بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

আয়াত সংকলন — বাংলা অর্থসহ

আয়াতুস সবর

ধৈর্য-সংক্রান্ত আয়াতসমূহ

শাইখ খালিদ আল-হাবাশি — alroqya.com

রাকী ফয়সাল আহমেদ সাবিত

আল কুরআন রুকইয়াহ হিলিং সেন্টার

Al Quranic Ruqyah Healing Center

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

ভূমিকা — কখন এই আয়াতগুলো পড়বেন

শাইখ খালিদ আল-হাবাশির মূল আরবি ভূমিকার বাংলা অনুবাদ।

এই আয়াতগুলো রোগী নিজে পড়বে এবং তার উপরও পড়া হবে। এতে রয়েছে দৃঢ়তা, নিরাময় ও ধৈর্যের শিক্ষা, আর আছরকারীর উপর রয়েছে কঠিন শাস্তি। কারণ এগুলো তাদের হতাশ করে, তাদের সংকল্প ভেঙে দেয় ও তাদের কাজ বাতিল করে দেয় — রোগীর ধৈর্যধারণই তাদের কাজ পণ্ড করার ও তাদের নিরাশ করার কারণ।

এই সংকলনে: ৭২ টি অংশ ১৫১ টি আয়াত

আয়াতগুলো মূল সংকলনের ক্রম অনুসারেই সাজানো হয়েছে, কোনো পরিবর্তন করা হয়নি। আরবি পাঠ ইন্দো-পাক (নূরানী) রীতিতে দেওয়া হয়েছে। বাংলা অনুবাদ: তাইসীরুল কুরআন — তাওহীদ পাবলিকেশন।

জরুরি নোট: রুকইয়াহ একটি শরয়ী চিকিৎসা পদ্ধতি — প্রয়োজনীয় ডাক্তারি পরীক্ষা-নিরীক্ষা ও চিকিৎসার সমান্তরালে চলবে, বিকল্প হিসেবে নয়। কোনো লক্ষণ মিললেই নিশ্চিতভাবে সিহর, বদনজর বা জিনের আসর ধরে নেওয়া ঠিক নয়।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

আয়াতুস সবর

মোট ১৫১ টি আয়াত, ৭২ টি অংশে।

১ সূরা আল-বাকারা : ৪৫-৪৬

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَوٰةِ ۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَٰشِعِينَ ﴿٤٥﴾

الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُم مُّلَٰقُوا رَبِّهِمْ وَأَنَّهُمْ إِلَيْهِ رَٰجِعُونَ ﴿٤٦﴾

> তোমরা ধৈর্য্য ও সলাতের মাধ্যমে সাহায্য প্রার্থনা কর, আর তা আল্লাহভীরু ব্যক্তিবর্গ ছাড়া অন্য সকলের কাছে নিশ্চিতভাবে কঠিন। যারা নিশ্চিত বিশ্বাস করে যে, তাদের প্রতিপালকের সঙ্গে তাদের সাক্ষাৎ ঘটবেই এবং তাঁরই দিকে তারা ফিরে যাবে।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

২

সূরা আল-বাকারা : ১৫৩-১৫৭

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱسْتَعِينُوا۟ بِٱلصَّبْرِ وَٱلصَّلَوٰةِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ
ٱلصَّٰبِرِينَ ١٥٣ وَلَا تَقُولُوا۟ لِمَن يُقْتَلُ فِى سَبِيلِ ٱللَّهِ أَمْوَٰتٌۢ ۚ بَلْ أَحْيَآءٌ
وَلَٰكِن لَّا تَشْعُرُونَ ١٥٤ وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَىْءٍ مِّنَ ٱلْخَوْفِ وَٱلْجُوعِ وَنَقْصٍ
مِّنَ ٱلْأَمْوَٰلِ وَٱلْأَنفُسِ وَٱلثَّمَرَٰتِ ۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ١٥٥ ٱلَّذِينَ إِذَآ
أَصَٰبَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوٓا۟ إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّآ إِلَيْهِ رَٰجِعُونَ ١٥٦ أُو۟لَٰٓئِكَ عَلَيْهِمْ
صَلَوَٰتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ ۖ وَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْمُهْتَدُونَ ١٥٧

হে মু’মিনগণ! ধৈর্য ও সলাতের মাধ্যমে সাহায্য প্রার্থনা কর, নিশ্চয় আল্লাহ ধৈর্যশীলদের সঙ্গে আছেন। আর আল্লাহর পথে নিহতদেরকে মৃত বলো না, বরং তারা জীবিত, কিন্তু তোমরা বুঝ না। তোমাদেরকে ভয় ও ক্ষুধা এবং ধন-সম্পদ, জীবন ও ফল-ফসলের ক্ষয়-ক্ষতি (এসবের) কোনকিছুর দ্বারা নিশ্চয়ই পরীক্ষা করব, ধৈর্যশীলদেরকে সুসংবাদ প্রদান কর। নিশ্চয়ই যারা বিপদকালে বলে থাকে, ‘আমরা আল্লাহরই আর আমরা তাঁরই দিকে প্রত্যাবর্তনকারী’। এদের প্রতি রয়েছে তাদের প্রতিপালকের পক্ষ হতে অনুগ্রহ ও করুণা আর এরাই হিদায়াতপ্রাপ্ত।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৩ **সূরা আল-বাকারা : ১৭৪-১৭৫**

إِنَّ الَّذِينَ يَكْتُمُونَ مَا أَنزَلَ اللَّهُ مِنَ الْكِتَٰبِ وَيَشْتَرُونَ بِهِۦ ثَمَنًا قَلِيلًا ۙ

أُولَٰئِكَ مَا يَأْكُلُونَ فِى بُطُونِهِمْ إِلَّا النَّارَ وَلَا يُكَلِّمُهُمُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَٰمَةِ وَلَا

يُزَكِّيهِمْ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ﴿١٧٤﴾ أُولَٰئِكَ الَّذِينَ اشْتَرَوُا الضَّلَٰلَةَ بِالْهُدَىٰ

وَالْعَذَابَ بِالْمَغْفِرَةِ ۚ فَمَا أَصْبَرَهُمْ عَلَى النَّارِ ﴿١٧٥﴾

কিতাব হতে আল্লাহ যা নাযিল করেছেন, যারা এটা গোপন করে এবং এর বিনিময়ে স্বল্প মূল্য গ্রহণ করে, এরা নিজেদের পেটে একমাত্র আগুন ভক্ষণ করে, ওদের সাথে আল্লাহ ক্বিয়ামাতের দিন কথা বলবেন না এবং ওদেরকে পবিত্রও করবেন না; এবং ওদের জন্য আছে যন্ত্রণাদায়ক শাস্তি। এরা এমন লোক, যারা হিদায়াতের বিনিময়ে গোমরাহী এবং ক্ষমার বিনিময়ে শাস্তি ক্রয় করেছে, তারা আগুন সহ্য করতে কতই না ধৈর্যশীল!

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৪

সূরা আল-বাকারা : ১৭৪-১৭৭

إِنَّ الَّذِينَ يَكْتُمُونَ مَا أَنزَلَ اللَّهُ مِنَ الْكِتَٰبِ وَيَشْتَرُونَ بِهِۦ ثَمَنًا قَلِيلًا ۙ
أُولَٰٓئِكَ مَا يَأْكُلُونَ فِي بُطُونِهِمْ إِلَّا النَّارَ وَلَا يُكَلِّمُهُمُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَٰمَةِ وَلَا
يُزَكِّيهِمْ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ﴿١٧٤﴾ أُولَٰٓئِكَ الَّذِينَ اشْتَرَوُا الضَّلَٰلَةَ بِالْهُدَىٰ
وَالْعَذَابَ بِالْمَغْفِرَةِ ۚ فَمَآ أَصْبَرَهُمْ عَلَى النَّارِ ﴿١٧٥﴾ ذَٰلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ نَزَّلَ
الْكِتَٰبَ بِالْحَقِّ ۗ وَإِنَّ الَّذِينَ اخْتَلَفُوا فِي الْكِتَٰبِ لَفِي شِقَاقٍ بَعِيدٍ ﴿١٧٦﴾ ۞
لَّيْسَ الْبِرَّ أَن تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَٰكِنَّ الْبِرَّ مَنْ
ءَامَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْءَاخِرِ وَالْمَلَٰٓئِكَةِ وَالْكِتَٰبِ وَالنَّبِيِّـۧنَ وَءَاتَى الْمَالَ عَلَىٰ
حُبِّهِۦ ذَوِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَٰمَىٰ وَالْمَسَٰكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّآئِلِينَ وَفِي
الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلَوٰةَ وَءَاتَى الزَّكَوٰةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَٰهَدُوا ۖ

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

وَالصّٰبِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ ۗ أُولٰئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا ۖ

وَأُولٰئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ ﴿١٧٧﴾

কিতাব হতে আল্লাহ যা নাযিল করেছেন, যারা এটা গোপন করে এবং এর বিনিময়ে স্বল্প মূল্য গ্রহণ করে, এরা নিজেদের পেটে একমাত্র আগুন ভক্ষণ করে, ওদের সাথে আল্লাহ ক্বিয়ামাতের দিন কথা বলবেন না এবং ওদেরকে পবিত্রও করবেন না; এবং ওদের জন্য আছে যন্ত্রণাদায়ক শাস্তি। এরা এমন লোক, যারা হিদায়াতের বিনিময়ে গোমরাহী এবং ক্ষমার বিনিময়ে শাস্তি ক্রয় করেছে, তারা আগুন সহ্য করতে কতই না ধৈর্যশীল! (তাদের প্রতি শাস্তির হুকুম দেয়া হয়েছে) এজন্য যে, আল্লাহ্ই কিতাবকে সত্যরূপে নাযিল করেছেন আর যারা কিতাব সম্বন্ধে মতভেদ করেছে তারা চরম মতভেদে পড়ে আছে। তোমরা নিজেদের মুখ পূর্ব দিকে কর কিংবা পশ্চিম দিকে এতে কোন কল্যাণ নেই বরং কল্যাণ আছে এতে যে, কোন ব্যক্তি ঈমান আনবে আল্লাহ, শেষ দিবস, ফেরেশতাগণ, কিতাবসমূহ ও নাবীগণের প্রতি এবং আল্লাহর ভালবাসার্থে ধন-সম্পদ আত্মীয়-স্বজন, ইয়াতীম-মিসকীন, মুসাফির ও যাচ্ঞাকারীদের এবং দাসত্বজীবন হতে নিস্কৃতি দিতে দান করবে এবং নামায কায়িম করবে ও যাকাত দিতে থাকবে, ওয়া'দা করার পর স্বীয় ওয়া'দা পূর্ণ করবে এবং অভাবে, দুঃখ-ক্লেশে ও সংকটে ধৈর্য ধারণ করবে, এ লোকেরাই সত্যপরায়ণ আর এ লোকেরাই মুত্তাকী।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৫

