারণ ডাক্তারী মতে তা আগে খাওয়া অত্যধিক উপকারী এটা তাড়াতাড়ি হজম হয়। তাই এটাকে পাকস্থলীর নিম্নাংশে রাখা উচিত, আর কুরআনে পাক থেকেও ফল পূর্বে থাকার ব্যাপারে জানা যায়। যেমন; ২৭ পারার সূরা ওয়াকিয়া এর ২০ ও ২১ নং আয়াতে ইরশাদ হচ্ছে:

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি আমার উপর প্রতিদিন সকালে দশবার ও সন্ধ্যায় দশবার দরুদ শরীফ পাঠ করে, তার জন্য কিয়ামতের দিন আমার সুপারিশ নসীব হবে।” (মাজমাউয যাওয়ায়েদ)

وَ فَاكِهَةٌ مِّمَّا يَتَخَيَّرُونَ
وَ لَحْمٍ طَيْرٍ مِّمَّا يَشْتَهُونَ

কানযুল ঈমান থেকে অনুবাদ: ফলমূল যা তারা পছন্দ করবে এবং পক্ষীমাংস (থাকবে), যা তারা চাইবে।

(পারা- ২৭, সূরা- ওয়াকিয়া, আয়াত- ২০-২১)

আমার আকা আ'লা হযরত মাওলানা শাহ ইমাম আহমদ রযা খান رَحْمَةُ اللهِ تَعَالَى عَلَيْهِ বর্ণনা করেন: খাওয়ার আগে তরমুজ খাওয়াতে পেটকে ভালভাবে ধুয়ে দেয় তার রোগব্যাদি মূল থেকে নিঃশেষ করে দেয়। (ফতোওয়ায়ে রযবীয়া, ৫ম খন্ড, ৪৪২ পৃষ্ঠা) (তরমুজের সম্পূর্ণ চিলকা বা কিনারা এবং গোলাকার হয় এটির সবুজ রং যত গাঢ় হবে إِنْ شَاءَ اللهُ عَزَّوَجَلَّ ভিতর থেকে লাল বর্ণের এবং মিষ্টতা বের হবে।) বলা হয়; তরমুজের উপর হালকা ভাবে হাত মারলে মধ্যম ধরণের আওয়াজ আসা এটি উত্তম এবং পাকা হওয়ার নিদর্শন।

খাবারের দোষ বের করবেন না

(২৯) খাবারের দোষক্রটি বের করবেন না। যেমন এরূপ বলবেন না যে, মজা নেই, কাঁচা থেকে গেছে, লবণ কম হয়েছে, কাঁচা বা পানসে ইত্যাদি ইত্যাদি। পছন্দ হলে খেয়ে নিন অন্যথায় হাত গুটিয়ে নিন। হ্যাঁ, তবে রাধুনীকে মরিচ মসল্লা কম-বেশি হওয়ার ব্যাপারে অবহিত করার উদ্দেশ্যে একাকীভাবে দিক নির্দেশনা দেয়াতে অসুবিধা নেই।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “আমার প্রতি অধিকহারে দরুদ শরীফ পাঠ কর, নিশ্চয় আমার প্রতি তোমাদের দরুদ শরীফ পাঠ, তোমাদের গুনাহের জন্য মাগফিরাত স্বরূপ।” (জামে সগীর)

ফলের দোষ বের করা অধিক মন্দ কাজ

- (৩০) ফলের দোষ বের করা মানুষের রান্নাকৃত খাবারের তুলনায় অধিক মন্দ কাজ। কারণ খাবার রান্না করতে মানুষের অধিক হাত রয়েছে অপরদিকে ফলের ব্যাপারে এমনটা নয়।
- (৩১) খাবার বা তরকারী ইত্যাদির মাঝখান থেকে নিবেন না, কারণ মাঝখানে বরকত নাযিল হয়।
- (৩২) নিজের পার্শ্ব থেকে খাবেন, চতুর্দিকে হাত দিবেন না।
- (৩৩) যদি একটি থালায় বিভিন্ন ধরনের খাবার থাকে তবে অপরদিকে থেকেও নিতে পারবেন।

صَلُّوا عَلَى الْحَبِيبِ! صَلَّى اللَّهُ تَعَالَى عَلَى مُحَمَّدٍ

খাওয়ার সময় ভাল ভাল কথা বলুন

- (৩৪) খাওয়ার সময় ভাল মনে করে চুপ থাকাটা অগ্নিপূজারীদের নিদর্শন। তবে কথা বলতে ইচ্ছা করছে না, তাহলে কোন অসুবিধা নেই। অনুরূপভাবে অহেতুক কথা-বার্তা বলা সব সময়েই অনুচিত। সুতরাং খাওয়ার সময় ভাল ভাল কথা বলতে থাকুন। এমনকি যখনই ঘরে মিলেমিশে বা মেহমান ইত্যাদির সাথে খেতে বসেন, তখন পানাহারের সুন্নাতগুলো বলতে থাকুন। সৌভাগ্যের বিষয় হবে! যদি খাবার খাওয়ার এসব মাদানী ফুলের ফটোকপি ফ্রেমে বাইন্ডিং করে বা মোটা কাগজে লাগিয়ে খাওয়ার স্থানে ঝুলিয়ে দেয়া হয় এবং খাওয়ার সময় পাঠ করে শুনানো হয়।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি জুমার দিন আমার উপর দরুদ শরীফ পড়বে কিয়ামতের দিন আমি তার জন্য সুপারিশ করব।” (কানযুল উম্মাল)

