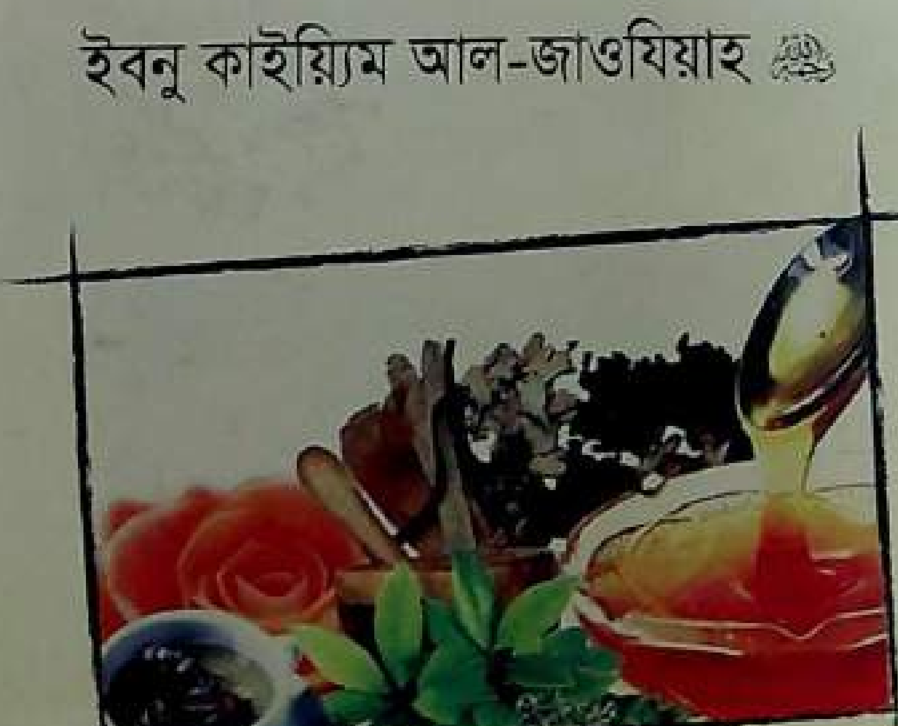
শারীরিক ও আত্মিক চিকিৎসায়

নববি পদ্ধতি

আত তিব্বুন নববি

সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম

ইবনু কাইয়্যিম আল-জাওযিয়াহ ﵀



MEDICINE of the PROPHET

আত-তিব্বুন নববি

সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম

ইমাম ইবনু কাইয়্যিম আল-জাওযিয়্যাহ রহ.

অনুবাদকমণ্ডলী :

মুফতি আবু সাআদ

মাওলানা মাহমুদ হাসান

মুফতি আবুল ওয়াফা শামসুদ্দিন আযহারী

মাওলানা মুহাম্মদ আমিন

মাওলানা ফখরুল ইসলাম

সম্পাদনা ও বিশ্লেষণ :

মুফতি আবুল ওয়াফা শামসুদ্দিন আযহারী

অনার্স ও মাস্টার্স : ইসলামিক ল্য, আল আযহার বিশ্ববিদ্যালয়, মিশর।

মাওলানা সদরুল আমীন সাকিব

লেখক, অনুবাদক, সম্পাদক

দারুল আরকাম

بسم الله الرحمن الرحيم

শুরু করছি পরম করুণাময় অসীম দয়ালু আল্লাহর নামে।

অর্পণ

আল্লাহর সর্বাধিক প্রিয় ও শ্রেষ্ঠ রাসুল

মুহাম্মাদ ﷺ-কে

যার জ্ঞান, বিচক্ষণতা, ইলম, হিলম ও হিকমার
কাছাকাছিও কেউ যেতে পারবে না।

সূচিপত্র

সম্পাদকের কথা -- ৩৩
আত-তিব্বুন নববি-এর সংকলন-- ৩৩
আত-তিব্বুন নববি গ্রন্থের সারকথা-- ৩৫
আত-তিব্বুন নববি গ্রন্থের কিছু বৈশিষ্ট্য -- ৩৬
গ্রন্থপাঠে সহায়ক সতর্কীকরণ--- ৩৬
প্রকাশকের কথা --- ৩৮
গ্রন্থকারের সংক্ষিপ্ত পরিচিতি-- ৪০

কুরআন-সুন্নাহয় রোগের আলোচনা : ৪৩—৭২

বিশ্বনবি ﷺ-এর চিকিৎসাপদ্ধতি -- ৪৪
রোগ (Diseases) দুই প্রকার-- ৪৪
কুরআনে কারিমে সন্দেহ ও সংশয় রোগের বর্ণনা -------------------------------- ৪৪
কুরআনে কারিমে অসৎ প্রবৃত্তি ও বিভ্রান্তিকর রোগের বর্ণনা ------------------ ৪৫
পরিচ্ছেদ-১ : অন্তর ও দেহের চিকিৎসা-- ৪৭
কুরআনে কারিমে শারীরিক রোগের বর্ণনা --- ৪৭
শারীরিক চিকিৎসার তিনটি মূলনীতি-- ৪৭
শরীরের জন্য ক্ষতিকর দশটি বিষয় --- ৪৮
রোগ প্রতিরোধে কুরআনে কারিমের নির্দেশনা-- ৪৯
রাসুল ﷺ-এর সুন্নায় চিকিৎসাবিজ্ঞানের আলোচনা------------------------------- ৫০
অন্তরের রোগ নিরাময়ে নির্দেশনা -- ৫০
অনুচ্ছেদ-১ : শারীরিক চিকিৎসার প্রকার-- ৫০
শারীরিক চিকিৎসা দুই প্রকার-- ৫০
সমজাতীয় রোগ ও প্রকারভেদ-- ৫২
সমজাতীয় রোগ আট প্রকার -- ৫২
শরীরের তিন অবস্থা --- ৫২
অনুচ্ছেদ-২ : রাসুল ﷺ-এর চিকিৎসা-নির্দেশনা-- ৫৪
রাসুল ﷺ একক উপাদানের ওষুধ ব্যবহার করতেন----------------------------------- ৫৪
রোগের চিকিৎসাপত্র গ্রহণে চিকিৎসকদের পরামর্শ----------------------------------- ৫৪
মানুষের খাবারের বিচারে চিকিৎসাপত্র ভিন্ন হয় ----------------------------------- ৫৫
রাসুল ﷺ সর্বকালের সর্বশ্রেষ্ঠ চিকিৎসক -- ৫৫

রাসুল ﷺ-এর চিকিৎসাপদ্ধতি দুটি ---------- ৫৭
অনুচ্ছেদ-৩ : প্রত্যেক রোগেরই চিকিৎসা আছে---------- ৫৮
হাদিসের ব্যাপক অর্থ উদ্দেশ্য নয় ---------- ৬০
আল্লাহ ছাড়া সৃষ্টির প্রতিটি বস্তুর প্রতিপক্ষ রয়েছে ---------- ৬১
চিকিৎসাসেবা গ্রহণ তাওয়াক্কুল ও তাকওয়ার পরিপন্থী নয় ---------- ৬১
চিকিৎসাকে অবহেলাকারীদের প্রতি পাল্টা প্রশ্ন---------- ৬২
অনুচ্ছেদ-৫ : পানাহারে রাসুল ﷺ-এর নির্দেশনা ---------- ৬৪
রোগ-ব্যাধির প্রকারভেদ ---------- ৬৫
খাদ্যের স্তর তিনটি---------- ৬৫
অনুচ্ছেদ-৬ : নববি চিকিৎসাপদ্ধতি ও প্রকারভেদ ---------- ৭১
রাসুল ﷺ-এর চিকিৎসাপদ্ধতি তিন প্রকার---------- ৭১

প্রথম ভাগ : প্রাকৃতিক ওষুধ দ্বারা চিকিৎসা গ্রহণ : ৭৩—২৫১

পরিচ্ছেদ-২ : জ্বরের চিকিৎসা ---------- ৭৪
জ্বরের চিকিৎসা---------- ৭৪
হাদিসের প্রয়োজনীয় বিশ্লেষণ ---------- ৭৪
অনুচ্ছেদ : জ্বর দুই প্রকার ---------- ৭৫
জ্বরের প্রকারভেদ---------- ৭৫
চোখপ্রদাহ ও অন্যান্য রোগ প্রতিরোধে জ্বরের ভূমিকা---------- ৭৬
হাদিসে বর্ণিত জ্বরের পরিচয় ---------- ৭৬
জ্বরের উৎপত্তি জাহান্নাম হওয়ার দুটি ব্যাখ্যা ---------- ৭৭
হাদিসের ব্যাকারণিক বিশ্লেষণ ---------- ৭৮
জ্বরে আক্রান্ত রুগিকে ঠান্ডা পানি দিয়ে চিকিৎসা করা ---------- ৭৯
জ্বর জাহান্নামের একটি টুকরা ---------- ৮০
জ্বরসহ যেকোনো রোগকে গালমন্দ নয় ---------- ৮১
জ্বর মানুষের অতীত পাপসমূহ মোচন করে---------- ৮২
সকালের ঠান্ডা পানির কার্যকারিতার জন্য করণীয় ---------- ৮৩
পরিচ্ছেদ-৩ : ডায়রিয়ার প্রতিকার ও মধুর উপকারিতা---------- ৮৪
মধুর বহুবিদ উপকারিতা---------- ৮৪
সুস্থতার জন্য মধু পানের প্রতি গুরুত্বারোপ ---------- ৮৬
মধুর ব্যবহারে কার্যকরী উপকারিতা লাভের উপায়---------- ৮৬
নববি চিকিৎসাপদ্ধতি যাদের জন্য পূর্ণ কার্যকরী হবে---------- ৮৮
অনুচ্ছেদ : মধু সকল রোগের মৌলিক ওষুধ---------- ৮৯
মধু সকল মানুষের আরোগ্য দানকারী ---------- ৮৯

আয়াতে কারিমার তাফসির ---------- ৮৯
পরিচ্ছেদ-৪ : প্লেগের চিকিৎসা ---------- ৯০
মহামারি প্লেগরোগের পরিচয় ---------- ৯০
চিকিৎসক ও ভাষাবিদগণের নিকট প্লেগরোগের ব্যাখ্যা ---------- ৯১
প্লেগরোগ সম্পর্কে গ্রন্থকারের মতামত ---------- ৯২
পবিত্রাত্মার মাধ্যমে প্রেতাত্মা প্রতিহতকরণ ---------- ৯৩
মাসনুন দুআ ও ঝাড়ফুঁকের বিশেষ ক্ষমতা ---------- ৯৩
কৃত্তিকা নক্ষত্রপুঞ্জের উদয় ও অস্ত যাওয়া ---------- ৯৫
অনুচ্ছেদ : মহামারি-আক্রান্ত এলাকায় যাতায়াত ---------- ৯৬
সংক্রমিত স্থানে প্রবেশ না করা ---------- ৯৬
সংক্রমিত স্থান থেকে প্রস্থান না করা ---------- ৯৬
মহামারির সময় অযথা বাইরে চলা-ফেরা না করা ---------- ৯৭
মহামারি সংক্রমিত এলাকায় প্রবেশে নিষেধাজ্ঞার কারণসমূহ ---------- ৯৮
সাহাবা রাযি.-এর যুগে শাম দেশে ছড়িয়ে পড়া মহামারি ---------- ৯৯
হযরত উমর রাযি.-এর পরামর্শ সভা ---------- ৯৯
সংক্রমিত স্থান ত্যাগে হযরত আবু উবাইদাহ রাযি.-এর আপত্তি ---------- ১০১
আপত্তির সমাধানে রাসুল ﷺ-এর হাদিস ---------- ১০১
পরিচ্ছেদ-৫ : শোথরোগের চিকিৎসা ও 'উরাইনাহ'-এর ঘটনা ---------- ১০২
শোথরোগের পরিচয়, প্রকারভেদ ও প্রতিকার ---------- ১০২
শোথরোগের জন্য কেন উটের দুধ ও মূত্র নির্ধারণ করা হলো? ---------- ১০৩
উটের দুধের উপকারিতা ---------- ১০৩
হাদিসের শিক্ষণীয় বিষয়সমূহ ---------- ১০৪
পরিচ্ছেদ-৬ : ক্ষত ও আঘাতের চিকিৎসা ---------- ১০৭
পরিচ্ছেদ-৭ : মধু, শিঙা ও দাগ দিয়ে চিকিৎসা ---------- ১০৮
বদহজম চার কারণে দেখা দেয় ---------- ১০৮
চিকিৎসার সর্বশেষ ব্যবস্থা 'আগুন দিয়ে দাগ দেওয়া' ---------- ১০৮
প্রেশার-সংক্রান্ত রোগ-ব্যাধি ---------- ১০৯
প্রেশার-সংক্রান্ত রোগে হিজামার ব্যবহার ---------- ১০৯
প্রেশার-সংক্রান্ত রোগে মধুর ব্যবহার ---------- ১০৯
প্রেশার-সংক্রান্ত রোগে দাগের ব্যবহার ---------- ১১০
পরিচ্ছেদ-৮ : চিকিৎসাব্যবস্থায় হিজামার গুরুত্ব ---------- ১১১
মেরাজের রাতে হিজামার নির্দেশ ---------- ১১১
হিজামা লাগানো ও অন্যকে লাগিয়ে পারিশ্রমিক গ্রহণ ---------- ১১১