সূরা আল-বাকারা : ২৪৯-২৫১

فَلَمَّا فَصَلَ طَالُوتُ بِٱلْجُنُودِ قَالَ إِنَّ ٱللَّهَ مُبْتَلِيكُم بِنَهَرٍ فَمَن شَرِبَ مِنْهُ

فَلَيْسَ مِنِّى وَمَن لَّمْ يَطْعَمْهُ فَإِنَّهُۥ مِنِّىٓ إِلَّا مَنِ ٱغْتَرَفَ غُرْفَةًۢ بِيَدِهِۦ ۚ

فَشَرِبُوا۟ مِنْهُ إِلَّا قَلِيلًا مِّنْهُمْ ۚ فَلَمَّا جَاوَزَهُۥ هُوَ وَٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ مَعَهُۥ

قَالُوا۟ لَا طَاقَةَ لَنَا ٱلْيَوْمَ بِجَالُوتَ وَجُنُودِهِۦ ۚ قَالَ ٱلَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُم

مُّلَٰقُوا۟ ٱللَّهِ كَم مِّن فِئَةٍ قَلِيلَةٍ غَلَبَتْ فِئَةً كَثِيرَةًۢ بِإِذْنِ ٱللَّهِ ۗ وَٱللَّهُ مَعَ

ٱلصَّٰبِرِينَ ﴿٢٤٩﴾ وَلَمَّا بَرَزُوا۟ لِجَالُوتَ وَجُنُودِهِۦ قَالُوا۟ رَبَّنَآ أَفْرِغْ عَلَيْنَا

صَبْرًا وَثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَٱنصُرْنَا عَلَى ٱلْقَوْمِ ٱلْكَٰفِرِينَ ﴿٢٥٠﴾ فَهَزَمُوهُم بِإِذْنِ

ٱللَّهِ وَقَتَلَ دَاوُۥدُ جَالُوتَ وَءَاتَىٰهُ ٱللَّهُ ٱلْمُلْكَ وَٱلْحِكْمَةَ وَعَلَّمَهُۥ مِمَّا يَشَآءُ ۗ

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

وَلَوْلَا دَفْعُ اللَّهِ النَّاسَ بَعْضَهُم بِبَعْضٍ لَّفَسَدَتِ الْأَرْضُ وَلَٰكِنَّ اللَّهَ ذُو

فَضْلٍ عَلَى الْعَٰلَمِينَ ﴿٢٥١﴾

অতঃপর যখন তালুত সৈন্যসহ রওয়ানা হল, বলল, 'আল্লাহ একটা নদী দ্বারা তোমাদের পরীক্ষা করবেন, মূলতঃ যে কেউ ওটার পানি পান করবে সে ব্যক্তি আমার দলভুক্ত নয় আর যে তা খাবে না, সে নিশ্চয়ই আমার দলভুক্ত হবে, কিন্তু যে এক অঞ্জলি পানি নিবে সেও (আমার দলভুক্ত)'। অতঃপর অতি অল্প সংখ্যক ছাড়া তারা সকলেই তাথেকে পান করল। এরপর তালুত এবং তার সাথী মু'মিনগণ নদী পার হয়ে বলল, 'আজ জ্বালুত ও তার সৈন্যদের সাথে যুদ্ধ করার শক্তি আমাদের নেই। কিন্তু যাদের এ ধারণা ছিল যে, তাদেরকে আল্লাহর সামনে হাজির হতে হবে তারা বলল, 'আল্লাহর হুকুমে বহু ক্ষেত্রে ক্ষুদ্র দল বৃহৎ দলের উপর জয়যুক্ত হয়েছে'। আল্লাহ ধৈর্যশীলদের সঙ্গে আছেন। যখন তারা জ্বালুত ও তার সৈন্যদের সম্মুখীন হল, তখন বলল, 'হে আমাদের প্রতিপালক! আমাদেরকে ধৈর্যধারণের শক্তি দান কর এবং আমাদের পদগুলো দৃঢ় রেখ এবং কাফির দলের উপর আমাদেরকে জয়যুক্ত কর'। অতঃপর তারা আল্লাহর হুকুমে তাদেরকে (শত্রুদেরকে) পরাজিত করল এবং দাঊদ জ্বালুতকে কতল করল এবং আল্লাহ দাঊদকে রাজ্য ও হেকমত দান করলেন এবং তাকে শিক্ষা দিলেন যা ইচ্ছে। যদি আল্লাহ মানবজাতির একদলকে অন্যদল দ্বারা প্রতিহত না করতেন, তাহলে পৃথিবী বিপর্যস্ত হয়ে যেত, কিন্তু আল্লাহ সর্বজগতের প্রতি কৃপালু।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৬

সূরা আলে ইমরান : ১৫-১৭

۞ قُلْ أَؤُنَبِّئُكُم بِخَيْرٍ مِّن ذَٰلِكُمْ ۚ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا عِندَ رَبِّهِمْ جَنَّٰتٌ

تَجْرِى مِن تَحْتِهَا ٱلْأَنْهَٰرُ خَٰلِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَٰجٌ مُّطَهَّرَةٌ وَرِضْوَٰنٌ مِّنَ اللَّهِ ۗ

وَاللَّهُ بَصِيرٌۢ بِالْعِبَادِ ﴿١٥﴾ الَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا إِنَّنَا ءَامَنَّا فَاغْفِرْ لَنَا

ذُنُوبَنَا وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٦﴾ الصَّٰبِرِينَ وَالصَّٰدِقِينَ وَالْقَٰنِتِينَ

وَالْمُنفِقِينَ وَالْمُسْتَغْفِرِينَ بِالْأَسْحَارِ ﴿١٧﴾

বল, আমি কি তোমাদেরকে এ সব হতেও অতি উত্তম কোন কিছুর সংবাদ দেব? যারা মুত্তাকী তাদের জন্য তাদের প্রতিপালকের নিকট এমন বাগান রয়েছে, যার নিম্নে নদী প্রবাহিত, তারা তাতে চিরকাল থাকবে আর রয়েছে পবিত্র সঙ্গী এবং আল্লাহর সন্তুষ্টি, বস্তুতঃ আল্লাহ বান্দাগণের সম্পর্কে সম্যক দ্রষ্টা। যারা প্রার্থনা করে, 'হে আমাদের প্রতিপালক! আমরা ঈমান এনেছি, অতএব আমাদের গুনাহসমূহ ক্ষমা কর এবং আমাদেরকে জাহান্নামের শাস্তি হতে রক্ষা কর'। তারা ধৈর্যশীল, সত্যবাদী, (আল্লাহর প্রতি) আজ্ঞাবহ, (আল্লাহর পথে) ব্যয়কারী এবং শেষ রাতে ক্ষমাপ্রার্থনাকারী।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৭

সূরা আলে ইমরান : ১২০

إِن تَمْسَسْكُمْ حَسَنَةٌ تَسُؤْهُمْ وَإِن تُصِبْكُمْ سَيِّئَةٌ يَفْرَحُوا بِهَا ۖ وَإِن تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا ۗ إِنَّ اللَّهَ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ ﴿١٢٠﴾

যদি তোমাদের কল্যাণ হয়, তা তাদেরকে দুঃখ দেয়, আর যদি তোমাদের অকল্যাণ হয়, তাতে তারা আনন্দিত হয়, যদি তোমরা ধৈর্যশীল হও এবং তাকওয়া অবলম্বন কর তবে তাদের চক্রান্ত তোমাদের কিছুই ক্ষতি করতে পারবে না, নিশ্চয় তারা যা কিছু করছে, আল্লাহ তা পরিবেষ্টন করে আছেন।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৮

সূরা আলে ইমরান : ১২৩-১২৬

وَلَقَدْ نَصَرَكُمُ اللَّهُ بِبَدْرٍ وَأَنتُمْ أَذِلَّةٌ ۖ فَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿١٢٣﴾

إِذْ تَقُولُ لِلْمُؤْمِنِينَ أَلَن يَكْفِيَكُمْ أَن يُمِدَّكُمْ رَبُّكُم بِثَلَاثَةِ آلَافٍ مِّنَ

الْمَلَائِكَةِ مُنزَلِينَ ﴿١٢٤﴾ بَلَىٰ ۚ إِن تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا وَيَأْتُوكُم مِّن فَوْرِهِمْ هَٰذَا

يُمْدِدْكُمْ رَبُّكُم بِخَمْسَةِ آلَافٍ مِّنَ الْمَلَائِكَةِ مُسَوِّمِينَ ﴿١٢٥﴾ وَمَا جَعَلَهُ

اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ قُلُوبُكُم بِهِ ۗ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِندِ

اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ ﴿١٢٦﴾

এবং আল্লাহ তোমাদের হীন অবস্থায় বাদর যুদ্ধক্ষেত্রে তোমাদের সাহায্য করেছেন, সুতরাং আল্লাহকে ভয় করে চল, যেন তোমরা শোকরগুজার হতে পার। (স্মরণ কর) যখন তুমি মু'মিনদেরকে বলছিলে, 'তোমাদের জন্য কি এটা যথেষ্ট নয় যে, তোমাদের প্রতিপালক তিন সহস্র ফেরেশতা অবতরণপূর্বক তোমাদের সাহায্য করবেন?' হ্যাঁ, যদি তোমরা ধৈর্যধারণ কর এবং তাকওয়া অবলম্বন কর এবং তারা (অর্থাৎ শত্রুরা) মুহূর্তের মধ্যে এখানে তোমাদের উপর এসে পড়ে, তাহলে তোমাদের প্রতিপালক বিশেষভাবে চিহ্নিত পাঁচ সহস্র ফেরেশতা দ্বারা তোমাদেরকে সাহায্য করবেন। এটা আল্লাহ কেবলমাত্র তোমাদের সুসংবাদের জন্য এবং তা দ্বারা তোমাদের চিত্ত-প্রশান্তির জন্য করেছেন, মূলতঃ সাহায্য তো শুধু আল্লাহরই নিকট হতে, যিনি পরাক্রান্ত, প্রজ্ঞাময়।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৯