(৩৫) খাওয়ার সময় এ ধরনের কথা-বার্তা বলবেন না, যার কারণে লোকদের ঘৃণা আসে, যেমন: ডায়রিয়া, আমাশয়, বমি ইত্যাদির আলোচনা করা।

(৩৬) কারো খাবারের লোকমার দিকে বাঁকা দৃষ্টি দিবেন না।

ভাল ভাল মাংসের টুকরোগুলো ইচ্ছার করেন

(৩৭) খাবার থেকে ভাল ভাল মাংসের টুকরোগুলো বেছে নেয়া বা একত্রে খাওয়ার সময় এজন্য বড় বড় লোকমা দিয়ে তাড়াতাড়ি গিলে ফেলা যে, আবার যেন আমি পিছে পড়ে না যাই, অথবা নিজের দিকে বেশি পরিমাণ খাবার গুটিয়ে নেয়া মোটকথা যেন কোনভাবে অন্যকে বঞ্চিত করা, যা দেখে অপরজন খারাপ ধারণার স্বীকার হয়। এগুলো অশালীনতা ও লোভীদের নিদর্শন, ভাল বস্তুগুলো নিজের ইসলামী ভাই কিংবা পরিবারের লোকদের জন্য ইচ্ছার করার নিয়তে পরিত্যাগ করলে **إِنْ شَاءَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ** সাওয়াব পাবেন। যেমন; উভয় জগতের সুলতান, মাহবুবে রহমান, হুযুর পুরনূর **صَلَّى اللَّهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি কোন বস্তুর আকাংখী রাখে, আর তার এ আকাংখাকে পরিত্যাগ করে নিজের উপর অপরকে প্রাধান্য দেয়, তবে আল্লাহ তা‘আলা তাকে ক্ষমা করে দেন।”

(ইতিহাস ফুস সাদাতুল মুত্তাকীন, ৯ম খন্ড, ৭৭৯ পৃষ্ঠা, দারু কুতুবিল ইলমিয়াহ, বৈরুত)

পতিত দানা উঠিয়ে নেয়ার ফরযীলত

(৩৮) খাওয়ার সময় যদি কোন দানা বা লোকমা ইত্যাদি পড়ে যায় তবে তা উঠিয়ে মুছে খেয়ে নিন। কেননা তাতে মাগফিরাত লাভের সুসংবাদ রয়েছে।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি আমার উপর জুমার দিন ২০০ বার দরুদ শরীফ পড়ে, তার ২০০ শত বৎসরের গুনাহ মাফ হয়ে যাবে।” (কানযুল উম্মাল)

(৩৯) হাদীসে পাকে বর্ণিত আছে: যে খাবারের পতিত অংশ উঠিয়ে খেয়ে নিবে, সে প্রাচুর্যের জীবন কাটাতে এবং তার সন্তান বংশধর স্বল্প বিবেক সম্পন্ন হওয়া থেকে নিরাপদ থাকবে।

(কানযুল উম্মাল, ১৫তম খন্ড, ১১ পৃষ্ঠা)

(৪০) হুজ্জাতুল ইসলাম হযরত সায়্যিদুনা ইমাম মুহাম্মদ গায়ালী رَحْمَةُ اللَّهِ تَعَالَى عَلَيْهِ বর্ণনা করেন: রুটির টুকরা ও অংশগুলো উঠিয়ে নিন إِنَّ شَاءَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ প্রাচুর্যতা অর্জিত হবে। বাচ্চা সুস্থ, নিরাপদ ও ত্রুটি মুক্ত হবে এবং ঐ টুকরোগুলো জান্নাতের হরের মোহরানা হবে। (ইহুইয়াউল উলুম, ২য় খন্ড, ৭ পৃষ্ঠা)

(৪১) পতিত রুটির টুকরো উঠিয়ে চুমু দেয়া জায়য।

(৪২) দস্তুরখানায় যে দানা ইত্যাদি পড়ে গেছে সেগুলো মুরগী, পাখী, গরু, ছাগল ইত্যাদিকে খাওয়ানো জায়য। অথবা এমন জায়গায় নিরাপদে রেখে দিন, যেন পিপড়া খেয়ে নেয়।

খাবারে ফুঁক দেয়া নিষেধ

(৪৩) খাবার ও চা ইত্যাদিকে ঠান্ডা করার জন্য ফুঁক মারবেন না, কারণ এতে বরকত শূন্যতা হয়। অধিক গরম খাবার খাবেন না। খাওয়ার উপযোগী হওয়া পর্যন্ত অপেক্ষা করুন।

(রাদ্দুল মুখতার, ৯ম খন্ড, ৫৬৫ পৃষ্ঠা, হাদীস নং- ৪০৮১৫)

(৪৪) খাওয়ার মাঝখানেও ডান হাতে পানি পান করুন। এমন যেন না হয় যে, হাত খাদ্য মিশ্রিত হওয়ার কারণে বাম হাতে গ্লাস ধরে ডান হাতের আঙ্গুল লাগিয়ে মনকে মানিয়ে নেয়া যে, ডান হাতে পান করছি।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “আমার উপর দরুদ শরীফ পাঠ করো, আল্লাহ তা’আলা তোমার উপর রহমত প্রেরণ করবেন।” (ইবনে আ’দী)