অনুচ্ছেদ-১ : হিজামার কার্যকারিতা ও উপকারিতা ---------- ১১৩
হিজামা কখন করতে হবে? ---------- ১১৩
অঞ্চলভেদে হিজামা গ্রহণের সময়ের ভিন্নতা ---------- ১১৪
অনুচ্ছেদ-২ : গ্রীবার ছিদ্রে হিজামা ---------- ১১৬
গ্রীবার ছিদ্রে হিজামা যাদের নিকট অপছন্দনীয় ---------- ১১৭
আপত্তির জবাব ---------- ১১৭
অনুচ্ছেদ-৩ : থুতনির নিচে হিজামা ব্যবহারের উপকারিতা ---------- ১১৭
অনুচ্ছেদ-৪ : হিজামার সময়কাল ---------- ১১৮
হিজামার সময়কাল সতেরো, উনিশ ও একুশ ---------- ১১৮
নির্ধারিত দিনে হিজামা ব্যবহার সকল রোগের প্রতিষেধক ---------- ১১৮
রাসুলের হাদিস ও চিকিৎসকদের উক্তির মাঝে সামঞ্জস্যতা ---------- ১১৯
অনুচ্ছেদ-৫ : হিজামা করাতে দিন নির্ধারণ করা ---------- ১২০
অনুচ্ছেদ-৬ : মুহরিম ও সওম পালনকারীর জন্য হিজামা ---------- ১২২
মুহরিমের জন্য কি হিজামা লাগানো বৈধ? ---------- ১২২
সওম পালনকারীর হিজামা ---------- ১২২
সওম অবস্থায় নবিজির হিজামা ব্যবহারের কয়েকটি ব্যাখ্যা ---------- ১২৩
চুক্তি ছাড়াই চিকিৎসকের বিনিময় গ্রহণ ---------- ১২৪
পরিচ্ছেদ-৯ : রগকর্তন ও দাগ দেওয়া ---------- ১২৫
আঘাতপ্রাপ্ত স্থানে দাগানোর নির্দেশ ---------- ১২৫
রাসুল ﷺ নিজেই সাহাবা রাযি.-দের চিকিৎসাসেবা করতেন ---------- ১২৫
দাগ দেওয়ার ক্ষেত্রে অবকাশ দিয়েছেন ---------- ১২৫
দাগ দেওয়ার ওপর নিষেধাজ্ঞা আরোপ ---------- ১২৬
অনুমতি ও নিষেধাজ্ঞার মাঝে সমন্বয় ---------- ১২৬
দাগ দেওয়া-সংক্রান্ত হাদিস চার প্রকার ---------- ১২৭
পরিচ্ছেদ-১০ : মৃগীরোগের চিকিৎসা ---------- ১২৯
মৃগীরোগের কারণ ও প্রকারভেদ ---------- ১২৯
মৃগীরোগকে 'ইলাহি রোগ' নামকরণ ---------- ১৩০
মৃগী বা ইলাহি রোগের চিকিৎসাপদ্ধতি ---------- ১৩০
আমার শাইখ রহ.-এর মৃগীরোগের চিকিৎসা ---------- ১৩১
দুষ্ট আত্মা সমশ্রেণির ওপর ভর করে ---------- ১৩৩
এ প্রকার মৃগীর ব্যাপ্তি ও তার নিরাময়ে সক্ষম ব্যক্তি ---------- ১৩৩
অনুচ্ছেদ : দূষিত পদার্থ থেকে সৃষ্ট মৃগী ---------- ১৩৪
পরিচ্ছেদ-১১ : 'ইরকুন নাসা' বা সায়াটিকা নিরাময় ---------- ১৩৬

একক উপাদান বিশিষ্ট ওষুধ ও মিশ্র উপাদান বিশিষ্ট ওষুধ ---------------- ১৩৭
পরিচ্ছেদ-১২ : কোষ্ঠ-কাঠিন্যের চিকিৎসা ---------------------------- ১৩৮
সোনামুখী পাতার ব্যবহার -- ১৩৮
'শুবরুম'-এর পরিচয় ও ব্যবহার---------------------------------- ১৩৯
সানার পরিচয় ও তা ব্যবহারের উপকারিতা ------------------------ ১৩৯
সানুতের পরিচয় ও তা ব্যবহারের উপকারিতা ---------------------- ১৪০
পরিচ্ছেদ-১৩ : পাঁচড়া ও উকুনের চিকিৎসা ------------------------- ১৪১
১. ফিকহি পর্যালোচনা -- ১৪১
অসুস্থতার ক্ষেত্রে রেশমি কাপড় পরিধানের বিষয়ে মতামত ----------- ১৪১
রেশমি কাপড় অবৈধ হওয়ার কারণ -------------------------------- ১৪৩
২. চিকিৎসা বিষয়ক পর্যালোচনা --------------------------------- ১৪৪
উষ্ণতা-শীতলতা বিবেচনায় পোশাকের প্রকারভেদ -------------------- ১৪৪
রেশমি কাপড় হারাম করা হলো কেন?------------------------------- ১৪৫
পরিচ্ছেদ-১৪ : প্লুরিসির চিকিৎসা ------------------------------- ১৪৮
হাদিসে উল্লিখিত 'লাদুদ' শব্দের পরিচয় -------------------------- ১৫১
হাদিসের ভাষ্য থেকে একটি ফিকহি আলোচনা ---------------------- ১৫১
পরিচ্ছেদ-১৫ : মাথাব্যথার চিকিৎসা ----------------------------- ১৫২
মাথাব্যথার আরবি শব্দের ব্যাখ্যা-বিশ্লেষণ------------------------- ১৫২
মাথাব্যথা যেভাবে ঘটে -- ১৫২
মাথাব্যথার একাধিক উৎস --------------------------------------- ১৫৩
অনুচ্ছেদ-১ : 'শাকিকা' বা মাইগ্রেন সংক্রান্ত আলোচনা ------------- ১৫৪
অনুচ্ছেদ-২ : মাথাব্যথার চিকিৎসা ------------------------------- ১৫৫
অনুচ্ছেদ-১৬ : মেহেদির উপকারিতা ও বৈশিষ্ট্য--------------------- ১৫৬
চিকিৎসায় মেহেদির উপকারিতা ----------------------------------- ১৫৬
মেহেদির আরও কিছু বৈশিষ্ট্য------------------------------------- ১৫৬
পরিচ্ছেদ-১৭ : রোগীকে অপছন্দনীয় খাবার গ্রহণে বাধ্য না করা ----------- ১৫৮
যে কারণে খাবার গ্রহণে বাধ্য করা সমীচিন নয় ---------------------- ১৫৮
রোগীকে যেমন খাবার দেওয়া সমীচীন------------------------------ ১৫৯
রোগীর পক্ষে কীভাবে পানাহার ছাড়া থাকা সম্ভব হয়? ---------------- ১৬০
রোগীর আল্লাহ তাআলার অনুগ্রহ ও নৈকট্যলাভ ------------------- ১৬১
সূক্ষ্মতত্ত্ব বোঝার জন্য বিচক্ষণতা আবশ্যক ------------------------ ১৬২
পরিচ্ছেদ-১৮ : টনসিলের চিকিৎসা এবং নস্য ওষুধ প্রয়োগ ----------- ১৬৪
হাদিসের 'উযরা' শব্দের বিশ্লেষণ -------------------------------- ১৬৪

কুসতে হিন্দির ঔষধি উপকারিতা ---------- ১৬৫
কুসতে বাহরি ও সাউত-এর পরিচয় ---------- ১৬৫
পরিচ্ছেদ-১৯ : হৃদ্‌রোগের চিকিৎসা ---------- ১৬৭
হৃদ্‌রোগের চিকিৎসায় খেজুর ---------- ১৬৭
খেজুরের বৈশিষ্ট্য ও উপকারিতা ---------- ১৬৮
অঞ্চলভেদে ওষুধের কার্যকারিতা আলাদা ---------- ১৬৯
গাণিতিক সংখ্যা 'সাত'-এর পর্যালোচনা ---------- ১৬৯
মদিনার উৎপাদিত খেজুরের বৈশিষ্ট্য ---------- ১৭১
পরিচ্ছেদ-২০ : ওষুধ দ্বারা রোগীর উপকার লাভের শর্ত ---------- ১৭৩
ওষুধের প্রতি বিশ্বাস জরুরি ---------- ১৭৩
কুরআনে কারিমের মাধ্যমে আরোগ্য কিংবা রোগবৃদ্ধি ---------- ১৭৩
পরিচ্ছেদ-২১ : খাদ্য ও ফলমূলের ক্ষতিরোধ এবং তার পুষ্টিগুণ বৃদ্ধি ---------- ১৭৫
পরিচ্ছেদ-২২ : স্বাস্থ্যসুরক্ষায় খাদ্য সচেতনতা ---------- ১৭৭
সদ্য সুস্থ ব্যক্তিকে খাদ্যের ব্যাপারে সতর্ক হতে হবে কেন? ---------- ১৭৯
পরিচ্ছেদ-২৩ : স্বাস্থ্যের আগ্রহ অনুসারে খাবার গ্রহণ ---------- ১৮১
পরিচ্ছেদ-২৪ : স্থিরতা অবলম্বন এবং চঞ্চলতা ও রোগবৃদ্ধিকারক খাদ্য পরিহারের মাধ্যমে চক্ষুপ্রদাহের চিকিৎসা ---------- ১৮৩
চক্ষুপ্রদাহের কারণ ---------- ১৮৩
কীভাবে পাকস্থলী থেকে রোগ ছড়ায়? ---------- ১৮৩
চক্ষুপ্রদাহের সূক্ষ্মতত্ত্ব ও তার ওপর সহবাসের ক্ষতিকর প্রভাব ---------- ১৮৫
চক্ষুপ্রদাহের উপকারিতা ---------- ১৮৬
চক্ষুপ্রদাহের চিকিৎসা ---------- ১৮৬
পরিচ্ছেদ-২৫ : নারকোলেপসি বা তন্দ্রাচ্ছন্নতার চিকিৎসা ---------- ১৮৮
পরিচ্ছেদ-২৬ : মাছি-পতিত খাবার বিশুদ্ধকরণ এবং বিপরীত উপাদানের মাধ্যমে তার বিষ দূরীকরণ ---------- ১৮৯
ফিকহে ইসলামি ও চিকিৎসাবিজ্ঞানের ব্যাখ্যা ---------- ১৮৯
মৃত প্রাণীর হাড্ডি পবিত্র ---------- ১৯০
পরিচ্ছেদ-২৭ : পাঁচড়ার চিকিৎসা ---------- ১৯২
বচ ও পাঁচড়ার পরিচয় ---------- ১৯২
অনুচ্ছেদ : টিউমার ও ফোড়ার চিকিৎসায় অস্ত্রোপচার ---------- ১৯৩
টিউমারের অস্ত্রোপচার নিয়ে চিকিৎসকদের মতভিন্নতা ---------- ১৯৪
পরিচ্ছেদ-২৮ : অসুস্থদের মনখুশি ও মনোবল চাঙাকরণের মাধ্যমে চিকিৎসা - ১৯৫
সেবা-শুশ্রূষার প্রত্যক্ষ-পরোক্ষ উপকারিতা ---------- ১৯৫

