

মাসনুন আমল

যাদুটোনা, জ্বিন ও অন্যান্য ক্ষতি থেকে বাঁচার আমল

As Sunnah Health Care

রাক্বী এইচ এম মোশাররফ হুসাইন

অ্যাপয়েন্টমেন্ট: 01313-882464

www.assunnahealth.com

সুন্নাহর সাথে, সুস্থতার পথে।

মাসনুন আমল

যাদুটোনা, জ্বিন এবং অন্যান্য ক্ষতি থেকে বাঁচার যিকর

ক. সকাল-সন্ধ্যার আমল

১. জ্বিন-শয়তানের ক্ষতি থেকে বাঁচতে সকাল-সন্ধ্যা ১০বার, সম্ভব হলে ১০০বার করে পড়ুন।

لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ، وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ، وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

উচ্চারণঃ লা-ইলাহা ইল্লাল্লাহু ওয়াহদাহু লা-শারীকালাহ, লাহুল মুলকু ওয়ালাহুল হামদ, ওয়াহুওয়া ‘আলা কুল্লি শাইয়িন ক্বদীর।

২. প্রতি নামাজ শেষে আয়াতুল কুরসি পড়ুন। ফযর এবং মাগরিবে অবশ্যই পড়ুন।

৩. সব ধরনের ক্ষতি এবং বিপদ-আপদ থেকে নিরাপদ থাকতে সূরা ইখলাস, সূরা ফালাক, সুরা নাস সকাল-সন্ধ্যায় প্রতিটি তিনবার করে পড়ুন।

৪. জিন, যাদু এবং বিষাক্ত প্রাণীর ক্ষতি থেকে বাঁচতে সকাল-সন্ধ্যায় তিনবার পড়ুন:

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

উচ্চারণঃ আ’উযু বিকালিমা-তিল্লা-হিত্তা-ম্মা-তি, মিং-শাররি মা-খলাক্ব।

৫. সকাল-সন্ধ্যায় তিনবার পড়ুন:

بِسْمِ اللهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

উচ্চারণঃ বিসমিল্লা-হিল্লাযী লা-ইয়াদ্বুররু মা'আসমিহী, শাইউং ফিলআরদ্বী ওয়ালা- ফিসসামা-ই, ওয়াহুওয়াস সামি'উল 'আলীম।

৬. সকাল-সন্ধ্যায় সাতবার পড়ুন

حَسْبِيَ اللهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ، عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ

উচ্চারণঃ হাসবিইয়াল্লহু লা ইলাহা ইল্লা-হু; আলাইহি তাওক্কালতু ওয়াহুয়া রব্বুল আরশিল আযীম।

আরও কিছু পরামর্শ:

সময় থাকলে সুরা বাকারা ১-৫, ২৫৫-২৫৬ (আয়াতুল কুরসি এবং পরের আয়াত), ২৮৪-২৮৬ (শেষ ৩ আয়াত) পড়ুন। এসব পড়া শেষে হাতে ফুঁ দিয়ে নিজের শরীর মুছে নিন।

সন্ধ্যার সময় এবং রাতে বিসমিল্লাহ বলে দরজা-জানালা বন্ধ রাখুন। সন্ধ্যাবেলা বাচ্চাদের ঘরের ভেতর রাখুন। নিজেরা সকল মাসনুন যিকর শেষে বাচ্চাদের ফুঁ দিয়ে দিন।

খ. ঘুমানোর সময়ের আমল

১. ওযু করে ঘুমানো, তাহলে ফিরিশতারা হিফাজতের জন্য দুয়া করতে থাকে। ডান কাত হয়ে ঘুমানো। এমনিতেও সর্বদা ওযু অবস্থায় থাকতে চেষ্টা করা।

২. শোয়ার পূর্বে কোন কাপড় বা ঝাড়ু দিয়ে তিনবার বিছানা ঝেড়ে নেয়া।

৩. আয়াতুল কুরসি পড়া।

৪. সূরা বাকারার শেষ দুই আয়াত পড়া।

৫. সূরা ইখলাস, সূরা ফালাক, সূরা নাস পড়ে হাতের তালুতে ফুঁ দেয়া, এরপর হাত দিয়ে পুরা শরীর মোছা। এভাবে তিনবার করা।

৬. সম্ভব হলে বিছানার শোয়ার পর এই দোয়া পড়া:

بِاسْمِكَ رَبِّي وَضَعْتُ جَنْبِي، وَبِكَ أَرْفَعُهُ، فَإِنْ أَمْسَكْتَ نَفْسِي فَارْحَمْهَا، وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا، بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ

উচ্চারণঃ বিসমিকা রব্বী ওয়াদ্বা'তু জাম্বী, ওয়াবিকা আরফা'উহু। ফাইন্ আম্সাকতা নাফ্সী ফারহামহা, ওয়া ইন আরসালতাহা ফাহ্ফায্হা বিমা-তাহ্ফাযু বিহী 'ইবা-দাকাস সা-লিহীন।