সূরা আলে ইমরান : ১৮৬

۞ لَتُبۡلَوُنَّ فِيٓ أَمۡوَٰلِكُمۡ وَأَنفُسِكُمۡ وَلَتَسۡمَعُنَّ مِنَ ٱلَّذِينَ أُوتُواْ ٱلۡكِتَٰبَ مِن قَبۡلِكُمۡ وَمِنَ ٱلَّذِينَ أَشۡرَكُوٓاْ أَذٗى كَثِيرٗاۚ وَإِن تَصۡبِرُواْ وَتَتَّقُواْ فَإِنَّ ذَٰلِكَ مِنۡ عَزۡمِ ٱلۡأُمُورِ ١٨٦

অবশ্যই তোমরা তোমাদের ধনের ও জানের ব্যাপারে পরীক্ষিত হবে এবং তোমরা নিশ্চয়ই তোমাদের আগের কিতাবধারীদের ও মুশরিকদের নিকট হতে দুঃখজনক অনেক কথা শুনবে এবং তোমরা যদি ধৈর্যধারণ কর আর তাকওয়া অবলম্বন কর, তবে অবশ্যই তা হবে দৃঢ় সংকল্পের কাজ।

১০

সূরা আলে ইমরান : ২০০

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱصۡبِرُواْ وَصَابِرُواْ وَرَابِطُواْ وَٱتَّقُواْ ٱللَّهَ لَعَلَّكُمۡ تُفۡلِحُونَ ٢٠٠

হে মু'মিনগণ! ধৈর্য অবলম্বন কর, দৃঢ়তা প্রদর্শন কর, নিজেদের প্রতিরক্ষাকল্পে পারস্পরিক বন্ধন মজবুত কর এবং আল্লাহকে ভয় কর, যাতে তোমরা সফলকাম হতে পার।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

১১

সূরা আল-আন'আম : ৩৪

وَلَقَدْ كُذِّبَتْ رُسُلٌ مِّن قَبْلِكَ فَصَبَرُوا عَلَىٰ مَا كُذِّبُوا وَأُوذُوا حَتَّىٰ أَتَىٰهُمْ

نَصْرُنَا ۚ وَلَا مُبَدِّلَ لِكَلِمَٰتِ اللَّهِ ۚ وَلَقَدْ جَاءَكَ مِن نَّبَإِى الْمُرْسَلِينَ ﴿٣٤﴾

> তোমার পূর্বেও রসূলগণকে মিথ্যে মনে করা হয়েছে কিন্তু তাদেরকে মিথ্যে মনে করা এবং কষ্ট দেয়া সত্ত্বেও তারা ধৈর্যধারণ করেছে, যতক্ষণ না তাদের কাছে আমার সাহায্য এসেছে। আল্লাহর ওয়াদার পরিবর্তন হয় না, নাবীগণের কিছু সংবাদ তো তোমার নিকট পৌঁছেছেই।

১২

সূরা আল-আ'রাফ : ৮৭

وَإِن كَانَ طَائِفَةٌ مِّنكُمْ ءَامَنُوا بِالَّذِى أُرْسِلْتُ بِهِۦ وَطَائِفَةٌ لَّمْ يُؤْمِنُوا

فَاصْبِرُوا حَتَّىٰ يَحْكُمَ اللَّهُ بَيْنَنَا ۚ وَهُوَ خَيْرُ الْحَٰكِمِينَ ﴿٨٧﴾

> ‘আমি যা নিয়ে প্রেরিত হয়েছি তাতে যদি তোমাদের একদল ঈমান আনে আর একদল ঈমান না আনে, তাহলে ধৈর্য ধারণ কর যে পর্যন্ত না আল্লাহ আমাদের আর তোমাদের মাঝে মীমাংসা করে দেন, তিনি হলেন সর্বোত্তম মীমাংসাকারী।’

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

قَالَ فِرۡعَوۡنُ ءَامَنتُم بِهِۦ قَبۡلَ أَنۡ ءَاذَنَ لَكُمۡۖ إِنَّ هَٰذَا لَمَكۡرٞ مَّكَرۡتُمُوهُ

فِي ٱلۡمَدِينَةِ لِتُخۡرِجُواْ مِنۡهَآ أَهۡلَهَاۖ فَسَوۡفَ تَعۡلَمُونَ ﴿١٢٣﴾ لَأُقَطِّعَنَّ

أَيۡدِيَكُمۡ وَأَرۡجُلَكُم مِّنۡ خِلَٰفٖ ثُمَّ لَأُصَلِّبَنَّكُمۡ أَجۡمَعِينَ ﴿١٢٤﴾ قَالُوٓاْ إِنَّآ إِلَىٰ

رَبِّنَا مُنقَلِبُونَ ﴿١٢٥﴾ وَمَا تَنقِمُ مِنَّآ إِلَّآ أَنۡ ءَامَنَّا بِـَٔايَٰتِ رَبِّنَا لَمَّا جَآءَتۡنَاۚ

رَبَّنَآ أَفۡرِغۡ عَلَيۡنَا صَبۡرٗا وَتَوَفَّنَا مُسۡلِمِينَ ﴿١٢٦﴾ وَقَالَ ٱلۡمَلَأُ مِن قَوۡمِ

فِرۡعَوۡنَ أَتَذَرُ مُوسَىٰ وَقَوۡمَهُۥ لِيُفۡسِدُواْ فِي ٱلۡأَرۡضِ وَيَذَرَكَ وَءَالِهَتَكَۚ قَالَ

سَنُقَتِّلُ أَبۡنَآءَهُمۡ وَنَسۡتَحۡيِۦ نِسَآءَهُمۡ وَإِنَّا فَوۡقَهُمۡ قَٰهِرُونَ ﴿١٢٧﴾ قَالَ

مُوسَىٰ لِقَوۡمِهِ ٱسۡتَعِينُواْ بِٱللَّهِ وَٱصۡبِرُوٓاْۖ إِنَّ ٱلۡأَرۡضَ لِلَّهِ يُورِثُهَا مَن يَشَآءُ

مِنۡ عِبَادِهِۦۖ وَٱلۡعَٰقِبَةُ لِلۡمُتَّقِينَ ﴿١٢٨﴾ قَالُوٓاْ أُوذِينَا مِن قَبۡلِ أَن تَأۡتِيَنَا

وَمِن بَعۡدِ مَا جِئۡتَنَاۚ قَالَ عَسَىٰ رَبُّكُمۡ أَن يُهۡلِكَ عَدُوَّكُمۡ وَيَسۡتَخۡلِفَكُمۡ

فِي ٱلۡأَرۡضِ فَيَنظُرَ كَيۡفَ تَعۡمَلُونَ ١٢٩

ফির'আওন বলল, 'আমি হুকুম দেয়ার আগেই তোমরা তার প্রতি ঈমান আনল? অবশ্যই এটা তোমাদের ষড়যন্ত্র যেটা নগরে বসে তোমরা পাকিয়েছ, এর বাসিন্দাদের বহিস্কৃত করার উদ্দেশে। এর পরিণাম শীঘ্রই টের পাবে। তোমাদের হাত পা গুলোকে বিপরীত দিক থেকে অবশ্যই আমি কেটে দেব, তারপর তোমাদের সব্বাইকে শূলে চড়াব। তারা বলল, আমরা অবশ্যই আমাদের প্রতিপালকের দিকে প্রত্যাবর্তন করব। তুমি আমাদের উপর প্রতিশোধ নিচ্ছ শুধু এ কারণে যে, আমাদের কাছে যখন আমাদের প্রতিপালকের নিদর্শন এসেছে তখন আমরা তাতে বিশ্বাস স্থাপন করেছি। হে আমাদের প্রতিপালক! আমাদেরকে ধৈর্য ও দৃঢ়তা অবলম্বনের গুণে অভিষিক্ত কর আর মুসলমান হিসেবে আমাদের মৃত্যু দান কর। ফির'আওন গোষ্ঠীর সরদারগণ বলল, 'আপনি কি মূসা আর তার জাতির লোকেদেরকে যমীনে বিপর্যয় সৃষ্টি করার জন্য ছেড়ে দেবেন আর দেবেন আপনাকে আর আপনার মা'বূদদেরকে বর্জন করতে?' সে বলল, 'আমি তাদের পুত্র সন্তানদেরকে হত্যা করব আর তাদের নারীদেরকে জীবিত রাখব, আমরা তাদের উপর অপ্রতিরোধ্য।' মূসা তার সম্প্রদায়কে বলল, 'তোমরা আল্লাহর সাহায্য কামনা কর আর ধৈর্য অবলম্বন কর, যমীনের মালিক হলেন আল্লাহ, তিনি তাঁর বান্দাহদের মধ্য হতে যাকে ইচ্ছে করবেন তার উত্তরাধিকারী বানাবেন, কল্যাণময় পরিণাম হচ্ছে মুত্তাকীদের জন্য।' তারা বলল, 'আমাদের নিকট তোমার আসার পূর্বেও আমাদেরকে জ্বালাতন করা হয়েছে আর তোমার আসার পরেও।' সে বলল, 'সত্বর তোমাদের প্রতিপালক তোমাদের দুশমনকে ধ্বংস করবেন আর তোমাদেরকে দেশে প্রতিনিধিত্ব দান করবেন, অতঃপর তিনি দেখবেন তোমরা কেমন 'আমাল কর।'

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

১৪

সূরা আল-আ'রাফ : ১৩৭

وَأَوْرَثْنَا الْقَوْمَ الَّذِينَ كَانُوا يُسْتَضْعَفُونَ مَشٰرِقَ الْأَرْضِ وَمَغٰرِبَهَا الَّتِى بٰرَكْنَا فِيهَا ۖ وَتَمَّتْ كَلِمَتُ رَبِّكَ الْحُسْنٰى عَلٰى بَنِىٓ إِسْرٰٓءِيلَ بِمَا صَبَرُوا ۖ وَدَمَّرْنَا مَا كَانَ يَصْنَعُ فِرْعَوْنُ وَقَوْمُهُۥ وَمَا كَانُوا يَعْرِشُونَ ﴿١٣٧﴾

আর আমি দুর্বল করে রাখা লোকেদেরকে সেই যমীনের পূর্বের আর পশ্চিমের উত্তরাধিকারী বানিয়ে দিলাম যাতে আমি কল্যাণ নিহিত রেখেছি। এভাবে বানী ইসরাঈলের ব্যাপারে তাদের ধৈর্য ধারণের কারণে তোমার প্রতিপালকের কল্যাণময় অঙ্গীকার পূর্ণ হল আর ফির'আওন ও তার লোকজনের গৌরবময় কাজ ও সুন্দর প্রাসাদগুলোকে ধ্বংস করে দিলাম।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