অসুস্থ ব্যক্তির সাথে রাসুল ﷺ-এর সহমর্মী আচরণ---------------------- ১৯৬
পরিচ্ছেদ-২৯ : অনভ্যস্তের পরিবর্তে দেহের অভ্যস্ত ওষুধ ও খাদ্য দিয়ে চিকিৎসা করা ---------------- ১৯৭
পাকস্থলী সকল রোগের রাজ্য ---------------------------------- ১৯৮
চিকিৎসার ক্ষেত্রে অভ্যাসের প্রতি গুরুত্ব প্রদান ------------------------ ১৯৯
পরিচ্ছেদ-৩০ : অসুস্থ ব্যক্তিকে তার অভ্যস্ত সবচেয়ে সহজে হজমযোগ্য খাবার প্রদান-------------------২০০
তালবিনের পরিচয় ও গুণাগুণ --------------------------------- ২০১
যব আহারের দুটি পদ্ধতি ------------------------------------ ২০১
তালবিনা অসুস্থ ব্যক্তির পেরেশানি দূর করে -------------------------- ২০২
পরিচ্ছেদ-৩১ : খায়বারের ইহুদিদের প্রয়োগকৃত বিষক্রিয়ার চিকিৎসা --------২০৩
বিষে আক্রান্ত রোগীর চিকিৎসা --------------------------------২০৪
রাসুল ﷺ-এর শাহাদাতের মৃত্যু ---------------------------------২০৫
পরিচ্ছেদ-৩২ : রাসুল ﷺ-এর প্রতি ইয়াহুদিদের করা জাদুর চিকিৎসা -----২০৬
রাসুল ﷺ-এর জাদুতে আক্রান্ত হওয়া সত্য -------------------------- ২০৬
জাদুর চিকিৎসাপদ্ধতি -------------------------------------- ২০৭
অনুচ্ছেদ : কুরআনের আয়াত ও যিকির দ্বারা জাদুর চিকিৎসা ---------------- ২০৯
জাদুর প্রভাব যাদের ওপর বেশি কার্যকর হয় ------------------------- ২১০
নিজের দোষেই দুষ্ট আত্মার প্রভাব পড়ে ও জাদু ক্রিয়াশীল হয় --------------- ২১০
পরিচ্ছেদ-৩৩ : বমির মাধ্যমে পয়জন নিষ্কাষণ করা -------------------- ২১১
দেহ থেকে দূষিত পদার্থ নিষ্কাষণের পদ্ধতি ------------------------- ২১১
বমির প্রকারভেদ -- ২১২
বমির কারণাবলি -- ২১২
অনুচ্ছেদ-১ : বমি ও জোলাপের চিকিৎসার ক্ষেত্রে অধিক উপকারী অঞ্চল ও মৌসুম ---------------------- ২১৪
অনুচ্ছেদ-২ : বমির কিছু উপকারিতা ----------------------------- ২১৪
পরিচ্ছেদ-৩৪ : অধিক দক্ষ চিকিৎসকদের পরামর্শ নেওয়ার নির্দেশনা -------- ২১৬
রোগ ও প্রতিষেধক অবতীর্ণ করার ব্যাখ্যা--------------------------- ২১৬
পরীক্ষা ও জয়ী হওয়ার উপাদান প্রদান --------------------------- ২১৮
অনুচ্ছেদ-১ : অনভিজ্ঞ ব্যক্তির ভুল চিকিৎসায় জরিমানা করা---------------- ২১৯
হাদিসের শরয়ি পর্যালোচনা --------------------------------- ২১৯
অনুচ্ছেদ-২ : হাদিসের চিকিৎসা বিষয়ক পর্যালোচনা --------------------- ২২০
ভুল চিকিৎসায় অঙ্গ বিনষ্টকারী চিকিৎসকদের শ্রেণিবিন্যাস ---------------- ২২০

প্রথম প্রকার—অভিজ্ঞ চিকিৎসক ---------- ২২০
সংক্রমণের জরিমানায় ঐকমত্য ও মতভিন্নতা ---------- ২২১
অনুচ্ছেদ-৩ : দ্বিতীয় প্রকার—অনভিজ্ঞ চিকিৎসক ---------- ২২২
অনুচ্ছেদ-৪ : তৃতীয় প্রকার—বিজ্ঞ চিকিৎসকের ভুল চিকিৎসা ---------- ২২২
অনুচ্ছেদ-৫ : চতুর্থ প্রকার—বিজ্ঞ চিকিৎসকের গবেষণাগত ভুল চিকিৎসা---------- ২২৩
অনুচ্ছেদ-৬ : পঞ্চম প্রকার—বিজ্ঞ চিকিৎসকের অনুমতিহীন ভুল চিকিৎসা ---------- ২২৪
অনুচ্ছেদ-৭ : চিকিৎসকের পরিচয় ---------- ২২৪
অনুচ্ছেদ-৮ : অভিজ্ঞ চিকিৎসকের গুণাবলি ---------- ২২৫
অনুচ্ছেদ-৯ : রোগের স্তরের প্রতি চিকিৎসকের লক্ষ রাখা ---------- ২২৮
অনুচ্ছেদ-১০ : রোগ নিরাময়ে সহজতর পদ্ধতির ব্যবহার চিকিৎসকের দক্ষতার পরিচয় ---------- ২২৯
পরিচ্ছেদ-৩৫ : সংক্রামক রোগ ও রোগী থেকে সতর্ক থাকা ---------- ২৩১
কুষ্ঠরোগের পরিচয় ---------- ২৩১
কুষ্ঠ সংক্রামক ও বংশগত রোগ---------- ২৩২
সংক্রমণ বিস্তার ও অবিস্তার সম্পর্কিত হাদিসসমূহের দ্বন্দ্ব নিরসন ---------- ২৩৩
বিশুদ্ধ হাদিসসমূহের মাঝে প্রকৃত দ্বন্দ্ব হয় না এবং বাহ্যিক দ্বন্দ্বের কারণ---------- ২৩৩
পরস্পরবিরোধী বক্তব্যের সমাধানে ইবনু কুতাইবা রহ.-এর বিশ্লেষণ---------- ২৩৪
সংক্রমণের প্রকারভেদ---------- ২৩৫
হাদিসের ব্যাখ্যা ও সমন্বয়ে আরও কিছু অভিমত---------- ২৩৬
পরিচ্ছেদ-৩৬ : হারাম বস্তু দ্বারা চিকিৎসার নিষিদ্ধতা ---------- ২৪০
যুগপৎভাবে শরিয়ত ও বিবেকের দৃষ্টিতে হারাম বস্তুর ব্যবহার নিষিদ্ধ ---------- ২৪১
মদ ও অন্যান্য হারাম ওষুধের ক্ষতি ---------- ২৪২
পরিচ্ছেদ-৩৭ : মাথার উকুন দূর করার চিকিৎসা---------- ২৪৫
মাথায় উকুন হলে করণীয় ---------- ২৪৫
মাথায় ও শরীরে উকুন জন্ম নেয়---------- ২৪৫
উকুন তাড়ানোর সর্বোত্তম পদ্ধতি---------- ২৪৬
মাথা মুণ্ডানো তিন প্রকার ---------- ২৪৬
সর্বশ্রেষ্ঠ ইবাদত সালাতের বিকৃতি ---------- ২৪৮
দীর্ঘ আলোচনার দ্বারা উদ্দেশ্য ---------- ২৫০
তৃতীয় ভাগ : রুহানি তথা আধ্যাত্মিক চিকিৎসা : ২৫৩—৪১৪
পরিচ্ছেদ-৩৮ : বদনজরের চিকিৎসা---------- ২৫৪
সহিহ হাদিসের দ্বারা বদনজর প্রমাণিত ---------- ২৫৪
বদনজর প্রতিহত করার ক্ষেত্রে করণীয় ---------- ২৫৪

বদনজরকারীর বিশেষ অঙ্গ ধৌত করে পানি ব্যবহার ---------- ২৫৫
সুস্থতার জন্য বদনজরকারীর অজুর পানি ব্যবহার ---------- ২৫৬
সুস্থতার জন্য বদনজরকারীর গোসলের পানি ব্যবহার ---------- ২৫৬
বদনজরের প্রকারভেদ ---------- ২৫৭
বদনজর মানুষকে মৃত্যুর দিকে ঠেলে দেয় ---------- ২৫৭
বদনজর অস্বীকারকারী ভ্রান্ত দল ---------- ২৫৮
বস্তুর ক্রিয়া-প্রতিক্রিয়া ও উপকার-অপকারকে অস্বীকার ---------- ২৫৮
বদনজরকারী ব্যক্তিকে হিংসুকের সাথে তুলনা ---------- ২৫৯
বদনজরকারীকে সাপের সাথে তুলনা ---------- ২৫৯
কথাবার্তায় বদনজরের প্রভাব ---------- ২৬০
বদনজরকারী ব্যক্তিকে শাস্তি প্রয়োগ ---------- ২৬১
অনুচ্ছেদ-১ : বদনজরে আক্রান্ত ব্যক্তির নববি চিকিৎসা ---------- ২৬২
বদনজরের চিকিৎসার ক্ষেত্রে একাধিক নির্দেশনা ---------- ২৬২
তাআওউজাত ও ঝাড়ফুঁকের নির্দেশনা ---------- ২৬২
রাসুল ﷺ কর্তৃক বিশেষ তাআওউজাত ---------- ২৬২
অনুচ্ছে-২ : বদনজর থেকে তাৎক্ষণিক প্রতিকার ---------- ২৬৬
বদনজরের প্রথম প্রতিকার ---------- ২৬৬
বদ নজরের দ্বিতীয় প্রতিকার ---------- ২৬৬
বদ নজরের তৃতীয় প্রতিকার ---------- ২৬৭
বদনজরের চতুর্থ প্রতিকার ---------- ২৬৭
অনুচ্ছেদ-৩ : বদনজরের চিকিৎসা ---------- ২৬৯
বদনজরের পঞ্চম প্রতিকার ---------- ২৬৯
অভিনব চিকিৎসার রহস্য অনুদঘাটিত ---------- ২৬৯
বিশেষ অঙ্গ ধৌত করার রহস্য ---------- ২৭০
বদনজরে আক্রান্ত ব্যক্তির শরীরে পানি ঢালার রহস্য ---------- ২৭১
নবি-রাসুলের চিকিৎসা ও ফুটপাতের চিকিৎসার পার্থক্য ---------- ২৭১
অনুচ্ছেদ-৪ : বদনজরের ব্যাপারে বিশেষ সতর্কতা ---------- ২৭২
বদনজরের ষষ্ঠ প্রতিকার ---------- ২৭২
হযরত উসমান রাযি.-এর উক্তির শাব্দিক বিশ্লেষণ ---------- ২৭২
অনুচ্ছেদ-৫ : বদনজর সম্পর্কিত একটি ঘটনা ---------- ২৭৩
বদনজরের সপ্তম প্রতিকার ---------- ২৭৩
পরিচ্ছেদ-৩৯ : নববি পদ্ধতিতে আত্মিক চিকিৎসা ---------- ২৭৫
পরিচ্ছেদ-৪০ : সুরা ফাতিহার মাধ্যমে ঝাড়ফুঁক ---------- ২৭৭