পানি চুষে পান করতে শিখুন

- (৪৫) পানি হোক কিংবা যেকোন পানীয় সর্বদা بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ পাঠ করে ছোট ছোট ঢোকে পান করা উচিত। কিন্তু চুষাতে যেন আওয়াজ সৃষ্টি না হয়। পানি হোক কিংবা পানীয় বড় বড় ঢোকে পান করাতে কলিজার রোগের সৃষ্টি হয়। শেষে اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ বলুন। আফসোস! চুষে চুষে পান করার সুন্নাতের উপর এখন সম্ভবত খুব কম সংখ্যক আমল করে। দয়া করে এটার অনুশীলন করুন এবং এ সুন্নাতকে নিজের মধ্যে প্রতিষ্ঠিত করুন। সঙ্গে মদীনার عَنْفِ عَنُّهُ (লিখক) অভিজ্ঞতা মোতাবেক গ্লাসের পরিবর্তে মাটির পেয়লাতে পানি চুষে পান করা সহজ।
- (৪৬) যখন কিছুটা ক্ষুধা অবশিষ্ট থাকে তখন খাওয়া থেকে উঠে যান।

স্বাদ শুধুমাত্র জিহ্বার গোড়া পর্যন্ত

- (৪৭) পেট ভরে খাওয়া সুন্নাত নয়। বেশি খেতে মন চাইলে তখন নিজেকে এভাবে বুঝান যে, শুধুমাত্র জিহ্বার শুরু থেকে শেষ পর্যন্ত স্বাদ থাকে, কণ্ঠনালীতে পৌঁছাতেই স্বাদ শেষ হয়ে যায়। তাই কিছু সময়ের মজার জন্য সুন্নাতের সাওয়াব ত্যাগ করা বুদ্ধিমানের কাজ নয়। এছাড়া বেশি খাওয়াতে শরীর ভারী হয়ে যায়। ইবাদতে অলসতা আসে। পাকস্থলী খারাপ হয় এবং অনেকের মেদ চলে আসে। কোষ্ঠকাঠিন্য, গ্যাষ্টিক, ব্লাড প্রেশার, সুগার, প্যারালাইসিছ ও হৃদযন্ত্র ইত্যাদির রোগ হওয়ার আশংকা বেড়ে যায়।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যার নিকট আমার আলোচনা হল এবং সে আমার উপর দরুদ শরীফ পড়ল না, সে জুলুম করল।” (আব্দুর রাজ্জাক)

(৪৮) খাবার শেষ করার পর প্রথমে মধ্যমা এরপর শাহাদাত আঙ্গুর এবং শেষে বৃদ্ধাঙ্গুল তিনবার করে চাটুন। মদীনার তাজেদার, রাসুলদের সরদার, হুযুরে আনওয়ার صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ খাবার খাওয়ার পর মোবারক আঙ্গুলগুলোকে তিনবার চেটে নিতেন। (আশ শামায়িলুল মুহাম্মদীয়া লিত তিরমিযী, ৯৬ পৃষ্ঠা, হাদীস- ১৩৩, দরু ইহুইয়াতুত্ তুরাখিল আরবী, বৈরুত)

বাসন চেটে নিন

(৪৯) বাসনও চেটে নিন। হাদীসে পাকে রয়েছে: “যে ব্যক্তি খাওয়ার পর বাসন চেটে নেয়, তখন ঐ বাসন তার জন্য দো‘আ করে ও বলে, আল্লাহ্ তা‘আলা তোমাকে জাহান্নামের আগুন থেকে মুক্ত করুন। যেমনি ভাবে তুমি আমাকে শয়তান থেকে মুক্ত করেছ।” (কানযুল উম্মাল, ১৫তম খন্ড, ১১১ পৃষ্ঠা, হাদীস- ৪০৮২২) অন্য এক বর্ণনায় রয়েছে যে, বাসন তার জন্য ক্ষমা প্রার্থনা করে।

(সুনানে ইবনে মাজাহ, ৪র্থ খন্ড, ১৪ পৃষ্ঠা, হাদীস- ৩২৭১, দারুল মারিফা, বৈরুত)

(৫০) যে বাসনে খেয়েছেন সেটা চেটে নেওয়ার পর ধূয়ে পান করুন إِنَّ شَاءَ اللهُ عَزَّوَجَلَّ একজন গোলাম আযাদ করার সাওয়াব অর্জিত হবে। (ইহুইয়াউল উলুম, ২য় খন্ড, ৭ পৃষ্ঠা)

ধূয়ে পান করার নিয়ম

(৫১) চাটা ও ধোয়া ঐ সময় বলা হবে, যখন খাদ্যের কোন অংশ ও ঝোলের কোন চিহ্ন ইত্যাদি অবশিষ্ট থাকবে না। তাই অল্প পানি নিয়ে বাসনের উপরের কিনারা থেকে নিচ পর্যন্ত চতুর্দিকে আঙ্গুল ইত্যাদি দিয়ে ভালভাবে ধূয়ে পান করা উচিত। দুই বা ততোধিক বার এরূপ ধূয়ে পান করুন। তাহলে إِنَّ شَاءَ اللهُ عَزَّوَجَلَّ বাসন খুবই পরিষ্কার হয়ে যাবে।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “ঐ ব্যক্তির নাক ধুলামলিন হোক, যার নিকট আমার আলোচনা হল আর সে আমার উপর দরুদ শরীফ পড়ল না।” (হাকিম)