৭. খারাপ স্বপ্ন দেখলে তিনবার হালকা করে থুতু ফেলুন, এরপর আল্লাহর কাছে ক্ষতি থেকে আশ্রয় চেয়ে পার্শ্ব পরিবর্তন করুন। এছাড়া রাতে ভয় পেলে একদম শেষের দোয়াটি পড়তে পারেন।

অন্যান্য সময়ের আমল

১. টয়লেটে প্রবেশের পূর্বে দোয়া পড়া-

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ

উচ্চারণঃ আল্লা-হুম্মা ইন্নী আ'উযুবিকা, মিনাল খুবসি ওয়াল খবা-ইছ।

২. স্ত্রী সহবাসের পূর্বে পড়ার দোয়া

بِسْمِ اللهِ، اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ، وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا

উচ্চারণঃ বিসমিল্লাহি আল্লা-হুম্মা জান্নিবনাশ শাইত্বা-না, ওয়া জান্নিবিশ্-শাইত্বানা মা রযাক্বতানা।

৩. মসজিদে প্রবেশের পর দিনে একবার হলেও এই দোয়া পড়া

أَعُوذُ بِاللهِ الْعَظِيمِ وَبِوَجْهِهِ الْكَرِيمِ وَسُلْطَانِهِ الْقَدِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

উচ্চারণঃ আ'উযুবিল্লাহিল আযীম ওয়াবি ওয়াজহিহিল কারীম ওয়া সুলত্বানিহিল ক্বাদীম মিনাশ শাইত্বানির-রাজীম।

৪. নতুন কোন স্থান বা বাড়িতে গেলে, অথবা কোন গা ছামছমে যায়গায় হাটলে:

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

উচ্চারণঃ আ'উযু বিকালিমা-তিল্লা-হিত্তা-ম্মা-তি, মিং-শাররি মা-খলাক্ব।
৫. বাড়িতে প্রবেশের সময় "বিসমিল্লাহ" বলা। বাড়ি থেকে বের হওয়ার সময় পড়া:

بِسْمِ اللهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللهِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ

উচ্চারণঃ বিসমিল্লাহি তাওয়াক্কালতু 'আলাল্লাহি লা-হাওলা ওয়ালা-ক্বুওওয়াতা ইল্লা-বিল্লা-হ।
৬. কোনো মুসিবতে পড়লে বা কিছু হারিয়ে গেলে:

إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ، اللَّهُمَّ أْجُرْنِي فِي مُصِيبَتِي، وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا

উচ্চারণঃ ইন্না-লিল্লা-হি ওয়া ইন্না ইলাইহি রাজি'উন। আল্লা-হুম্মা'জুরনী ফী মুসীবাতী ওয়াখলুফ লী খাইরাম মিনহা।
৭. ঘুমের মাঝে ভয় পেলে বা অন্যসময় খারাপ অনুভূতি হলে এই দোয়াটি বারবার পড়া

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ وَشَرِّ عِبَادِهِ، وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَأَنْ يَحْضُرُونِ

উচ্চারণঃ আ'উযু বিকালিমা-তিল্লাহিত্তা-ম্মাতি মিন্ গাদ্বাবিহি ওয়া ইক্বা-বিহি ওয়া শাররি 'ইবা-দিহি ওয়ামিন হামাযা-তিশ্‌শায়া-ত্বীনি ওয়া আন ইয়াহ্‌দুরূন।

বিশেষ দ্রষ্টব্যঃ এসব একদম বেসিক আমল, যা অবশ্যই করা উচিত। আর চেষ্টা করা উচিত হিসনুল মুসলিম অথবা মাসনুন আমল অ্যাপ থেকে এরপর আরও কিছু দোয়া পড়তে। কখনও নিজে পড়তে না পারলে অন্য কেউ পড়ে শোনাতে পারবে। মেয়েদের পিরিয়ডের সময়ে কোরআনের আয়াত ব্যতীত বাকিসব পড়া যাবে, আর কোরআন শোনা যাবে। কখনও হিফাজতের আমল করতে ভুলে গেলে, যখন মনে পড়বে তখনই করে ফেলুন। আরও আমলের ব্যাপারে জানতে হিসনুল মুসলিম অথবা মাসনুন আমল অ্যাপ ব্যবহার করতে পারেন। অ্যাপ ডাউনলোড লিংক- *http://bitly.com/masnun-app*

রুকইয়াহ বইয়ের মাসনুন আমল অনুচ্ছেদ থেকে এটা নেয়া হয়েছে। এব্যাপারে আরও জানতে আমাদের ওয়েবসাইটের লেখাগুলো দেখুন – *www.***assunnahealth.com**