ঝাড়ফুঁক করে বিনিময় গ্রহণ ও রাসুল ﷺ-এর সমর্থন ---- ২৭৭
শ্রেষ্ঠ ওষুধ কুরআনুল কারিম ---- ২৭৮
কুরআনে কারিম সকল রোগ হতে আরোগ্য দানকারী ---- ২৭৮
সুরা ফাতিহার বৈশিষ্ট্য ---- ২৭৯
সুরা ফাতিহার বিশেষ আয়াতে কারিমা ---- ২৮০
সুরা ফাতিহা পাঠে আরোগ্যলাভের অভিজ্ঞতা ---- ২৮০
অনুচ্ছেদ : সুরা ফাতিহার গুরুত্ব ও রহস্য ---- ২৮০
দংশনের মূল রহস্য ও প্রক্রিয়া ---- ২৮০
সাধারণ স্বীকৃত মূলনীতি ---- ২৮১
ফুঁকের ভিন্ন একটি রহস্য ---- ২৮১
পরিচ্ছেদ-৪১ : বিচ্ছু দংশনের চিকিৎসায় নববি নির্দেশনা ---- ২৮৩
সুরা ইখলাসের বৈশিষ্ট্য ---- ২৮৩
তাওহিদের তিনটি মৌলিক নীতি ---- ২৮৪
সুরা ফালাক ও নাস-এর বিশ্লেষণ ---- ২৮৪
প্রত্যেক সালাতের পরে সুরা ফালাক ও নাস পাঠের নির্দেশনা ---- ২৮৫
বিচ্ছুর দংশনে প্রাকৃতিক চিকিৎসার বর্ণনা ---- ২৮৬
বিচ্ছুর দংশন থেকে রক্ষার জন্য সকাল-সন্ধ্যার দুআ ---- ২৮৬
ইলাহি চিকিৎসা রোগের আগে-পরে উপকারে আসে ---- ২৮৬
সুরা ইখলাস, ফালাক ও নাস দিয়ে শরীর দম করা ---- ২৮৭
সকাল-সন্ধ্যা নিরাপদ থাকার দুআ ---- ২৮৭
সুরা বাকারার শেষ দুই আয়াত রাতের নিরাপত্তার জন্য যথেষ্ট ---- ২৮৭
নতুন কোনো স্থানে গমন ও অবস্থানকালীন দুআ ---- ২৮৮
সফর অবস্থায় রাত্রিযাপনের বিশেষ দুআ ---- ২৮৮
পরিচ্ছেদ-৪২ : ঝাড়ফুঁক সংক্রান্ত আলোচনা ---- ২৮৯
ফোঁড়া ও খুজলিতে ঝাড়ফুঁক ---- ২৮৯
পার্শ্ব 'ঘা' রোগের পরিচয় ---- ২৮৯
অনুচ্ছেদ-১ : সর্পদংশনে ঝাড়ফুঁকের বিধান ---- ২৯০
অনুচ্ছেদ-২ : জখম ও ফোড়ার ঝাড়ফুঁক ---- ২৯১
সহজ চিকিৎসা ও আর্দ্র মাটির কার্যকারিতা ---- ২৯১
আলোচিত হাদিসের প্রয়োজনীয় বিশ্লেষণ ---- ২৯২
আলেকজান্দ্রিয়ার মাটি ও জালিনুস-এর বক্তব্য ---- ২৯২
আল-কিতাবুল মাসিহি গ্রন্থকারের বক্তব্য ---- ২৯৩
অনুচ্ছেদ-৩ : ব্যথার চিকিৎসায় ঝাড়ফুঁক ---- ২৯৩

পরিচ্ছেদ-৪৩ : দুশ্চিন্তাগ্রস্তের জন্য নববি চিকিৎসা ---------- ২৯৫
বিপদ-আপদের সময় করণীয় কী? ---------- ২৯৫
বিপদে পতিত হলে যে দুআ পাঠ করতে হবে ---------- ২৯৫
শ্রেষ্ঠ মানুষের পরিচয় ---------- ৩০৫
অনুচ্ছেদ-১ : দুঃখ-কষ্ট ও পেরেশানি দূর করার আমল ---------- ৩০৬
অস্থিরতা দূর করার জন্য বিশেষ দুআ ---------- ৩০৬
বিপদগ্রস্ত ব্যক্তির জন্য বিশেষ দুআ ---------- ৩০৭
দুশ্চিন্তা দূর করার অন্যতম উপায় কুরআন তিলাওয়াত ---------- ৩০৭
হযরত ইউনুস আলাইহিস সালামের বিশেষ দুআ ---------- ৩০৮
হযরত আবু উমামাহ রাযি.-কে শেখানো বিশেষ দুআ ---------- ৩০৯
ইসতিগফারের আমল ---------- ৩০৯
ধৈর্যধারণ ও সালাতের আমল ---------- ৩১০
দুশ্চিন্তা দূরীকরণে জিহাদের ভূমিকা ---------- ৩১০
'লা হাওলা ওয়ালা কুউয়াতা ইল্লা বিল্লাহ'-এর আমল ---------- ৩১০
নিজেকে ইমান ও আমল দ্বারা পুনর্গঠন করা আবশ্যক ---------- ৩১১
অনুচ্ছেদ-২ : দুঃখ-কষ্ট ও পেরেশানির চিকিৎসা ---------- ৩১২
প্রতিটি অঙ্গের নির্ধারিত কাজ রয়েছে ---------- ৩১২
প্রকৃত অন্তর ও অন্তরের শক্তির উৎস ---------- ৩১২
দুর্বল অন্তরের প্রয়োজনীয় চিকিৎসা ---------- ৩১৩
অন্তরকে সুস্থ করে তোলার জন্য করণীয় ---------- ৩১৩
কুপ্রবৃত্তির প্ররোচণার কারণে যত সমস্যা দেখা দেয় ---------- ৩১৪
হাইয়ু ও কাইয়ুম-এর ব্যাখ্যা ও পর্যালোচনা ---------- ৩১৪
আল্লাহর নাম ওসিলা করে দুআ ও মুনাজাত ---------- ৩২০
হযরত ইউনুস আলাইহিস সালাম-এর দুআর পর্যালোচনা ---------- ৩২১
হযরত আবু উমামাহ রাযি.-এর হাদিসের বিশ্লেষণ ---------- ৩২১
রোগ প্রতিরোধ ও দুঃখ-কষ্ট দূরীকরণে সালাতের ভূমিকা ---------- ৩২২
বিজ্ঞানের ভাষায় সালাতের উপকারিতা ---------- ৩২৪
দুঃখ-কষ্ট দূরীকরণে জিহাদের ভূমিকা ---------- ৩২৪
লা হাওলা ওয়ালা কুওয়াতা-এর জিকির ---------- ৩২৫
পরিচ্ছেদ-৪৪ : ভয়-ভীতি ও নিদ্রাহীনতায় নববি চিকিৎসা ---------- ৩২৬
নিদ্রাহীনতা দূর করার বিশেষ দুআ ---------- ৩২৬
ভয়-ভীতিকালীন বিশেষ দুআ ---------- ৩২৬
লিখে তাবিজ হিসেবে গলায় রাখা যাবে ---------- ৩২৭

পরিচ্ছেদ-৪৫ : আগুন নেভানোর তদবির ---৩২৮
আগুন ও শয়তানের অভিন্ন মিল --৩২৮
শয়তানের কাজ অহংকার করা ও অন্যের ক্ষতি করা ----------------------------৩২৮
পরিচ্ছেদ-৪৬ : স্বাস্থ্য-সুরক্ষায় রাসুল ﷺ-এর নির্দেশনা -----------------------৩২৯
মানবদেহের আর্দ্রতা ও উষ্ণতা --৩২৯
চিকিৎসা গ্রহণের মূল কারণ --৩৩০
স্বাস্থ্য-সুরক্ষার মূলমন্ত্র --৩৩০
পরিচ্ছেদ-৪৭ : খাবার ও পানীয় গ্রহণে রাসুল ﷺ-এর নির্দেশনা ----------৩৩৪
রাসুল ﷺ-এর বিশেষ খাদ্যাভ্যাস ছিল না -----------------------------------৩৩৪
রাসুল ﷺ পানাহারের ক্ষেত্রে ভারসাম্য রক্ষা করতেন ----------------------৩৩৪
স্বাস্থ্য-সচেতনতায় অভ্যাস ও রুচিবোধের গুরুত্ব ----------------------------৩৩৫
রাসুল ﷺ কেমন গোশত পছন্দ করতেন? ------------------------------------৩৩৫
খাবার গ্রহণের ক্ষেত্রে পালনীয় মূলনীতি-----------------------------------৩৩৬
জবের রুটি ও ঝোল খাওয়ার অভ্যাস --৩৩৬
সুস্বাস্থ্যের জন্য মৌসুমি ফলমূল আহার করা আবশ্যক-----------------------৩৩৮
অনুচ্ছেদ-১ : রাসুল ﷺ যেভাবে খেতে বসতেন------------------------------৩৩৮
রাসুল ﷺ হেলান দিয়ে আহার করা অপছন্দ করতেন -----------------------৩৩৮
হেলান দিয়ে বসার ব্যাখ্যা ও বর্জনের কারণ -------------------------------৩৩৯
খাবার খাওয়ার উত্তম পদ্ধতি --৩৩৯
খাবার খাওয়ার ক্ষতিকর পদ্ধতি---৩৪০
অনুচ্ছেদ-২ : রাসুল ﷺ-এর আহার-পদ্ধতি ---------------------------------৩৪০
রাসুল ﷺ তিন আঙুল ব্যবহার করে আহার করতেন ------------------------৩৪০
পাঁচ আঙুল ব্যবহারে ক্ষতিকর দিক পর্যালোচনা --------------------------৩৪০
অনুচ্ছেদ-৩ : রাসুল ﷺ-এর খাদ্যদ্রব্য-------------------------------------৩৪১
একাধিক খাবার একত্রে গ্রহণের ক্ষেত্রে সতর্কতা অবলম্বন ----------------৩৪১
খাবার গ্রহণের ক্ষেত্রে সাধারণ নীতিমালা--------------------------------৩৪১
রাতে খাবার গ্রহণের সাথে সাথে না ঘুমানো ----------------------------৩৪২
পানি পান করার ক্ষেত্রে বিশেষ নির্দেশনা ------------------------------৩৪২
অনুচ্ছেদ-৪ : পানের ক্ষেত্রে রাসুল ﷺ-এর নির্দেশনা----------------------৩৪৩
সুস্বাস্থ্যের জন্য মধুর কার্যকরী ব্যবহার------------------------------------৩৪৩
ঠান্ডা পানির সাথে মিশ্রিত মধুর উপকারিতা------------------------------৩৪৩
পানি কি খাবারের প্রয়োজন পূরণ করে? -------------------------------------৩৪৪