(৫২) পান করার পর বাসন বা থালার মধ্যে রয়ে যাওয়া সামান্য পরিমাণ অবশিষ্ট পানিও আঙ্গুল দিয়ে জমা করে পান করে নেয়া উচিত। এমন যেন না হয় যে, মসলার কোন ক্ষুদ্রাংশ কোথাও আটকে থাকে, আর এতে বরকতও চলে যায়! কারণ হাদীসে পাকে এটাও রয়েছে যে: “তোমরা জাননা যে, খাবারের কোন অংশে বরকত রয়েছে।”

(সহীহ মুসলিম, ১১২৩ পৃষ্ঠা, হাদীস- ২০৩৪, দারু ইবনে হাযম, বৈরুত)

(৫৩) তরকারীর ঝোল মিশ্রিত ছোট পেয়ালা, চামচ, চা, লাচ্ছি, ফলের রস (JUICES) শরবত ও অন্যান্য পানীয় মিশ্রিত পেয়ালা গ্লাস ও জগ ইত্যাদি ধূয়ে এভাবে পান করে নিন যে, খাদ্যের কোন অংশ বা চিহ্ন যেন অবশিষ্ট না থাকে এবং এভাবে প্রচুর বরকত কুড়িয়ে নিন।

(৫৪) গ্লাসে অবশিষ্ট মুসলমানের পরিষ্কার পানিকে ব্যবহার উপযোগী হওয়া সত্ত্বেও অহেতুক ফেলে দিয়ে নষ্ট করাটা অপচয়, আর অপচয় করা হচ্ছে হারাম। (সুন্নী বেহেশতী যেওর, ৫৬৭ পৃষ্ঠা, ফরিদ বুক ষ্টল, মারকাযুল আউলিয়া লাহোর) পান করার পর গ্লাস বা পেয়ালাকে রেখে দিন। কিছুক্ষণ পর দেখবেন পানীয় এর কিছু ফোটা বাসনের চারিদিক থেকে নেমে তলায় জমা হয়ে থাকবে এগুলোকে পান করুন, নতুবা নষ্ট হতে পারে।

(৫৫) খাওয়ার শেষে **الْحَمْدُ لِلَّهِ** বলুন। শুরু ও শেষে কুরআন ও হাদীসের দো‘আ সমূহ স্মরণ থাকলে পাঠ করুন।

(৫৬) সাবান দিয়ে ভালভাবে হাত ধূয়ে নিন। যাতে গন্ধ ও তৈলাক্ততা দূর হয়ে যায়।

রাসূলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যখন তোমরা কোন কিছু ভুলে যাও, তবে আমার উপর দরুদ শরীফ পড়ো **إِنْ شَاءَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ**! স্মরণে এসে যাবে।” (সাঁ'আদাতুদ দা'রাইন)

খাওয়ার পর মাসেহ করা সুন্নাত

- (৫৭) হাদীসে পাকে এটাও রয়েছে: (খাবার শেষ করার পর) মদীনার তাজেদার, রাসূলদের সরদার, হুযুর **صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** হাত ধৌত করলেন ও হাতের আদ্রতা দিয়ে মুখ ও হাতের কজি ও পবিত্র মাথা মাসেহ করে নিলেন এবং নিজের প্রিয় সাহাবী **رَضِيَ اللهُ تَعَالَى عَنْهُ** কে ইরশাদ করলেন: “ইকরাশ! যে বস্তুকে আগুন স্পর্শ করেছে। (যা আগুন দ্বারা রান্না করা হয়েছে) সেটা খাওয়ার পর এটা হচ্ছে অযু।” (সুনানে তিরমিযী, ৩য় খন্ড, ৩৩৫ পৃষ্ঠা, হাদীস- ১৮৫৫)
- (৫৮) খাবারের পর দাঁত খিলাল করুন।

অতীতের গুনাহ মাফ

- (৫৯) হুযুর পুরনুর **صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি খাবার খেলো আর এ বাক্যগুলো বলল, তবে তার অতীতের সকল গুনাহ ক্ষমা করে দেয়া হয়। দো'আর বাক্যগুলো নিম্নরূপ:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنِي هَذَا وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي وَلَا قُوَّةٍ

অনুবাদ: সমস্ত প্রশংসা আল্লাহ্ তা'আলার জন্য যিনি আমাকে খাবার খাইয়েছেন এবং আমাকে কোন প্রকারের যোগ্যতা ও শক্তি ছাড়া এই রিযিক দান করেছেন। (সুনানে তিরমিযী, ৫ম খন্ড, ২৮৪ পৃষ্ঠা, দরুল ফিকির, বৈরুত)

- (৬০) খাওয়ার পর এ দো'আটিও পড়ুন:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَّنَا وَجَعَلَنَا مُسْلِمِينَ