১৫

সূরা আল-আনফাল : ৪৫-৪৬

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓا۟ إِذَا لَقِيتُمْ فِئَةً فَٱثْبُتُوا۟ وَٱذْكُرُوا۟ ٱللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ
تُفْلِحُونَ ﴿٤٥﴾ وَأَطِيعُوا۟ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥ وَلَا تَنَٰزَعُوا۟ فَتَفْشَلُوا۟ وَتَذْهَبَ
رِيحُكُمْ ۖ وَٱصْبِرُوٓا۟ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴿٤٦﴾

হে ঈমানদারগণ! যখন তোমরা কোন বাহিনীর সম্মুখীন হবে তখন অবিচল থাকবে আর আল্লাহকে বেশি বেশি স্মরণ করবে, যাতে তোমরা সাফল্য লাভ করতে পার। আল্লাহ ও তাঁর রসূলের আনুগত্য কর, পরস্পরে ঝগড়া বিবাদ করো না, তা করলে তোমরা সাহস হারিয়ে ফেলবে, তোমাদের শক্তি-ক্ষমতা বিলুপ্ত হবে। আর ধৈর্য ধারণ করবে, আল্লাহ ধৈর্যশীলদের সঙ্গে আছেন।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

১৬ **সূরা আল-আনফাল : ৬৪-৬৬**

يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّبِىُّ حَسْبُكَ ٱللَّهُ وَمَنِ ٱتَّبَعَكَ مِنَ ٱلْمُؤْمِنِينَ ﴿٦٤﴾ يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّبِىُّ
حَرِّضِ ٱلْمُؤْمِنِينَ عَلَى ٱلْقِتَالِ ۚ إِن يَكُن مِّنكُمْ عِشْرُونَ صَٰبِرُونَ يَغْلِبُوا۟
مِا۟ئَتَيْنِ ۚ وَإِن يَكُن مِّنكُم مِّا۟ئَةٌ يَغْلِبُوٓا۟ أَلْفًا مِّنَ ٱلَّذِينَ كَفَرُوا۟ بِأَنَّهُمْ
قَوْمٌ لَّا يَفْقَهُونَ ﴿٦٥﴾ ٱلْـَٰٔنَ خَفَّفَ ٱللَّهُ عَنكُمْ وَعَلِمَ أَنَّ فِيكُمْ ضَعْفًا ۚ
فَإِن يَكُن مِّنكُم مِّا۟ئَةٌ صَابِرَةٌ يَغْلِبُوا۟ مِا۟ئَتَيْنِ ۚ وَإِن يَكُن مِّنكُمْ أَلْفٌ
يَغْلِبُوٓا۟ أَلْفَيْنِ بِإِذْنِ ٱللَّهِ ۗ وَٱللَّهُ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴿٦٦﴾

হে নাবী! আল্লাহই তোমার আর তোমার অনুসারী ঈমানদারদের জন্য যথেষ্ট। হে নাবী! যুদ্ধের ব্যাপারে মু'মিনদেরকে উদ্বুদ্ধ কর। তোমাদের মধ্যে বিশজন ধৈর্যশীল থাকলে তারা দু'শ জনের উপর জয়ী হবে এবং তোমাদের মধ্যে (ঐরূপ) একশ' জন থাকলে তারা একহাজার কাফিরের উপর বিজয়ী হবে। কেননা তারা হচ্ছে এমন লোক যারা (ন্যায়-অন্যায় সম্পর্কে) কোন বোধ রাখে না। (তবে) এখন আল্লাহ তোমাদের দায়িত্বভার কমিয়ে দিয়েছেন। আল্লাহ তো জানেন যে তোমাদের ভিতর দুর্বলতা রয়ে গেছে, কাজেই তোমাদের মাঝে যদি একশ' জন ধৈর্যশীল হয় তবে তারা দু'শ জনের উপর বিজয়ী হবে। আর যদি তোমাদের মাঝে এক হাজার (ঐ রকম) লোক পাওয়া যায় তাহলে তারা আল্লাহর হুকুমে দু'হাজার লোকের উপর জয়ী হবে। আর আল্লাহ ধৈর্যশীলদের সাথে (আছেন)।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

১৭

সূরা ইউনুস : ১০৯

وَاتَّبِعْ مَا يُوحَىٰ إِلَيْكَ وَاصْبِرْ حَتَّىٰ يَحْكُمَ اللَّهُ ۚ وَهُوَ خَيْرُ الْحَاكِمِينَ ﴿١٠٩﴾

তোমার নিকট যে ওয়াহী অবতীর্ণ করা হয়েছে তুমি তার অনুসরণ কর আর তুমি ধৈর্য্য অবলম্বন কর যে পর্যন্ত না আল্লাহ ফায়সালা প্রদান করেন। বস্তুতঃ তিনিই হলেন সর্বোত্তম ফায়সালাকারী।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

১৮ **সূরা হুদ : ৯-১১**

وَلَئِنْ أَذَقْنَا ٱلْإِنسَٰنَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَٰهَا مِنْهُ إِنَّهُۥ لَيَـُٔوسٌ كَفُورٌ ﴿٩﴾
وَلَئِنْ أَذَقْنَٰهُ نَعْمَآءَ بَعْدَ ضَرَّآءَ مَسَّتْهُ لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ ٱلسَّيِّـَٔاتُ عَنِّىٓ ۚ إِنَّهُۥ
لَفَرِحٌ فَخُورٌ ﴿١٠﴾ إِلَّا ٱلَّذِينَ صَبَرُوا۟ وَعَمِلُوا۟ ٱلصَّٰلِحَٰتِ أُو۟لَٰٓئِكَ لَهُم
مَّغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ ﴿١١﴾

> আমি যদি মানুষকে আমার পক্ষ থেকে রহমত আস্বাদন করাই অতঃপর তা তার থেকে ছিনিয়ে নেই, তখন সে অবশ্যই হতাশ ও অকৃতজ্ঞ হয়ে পড়ে। আর যদি তার উপরে আসা দুঃখ কষ্টের পর তাকে নি'মাতের স্বাদ আস্বাদন করাই, তখন সে অবশ্য অবশ্যই বলবে, 'আমার দূরবস্থা কেটে গেছে'। তখন সে আনন্দে উৎফুল্ল হয়, হয়ে পড়ে অহঙ্কারী। কিন্তু যারা ধৈর্যশীল ও নেক 'আমালকারী তারা ওরকম নয়। আর এরাই হল যাদের জন্য আছে ক্ষমা ও বিরাট প্রতিদান।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

১৯

সূরা হুদ : ৪৯

تِلْكَ مِنْ أَنبَاءِ الْغَيْبِ نُوحِيهَا إِلَيْكَ ۖ مَا كُنتَ تَعْلَمُهَا أَنتَ وَلَا قَوْمُكَ

مِن قَبْلِ هَٰذَا ۖ فَاصْبِرْ ۖ إِنَّ الْعَاقِبَةَ لِلْمُتَّقِينَ ﴿٤٩﴾

এ সব হল অদৃশ্যের খবর যা তোমাকে ওয়াহী দ্বারা জানিয়ে দিচ্ছি, যা এর পূর্বে না তুমি জানতে, না তোমার জাতির লোকেরা জানত। কাজেই ধৈর্য ধর, শুভ পরিণতি মুত্তাকীদের জন্যই নির্দিষ্ট।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

২০

সূরা হুদ : ১১১-১১৩

وَإِنَّ كُلًّا لَّمَّا لَيُوَفِّيَنَّهُمْ رَبُّكَ أَعْمَالَهُمْ ۚ إِنَّهُ ۗ بِمَا يَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ١١١

فَاسْتَقِمْ كَمَا أُمِرْتَ وَمَن تَابَ مَعَكَ وَلَا تَطْغَوْا ۚ إِنَّهُ ۗ بِمَا تَعْمَلُونَ

بَصِيرٌ ١١٢ وَلَا تَرْكَنُوا إِلَى الَّذِينَ ظَلَمُوا فَتَمَسَّكُمُ النَّارُ وَمَا لَكُم مِّن

دُونِ اللَّهِ مِنْ أَوْلِيَاءَ ثُمَّ لَا تُنصَرُونَ ١١٣

এতে সন্দেহ নেই যে, তোমার প্রতিপালক প্রত্যেককেই তাদের ‘আমালের প্রতিফল অবশ্য অবশ্যই পুরোপুরি দান করবেন, তারা যা করে সে বিষয়ে তিনি পূর্ণ ওয়াকিফহাল। কাজেই তুমি ও তোমার সাথে যারা (আল্লাহর দিকে) তাওবা করেছে সুদৃঢ় হয়ে থাক আল্লাহ যেভাবে তোমাকে আদেশ দিয়েছেন, আর সীমালঙ্ঘন করো না। তোমরা যা কিছু কর তিনি তা ভালভাবেই দেখেন। তোমরা যালিমদের প্রতি ঝুঁকে পড়ো না, তাহলে আগুন তোমাদেরকে স্পর্শ করবে, আর তখন আল্লাহ ছাড়া কেউ তোমাদের অভিভাবক থাকবে না, অত:পর তোমাদেরকে সাহায্যও করা হবে না।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

২১

সুরা ইউসুফ : ১৮

وَجَآءُو عَلَىٰ قَمِيصِهِۦ بِدَمٍ كَذِبٍ ۚ قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنفُسُكُمْ أَمْرًا ۖ

فَصَبْرٌ جَمِيلٌ ۖ وَٱللَّهُ ٱلْمُسْتَعَانُ عَلَىٰ مَا تَصِفُونَ ﴿١٨﴾

তারা তার জামায় মিছেমিছি রক্ত মাখিয়ে নিয়ে এসেছিল। পিতা বলল, ‘না, বরং তোমাদের প্রবৃত্তি তোমাদেরকে একটা কাহিনী বানাতে উদ্বুদ্ধ করেছে। ঠিক আছে, আমি পুরোপুরি ধৈর্য ধারণ করব, তোমরা যা বানিয়েছ সে ব্যাপারে আল্লাহই আমার আশ্রয়স্থল।’

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

২২

সূরা ইউসুফ : ৮০-৮২

فَلَمَّا اسْتَيْـَٔسُوا مِنْهُ خَلَصُوا نَجِيًّا ۖ قَالَ كَبِيرُهُمْ أَلَمْ تَعْلَمُوا أَنَّ أَبَاكُمْ

قَدْ أَخَذَ عَلَيْكُم مَّوْثِقًا مِّنَ اللَّهِ وَمِن قَبْلُ مَا فَرَّطتُمْ فِي يُوسُفَ ۖ فَلَنْ

أَبْرَحَ الْأَرْضَ حَتَّىٰ يَأْذَنَ لِي أَبِي أَوْ يَحْكُمَ اللَّهُ لِي ۖ وَهُوَ خَيْرُ