প্রাণী ও উদ্ভিদের মাঝে যে সকল বিষয় মিল রয়েছে ----------------------৩৪৪
বাসি পানির উপকারিতা ----------------------৩৪৬
সুপেয় পানি কোন পাত্রে পাওয়া যায়? ----------------------৩৪৬
হাদিসের মাঝে সমন্বয় সাধন----------------------৩৪৭
অনুচ্ছেদ-৫ : পানি পান করার পদ্ধতি ----------------------৩৪৮
পানি বসে ও দাঁড়িয়ে পান করার ব্যাখ্যা ----------------------৩৪৮
দাঁড়িয়ে পানি পান করা অনুত্তম কেন? ----------------------৩৪৮
অনুচ্ছেদ-৬ : পানি পান করার মাঝে শ্বাস নেওয়ার হেকমত----------------------৩৪৯
স্বাস্থ্যকর ও তৃপ্তিদায়ক পদ্ধতিতে পানি পান ----------------------৩৪৯
নিশ্বাস ছেড়ে পানি পান করার রহস্য ----------------------৩৪৯
হাদিসে উল্লিখিত أَمْرَأُ শব্দের ব্যাখ্যা-বিশ্লেষণ ----------------------৩৫০
দ্রুত ও এক নিঃশ্বাসে পানি পান করার ক্ষতিকর দিক ----------------------৩৫১
অনুচ্ছেদ-৭ : খাবার ও পানপাত্র ঢেকে রাখা ----------------------৩৫২
পানি পান করার কিছু শিষ্টাচার ----------------------৩৫৩
অনুচ্ছেদ-৮ : পানি পানে সতর্কতা অবলম্বন----------------------৩৫৪
ভাঙা পাত্রে ও মগে পানি পান করা উচিত নয় ----------------------৩৫৪
খাওয়ার পানিতে ফুঁক দেওয়া অস্বাস্থ্যকর কাজ----------------------৩৫৫
হাদিসের সমন্বয়----------------------৩৫৫
অনুচ্ছেদ-৯ : রাসুল ﷺ-এর দুধ পানের পদ্ধতি ----------------------৩৫৬
দুধ পান করার বিশেষ উপকারিতা ----------------------৩৫৬
পশুর দুধের উপকারিতা ----------------------৩৫৬
খাবার গ্রহণ ও দুধ পানের বিশেষ দুআ ----------------------৩৫৬
অনুচ্ছেদ-১০ : নাবিজ পানের পদ্ধতি----------------------৩৫৭
নাবিজের পরিচয় ----------------------৩৫৭
পরিচ্ছেদ-৪৮ : পোশাক-পরিচ্ছদ ব্যবহারে রাসুল ﷺ-এর নির্দেশনা --------৩৫৮
রাসুল ﷺ-এর পোশাকের বিবরণ ----------------------৩৫৮
রাসুল ﷺ-এর জামার হাতা ----------------------৩৫৮
রাসুল ﷺ-এর লুঙ্গি পরিধান----------------------৩৫৮
রাসুল ﷺ-এর পাগড়ির বিবরণ ----------------------৩৫৮
পরিচ্ছেদ-৪৯ : বসবাসের ব্যাপারে রাসুল ﷺ-এর নির্দেশনা ----------------------৩৬০
পৃথিবীতে একজন মুসলিমের ঘর কেমন হবে? ----------------------৩৬০
পরিচ্ছেদ-৫০ : নিদ্রা যাওয়া এবং নিদ্রা হতে জাগ্রত হওয়া ----------------------৩৬১

রাসুল ﷺ যেভাবে নিদ্রায় যেতেন এবং জাগ্রত হতেন ---------- ৩৬১
অনুচ্ছেদ-১ : ঘুমের বাস্তবতা সম্পর্কে একটি পর্যালোচনা---------- ৩৬১
ঘুমের প্রকৃত বাস্তবতা ---------- ৩৬১
ঘুমের প্রকারভেদ ---------- ৩৬২
ঘুমের দুটি বড় উপকারিতা---------- ৩৬২
ঘুমানোর উত্তম পদ্ধতি---------- ৩৬২
দিনের ঘুম শরীরের জন্য নানা কারণে ক্ষতিকর ---------- ৩৬৩
ঘুমের পূর্বে দুআর বিশ্লেষণ ও পর্যালোচনা---------- ৩৬৬
অনুচ্ছেদ-২ : ঘুম থেকে জাগ্রত হওয়া ---------- ৩৬৮
পরিচ্ছেদ-৫১ : শারীরিক অনুশীলন ---------- ৩৬৯
কীভাবে শরীরে জ্যাম সৃষ্টি হয়?---------- ৩৬৯
শরীর চর্চার প্রয়োজনীয়তা ---------- ৩৬৯
কখন কীভাবে শরীরচর্চা করতে হবে?---------- ৩৭০
প্রত্যেক অঙ্গের জন্য আলাদা অনুশীলন ---------- ৩৭০
বিভিন্ন উপায় ও উপকরণ দিয়ে অনুশীলন---------- ৩৭০
আত্মার অনুশীলন ও করণীয় ---------- ৩৭০
শারীরিক সুস্থতা রক্ষায় সালাতের ভূমিকা ---------- ৩৭১
শারীরিক সুস্থতা রক্ষায় সওমের ভূমিকা---------- ৩৭২
শারীরিক সুস্থতা রক্ষায় জিহাদের ভূমিকা---------- ৩৭২
শারীরিক সুস্থতা রক্ষায় অন্যান্য কাজের ভূমিকা ---------- ৩৭২
পরিচ্ছেদ-৫২ : স্বামী-স্ত্রীর মিলন ---------- ৩৭৩
স্বামী-স্ত্রীর মিলনের রহস্য---------- ৩৭৩
স্বাভাবিক নিয়মে বীর্য বের না হওয়া ক্ষতিকর---------- ৩৭৩
যৌনমিলনের পূর্বে স্ত্রীর সাথে আচরণ---------- ৩৭৪
যৌনমিলনের পর পবিত্রতা অর্জনে করণীয় ---------- ৩৭৯
পবিত্রতা অর্জনের উপকারিতা ---------- ৩৭৯
অনুচ্ছেদ-১ : মিলনের সর্বোত্তম সময় ---------- ৩৮০
কোন নারীর সাথে যৌনমিলন আনন্দদায়ক? ---------- ৩৮০
অনুচ্ছেদ-২ : সহবাসের পদ্ধতি ও অন্যান্য বিষয়ে নির্দেশনা ---------- ৩৮১
সহবাসের উত্তম পদ্ধতি---------- ৩৮১
সহবাসের নিকৃষ্ট পদ্ধতি ---------- ৩৮২
অনুচ্ছেদ-৩ : নারীর পায়ুপথে যৌনাচার অবৈধ ---------- ৩৮৩
পায়ুপথে যৌনচারে সালাফদের নিষেধাজ্ঞা---------- ৩৮৪

সালাফদের বক্তব্য নিয়ে ভুল বোঝাবুঝি--৩৮৮
কুরআনে কারিমের সঠিক তাফসির--৩৮৯
পায়ুপথে যৌনাচার যুক্তির কষ্টিপাথরেও অবৈধ--৩৯০
পায়ুপথে যৌনাচার নর-নারী উভয়ের জন্য ক্ষতিকর --৩৯০
অনুচ্ছেদ-৪ : ক্ষতিকর যৌনমিলনের দিকগুলোর পর্যালোচনা --৩৯২
শরিয়তের দৃষ্টিতে নিষিদ্ধ যৌনাচার--৩৯২
প্রকৃতিগত নিষিদ্ধ যৌনাচার --৩৯৩
যৌনমিলনের সর্বোত্তম সময়--৩৯৩
পরিচ্ছেদ-৫৩ : প্রেমাসক্তি রোগের নববি চিকিৎসা --৩৯৪
কুরআনে কারিমে প্রেমাসক্তি রোগের বর্ণনা --৩৯৪
রাসুল ﷺ-এর ওপর মিথ্যাচার--৩৯৫
হযরত জয়নব ও জায়েদ রাযি.-এর প্রকৃত ঘটনা --৩৯৫
অনুচ্ছেদ-১ : আল্লাহ তাআলার প্রতি ভালোবাসা --৩৯৭
অবৈধ প্রেমাসক্তি দূর করার জন্য ইখলাস আবশ্যক--৩৯৭
প্রেমাসক্তি সৃষ্টির মূল রহস্য --৩৯৮
ভালোবাসা কয়েক প্রকারে বিভক্ত --৪০০
একদিক থেকে প্রেমাসক্তি--৪০১
অনুচ্ছেদ-২ : প্রেমরোগের চিকিৎসা --৪০২
প্রেমাসক্তি রোগের দুটি চিকিৎসা --৪০২
অনুচ্ছেদ-৩ : হতাশা ও সম্পর্ক ছিন্ন করা --৪০৩
প্রেমাসক্তি সম্পর্কীয় কল্পিত হাদিস --৪০৬
শাহাদাতের প্রকারভেদ --৪০৭
প্রেমাসক্তির 'ইশক' শব্দটি হাদিসে ব্যবহৃত হয়নি --৪০৮
প্রেমাসক্তির জাল হাদিস সম্পর্কে ইমামদের মন্তব্য--৪০৮
পরিচ্ছেদ-৫৩ : সুগন্ধি ব্যবহারে রাসুল ﷺ-এর নির্দেশনা --৪১১
পরিচ্ছেদ-৫৪ : চোখের সুস্থতা রক্ষায় রাসুল ﷺ নির্দেশনা--৪১৩
সুরমা চোখে কীভাবে ব্যবহার করবে? --৪১৩
সুরমা ব্যবহারের উপকারিতা ও প্রয়োজনীয়তা --৪১৪

চতুর্থ ভাগ : রাসুল ﷺ কর্তৃক
বর্ণিত বিভিন্ন ওষুধ ও খাবারের বর্ণনা : ৪১৫—৫৮০

পরিচ্ছেদ-৫৫ : বর্ণ (الهمزة) হামজা--৪১৬
ইসমিদ (إِثْمِدٌ) --৪১৬

উতরুজ (أترج) (Citron) -------- ৪১৬
উতরুজের খোসার উপকারিতা -------- ৪১৭
উতরুজের শাঁসের উপকারিতা -------- ৪১৭
উতরুজের অম্লত্ব বা অ্যাসিডিটি -------- ৪১৭
উতরুজের বীজ (بزر) -------- ৪১৮
চাউল (أرز) -------- ৪১৯
পাইনগাছ (أرز) -------- ৪২০
ইজখির বা লেবু ঘাস (الإذخر) -------- ৪২০
বর্ণ (الباء) বা -------- ৪২২
তরমুজ (البطيخ) -------- ৪২২
তাজা খেজুর (بلح) -------- ৪২৩
কাঁচা বা আধা-পাকা খেজুর (بسر) -------- ৪২৪
ডিম (بيض) -------- ৪২৫
পেঁয়াজ (بصل) -------- ৪২৬
পেঁয়াজের বিভিন্ন উপকারিতা -------- ৪২৬
পেঁয়াজের কিছু ক্ষতিকর দিক -------- ৪২৭
বেগুন (باذنجان) -------- ৪২৮
বেগুনের প্রকারভেদ ও আসল রহস্য -------- ৪২৮
বর্ণ (التاء) তা -------- ৪২৯
শুকনো খেজুর (Dried Dates) (تمر) -------- ৪২৯
ডুমুর ফল (تين)-(Figs) -------- ৪৩০
বার্লি (تلبينة) -------- ৪৩১
বর্ণ (الثاء) সা -------- ৪৩২
বরফ (ثلج) -------- ৪৩২
রসুন (ثوم) -------- ৪৩৩