অনুবাদ: আল্লাহ্ তা'আলার কৃতজ্ঞতা, যিনি আমাদেরকে খাইয়েছেন, পান করিয়েছেন ও মুসলমানের মধ্যে সৃষ্টি করেছেন।

(সানানে আবু দাউদ, ৩য় খন্ড, ৫১৩ পৃষ্ঠা, হাদীস- ৩৮৫০, দারু ইহুইয়াত তুরাছিল আরবী, বৈরুত)

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি আমার উপর সারাদিনে ৫০ বার দরুদ শরীফ পড়ে, আমি কিয়ামতের দিন তার সাথে মুসাফাহা করব।” (আল কওলুল বদী)

(৬১) যদি কেউ মেহমানদারী করেন, তবে এই দো‘আটিও পাঠ করুন:

اللَّهُمَّ اطْعِمْ مَنْ اطْعَمَنِي وَسُقِّ مَنْ سَقَانِي

অনুবাদ: হে আল্লাহ্! তাকে খাওয়াও যে আমাকে খাইয়েছেন ও তাকে পান করাও যে আমাকে পান করিয়েছেন।

(আল হিসনুল হাসিন, ৭১ পৃষ্ঠা, আল মাকতাবাতুল আছরিয়া, বৈরুত)

(৬২) খাওয়ার পর এ দো‘আটি পড়ুন:

اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ وَأَطْعِمْنَا خَيْرًا مِنْهُ

অনুবাদ: হে আল্লাহ্! আমাদের জন্য এ খাবারে বরকত দান করো এবং এটা থেকে উত্তম খাবার আমাদেরকে খাওয়াও।

(সুনানে আবু দাউদ, ৩য় খন্ড, ৪৭৫ পৃষ্ঠা, হাদীস- ৩৭৩০)

(৬৩) দুধ পান করার পর এ দো‘আ পড়ুন:

اللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيهِ وَزِدْنَا مِنْهُ

অনুবাদ: হে আল্লাহ্! আমাদের জন্য এতে বরকত দান করো ও আমাদেরকে এর থেকে অধিক দান করো। (প্রাণ্ড)

(৬৪) রাসুলুল্লাহ ﷺ এর নিকট হালুয়া, মধু, সিরকা, খেজুর, তরমুজ, শশা (ক্ষীরা) কদু শরীফ খুবই পছন্দনীয় ছিল।

(৬৫) আল্লাহ্ তা‘আলার মাহবুব, হুযুর ﷺ এর ছাগলের মাংসের মধ্যে বাহু, ঘাড়, কোমরের মাংস পছন্দনীয় ছিল।

(৬৬) হুযুর ﷺ কখনো কখনো খেজুর ও তরমুজ কিংবা খেজুর ও শশা অথবা খেজুর ও রুটি একত্র করে খেতেন।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “প্রতিটি উদ্দেশ্য সম্বলিত কাজ, যা দরুদ শরীফ ও যিকির ছাড়াই আরম্ভ করা হয়, তা বরকত ও মঙ্গল শূণ্য হয়ে থাকে।” (মাতলিউল মুসাব্বাহত)

- (৬৭) খুরচান হুযর صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ এর নিকট পছন্দনীয় ছিল।
- (৬৮) সারীদ অর্থাৎ তরকারীর ঝোলের মধ্যে ভিজানো রুটির টুকরা হুযর পুরনুর صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ এর নিকট খুবই পছন্দনীয় ছিল।
- (৬৯) এক আঙ্গুল দিয়ে খাওয়া শয়তানের, দুই আঙ্গুল দিয়ে খাওয়া অহংকারীর রীতি-নীতি। তিন আঙ্গুল দিয়ে খাওয়া সুন্নাতে আম্বিয়া عَلَيْهِمُ الصَّلَاةُ السَّلَامُ।

কতটুকু খাবেন

- (৭০) ক্ষুধাকে তিন ভাগ করা উত্তম। এক ভাগ খাবার এক ভাগ পানি ও এক ভাগ বাতাস। যেমন তিনটি রুটি খাওয়াতে পরিতৃপ্ত হয়ে গেলে তবে একটি রুটি খাবেন, একটি রুটির পরিমাণ পানিও অবশিষ্টটুকু বাতাসের জন্য খালি রেখে দিন। যদি পেট ভরেও খেয়ে নেন মুবাহ হবে কোন গুনাহ হবে না। কিন্তু কম খাওয়ার দ্বীনি ও দুনিয়াবী অনেক বরকত রয়েছে। মারহাবা! পরীক্ষা করে দেখুন, إِنَّ شَاءَ اللهُ عَزَّوَجَلَّ পেট এমন সুস্থ হয়ে যাবে যে, আপনি অবাক হয়ে যাবেন। আল্লাহ তা‘আলা আমাদের সবাইকে “পেটের কুফলে মদীনা” নছীব করুন। অর্থাৎ হারাম থেকে বাঁচা ও হালাল খাবারও প্রয়োজনের চেয়ে বেশি খাওয়া থেকে বেঁচে থাকা। اٰمِيْنَ بِجَاهِ النَّبِيِّ الْاَمِيْنَ صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ

কাইলুলা সুন্নাত

- (৭১) দুপুরের খাবারের পর কাইলুলা সুন্নাত। দুপুরের সময় শোয়াকে কাইলুলা বলা হয়।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি আমার উপর দরুদ শরীফ পাঠ করা ভুলে গেল, সে জান্নাতের রাস্তা ভুলে গেল।” (তবারানী)