الْحَاكِمِينَ ﴿٨٠﴾ ارْجِعُوا إِلَىٰ أَبِيكُمْ فَقُولُوا يَا أَبَانَا إِنَّ ابْنَكَ سَرَقَ وَمَا

شَهِدْنَا إِلَّا بِمَا عَلِمْنَا وَمَا كُنَّا لِلْغَيْبِ حَافِظِينَ ﴿٨١﴾ وَاسْأَلِ الْقَرْيَةَ الَّتِي

كُنَّا فِيهَا وَالْعِيرَ الَّتِي أَقْبَلْنَا فِيهَا ۖ وَإِنَّا لَصَادِقُونَ ﴿٨٢﴾

> যখন তারা ইউসুফের নিকট থেকে নিরাশ হয়ে গেল তখন তারা নির্জনে গিয়ে পরামর্শ করল। তাদের মধ্যে বয়সে সবার বড় ভাইটি বলল, ‘তোমরা কি জান না যে, তোমাদের পিতা তোমাদের থেকে আল্লাহর নামে শপথ গ্রহণ করেছেন, আর এর পূর্বেও তোমরা ইউসুফের ব্যাপারে (তোমাদের কর্তব্য পালনে) ব্যর্থ হয়েছ, কাজেই আমি কিছুতেই এখান থেকে নড়বো না যতক্ষণ না আমার পিতা আমাকে অনুমতি দিবেন কিংবা আল্লাহ আমার ব্যাপারে কোন নির্দেশ দিবেন, কেননা তিনি হলেন সর্বোত্তম ফায়সালাকারী। তোমরা তোমাদের পিতার কাছে ফিরে যাও, গিয়ে বল, ‘হে আমাদের পিতা! আপনার ছেলে চুরি করেছে। আমরা যেটুকু জানি তারই চাক্ষুষ বিবরণ দিচ্ছি, চোখের আড়ালের ঘটনা তত্ত্বাবধান করার ক্ষমতা আমাদের নেই। আমরা যে জনপদে ছিলাম তার বাসিন্দাদের জিজ্ঞেস করুন আর যে কাফেলার সঙ্গে আমরা এসেছি তাদেরকেও, আমরা অবশ্যই সত্যবাদী।’

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

২৩

সূরা ইউসুফ : ৯০

قَالُوا أَإِنَّكَ لَأَنتَ يُوسُفُ ۖ قَالَ أَنَا يُوسُفُ وَهَٰذَا أَخِي ۖ قَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَيْنَا ۖ

إِنَّهُ مَن يَتَّقِ وَيَصْبِرْ فَإِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ ﴿٩٠﴾

তারা বলল, 'তাহলে তুমিই কি ইউসুফ?' সে বলল, 'আমিই ইউসুফ আর এটা হল আমার ভাই। আল্লাহ আমাদের প্রতি অনুগ্রহ করেছেন। যে ব্যক্তি তাকওয়া অবলম্বন করে আর ধৈর্যধারণ করে এমন সৎকর্মশীলদের কর্মফল আল্লাহ কক্ষনো বিনষ্ট করেন না।'

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

২৪ **সূরা আর-রা'দ : ২২-২৪**

وَالَّذِينَ صَبَرُوا ابْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَوٰةَ وَأَنفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَٰهُمْ

سِرًّا وَعَلَانِيَةً وَيَدْرَءُونَ بِالْحَسَنَةِ السَّيِّئَةَ أُولَٰئِكَ لَهُمْ عُقْبَى الدَّارِ ﴿٢٢﴾

جَنَّٰتُ عَدْنٍ يَدْخُلُونَهَا وَمَن صَلَحَ مِنْ ءَابَائِهِمْ وَأَزْوَٰجِهِمْ وَذُرِّيَّٰتِهِمْ ۖ

وَالْمَلَٰئِكَةُ يَدْخُلُونَ عَلَيْهِم مِّن كُلِّ بَابٍ ﴿٢٣﴾ سَلَٰمٌ عَلَيْكُم بِمَا صَبَرْتُمْ ۚ

فَنِعْمَ عُقْبَى الدَّارِ ﴿٢٤﴾

তারা তাদের প্রতিপালকের চেহারা (সন্তুষ্টি) কামনায় ধৈর্য ধারণ করে, নামায প্রতিষ্ঠা করে, আর আমি তাদেরকে যে জীবিকা দিয়েছি তাথেকে গোপনে ও প্রকাশ্যে ব্যয় করে। তারা অন্যায়কে ন্যায় দ্বারা প্রতিরোধ করে। পরকালের ঘর প্রাপ্তি এদের জন্যই নির্দিষ্ট। তা হল স্থায়ী জান্নাত, তাতে তারা প্রবেশ করবে। আর তাদের পিতৃ পুরুষ, স্বামী-স্ত্রী ও সন্তানাদির মধ্যে যারা সৎকর্ম করেছে তারাও। আর ফেরেশতারা সকল দরজা দিয়ে তাদের কাছে হাজির হয়ে সংবর্ধনা জানাবে (এই বলে যে)- "তোমাদের প্রতি শান্তি বর্ষিত হোক, কারণ তোমরা ধৈর্যধারণ করেছিলে। কতই না উত্তম পরকালের এই ঘর!"

২৫

সূরা ইবরাহীম : ৫

وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا مُوسَىٰ بِـَٔايَٰتِنَآ أَنْ أَخْرِجْ قَوْمَكَ مِنَ ٱلظُّلُمَٰتِ إِلَى ٱلنُّورِ

وَذَكِّرْهُم بِأَيَّىٰمِ ٱللَّهِ ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّكُلِّ صَبَّارٍ شَكُورٍ ٥

আর অবশ্যই আমি মূসাকে আমার নিদর্শনসমূহ দিয়ে পাঠিয়েছিলাম আর বলেছিলাম, তোমার জাতিকে অন্ধকার থেকে আলোতে বের করে আন, আর তাদেরকে আল্লাহর হুকুমে ঘটিত অতীতের ঘটনাবলী দিয়ে উপদেশ দাও। এতে প্রত্যেক পরম সহিষ্ণু ও পরম কৃতজ্ঞ ব্যক্তির জন্য অবশ্যই নিদর্শনসমূহ রয়েছে।

২৬

সূরা ইবরাহীম : ১২

وَمَا لَنَآ أَلَّا نَتَوَكَّلَ عَلَى ٱللَّهِ وَقَدْ هَدَىٰنَا سُبُلَنَا ۚ وَلَنَصْبِرَنَّ عَلَىٰ مَا

ءَاذَيْتُمُونَا ۚ وَعَلَى ٱللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ ٱلْمُتَوَكِّلُونَ ١٢

আমরা আল্লাহর উপর ভরসা করব না কেন, তিনিই তো আমাদেরকে পথ দেখিয়েছেন, তোমরা আমাদেরকে যে ক্লেশই দাওনা কেন, আমরা তাতে অবশ্য অবশ্যই ধৈর্য ধারণ করব, আর ভরসাকারীদের আল্লাহরই উপর ভরসা করা উচিত।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

২৭

সূরা আন-নাহল : ৪১-৪২

وَالَّذِينَ هَاجَرُوا فِي اللَّهِ مِن بَعْدِ مَا ظُلِمُوا لَنُبَوِّئَنَّهُمْ فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً ۖ

وَلَأَجْرُ الْآخِرَةِ أَكْبَرُ ۚ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ ﴿٤١﴾ الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ

يَتَوَكَّلُونَ ﴿٤٢﴾

যারা অত্যাচারিত হওয়ার পরও আল্লাহর পথে হিজরাত করেছে, আমি তাদেরকে অবশ্য অবশ্যই এ দুনিয়াতে উত্তম আবাস দান করব, আর আখেরাতের পুরস্কার তো অবশ্যই সবচেয়ে বড়। হায়, তারা যদি জানত! (আখেরাতের ঐ পুরস্কার তাদের জন্য) যারা ধৈর্যধারণ করে আর তাদের প্রতিপালকের উপর নির্ভর করে।

২৮

সূরা আন-নাহল : ৯৬

مَا عِندَكُمْ يَنفَدُ ۖ وَمَا عِندَ اللَّهِ بَاقٍ ۗ وَلَنَجْزِيَنَّ الَّذِينَ صَبَرُوا أَجْرَهُم

بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٩٦﴾

তোমাদের কাছে যা আছে তা শেষ হয়ে যাবে, আর আল্লাহর কাছে যা আছে তা টিকে থাকবে। আমরা অবশ্য অবশ্যই ধৈর্যশীলদেরকে তারা যা করে তার চেয়ে উত্তম প্রতিদান দেব।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

২৯

সূরা আন-নাহল : ১১০

ثُمَّ إِنَّ رَبَّكَ لِلَّذِينَ هَاجَرُوا مِن بَعْدِ مَا فُتِنُوا ثُمَّ جَٰهَدُوا وَصَبَرُوٓا إِنَّ
رَبَّكَ مِن بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَّحِيمٌ ١١٠

> অবশ্যই তোমার প্রতিপালক তাদের জন্য যারা নির্যাতিত হওয়ার পর হিজরাত করে, অতঃপর জিহাদ করে, অতঃপর ধৈর্যধারণ করে, এ সবের পর তোমার প্রতিপালক অবশ্যই বড়ই ক্ষমাশীল, বড়ই দয়ালু।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৩০ **সূরা আন-নাহল : ১২৬-১২৮**

وَإِنْ عَاقَبْتُمْ فَعَاقِبُوا بِمِثْلِ مَا عُوقِبْتُم بِهِۦ ۖ وَلَئِن صَبَرْتُمْ لَهُوَ خَيْرٌ
لِّلصَّٰبِرِينَ ﴿١٢٦﴾ وَٱصْبِرْ وَمَا صَبْرُكَ إِلَّا بِٱللَّهِ ۚ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَلَا تَكُ
فِى ضَيْقٍ مِّمَّا يَمْكُرُونَ ﴿١٢٧﴾ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلَّذِينَ ٱتَّقَوا۟ وَّٱلَّذِينَ هُم
مُّحْسِنُونَ ﴿١٢٨﴾

যদি তোমরা প্রতিশোধ গ্রহণ করতে চাও তবে ততটুকু প্রতিশোধ গ্রহণ কর যতটুকু অন্যায় তোমাদের উপর করা হয়েছে। আর যদি তোমরা ধৈর্য ধারণ কর তবে ধৈর্যধারণকারীদের জন্য অবশ্যই তা উত্তম। তুমি ধৈর্য ধারণ কর, তোমার ধৈর্য তো কেবল আল্লাহ ব্যতীত নয়, ওদের কার্যকলাপে তুমি দুঃখিত হয়ো না, আর ওদের ষড়যন্ত্র করার কারণে অন্তরে কুণ্ঠাবোধ করো না। যারা তাক্বওয়া অবলম্বন করে আর সৎকর্মশীল, আল্লাহ তো তাদেরই সঙ্গে আছেন।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৩১ **সূরা আল-কাহফ : ২৮**

وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُم بِالْغَدَوٰةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُۥ ۖ وَلَا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَوٰةِ الدُّنْيَا ۖ وَلَا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُۥ عَن ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَىٰهُ وَكَانَ أَمْرُهُۥ فُرُطًا ﴿٢٨﴾

তুমি দৃঢ় চিত্ত হয়ে তাদের সাথে অবস্থান কর যারা সকাল-সন্ধ্যা তাদের প্রতিপালককে আহবান করে তাঁর সন্তুষ্টি লাভের সন্ধানে। পার্থিব জীবনের শোভা ও চাকচিক্য কামনায় তুমি তাদের থেকে তোমার দৃষ্টি ফিরিয়ে নিও না। তুমি তার আনুগত্য কর না যার অন্তরকে আমি আমার স্মরণ হতে উদাসীন করে দিয়েছি, যে নিজের প্রবৃত্তির আনুগত্য করে আর যার কার্যকলাপ হচ্ছে সীমালঙ্ঘনমূলক।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৩২

সূরা আল-কাহফ : ৬৬-৬৯

قَالَ لَهُۥ مُوسَىٰ هَلْ أَتَّبِعُكَ عَلَىٰٓ أَن تُعَلِّمَنِ مِمَّا عُلِّمْتَ رُشْدًا ﴿٦٦﴾ قَالَ
إِنَّكَ لَن تَسْتَطِيعَ مَعِىَ صَبْرًا ﴿٦٧﴾ وَكَيْفَ تَصْبِرُ عَلَىٰ مَا لَمْ تُحِطْ بِهِۦ
خُبْرًا ﴿٦٨﴾ قَالَ سَتَجِدُنِىٓ إِن شَآءَ ٱللَّهُ صَابِرًا وَلَآ أَعْصِى لَكَ أَمْرًا ﴿٦٩﴾

মূসা তাকে বলল, ‘আমি কি এ শর্তে আপনার অনুসরণ করব যে, আপনি আমাকে সেই (বিশেষ) জ্ঞান থেকে শিক্ষা দেবেন যে জ্ঞান আপনাকে শেখানো হয়েছে?’ সে বলল, ‘আপনি কিছুতেই আমার সাথে ধৈর্য ধারণ করতে পারবেন না।’ আপনি কীভাবে সে বিষয়ে ধৈর্য ধারণ করবেন যা আপনার জ্ঞানের আয়ত্বের বাইরে?’ মূসা বলল, ‘আল্লাহ চাইলে আমাকে ধৈর্যশীলই পাবেন, আমি আপনার কোন নির্দেশই লঙ্ঘন করব না।’

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৩৩

সূরা মারইয়াম : ৬৪-৬৫

وَمَا نَتَنَزَّلُ إِلَّا بِأَمْرِ رَبِّكَ ۖ لَهُۥ مَا بَيْنَ أَيْدِينَا وَمَا خَلْفَنَا وَمَا بَيْنَ ذَٰلِكَ ۚ
وَمَا كَانَ رَبُّكَ نَسِيًّا ﴿٦٤﴾ رَّبُّ السَّمَٰوَٰتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا فَاعْبُدْهُ
وَاصْطَبِرْ لِعِبَٰدَتِهِۦ ۚ هَلْ تَعْلَمُ لَهُۥ سَمِيًّا ﴿٦٥﴾

(ফেরেশতাগণ বলে) ‘আমরা আপনার প্রতিপালকের হুকুম ছাড়া অবতরণ করি না, যা আমাদের সামনে আছে, আর যা আমাদের পেছনে আছে আর এ দু’য়ের মাঝে যা আছে তা তাঁরই, আপনার প্রতিপালক কক্ষনো ভুলে যান না। তিনি আকাশ, যমীন আর এ দু’য়ের মাঝে যা আছে তার প্রতিপালক, কাজেই তুমি তাঁর ‘ইবাদাত কর, আর তাঁর ‘ইবাদাতে নিয়মিত ও দৃঢ় থাক। তুমি কি তাঁর নামের গুণসম্পন্ন অন্য আর কেউ আছে বলে জান?

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৩৪ **সূরা ত্বহা : ১৩০-১৩২**

فَاصۡبِرۡ عَلٰی مَا یَقُوۡلُوۡنَ وَسَبِّحۡ بِحَمۡدِ رَبِّكَ قَبۡلَ طُلُوۡعِ الشَّمۡسِ وَقَبۡلَ
غُرُوۡبِهَا ۚ وَمِنۡ اٰنَآیِٔ الَّیۡلِ فَسَبِّحۡ وَاَطۡرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرۡضٰی ﴿۱۳۰﴾ وَلَا
تَمُدَّنَّ عَیۡنَیۡكَ اِلٰی مَا مَتَّعۡنَا بِهٖۤ اَزۡوَاجًا مِّنۡهُمۡ زَهۡرَةَ الۡحَیٰوةِ الدُّنۡیَا
لِنَفۡتِنَهُمۡ فِیۡهِ ؕ وَرِزۡقُ رَبِّكَ خَیۡرٌ وَّاَبۡقٰی ﴿۱۳۱﴾ وَاۡمُرۡ اَهۡلَكَ بِالصَّلٰوةِ وَاصۡطَبِرۡ
عَلَیۡهَا ؕ لَا نَسۡـَٔلُكَ رِزۡقًا ؕ نَحۡنُ نَرۡزُقُكَ ؕ وَالۡعَاقِبَةُ لِلتَّقۡوٰی ﴿۱۳۲﴾

কাজেই তারা যা বলছে তাতে তুমি ধৈর্য ধারণ কর এবং তোমার প্রতিপালকের প্রশংসাগীতি (নিয়মিত) উচ্চারণ কর সূর্যোদয়ের পূর্বে ও তা অস্তমিত হওয়ার পূর্বে এবং তাঁর পবিত্রতা ও মহিমা ঘোষণা কর রাত্রিকালে ও দিনের প্রান্তগুলোয় যাতে তুমি সন্তুষ্ট হতে পার। তুমি কক্ষনো চোখ খুলে তাকিও না ঐ সব বস্তুর প্রতি যা আমি তাদের বিভিন্ন দলকে পার্থিব জীবনে উপভোগের জন্য সৌন্দর্য স্বরূপ দিয়েছি, এসব দিয়ে তাদেরকে পরীক্ষা করার জন্য। তোমার প্রতিপালকের দেয়া রিযকই হল সবচেয়ে উত্তম ও সবচেয়ে বেশী স্থায়ী। আর তোমার পরিবার-পরিজনকে নামাযের নির্দেশ দাও আর তাতে অবিচল থাক। তোমার কাছে আমি রিযক চাই না, আমিই তোমাকে রিযক দিয়ে থাকি, উত্তম পরিণাম মুত্তাকীদের জন্য নির্দিষ্ট।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৩৫ **সূরা আল-আম্বিয়া : ৮৩-৮৬**

۞ وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُۥٓ أَنِّى مَسَّنِىَ ٱلضُّرُّ وَأَنتَ أَرْحَمُ ٱلرَّٰحِمِينَ ﴿٨٣﴾
فَٱسْتَجَبْنَا لَهُۥ فَكَشَفْنَا مَا بِهِۦ مِن ضُرٍّ ۖ وَءَاتَيْنَٰهُ أَهْلَهُۥ وَمِثْلَهُم مَّعَهُمْ
رَحْمَةً مِّنْ عِندِنَا وَذِكْرَىٰ لِلْعَٰبِدِينَ ﴿٨٤﴾ وَإِسْمَٰعِيلَ وَإِدْرِيسَ وَذَا ٱلْكِفْلِ ۖ
كُلٌّ مِّنَ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴿٨٥﴾ وَأَدْخَلْنَٰهُمْ فِى رَحْمَتِنَآ ۖ إِنَّهُم مِّنَ
ٱلصَّٰلِحِينَ ﴿٨٦﴾

স্মরণ কর আইয়ূবের কথা, যখন সে তার প্রতিপালককে ডেকেছিল : (এই ব'লে যে) আমি দুঃখ কষ্টে নিপতিত হয়েছি, তুমি তো দয়ালুদের সর্বশ্রেষ্ঠ দয়ালু। তখন আমি তার ডাকে সাড়া দিয়েছিলাম আর তার দুঃখ ক্লেশ দূর করে দিয়েছিলাম। আর তার পরিবারবর্গকে তার কাছে ফিরিয়ে দিয়েছিলাম, আর তাদের সাথে তাদের মত আরো দিয়েছিলাম আমার পক্ষ হতে রহমত স্বরূপ আর আমার যারা 'ইবাদাত করে তাদের জন্য স্মারক হিসেবে। স্মরণ কর ইসমা'ঈল, ইদরীস ও জুল-কিফল এর কথা, তাদের প্রত্যেকেই ছিল ধৈর্যশীল। আমি তাদেরকে আমার রাহমাতের অন্তর্ভুক্ত করেছিলাম, কারণ তারা ছিল সৎকর্মশীল।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৩৬ সূরা আল-হাজ্জ : ৩৪-৩৫

وَلِكُلِّ أُمَّةٍ جَعَلْنَا مَنسَكًا لِّيَذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَىٰ مَا رَزَقَهُم مِّن بَهِيمَةِ
الْأَنْعَامِ ۗ فَإِلَٰهُكُمْ إِلَٰهٌ وَاحِدٌ فَلَهُ أَسْلِمُوا ۗ وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ ﴿٣٤﴾ الَّذِينَ
إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَالصَّابِرِينَ عَلَىٰ مَا أَصَابَهُمْ وَالْمُقِيمِي الصَّلَاةِ
وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ ﴿٣٥﴾