চিকিৎসা-বিজ্ঞানে রসুনের উপকারিতা ---------------------------------৪৩৩
রসুনের অপকারিতা ---------------------------------৪৩৪
সারিদ (ثَرِيْد)-(Meat and Bread Dish) ---------------------------------৪৩৪
বর্ণ (الجيم) জিম ---------------------------------৪৩৬
খেজুর বৃক্ষের শাঁস (جُمَّار : قَلْبُ النَّخْلِ) (Palm Pith) ---------------------------------৪৩৬
পনির (جبن)-(Cheese) ---------------------------------৪৩৬
বর্ণ (الحاء) হা ---------------------------------৪৩৮
মেহেদি (حِنَّاءٌ) ---------------------------------৪৩৮
কালোজিরা (حبة السوداء)-(The Black Seed) ---------------------------------৪৩৮
রেশম (حرير)-(Silk) ---------------------------------৪৪১
হালিম বিজ (حُرْف)-(Cress) ---------------------------------৪৪১
হালিমের বিজের উপকারিতা ও ব্যবহার ---------------------------------৪৪২
মেথি (حُلبة)-(Fenugreek) ---------------------------------৪৪৩
মেথির উপকারিতা ও ব্যবহার ---------------------------------৪৪৩
বর্ণ (الخاء) খা ---------------------------------৪৪৫
রুটি (خبز) ---------------------------------৪৪৫
অনুচ্ছেদ : রুটি সম্পর্কে পর্যালোচনা ---------------------------------৪৪৭
সর্বোৎকৃষ্ট খাবার রুটি ---------------------------------৪৪৭
সর্বোত্তম গমের রুটি ---------------------------------৪৪৭
রুটি আহারের সর্বোত্তম সময় ---------------------------------৪৪৭
সিরকা (خل)-(Vinegar) ---------------------------------৪৪৮
খিলাল (Toothpick)-(خلال) ---------------------------------৪৪৯
বর্ণ (الدال) দাল ---------------------------------৪৫১
তেল (دهن)-(Fat or Grease) ---------------------------------৪৫১
জায়তুন তেলের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ---------------------------------৪৫১
ভায়োলেট তেল সম্পর্কে জাল হাদিস ---------------------------------৪৫২

আল-বান বা Moringa তেলের উপকারিতা---------------------------৪৫২
বর্ণ (الذال) জাল ---৪৫৪
জারিরা (ذَرِيْرَةٌ)-(Hemarthria or Arum) ---------------------৪৫৪
মাছি (ذُبَابٌ)-(Flies)---৪৫৪
স্বর্ণ (ذَهَبٌ)-(Gold) ---৪৫৪
স্বর্ণের বিশেষ বৈশিষ্ট্য ও উপকারিতা ---------------------------৪৫৫
স্বর্ণ সংরক্ষণের আকর্ষণ সবার মাঝে রয়েছে---------------------৪৫৬
বর্ণ (الراء) রা--৪৫৮
তাজা খেজুর (رطب)-(Ripe Dates) ---------------------------৪৫৮
সুগন্ধি (ريحان)-(Myrtle or Basil) --------------------------৪৫৯
রায়হান-এর পরিচয় --৪৬০
রায়হান সুগন্ধির উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি-------------------৪৬০
ডালিম (رُمَّانٌ)-(Pomegrante) -------------------------------৪৬২
ডালিমের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি--------------------------৪৬২
বর্ণ (الزاي) যা ---৪৬৪
জায়তুন (زَيْتٌ)-(Olive Oil)----------------------------------৪৬৪
জায়তুনের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ------------------------৪৬৪
মাখন (زبد)-(Butter) ---------------------------------------৪৬৫
মাখনের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি --------------------------৪৬৫
কিশমিশ (زبيب)-(Raisins) ---------------------------------৪৬৬
কিশমিশের গুণাগুণ ও ব্যবহার পদ্ধতি --------------------------৪৬৬
শুকনো আদা (زنجبيل)-(Ginger)-----------------------------৪৬৭
আদার উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি----------------------------৪৬৮
বর্ণ (السين) সিন---৪৬৯
সানা (سَنَا)-(Senna)---৪৬৯
সাফারজল (سَفَرْجَل)-(Quince)------------------------------৪৬৯

সাফারজলের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ----------------------------------৪৭০
মিসওয়াক (سواك) --৪৭১
কোন প্রকার গাছখণ্ড দিয়ে মিসওয়াক করতে হবে? -------------------------৪৭২
মিসওয়াক করার উপকারিতা ও উত্তম পদ্ধতি ----------------------------------৪৭২
সর্বদা মিসওয়াক করা মুস্তাহাব ---৪৭২
ঘি (سمن)-(Shortening)--৪৭৪
ঘি-এর উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ---৪৭৫
মাছ (سمك)-(Fish)---৪৭৫
মাছের প্রকারভেদ ও উপকারিতা--৪৭৫
সিলক (سلق)-(Chard) ---৪৭৭
সিলকের গুণাগুণ ও ব্যবহার পদ্ধতি ---৪৭৮
বর্ণ (الشين) শীন--**৪৭৯**
কালোজিরা (شونيز)-(The Black Seed) -----------------------------------৪৭৯
শুবরুম (شبرم)-(Euphorb) ---৪৭৯
শুবরুম-এর উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ----------------------------------৪৭৯
যব (شعير)-(Barley) --৪৮০
বার্লির নানা উপকারিতা ও ব্যবহারের পদ্ধতি --------------------------------৪৮০
ভুনা গোশত (شواء)-(Roasted Meat)-------------------------------------৪৮১
চর্বি (شحم)-(Fat or Grease) --৪৮২
বর্ণ (الصاد) সোয়াদ ---**৪৮৪**
সালাত (صلاة)-(The Formal Prayer)-------------------------------------৪৮৪
সালাতের উপকারিতা ও প্রয়োজনীয়তা ---------------------------------------৪৮৫
ধৈর্য (صبر)-(Patience) --৪৮৫
সবরের উপকারিতা ও গুরুত্ব---৪৮৬
সবরের জীবন শ্রেষ্ঠ জীবন --৪৮৬
ঘৃতকুমারী (صَبِر)-(Aloe) --৪৮৭
সওম (صوم)-(Fasting) --৪৮৮

সওম পালনের উপকারিতা ও প্রয়োজনীয়তা ---------- ৪৮৮
বর্ণ (الضَّادِ) দোআদ ---------- ৪৯০
দব (ضَبٌّ)-(Lizards) ---------- ৪৯০
ব্যাঙ (ضِفْدَعٌ)-(Frog) ---------- ৪৯০
বর্ণ (الطَّاء) ত্বোয়া ---------- ৪৯১
সুগন্ধি (طِيبٌ)-(Perfume) ---------- ৪৯১
মাটি (طين)-(Clay or Argil) ---------- ৪৯২
কলা (طلح)-(Banana or Acacia) ---------- ৪৯২
কলার উপকারিতা ---------- ৪৯৩
খেজুরগাছের শিষ বা গুচ্ছ (طلع) ---------- ৪৯৩
বর্ণ (الْعَيْن) আইন ---------- ৪৯৫
আঙুর (عِنَبٌ)-(Grapes) ---------- ৪৯৫
মধু (عسل)-(Honey) ---------- ৪৯৬
আজওয়া (عجوة)-(Pressed or Dried dates) ---------- ৪৯৬
আম্বর (عنبر)-(Ambergris; Whale) ---------- ৪৯৭
আম্বর সুগন্ধি ---------- ৪৯৮
আগর (عود)-(Indian Aloe Tree) ---------- ৪৯৯
মসুর ডাল (عدس)-(Lentils) ---------- ৫০০
বর্ণ (الْغَيْن) গাইন ---------- ৫০২
বৃষ্টি (غَيْثٌ)-(Rain) ---------- ৫০২
বর্ণ (الْفَاء) ফা ---------- ৫০৩
কুরআনের সূচনা (فَاتِحَةُ الْكِتَابِ) ---------- ৫০৩
সুরা ফাতিহা পাঠ করে ঝাড়ফুঁক ---------- ৫০৩
সুরা ফাতিহা সকল কুসংস্কার প্রত্যাখ্যান করেছে ---------- ৫০৪
মেহেদিগাছের মুকুল (فاغية)-(Henna Blossom) ---------- ৫০৫

রৌপ্য (فضة)-(Silver) --৫০৬
রুপার মালিকগণ পৃথিবীতে সৌভাগ্যবান----------------------------৫০৭
রুপার উপকারিতা ও প্রয়োজনীয়তা ------------------------------৫০৭
রুপা নিষিদ্ধ হওয়ার বিষয়ে মানুষের বিভ্রান্তি----------------------------৫০৮
বর্ণ (القاف) ক্বাফ --**৫০৯**
কুরআন (قُرْآن) --৫০৯
কুরআনের মাধ্যমে আরোগ্য অর্জন ------------------------------৫০৯
কাঁকড়ি (قِثَّاءٌ)-(Cucumber) ---------------------------------৫১১
কাঁকড়ির উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ----------------------------৫১২
কুসত (قُسْطٌ وَكُسْتٌ)-(Costus) ---------------------------------৫১২
আখ (قصب السكر)-(Sugarcane) ----------------------------------৫১৪
আখের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ---------------------------------৫১৪
বর্ণ (الكاف) কাফ--**৫১৬**
জ্বরের চিকিসা (كِتَابٌ لِلْحُمَّى) ------------------------------------৫১৬
সন্তান প্রসবের আমল-১ (كِتَابٌ لِعُسْرِ الْوِلَادَةِ) ---------------------৫১৭
সন্তান প্রসবের আমল-২ (عُسْر)----------------------------------৫১৮
নাক দিয়ে রক্ত পড়া বন্দের আমল-১ (كِتَابٌ لِلرُّعَافِ) -----------------৫১৮
নাক দিয়ে রক্ত পড়া বন্দের আমল-২ ---------------------------------৫১৯
চর্মরোগীদের জন্য আমল-১ (كِتَابٌ لِلْحَزَازِ) ------------------------৫১৯
চর্মরোগীদের জন্য আমল-২---৫১৯
তিন দিনের জ্বর দূর করার আমল (كِتَابٌ آخَرُ لِلْحُمَّى الْمُثَلَّثَةِ)-------------৫২০
সায়টিকা রোগের জন্য আমল (كِتَابٌ آخَرُ لِعِرْقِ النَّسَاءِ) -------------৫২০
বাতজ্বরের জন্য আমল (كِتَابٌ لِعِرْقِ الضَّارِبِ) ----------------------৫২০
দাঁতব্যথা দূর করার আমল (كِتَابٌ لِوَجَعِ الضِّرْسِ) ----------------------৫২১
ফোড়ার চিকিৎসা (كِتَابٌ لِلْخُرَّاجِ) ----------------------------------৫২১

মাশরুম (اَلْكَمْأَةُ)-(Truffes) -- ৫২২
মাশরুমের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি -- ৫২২
মাশরুমের ক্ষতিকর দিকগুলো পর্যালোচনা -- ৫২৪
পৃথিবীতে বিদ্যমান সমস্যাগুলো সৃষ্টিলগ্ন হতেই -- ৫২৪
আল্লাহর পূর্ণাঙ্গ প্রজ্ঞা প্রকাশের জন্য পৃথিবীতে পরিবর্তন -- ৫২৬
পীলুফল (كَبَاثٌ)-(Arak Tree Fruit) -- ৫২৭
কাতাম (كَتَمٌ)-(Katam) -- ৫২৮
এর উত্তর দুইভাবে দেওয়া যায় -- ৫৩০
আঙুরের গাছ (كَرْمٌ)-(Which is the grapevine) -- ৫৩১
আঙুরের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি -- ৫৩২
পাথুনি শাক (كَرَفْسٌ)-(Celery) -- ৫৩২
পাথুনি শাকের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি -- ৫৩৩
পেঁয়াজ-পাতা (كُرَاثٌ)-(Leek) -- ৫৩৩
পেঁয়াজ-পাতার উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি -- ৫৩৩
বর্ণ (اللَّام) লাম -- ৫৩৫
গোশত (لَحْمٌ)-(Meat) -- ৫৩৫
মেষশাবকের গোশত (لَحْمُ الضَّأْنِ)-(The meat of the lamb) -- ৫৩৭
প্রাণীর যে অংশ খেতে রাসুল পছন্দ করতেন -- ৫৩৭
বকরির গোশত (لَحْمُ الْمَعْزِ)-(Goat Meat) -- ৫৩৮
বকরির বাচ্চার গোশত (لَحْمُ الْجَدْيِ)-(Goat's meat) -- ৫৩৯
গাভির গোশত (لَحْمُ الْبَقَرِ)- (Beef) -- ৫৩৯
ঘোড়ার গোশত (لَحْمُ الْفَرَسِ)-(Horse Meat) -- ৫৩৯
ঘোড়া ও গাধার গোশত আহার করা বৈধ কি না? -- ৫৩৯
উটের গোশত (لَحْمُ الْجَمَلِ)-(Camel Meat) -- ৫৪০
উটের বাচ্চার গোশতে আলাদা স্বাদ -- ৫৪১
উটের গোশত আহার করলে অজু করতে হবে? -- ৫৪১
দবের গোশত (لَحْمُ الضَّبِّ)-(Dhabb Meat) -- ৫৪৩