আর বিশেষ করে এটা রাতে ইবাদতকারীদের জন্য সুন্নাত যে, এতে রাতে ইবাদত করা সহজ হয়। সন্ধ্যায় খাওয়ার পর ১৫০ কদম হাঁটুন। সন্ধ্যায় খাবারের পর সাধারণত হাঁটা চলা করা উত্তম, আর ডাক্তারদের অভিমত হচ্ছে সন্ধ্যায় খাওয়ার পর ১৫০ কদম হাঁটা উচিত।

- (৭২) যেকোন জিনিস খাওয়া বা পান করার পর **اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ** অবশ্যই বলুন।
- (৭৩) দস্তুরখানা উঠানোর পূর্বে উঠে যাবেন না।
- (৭৪) খাওয়ার পর ভালভাবে সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে মুছে নিন।
- (৭৫) কাগজ দিয়ে হাত মোছা নিষেধ।
- (৭৬) তোয়ালে দিয়ে হাত মুছতে পারেন, পরিহিত কাপড় দিয়ে হাত মুছবেন না। আমার আক্কা আ'লা হযরত ইমামে আহলে সুন্নাত মাওলানা শাহ্ ইমাম আহমদ রযা খান **رَحْمَةُ اللهِ تَعَالَى عَلَيْهِ** অভিজ্ঞ লোকদের বাণী নকল করে বলেন: দামান (বা আস্তিন) দ্বারা হাত মুখ মোছা স্মরণশক্তি দুর্বল করে দেয়। (ফতোওয়ায়ে রযবীয়া, ১ম খন্ড, ১ম অংশ, ৩৩১ পৃষ্ঠা, রযা ফাউন্ডেশন) পরিধানের কাপড় বা ইমামা দ্বারা চর্বিযুক্ত বা দুর্গন্ধময় হাত মোছা জায়েয নয়, এভাবে ঐ পোষাক ইত্যাদি নষ্ট হয়ে যাবে এবং সম্পদকে নষ্ট করা জায়েয নয়। (প্রাণ্ড, ৩৩৫ পৃষ্ঠা)

বরকত উঠিয়ে দেয় এমন কাজ সমূহ

- (৭৭) মুফতী মুহাম্মদ খলীল খান বারকাতী **رَحْمَةُ اللهِ تَعَالَى عَلَيْهِ** বলেন: যে বাসনে খাবার খেয়েছে, তাতে হাত ধোয়া অথবা হাত ধুয়ে জামা বা লুঙ্গির আঁচলে মুছে নেয়া (খাবার থেকে) বরতকে উঠিয়ে দেয়। (সুন্নী বেহেশতী জেওর, ৫৭৮ পৃষ্ঠা)

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি আমার উপর একবার দরুদ শরীফ পড়ে, আল্লাহ তাআলা তার উপর দশটি রহমত নাযিল করেন।” (মুসলিম শরীফ)

- (৭৮) খাবার খাওয়ার সাথে সাথে প্রচণ্ড ব্যায়াম করা বা অতিরিক্ত ভারী বস্তু উত্তোলন করা, টেনে নেয়া ইত্যাদি কঠোর পরিশ্রমের কাজ করাতে ভুড়ি উঠে যাওয়া, এ্যাপেন্ডিসাইট হওয়া বা পেট বেড়ে যাওয়া রোগের সৃষ্টি হয়।
- (৭৯) খাওয়ার পর উঁচু আওয়াজে **اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ** ঐ সময় বলবেন যখন সবাই খাবার শেষ করে নেয় অন্যথায় আশ্তে বলুন। (রাদ্দুল মুখতার, ৯ম খন্ড, ৫৬১ পৃষ্ঠা) খাবার খাওয়ার পর যদি একসাথে দো‘আ পড়ান, তবে ঐ সময় পাঠ করাবেন যখন প্রত্যেক ব্যক্তি খাবার শেষ করে ফেলেছে, না হলে যে খাবার খাচ্ছে সে লজ্জা পাবে।

কারো গাছের ফল খাওয়া কেমন?

- (৮০) কোন বাগানে গেলেন সেখানে ফল পড়ে আছে, তাহলে যতক্ষণ পর্যন্ত বাগানের মালিকের অনুমতি পাওয়া যাবে না ততক্ষণ ফল খেতে পারবেন না। আর অনুমতি দু’ধরণের হতে পারে। প্রকাশ্যভাবে অনুমতি যেমন- মালিক বলে দিলেন যে, পড়ে থাকা ফলগুলো খেতে পারবে অথবা দলিলগত অনুমতি অর্থাৎ ঐ স্থানে এমন প্রচলন রয়েছে যে, বাগানের মালিক পড়ে থাকা ফলগুলো খাওয়ার ব্যাপারে মানুষকে নিষেধ করে না। গাছ থেকে ফল ছিঁড়ে খাওয়ার অনুমতি নেই তবে যখন প্রচুর ফল থাকে, আর জানা থাকে যে, ছিঁড়ে খাওয়াতে মালিক কিছু মনে করবেন না, তখনও ছিঁড়ে খাওয়া যেতে পারে। তবে কোন অবস্থায় এটা অনুমতি নেই যে, সেখান থেকে ফল নিয়ে আসা যাবে। (আলমগিরী, ৫ম খন্ড, ৩২৯ পৃষ্ঠা, কোয়েটা)