আমি প্রতিটি সম্প্রদায়ের জন্য (কুরবানীর) নিয়ম করে দিয়েছি। তাদেরকে চতুষ্পদ জন্তু হতে যে রিযক্ দেয়া হয়েছে সেগুলোর উপর তারা যেন আল্লাহর নাম উচ্চারণ করে, (এই বিভিন্ন নিয়ম-পদ্ধতির মূল লক্ষ্য কিন্তু এক-আল্লাহর নির্দেশ পালন), কারণ তোমাদের উপাস্য একমাত্র উপাস্য, কাজেই তাঁর কাছেই আত্মসমর্পণ কর আর সুসংবাদ দাও সেই বিনীতদেরকে- 'আল্লাহ' নামের উল্লেখ হলেই যাদের অন্তরাত্মা কেঁপে উঠে, যারা তাদের বিপদাপদে ধৈর্যধারণ করে, নামায কায়িম করে, আর তাদেরকে আমি যে রিযক্ দিয়েছি তাথেকে তারা ব্যয় করে।

alquranicruqyahhealing.com

৩৭ **সূরা আল-মু'মিনুন : ১০৯-১১১**

إِنَّهُۥ كَانَ فَرِيقٌ مِّنْ عِبَادِى يَقُولُونَ رَبَّنَآ ءَامَنَّا فَٱغْفِرْ لَنَا وَٱرْحَمْنَا
وَأَنتَ خَيْرُ ٱلرَّٰحِمِينَ ﴿١٠٩﴾ فَٱتَّخَذْتُمُوهُمْ سِخْرِيًّا حَتَّىٰٓ أَنسَوْكُمْ ذِكْرِى
وَكُنتُم مِّنْهُمْ تَضْحَكُونَ ﴿١١٠﴾ إِنِّى جَزَيْتُهُمُ ٱلْيَوْمَ بِمَا صَبَرُوٓا۟ أَنَّهُمْ هُمُ
ٱلْفَآئِزُونَ ﴿١١١﴾

আমার বান্দাহদের একদল বলত- 'হে আমাদের প্রতিপালক! আমরা ঈমান এনেছি, তুমি আমাদেরকে ক্ষমা কর, আমাদের প্রতি দয়া কর, তুমি তো সর্বশ্রেষ্ঠ দয়ালু।' কিন্তু তাদেরকে নিয়ে তোমরা হাসি তামাশা করতে এমনকি তা তোমাদেরকে আমার কথা ভুলিয়ে দিয়েছিল, তোমরা তাদেরকে নিয়ে হাসি-ঠাট্টাই করতে। আজ আমি তাদেরকে পুরস্কৃত করলাম তাদের ধৈর্য ধারণের কারণে, আজ তারাই তো সফলকাম।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৩৮

সূরা আল-ফুরকান : ২০

وَمَا أَرْسَلْنَا قَبْلَكَ مِنَ الْمُرْسَلِينَ إِلَّا إِنَّهُمْ لَيَأْكُلُونَ الطَّعَامَ وَيَمْشُونَ فِي

الْأَسْوَاقِ ۗ وَجَعَلْنَا بَعْضَكُمْ لِبَعْضٍ فِتْنَةً أَتَصْبِرُونَ ۗ وَكَانَ رَبُّكَ

بَصِيرًا ﴿٢٠﴾

আমি তোমার পূর্বে যে সব রসূল পাঠিয়েছিলাম তারা সবাই খাদ্য গ্রহণ করত, আর হাট-বাজারে চলাফেরা করত। আমি তোমাদের এককে অপরের জন্য করেছি পরীক্ষাস্বরূপ (কাউকে করেছি ধনী, কাউকে গরীব, কাউকে সবল, কাউকে দুর্বল, কাউকে রুগ্ন, কাউকে সুস্থ), দেখি, তোমরা (নিজ নিজ অবস্থার উপর) ধৈর্য ধারণ কর কিনা। তোমার প্রতিপালক সব কিছু দেখেন।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৩৯

সূরা আল-ফুরকান : ৪১-৪২

وَإِذَا رَأَوْكَ إِن يَتَّخِذُونَكَ إِلَّا هُزُوًا أَهَٰذَا الَّذِى بَعَثَ اللَّهُ رَسُولًا ﴿٤١﴾ إِن
كَادَ لَيُضِلُّنَا عَنْ ءَالِهَتِنَا لَوْلَآ أَن صَبَرْنَا عَلَيْهَا ۚ وَسَوْفَ يَعْلَمُونَ حِينَ
يَرَوْنَ الْعَذَابَ مَنْ أَضَلُّ سَبِيلًا ﴿٤٢﴾

তারা যখন তোমাকে দেখে, তারা তোমাকে ঠাট্টা-বিদ্রূপের পাত্র ছাড়া অন্য কিছু গণ্য করে না, আর বলে : এটা কি সেই লোক আল্লাহ যাকে রসূল করে পাঠিয়েছেন? সে তো আমাদেরকে আমাদের ইলাহদের থেকে অবশ্যই সরিয়ে দিত যদি আমরা তাদের প্রতি দৃঢ়চিত্ত না থাকতাম। যখন তারা শাস্তি দেখবে তখন জানবে যে পথের ক্ষেত্রে কারা অধিক ভ্রষ্ট ছিল।

৪০ **সূরা আল-ফুরকান : ৪১-৪২**

وَإِذَا رَأَوْكَ إِن يَتَّخِذُونَكَ إِلَّا هُزُوًا أَهَٰذَا ٱلَّذِى بَعَثَ ٱللَّهُ رَسُولًا ﴿٤١﴾ إِن
كَادَ لَيُضِلُّنَا عَنْ ءَالِهَتِنَا لَوْلَآ أَن صَبَرْنَا عَلَيْهَا ۚ وَسَوْفَ يَعْلَمُونَ حِينَ
يَرَوْنَ ٱلْعَذَابَ مَنْ أَضَلُّ سَبِيلًا ﴿٤٢﴾

তারা যখন তোমাকে দেখে, তারা তোমাকে ঠাট্টা-বিদ্রূপের পাত্র ছাড়া অন্য কিছু গণ্য করে না, আর বলে : এটা কি সেই লোক আল্লাহ যাকে রসূল করে পাঠিয়েছেন? সে তো আমাদেরকে আমাদের ইলাহদের থেকে অবশ্যই সরিয়ে দিত যদি আমরা তাদের প্রতি দৃঢ়চিত্ত না থাকতাম। যখন তারা শাস্তি দেখবে তখন জানবে যে পথের ক্ষেত্রে কারা অধিক ভ্রষ্ট ছিল।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৪১

সূরা আল-ফুরকান : ৭৪-৭৬

وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَٰجِنَا وَذُرِّيَّٰتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا

لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا ﴿٧٤﴾ أُولَٰئِكَ يُجْزَوْنَ الْغُرْفَةَ بِمَا صَبَرُوا وَيُلَقَّوْنَ فِيهَا

تَحِيَّةً وَسَلَٰمًا ﴿٧٥﴾ خَٰلِدِينَ فِيهَا ج حَسُنَتْ مُسْتَقَرًّا وَمُقَامًا ﴿٧٦﴾

আর যারা প্রার্থনা করে : হে আমাদের প্রতিপালক! আমাদেরকে এমন স্ত্রী ও সন্তানাদি দান কর যারা আমাদের চোখ জুড়িয়ে দেয় আর আমাদেরকে মুত্তাকীদের নেতা বানিয়ে দাও। এদেরকেই তাদের ধৈর্যধারণের কারণে জান্নাতের সুউচ্চ স্থান দান ক'রে পুরস্কৃত করা হবে। সেখানে তাদেরকে অভ্যর্থনা জানানো হবে সংবর্ধনা ও সালাম জানিয়ে। সেখানে তারা চিরকাল থাকবে, আবাসস্থল ও অবস্থানস্থল হিসেবে তা কতই না উৎকৃষ্ট!

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৪২ **সূরা আল-কাসাস : ৫৩-৫৪**

وَإِذَا يُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ قَالُوٓا۟ ءَامَنَّا بِهِۦٓ إِنَّهُ ٱلْحَقُّ مِن رَّبِّنَآ إِنَّا كُنَّا مِن قَبْلِهِۦ مُسْلِمِينَ ﴿٥٣﴾ أُو۟لَـٰٓئِكَ يُؤْتَوْنَ أَجْرَهُم مَّرَّتَيْنِ بِمَا صَبَرُوا۟ وَيَدْرَءُونَ بِٱلْحَسَنَةِ ٱلسَّيِّئَةَ وَمِمَّا رَزَقْنَـٰهُمْ يُنفِقُونَ ﴿٥٤﴾

তাদের নিকট যখন তা আবৃত্তি করা হয় তখন তারা বলে- আমরা এতে বিশ্বাস করি, এ সত্য আমাদের প্রতিপালকের নিকট থেকে (আগত), এর পূর্বেই আমরা আত্মসমর্পণকারী ছিলাম। তাদেরকে তাদের পারিশ্রমিক দু'বার দেয়া হবে যেহেতু তারা ধৈর্য ধারণ করেছে এবং তারা ভাল দিয়ে মন্দের প্রতিহত করে আর আমি তাদেরকে যে রিযক দিয়েছি তাথেকে তারা ব্যয় করে।

৪৩ **সূরা আল-কাসাস : ৮০**

وَقَالَ ٱلَّذِينَ أُوتُوا۟ ٱلْعِلْمَ وَيْلَكُمْ ثَوَابُ ٱللَّهِ خَيْرٌ لِّمَنْ ءَامَنَ وَعَمِلَ صَـٰلِحًا وَلَا يُلَقَّىٰهَآ إِلَّا ٱلصَّـٰبِرُونَ ﴿٨٠﴾

যাদেরকে জ্ঞান দেয়া হয়েছিল তারা বলল- 'ধিক তোমাদের প্রতি, আল্লাহর পুরস্কারই শ্রেষ্ঠতর তাদের জন্য যারা ঈমান আনে ও সৎ কাজ করে, আর সত্যপথে অবিচল ধৈর্যশীল ছাড়া অন্য কেউ তা প্রাপ্ত হয় না।

৪৪

সূরা আল-আনকাবূত : ৫৮-৫৯

وَالَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّلِحَتِ لَنُبَوِّئَنَّهُم مِّنَ الْجَنَّةِ غُرَفًا تَجْرِى مِن

تَحْتِهَا الْأَنْهَرُ خَلِدِينَ فِيهَا ۚ نِعْمَ أَجْرُ الْعَمِلِينَ ﴿٥٨﴾ الَّذِينَ صَبَرُوا

وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٥٩﴾

যারা ঈমান আনে আর সৎ কাজ করে, আমি তাদেরকে অবশ্য অবশ্যই জান্নাতে সুউচ্চ প্রাসাদে বাসস্থান দেব যার তলদেশে নদীসমূহ প্রবাহিত, তার ভেতরে তারা চিরকাল থাকবে। সৎকর্মশীলদের প্রতিদান কতই না উত্তম! যারা ধৈর্যধারণ করে আর তাদের প্রতিপালকের উপর ভরসা রাখে।

৪৫

সূরা আর-রূম : ৬০

فَاصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ ۖ وَلَا يَسْتَخِفَّنَّكَ الَّذِينَ لَا يُوقِنُونَ ﴿٦٠﴾