হরিণশাবকের গোশত (لَحْمُ الْغَزَالِ)-(Gazelle Meat) ----------------৫৪৩
হরিণের গোশত (لَحْمُ الظَّبْيِ)-(Antelope Meat)----------------------৫৪৩
খরগোশের গোশত (لَحْمُ الْأَرْنَبِ)-(Rabbit Meat)----------------------৫৪৩
জেব্রার গোশত (لَحْمُ حِمَارِ الْوَحْشِ)-(Zebra Meat)--------------------৫৪৪
গর্ভস্থিত বাচ্চার গোশত --৫৪৪
জবাইকৃত পশুর পেটের বাচ্চা জীবিত থাকলে খাওয়া বৈধ ----------------------৫৪৫
শুকনো গোশত (لَحْمُ الْقَدِيْدِ)-(Dried Meat) -------------------------৫৪৫
অনুচ্ছেদ : পাখির গোশতের বর্ণনা --৫৪৬
পাখির প্রকারভেদ ও পরিচিতি---৫৪৬
মুরগির গোশত (لَحْمُ الدَّجَاجِ)-(Chicken Meat) ---------------------৫৪৭
মোরগের গোশত (لَحْمُ الدِّيْكِ) -(Cock Meat) -------------------------৫৪৭
তিতির পাখির গোশত (لَحْمُ الدُّرَّاجِ)-(Francolin Meat) ---------------৫৪৮
চকোর পাখির গোশত (لَحْمُ الْحَجَلِ)-(Partridge Meat) ----------------৫৪৮
রাজহাঁসের গোশত (لَحْمُ الْإِوَزِّ)-(Goose Meat)------------------------৫৪৮
পাতি হাঁসের গোশত (لَحْمُ الْبَطِّ)-(Duck Meat)------------------------৫৪৮
হুবারা পাখির গোশত (لَحْمُ الْحُبَارَى)-(Chlamydotis)-----------------৫৪৮
সারস পাখির গোশত (لَحْمُ الْكُرْكِيِّ)-(Common Crane Meat)--------৫৪৯
চড়ুই ও লার্কস পাখির গোশত (لَحْمُ الْعَصَافِيْرِ وَالْقَنَابِرِ)-(Lark Meat) ---৫৪৯
কবুতরের গোশত (لَحْمُ الْحَمَامِ)-(Pigeon Meat) -----------------------৫৫০
কতা পাখির গোশত (لَحْمُ الْقَطَا)-(Sand Grouse Meat)--------------৫৫১
কোয়েল পাখির গোশত (لَحْمُ السُّمَانَى)-(Quail Meat) ----------------৫৫১
পঙ্গপালের গোশত (لَحْمُ الْجَرَادِ)-(Locust Meat)----------------------৫৫১
পঙ্গপালের পরিচয় ও উপকারিতা ---৫৫২
সর্বদা গোশত খাওয়ার ক্ষতি প্রসঙ্গে ---------------------------------------৫৫২
গোশত আহারের ব্যাপারে উমর রাযি.-এর সতর্কতা --------------------------৫৫২

অনুচ্ছেদ : দুধ (لبن)-(Milk)----------৫৫৩
দুধের উপকারিতা ও প্রয়োজনীয়তা----------৫৫৩
সর্বোত্তম দুধ ও তার কার্যকারিতা ----------৫৫৪
মেষের দুধ (لبن الضأنِ)-(Lamb Milk) ----------৫৫৫
ছাগলের দুধ (لبن المَعزِ)-(Goat Milk) ----------৫৫৫
গাভির দুধ (لبن البَقرِ)-(Cow Milk) ----------৫৫৫
উটনীর দুধ (لبن الإبِلِ)-(Camel Milk) ----------৫৫৬
লোবান (لُبانٌ)-(Luban) ----------৫৫৬
লোবানের উপকারিতা ও ব্যবহার ----------৫৫৬
ভুলে যাওয়া রোগ ও চিকিৎসা ----------৫৫৭
লোবানের উপকারিতা ----------৫৫৭
বর্ণ (المِيم) : মিম ----------৫৫৮
পানি (مَاءٌ)-(Water) ----------৫৫৮
পানির প্রকৃতি, উপাদান ও পরিচিতি ----------৫৫৮
পানির গুণগত মান নির্ণয় ----------৫৫৮
বরফ ও শিলার পানি (مَاءُ الثَّلجِ وَالبَرَدِ) ----------৫৬১
কূপ ও নালার পানি (مَاءُ الآبَارِ وَالقُنِيِّ) ----------৫৬১
জমজমের পানি (مَاءُ زَمزَمَ) ----------৫৬২
সকল রোগে আরোগ্য দানকারী----------৫৬২
জমজমের পানি দ্বারা রোগমুক্তির ঘটনা ----------৫৬৩
নীল নদের পানি (مَاءُ النِّيلِ) ----------৫৬৩
সমুদ্রের পানি (مَاءُ البَحرِ)-(Sea water) ----------৫৬৪
সাগরের পানির উপকারিতা ----------৫৬৪
সাগরের পানি ব্যবহার-উপযোগী করার পদ্ধতি ----------৫৬৫
মেশক (مسك)-(Misk or Muk)----------৫৬৫
অরিগানো বা মার্জোরাম (مَرزَنجُوش)-(Marjoram) ----------৫৬৬

লবণ (ملح)-(Salt) ---------- ৫৬৭
লবণের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ---------- ৫৬৮
বর্ণ (النُّون) নুন ---------- ৫৬৯
খেজুর (نَخْلٌ)-(Date Palm) ---------- ৫৬৯
হাদিসের শিক্ষা ---------- ৫৭০
খেজুর ও আঙুরগাছের মাঝে শ্রেষ্ঠত্ব ---------- ৫৭১
নারগিস (نرجس)-(Narcissus) ---------- ৫৭১
নারগিস ফুলের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ---------- ৫৭১
চুনাপাথর (نورة)-(Slaked lime) ---------- ৫৭২
বরই (نبق)-(Buckthorn) ---------- ৫৭৩
বরইফলের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ---------- ৫৭৩
বর্ণ (الهاء) হা ---------- ৫৭৪
ড্যান্ডেলিয়ন (هِنْدَبَا)-(Dandelion) ---------- ৫৭৪
ড্যান্ডেলিয়ন বা হিন্দাবার পরিচয়, উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ---------- ৫৭৪
বর্ণ (الواو) ওয়াও ---------- ৫৭৬
ওয়ারস (وَرْسٌ)-(Ceylon Cornel Tree) ---------- ৫৭৬
ওয়ারস-এর পরিচয়, উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ---------- ৫৭৬
ওয়াসমা ((وَسْمَةٌ)-(Woad) ---------- ৫৭৭
বর্ণ (الياء) ইয়া ---------- ৫৭৮
লাউ (يَقْطِينٌ)-(Gourd) ---------- ৫৭৮
ইয়াকতিন দ্বারা কদুগাছ উদ্দেশ্য ---------- ৫৭৮
ইয়াকতিনের উপকারিতা ও ব্যবহার পদ্ধতি ---------- ৫৭৯
চতুর্থ ভাগ : উপকারী দিক-নির্দেশনা : ৫৮১-৫৯৪
পরিচ্ছেদ-৫৬ : রোগের প্রতিকার ও কিছু উপকারী নির্দেশনা ---------- ৫৮২
পরিচ্ছেদ-৫৭ : জ্ঞানী ও দক্ষ চিকিৎসকদের পরামর্শ ---------- ৫৮৩
ইবনু বুখতাইশু-এর নির্দেশনাবলি ---------- ৫৮৩
বুকরাতের নির্দেশনাবলি ---------- ৫৮৩
শারীরিক সুস্থতার জন্য করণীয় ---------- ৫৮৪

চিকিৎসক হারিছ-এর নির্দেশনাবলি ---------- ৫৮৪
রাজার জন্য চিকিৎসকের পরামর্শ ---------- ৫৮৫
ইমাম শাফেয়ি রহ.-এর নির্দেশনাবলি ---------- ৫৮৫
যে পাঁচটি জিনিস মানুষের জন্য মারাত্মক ক্ষতিকর ---------- ৫৮৬
খলিফা মামুনুর রশিদ-এর ব্যক্তিগত চিকিৎসকের পরামর্শ ---------- ৫৮৬
হিপোক্রেটিসের একটি মূল্যবান বাণী ---------- ৫৮৬
জালিনুস-এর সুস্থতার রহস্য ---------- ৫৮৭
অনুচ্ছেদ-১ : যে সকল কাজ দেহকে রোগাক্রান্ত করে ---------- ৫৮৭
সহবাসের উত্তম সময় ---------- ৫৮৭
অনুচ্ছেদ-২ : অতিরিক্ত পানাহার স্বাস্থ্য-সুরক্ষার অন্তরায় ---------- ৫৮৮
অনুচ্ছেদ-৩ : স্বাস্থ্যের জন্য উপকারী ও ক্ষতিকর জিনিস ---------- ৫৮৯
চারটি বিষয় সুস্বাস্থ্যের জন্য ক্ষতিকর ---------- ৫৮৯
চারটি জিনিস প্রফুল্লতা সৃষ্টিকারী ---------- ৫৮৯
চারটি জিনিস দৃষ্টিশক্তি হ্রাস করে ---------- ৫৮৯
চারটি জিনিস দেহ শক্তিশালী করে ---------- ৫৮৯
চারটি জিনিস চেহারার সৌন্দর্য নষ্ট করে ---------- ৫৯০
চারটি জিনিস চেহারার সৌন্দর্য বৃদ্ধি করে ---------- ৫৯০
চারটি জিনিস মানুষের প্রতি ঘৃণা সৃষ্টি করে ---------- ৫৯০
চারটি জিনিস রিজিক নিয়ে আসে ---------- ৫৯০
চারটি জিনিস রিজিকের বরকত উঠিয়ে দেয় ---------- ৫৯০
চারটি জিনিস বোধশক্তি ও স্মরণশক্তি হ্রাস করে ---------- ৫৯০
চারটি জিনিস বোধশক্তি ও স্মরণশক্তি বৃদ্ধি করে ---------- ৫৯১
যে কারণে মস্তিষ্ক ও বোধশক্তি ক্ষতিগ্রস্ত হয় ---------- ৫৯১
পরিচ্ছেদ-৫৮ : নববি চিকিৎসার গুরুত্ব ও তাৎপর্য ---------- ৫৯২
নববি চিকিৎসা ও সাধারণ চিকিৎসা ---------- ৫৯২
চিকিৎসাবিজ্ঞানের সাথে নববি নির্দেশনার সম্পর্ক ---------- ৫৯২
মুসলমান জ্ঞান-বিজ্ঞান ও বিচক্ষণতায় শ্রেষ্ঠ জাতি ---------- ৫৯৪