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “তোমরা যেখানেই থাক আমার উপর দরুদে পাক পড়, কেননা তোমাদের দরুদ আমার নিকট পৌঁছে থাকে।” (তবারানী)

এসব অবস্থায় প্রচলন ও অভ্যাসের খেয়াল রাখতে হবে, আর যদি প্রচলন ও অভ্যাস না থাকে অথবা জানা থাকে যে, মালিক কিছু মনে করবে, তাহলে পড়ে থাকা ফলও খাওয়া বৈধ হবে না।

জিজ্ঞাসা না করে খাওয়া কেমন?

- (৮১) বন্ধুর ঘরে গিয়ে কোন কিছু রান্নাকৃত পেয়ে নিজে নিয়ে খেয়ে নিল অথবা তার বাগানে গিয়ে ফল ছিঁড়ে খেয়ে নিল। যদি জানা থাকে যে, সে কিছু মনে করবে না, তবে খাওয়া জায়িয কিন্তু এখানে ভালভাবে চিন্তা-ভাবনা করার প্রয়োজন রয়েছে। অনেক সময় এমনও হয় যে, ও মনে করল যে, সে কিছু মনে করবে না, অথচ সে কিছু মনে করে বসল। (আলমগিরী, ৫ম খন্ড, ২৩৩৯ পৃষ্ঠা)
- (৮২) জবাইকৃত (পশু-পাখির) হারাম ‘মাজ্জা’ খাওয়া নিষিদ্ধ। সুতরাং রান্না করার সময় ঘাড়, সীনা, কিংবা পাজরের হাড়যুক্ত মাংস ও মেরুদন্ডের হাড়ের মাংসকে ভালভাবে দেখে হারাম মাজ্জা আলাদা করে নিন।
- (৮৩) মুরগীর হারাম মাজ্জা চিকন হয়ে থাকে, তাই সেটা বের করতে অসুবিধা হয়, সুতরাং যদি রান্না করতে থেকে যায়, তাহলে কোন সমস্যা নেই। তবে খাবেন না। অনুরূপভাবে মুরগীর ঘাড়ের পাট্টা ও কালো রেখা বিশিষ্ট রক্তের রগও খাবেন না।
- (৮৪) জবাইকৃত জস্তুর “গোটা” খাওয়া মাকরুহে তাহরিমী। সুতরাং রান্না করার পূর্বেই তা ফেলে দিন।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “যে ব্যক্তি কিতাবে আমার উপর দরুদ শরীফ লিখে, যতক্ষণ পর্যন্ত আমার নাম তাতে থাকবে, ফিরিশতারা তার জন্য ক্ষমা চাইতে থাকবে।” (তবারনী)

মুরগীর হৃৎপিণ্ড

(৮৫) মুরগীর হৃৎপিণ্ড ফেলে দেয়াটা উচিত নয়। এটাকে লম্বার মধ্যে কেটে বা যেভাবে সম্ভব হয় সেভাবে কেটে তা থেকে রক্ত ভালভাবে পরিস্কার করার পর রান্না করুন।

রান্নাকৃত রক্তের রগগুলো খাবেন না

(৮৬) জবাইকৃত জন্তুর মাংসের ভিতর যে রক্ত থেকে যায় তা পবিত্র কিন্তু ঐ রক্ত খাওয়া নিষিদ্ধ। সুতরাং মাংসে ঐ অংশ যেটাতে মাংসের ঐ অংশ যেখানে রক্ত থেকে যায়, ঐগুলো ভালভাবে দেখে নিন। যেমন- মুরগীর ঘাড়, ডানা ও পা ইত্যাদির ভিতর থেকে কালো রেখাগুলো বের করে নিন কারণ এগুলো রক্তের রগ। রক্ত রান্না হওয়ার পর কালো হয়ে যায়।

“বিসমিল্লাহ করো” বলা কঠোরভাবে নিষিদ্ধ

(৮৭) একজন খাবার খাচ্ছে আর অন্য জন এলো, তখন প্রথম জন তাকে বলল: ‘এসো খাবার খাও’ অপর জন বলল: ‘বিসমিল্লাহ করো!’ এরকম বলা কঠোরভাবে নিষিদ্ধ। এ অবস্থায় দো‘আ মূলক শব্দ বলা উচিত। যেমন বলুন: আল্লাহ তা‘আলা বরকত দিন। (বাহারে শরীয়াত, ১৬তম খন্ড, ২২ পৃষ্ঠা, মাকতাবাতুল মদীনা, বাবুল মদীনা, করাচী)

পঁচে যাওয়া মাংস খাওয়া হারাম

(৮৮) মাংস পঁচে গেলে তা খাওয়া হারাম। অনুরূপভাবে যেসব খাবার খারাপ হয়ে যায় তাও খাওয়া উচিত নয়। খারাপ হওয়ার লক্ষণ হলো এই যে, তাতে গাদ (সাদা আবরণ) দুর্গন্ধ বা টক গন্ধ সৃষ্টি হওয়া, যদি ঝোল থাকে তবে তাতে ফেনা এসে যায়।