সম্পাদকের কথা

মুসলিম মনীষীদের অবদানকে পুঁজি করেই আজকের আধুনিক পৃথিবী সর্বাঙ্গে পূর্ণাঙ্গতা লাভ করেছে। এ কথা গবেষক মাত্রই অবগত এবং সত্যানুসন্ধানীদের নিকট স্বীকৃত। মহাকাশ গবেষণা, পৃথিবীর বুকে নানা প্রয়োজনীয় আধুনিক আবিষ্কার, শিক্ষা, সভ্যতা ও সংস্কৃতি প্রভৃতি ক্ষেত্রে মুসলিমদের অবিস্মরণীয় অবদান রয়েছে।

চিকিৎসা-বিজ্ঞানেও এর ব্যতিক্রম নয়। মুসলিমগণ চিকিৎসা-বিজ্ঞানে যুগের শ্রেষ্ঠত্বের মর্যাদা অর্জন করেছেন। বিশেষত সোনালি অতীতগুলোতে অন্যান্য জ্ঞান-বিজ্ঞানের পাশাপাশি চিকিৎসা-বিজ্ঞানে মুসলিমগণ প্রভূত উন্নতি সাধন করেছেন। চিকিৎসা-বিজ্ঞানকে তারা শুধু গবেষণার মাঝে সীমাবদ্ধ রাখেননি। যেমন তারা গবেষণাগুলো লিপিবদ্ধ করে পরবর্তী প্রজন্মের কাছে পৌঁছে দিয়েছেন, তেমনি তাদের সমকালীন প্রয়োজন পূরণের জন্য মুসলিম অধ্যুষিত এলাকাগুলোতে চিকিৎসালয় (ল্যাব) প্রতিষ্ঠা করেছেন। বাগদাদ, মিশর, দামেশক ও স্পেন প্রভৃতি দেশের একাধিক স্থানে এই প্রাচীন ল্যাব প্রতিষ্ঠা করা হয়। অধিকাংশ স্থানে এই গবেষণাগারের নাম ছিল 'বাইতুল হিকমাহ'। এই বাইতুল হিকমাহ-কে কেন্দ্র করে মুসলিমদের চিকিৎসাবিজ্ঞানের গবেষণা ছড়িয়ে পড়েছিল সুদূর ইউরোপ পর্যন্ত।

মুসলিম গবেষক, ভাষাবিদ ও চিকিৎসা-বিশেষজ্ঞ আবু আলি ইবনু সিনা রহ.-এর '*আল-কানুন ফিত তিব্ব*' ও '*আশ-শিফা*' গ্রন্থদ্বয় তৎকালীন বিশ্বের মানুষের কাছে এতটাই সমাদৃত হয়েছিল যে, গ্রন্থ দুটি ইউরোপের গবেষণাগার ও বিদ্যালয়ের পাঠ্যতালিকায় অন্তর্ভুক্ত করা হয়। আজও তাদের রেফারেন্স বুকগুলোতে ইবনু সিনার উদ্ধৃতি পাওয়া যায়। অনুরূপ ইমাম ইবনু আবি আসিম চিকিৎসাবিজ্ঞানের ওপর বিশেষ গ্রন্থ রচনা করেছেন। তাঁর গ্রন্থের নাম হলো, '*আত-তিব্ব ওয়াল আমরাদ*'। চিকিৎসা-বিজ্ঞানে এ ছাড়াও অসংখ্য গবেষণামূলক গ্রন্থে মুসলিমদের স্মরণীয় অবদান ছড়িয়ে আছে।

আত-তিব্বুন নববি-এর সংকলন

চিকিৎসার ক্ষেত্রে আত-তিব্বুন নববি বা আল-ইলাজুল মুহাম্মাদি হলো শ্রেষ্ঠতম ও উপকারী চিকিৎসা। তিব্বুন নববি সম্পর্কে একজন মুসলিম-মুমিনের এই বিশ্বাস থাকা আবশ্যক। এ ব্যাপারে কোনো সন্দেহ করার সুযোগ নেই।

মুসলিমগণ যুগে যুগে এই তিব্বুন নববি বা রাসুল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম থেকে বর্ণিত চিকিৎসাপদ্ধতি দিয়ে উপকৃত হয়েছেন। তিব্বুন নববি দ্বারা উদ্দেশ্য হলো, রাসুল সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়া সাল্লাম থেকে বিশুদ্ধ সূত্রে বর্ণিত হওয়া সকল প্রকার চিকিৎসাপদ্ধতি ও সূত্র।

প্রত্যেক যুগের হাদিসবিশারদগণ তাদের সংকলিত হাদিসগ্রন্থে নিজ নিজ সূত্রে 'তিব্বুন নববি' বর্ণনা করেছেন। এর ধারাবাহিকতায় ইমাম মালিক, বুখারি, মুসলিম, আবু দাউদ, তিরমিযি, নাসায়ি, ইবনু মাজাহ ও অন্যান্যরা তাদের সংকলিত হাদিসগ্রন্থে 'কিতাবুত তিব্ব' নামক একটি আলাদা অধ্যায় সংকলন করেছেন।

'আত-তিব্বুন নববি'-এর বিষয়ে অনেকে আলাদা গ্রন্থ রচনা করেছেন। এসব গ্রন্থে তিব্বুন নববি সম্পর্কে বিশেষভাবে ও বিস্তারিত আলোচনা করা হয়েছে। পাশাপাশি স্থান পেয়েছে প্রত্যেক যুগের সমকালীন চিকিৎসাবিদ্যা-সংক্রান্ত আলোচনা। তিব্বুন নববি সম্পর্কে যে সকল গ্রন্থে বিশেষভাবে আলোচনা ও বিশ্লেষণ স্থান পেয়েছে, সেগুলোর মধ্যে অন্যতম হলো,

১. আত-তিব্বুন নববি, ইমাম আবু বকর ইবনুস সুন্নি রহ. (মৃত. ৩৪৬হি.),

২. আত-তিব্বুন নববি, ইমাম আবু নুয়াইম আহমাদ ইসপাহানি রহ. (মৃত.৪৩০হি.),

৩. আত-তিব্বুন নববি, ইমাম শামসুদ্দিন মুহাম্মাদ ইবনু আহমাদ যাহাবি রহ. (মৃত. ৭৪৮হি.),

৪. আল-আহকামুন নববিয়্যাহ ফিস সিনায়াতিত তিববিয়্যাহ, ইমাম আবুল হাসান আলি ইবনু আবদুল কারিম আল-হামাভি রহ. (মৃত. ৭২০হি.) ও

৫. আত-তিব্বুন নববি, ইমাম শামসুদ্দিন আবু আবদুল্লাহ মুহাম্মাদ ইবনু আবু বকর আল-জাওযিয়্যাহ রহ. (মৃত. ৭৫১হি.)।

যুগ যুগ ধরে ইবনু জাওযিয়্যাহ রহ.-এর রচিত *'আত-তিব্বুন নববি'* আলেমদের কাছে একটি গ্রহণযোগ্য গ্রন্থ হিসেবে বিবেচিত হয়ে আসছে। ৭৫১ হিজরি তথা আজ থেকে প্রায় ৭ শ (৬৯২) বছর পূর্বে ইবনু কাইয়্যিম আল-জাওযিয়্যাহ রহ. ইন্তেকাল করেন। অর্থাৎ, অষ্টম হিজরির শুরুর দিকে তিনি এই গ্রন্থটি রচনা করেন। চমৎকার বিন্যাসপদ্ধতি ও সাবলীল উপস্থানের মাধ্যমে গ্রন্থটিতে চিকিৎসাব্যবস্থার নানা রকম তথ্য-উপাত্ত সংকলন করেছেন।

আত-তিব্বুন নববি গ্রন্থের সারকথা

ইবনু কাইয়্যিম আল-জাওযিয়্যাহ রহ.-এর পুরো গ্রন্থের সারকথা হলো, যেকোনো রোগের চিকিৎসার ক্ষেত্রে পূর্বাপর আমাদের ৫টি পন্থা অবলম্বন করতে হবে। এগুলো হলো :

১. রোগ আসার পূর্বেই সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে। যেমন : খাবার গ্রহণের পরিমাণ মেপে খাওয়া এবং নিজের অভ্যাসের প্রতি খেয়াল রাখা।

২. আক্রান্ত হওয়ার পর কোনোভাবেই রোগ যেন বৃদ্ধি না পায় সেদিকে সতর্ক দৃষ্টি রাখতে হবে। অর্থাৎ, আক্রান্ত হওয়ার সাথে সাথে যথাযথ নিয়ম মেনে চিকিৎসা করানোর ব্যবস্থা করা।

৩. আক্রান্ত ব্যক্তিকে রুহানি চিকিৎসা করতে হবে। তথা আত্মিকভাবে আল্লাহ তাআলার শরণাপন্ন হতে হবে। যিকির-আযকার, তাসবিহ-তাহলিল, সাদকা-খইরাত ও যথাসাধ্য সব রকমের ইসলামি শরিয়াত স্বীকৃত ইবাদতগুলো করে আল্লাহ তাআলার কাছে আরোগ্যের জন্য প্রার্থনা করতে হবে।

৪. যুগের প্রচলিত বৈধ চিকিৎসাসেবা গ্রহণ করতে হবে। শুধু আল্লাহর ওপর ভরসা করে চিকিৎসাব্যবস্থা অস্বীকার বা পরিহার করা যাবে না। আবার যুগের আধুনিক চিকিৎসাব্যবস্থা গ্রহণ করে আল্লাহকে ভুলে যাওয়া যাবে না।

৫. রোগের চিকিৎসার ক্ষেত্রে প্রথমে চেষ্টা করতে হবে, নির্দিষ্ট রোগকে খাবার, ফল-ফলাদি, সবজি ও বনজ গাছ ইত্যাদি দিয়ে নিরাময় করা যায় কি না। কেননা, খাবারের মাধ্যমে যদি রোগ নিরাময় করা যায়, তাহলে তা মানবদেহের জন্য সার্বিক কল্যাণকর।

'*আত-তিব্বুন নববি*' গ্রন্থটি একটি গবেষণাগ্রন্থ। ৭ শ বছর পূর্বে রচিত গ্রন্থটি ছিল চিকিৎসাবিজ্ঞানের এক অতুলনীয় ও সমৃদ্ধ উপহার। আধুনিক যুগেও এই গ্রন্থটি চিকিৎসা ও চিকিৎসাবিজ্ঞানের অগণিত দিক ও বিষয় নিয়ে বিশ্লেষণমূলক এবং যৌক্তিক পর্যালোচনা করেছে।

আমাদের অনূদিত গ্রন্থটিতে লেখক প্রথমে ছয়টি পরিচ্ছেদ ভূমিকাস্বরূপ নিয়ে এসেছেন। গ্রন্থটিকে তিনি চারটি ভাগে বিভক্ত করেছেন। এগুলো হলো :

১. বিভিন্ন রোগের ও চিকিৎসাপদ্ধতির বিবরণ।

২. বিভিন্ন রোগের ইলাহি চিকিৎসা। অর্থাৎ কুরআনে কারিম ও হাদিস শরিফে বর্ণিত আযকার ও আদয়িয়াহ-এর মাধ্যমে রোগ নিরাময় করা।

৩. চিকিৎসার ক্ষেত্রে ব্যবহৃত প্রাণী, বৃক্ষ, বনজ লতা-পাতা, সবজি ইত্যাদি বিষয়ের বর্ণনা।

৪. স্বাস্থ্য-সচেতনতামূলক বিবিধ বিষয়ের বর্ণনা।