রাসুলুল্লাহ ﷺ ইরশাদ করেছেন: “কিয়ামতের দিন আমার নিকটতম ব্যক্তি সেই হবে, যে দুনিয়ায় আমার উপর বেশী পরিমাণে দরুদ শরীফ পড়েছে।” (তিরমিযী ও কানযুল উম্মাল)

ডাল, খিচুড়ী ও টক মিশ্রিত তরকারী তাড়াতাড়ি নষ্ট হয়ে যায়।

সম্পূর্ণ কাঁচা মরিচ

(৮৯) খাবারের মধ্যে রান্নাকৃত সম্পূর্ণ কাঁচা বা লাল মরিচ খাওয়ার সময় ফেলে দেয়ার পরিবর্তে সম্ভব হলে পূর্বেই খুঁজে নিয়ে আলাদা করে নিন এবং পিষে পুনরায় কাজে লাগান। এভাবে রান্নাকৃত গরম মসলাও যদি ব্যবহার উপযোগী থাকে তবে নষ্ট করবেন না।

অতিরিক্ত রুটিগুলো কি করবেন?

(৯০) অতিরিক্ত রুটি ও ঝোল ইত্যাদি ফেলে দেয়া অপচয়। মুরগী, ছাগল বা গরু ইত্যাদিকে খাওয়াবেন। কয়েক দিনের থেকে যাওয়া রুটিগুলো টুকরো করে ঝোল দিয়ে রান্না করে নিন
 إِنَّ شَاءَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ উৎকৃষ্ট খাবার প্রস্তুত হয়ে যাবে।

কাঁকড়া ও চিংড়ি মাছ খাওয়া কেমন?

(৯১) মাছ ছাড়া সমুদ্রের সকল প্রাণী খাওয়া হারাম। যে মাছ শিকার করা ছাড়া নিজেই মরে পানিতে ভেসে উঠে তাও হারাম। কাঁকড়া খাওয়াও হারাম। চিংড়ি মাছের ব্যাপারে মতানৈক্য রয়েছে। খাওয়া জায়য তবে না খাওয়া উত্তম।

(৯২) ফড়িং মরে গেলেও তা খাওয়া হালাল। ফড়িং ও মাছ দু'টোই জবাই করা ছাড়াও হালাল।

صَلُّوْا عَلَى الْحَبِيبِ! صَلَّى اللهُ تَعَالَى عَلَى مُحَمَّدٍ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِ الْمُرْسَلِينَ لَمَّا بَعُدْنَا عَنْ رِجَالِهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

সুন্নাতের বাহার

الْحَمْدُ لِلَّهِ عَزَّ وَجَلَّ কুরআন ও সুন্নাত প্রচারের বিশ্বব্যাপী অরাজনৈতিক সংগঠন দা'ওয়াতে ইসলামীর সুবাসিত মাদানী পরিবেশে অসংখ্য সুন্নাত শিক্ষা অর্জন ও শিক্ষা প্রদান করা হয়। প্রত্যেক বৃহস্পতিবার ফয়যানে মদীনা জামে মসজিদ, জনপথ মোড়, সায়দাবাদ, ঢাকায় ইশার নামাযের পর সুন্নাতে ভরা ইজতিমায় সারারাত অতিবাহিত করার মাদানী অনুরোধ রইল। আশিকানে রাসূলদের সাথে মাদানী কাফেলা সমূহে সুন্নাত প্রশিক্ষণের জন্য সফর এবং প্রতিদিন ফিক্কে মদীনা করার মাধ্যমে মাদানী ইন্আমাতের রিসালা পূরণ করে প্রত্যেক মাদানী মাসের প্রথম দশ দিনের মধ্যে নিজ এলাকার যিম্মাদারের নিকট জমা করানোর অভ্যাস গড়ে তুলুন। **إِنْ شَاءَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ** এর বরকতে দৈমানের হিফাযত, গুনাহের প্রতি ঘৃণা, সুন্নাতের অনুসরণের মন-মানসিকতা সৃষ্টি হবে। প্রত্যেক ইসলামী ভাই নিজের মধ্যে এই মাদানী যেহেন তৈরী করুন যে, “আমাকে নিজের এবং সারা দুনিয়ার মানুষের সংশোধনের চেষ্টা করতে হবে।” **إِنْ شَاءَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ** নিজের সংশোধনের জন্য মাদানী ইন্আমাতের উপর আমল এবং সারা দুনিয়ার মানুষের সংশোধনের জন্য মাদানী কাফেলায় সফর করতে হবে। **إِنْ شَاءَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ**



মাকতাবাতুল মদীনার বিভিন্ন শাখা

ফয়যানে মদীনা জামে মসজিদ, জনপথ মোড়, সায়দাবাদ, ঢাকা। মোবাইল: ০১৯২০০৭৮৫১৭
কে. এম. ভবন, দ্বিতীয় তলা, ১১ আন্দরকিল্লা, চট্টগ্রাম। মোবাইল: ০১৮১৩৬৭১৫৭২, ০১৮৪৫৪০৩৫৮৯
ফয়যানে মদীনা জামে মসজিদ, নিয়ামতপুর, সৈয়দপুর, নীলফামারী। মোবাইল: ০১৭১২৬৭১৪৪৬

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