কাজেই তুমি ধৈর্য ধর, আল্লাহর ও'য়াদা সত্য। যারা দৃঢ় বিশ্বাস রাখে না, তারা যেন তোমাকে উত্তেজিত না করতে পারে।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৪৬

সূরা লুকমান : ১৭

يَٰبُنَيَّ أَقِمِ ٱلصَّلَوٰةَ وَأۡمُرۡ بِٱلۡمَعۡرُوفِ وَٱنۡهَ عَنِ ٱلۡمُنكَرِ وَٱصۡبِرۡ عَلَىٰ مَآ

أَصَابَكَۖ إِنَّ ذَٰلِكَ مِنۡ عَزۡمِ ٱلۡأُمُورِ ١٧

হে বৎস! তুমি নামায কায়িম কর, সৎ কাজের নির্দেশ দাও আর মন্দ কাজ হতে নিষেধ কর এবং বিপদাপদে ধৈর্যধারণ কর। নিশ্চয় এটা দৃঢ় সংকল্পের কাজ।

৪৭

সূরা লুকমান : ৩১

أَلَمۡ تَرَ أَنَّ ٱلۡفُلۡكَ تَجۡرِي فِي ٱلۡبَحۡرِ بِنِعۡمَتِ ٱللَّهِ لِيُرِيَكُم مِّنۡ ءَايَٰتِهِۦٓۚ إِنَّ

فِي ذَٰلِكَ لَأٓيَٰتٖ لِّكُلِّ صَبَّارٖ شَكُورٖ ٣١

তুমি কি লক্ষ্য কর না যে, নৌযানগুলো আল্লাহর অনুগ্রহে সমুদ্রে চলাচল করে যাতে তিনি তোমাদেরকে তাঁর নিদর্শনের কিছু দেখাতে পারেন। এতে অবশ্যই প্রত্যেক ধৈর্যশীল কৃতজ্ঞ ব্যক্তির জন্য নিদর্শন রয়েছে।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৪৮ **সূরা আস-সাজদাহ : ২৩-২৪**

وَلَقَدْ ءَاتَيْنَا مُوسَى الْكِتَٰبَ فَلَا تَكُن فِى مِرْيَةٍ مِّن لِّقَآئِهِۦ ۖ وَجَعَلْنَٰهُ

هُدًى لِّبَنِىٓ إِسْرَٰٓءِيلَ ﴿٢٣﴾ وَجَعَلْنَا مِنْهُمْ أَئِمَّةً يَهْدُونَ بِأَمْرِنَا لَمَّا صَبَرُوا۟ ۖ

وَكَانُوا۟ بِـَٔايَٰتِنَا يُوقِنُونَ ﴿٢٤﴾

আমি মূসাকে কিতাব দিয়েছিলাম, কাজেই তুমি তার (অর্থাৎ আল কুরআনের) প্রাপ্তিতে সন্দেহে পতিত হয়ো না। আমি ওটাকে বানী ইসরাঈলের জন্য পথপ্রদর্শক করেছিলাম। আর আমি তাদের মধ্য হতে নেতা মনোনীত করেছিলাম যারা আমার নির্দেশ মুতাবেক সৎপথপ্রদর্শন করত যতদিন তারা ধৈর্য অবলম্বন করেছিল আর আমার আয়াতসমূহের উপর দৃঢ় বিশ্বাসী ছিল।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৪৯ **সূরা আল-আহযাব : ৩৫**

إِنَّ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمٰتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنٰتِ وَالْقٰنِتِينَ وَالْقٰنِتٰتِ

وَالصّٰدِقِينَ وَالصّٰدِقٰتِ وَالصّٰبِرِينَ وَالصّٰبِرٰتِ وَالْخٰشِعِينَ وَالْخٰشِعٰتِ

وَالْمُتَصَدِّقِينَ وَالْمُتَصَدِّقٰتِ وَالصّٰٓئِمِينَ وَالصّٰٓئِمٰتِ وَالْحٰفِظِينَ فُرُوجَهُمْ

وَالْحٰفِظٰتِ وَالذّٰكِرِينَ اللّٰهَ كَثِيرًا وَالذّٰكِرٰتِ أَعَدَّ اللّٰهُ لَهُم مَّغْفِرَةً وَأَجْرًا

عَظِيمًا ﴿٣٥﴾

মুসলিম পুরুষ ও মুসলিম নারী, মু'মিন পুরুষ ও মু'মিন নারী, অনুগত পুরুষ ও অনুগত নারী, সত্যনিষ্ঠ পুরুষ ও সত্যনিষ্ঠ নারী, ধৈর্যশীল পুরুষ ও ধৈর্যশীল নারী, বিনয়ী পুরুষ ও বিনয়ী নারী, দানশীল পুরুষ ও দানশীল নারী, রোযাপালনকারী পুরুষ ও রোযাপালনারী নারী, যৌনাঙ্গের সুরক্ষাকারী পুরুষ ও যৌনাঙ্গের সুরক্ষাকারী নারী, আল্লাহকে অধিক স্মরণকারী পুরুষ ও আল্লাহকে অধিক স্মরণকারী নারী- আল্লাহ তাদের জন্য প্রস্তুত রেখেছেন ক্ষমা ও মহাপ্রতিদান।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৫০

সূরা আস-সাফফাত : ১০২

فَلَمَّا بَلَغَ مَعَهُ السَّعْىَ قَالَ يٰبُنَىَّ إِنِّى أَرٰى فِى الْمَنَامِ أَنِّىٓ أَذْبَحُكَ فَانظُرْ

مَاذَا تَرٰى ۚ قَالَ يٰٓأَبَتِ افْعَلْ مَا تُؤْمَرُ ۖ سَتَجِدُنِىٓ إِن شَآءَ اللَّهُ مِنَ

الصّٰبِرِينَ ﴿١٠٢﴾

অতঃপর সে যখন তার পিতার সাথে চলাফিরা করার বয়সে পৌঁছল, তখন ইবরাহীম (আঃ) বলল, ‘বৎস! আমি স্বপ্নে দেখেছি যে, আমি তোমাকে যবেহ করছি, এখন বল, তোমার অভিমত কী? সে বলল, ‘হে পিতা! আপনাকে যা আদেশ করা হয়েছে আপনি তাই করুন, আল্লাহ চাইলে আপনি আমাকে ধৈর্যশীলই পাবেন।

৫১

সূরা সোয়াদ : ১৬-১৭

وَقَالُوا رَبَّنَا عَجِّل لَّنَا قِطَّنَا قَبْلَ يَوْمِ الْحِسَابِ ﴿١٦﴾ اصْبِرْ عَلٰى مَا

يَقُولُونَ وَاذْكُرْ عَبْدَنَا دَاوُۥدَ ذَا الْأَيْدِ ۖ إِنَّهُۥٓ أَوَّابٌ ﴿١٧﴾

এরা বলে, হে আমাদের প্রতিপালক! হিসাবের দিনের আগেই আমাদের প্রাপ্য (শাস্তি) আমাদেরকে তাড়াতাড়ি দিয়ে দিন। এরা যা বলে তাতে তুমি ধৈর্য ধারণ কর, আর আমার বান্দাহ দাঊদের কথা স্মরণ কর, সে ছিল শক্তি-সামর্থ্যের অধিকারী আর বড়ই আল্লাহর দিকে প্রত্যাবর্তনকারী।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৫২

সূরা সোয়াদ : ৪৪

وَخُذْ بِيَدِكَ ضِغْثًا فَاضْرِب بِّهِۦ وَلَا تَحْنَثْ ۗ إِنَّا وَجَدْنَٰهُ صَابِرًا ۚ نِّعْمَ الْعَبْدُ ۖ إِنَّهُۥٓ أَوَّابٌ ﴿٤٤﴾

(আমি তাকে বললাম) কিছু ঘাস লও আর তা দিয়ে আঘাত কর, (আর তোমার স্ত্রীকে একশত বেত্রাঘাত করার শপথ) ভঙ্গ করো না। আমি তাকে পেয়েছিলাম পূর্ণ ধৈর্যশীল, কতই না উত্তম বান্দাহ, প্রকৃতই (আল্লাহ) অভিমুখী।

৫৩

সূরা আয-যুমার : ১০

قُلْ يَٰعِبَادِ الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا رَبَّكُمْ ۚ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِى هَٰذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ ۗ وَأَرْضُ اللَّهِ وَٰسِعَةٌ ۗ إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّٰبِرُونَ أَجْرَهُم بِغَيْرِ حِسَابٍ ﴿١٠﴾

বল, হে ঈমানদারগণ! তোমরা তোমাদের প্রতিপালককে ভয় কর। এ দুনিয়ায় যারা ভাল কাজ করবে, তাদের জন্য আছে কল্যাণ। আল্লাহর যমীন প্রশস্ত (এক এলাকায় ‘ইবাদাত-বন্দেগী করা কঠিন হলে অন্যত্র চলে যাও)। আমি ধৈর্যশীলদেরকে তাদের পুরস্কার অপরিমিতভাবে দিয়ে থাকি।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৫৪ **সূরা গাফির : ৫৫**

فَاصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنبِكَ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ بِالْعَشِيِّ وَالْإِبْكَارِ ﴿٥٥﴾

> কাজেই তুমি ধৈর্য ধারণ কর, (তুমি দেখতে পাবে) আল্লাহর ও'য়াদা সত্য। তুমি তোমার ভুল-ভ্রান্তির জন্য ক্ষমা প্রার্থনা কর আর সকাল-সন্ধ্যা তোমার প্রতিপালকের প্রশংসা সহকারে পবিত্রতা বর্ণনা কর।

৫৫ **সূরা গাফির : ৭৭**

فَاصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ ۚ فَإِمَّا نُرِيَنَّكَ بَعْضَ الَّذِي نَعِدُهُمْ أَوْ نَتَوَفَّيَنَّكَ فَإِلَيْنَا يُرْجَعُونَ ﴿٧٧﴾

> অতএব তুমি ধৈর্য ধারণ কর, (কেননা) আল্লাহর ওয়া'দা সত্য। অতঃপর আমি তাদেরকে (শাস্তির) যে ওয়া'দা দিয়েছি তার কিছু যদি তোমাকে (এ পৃথিবীতেই) দেখিয়ে দেই অথবা (তাদেরকে শাস্তি দেয়ার পূর্বেই) তোমার মৃত্যু ঘটাই, (উভয় অবস্থাতেই) তাদেরকে আমার কাছেই ফিরে আসতে হবে। (আমার শাস্তি থেকে তারা রেহাই পাবে না)।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৫৬ সূরা ফুসসিলাত : ৩৪-৩৫

وَلَا تَسْتَوِى الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ۚ ادْفَعْ بِالَّتِى هِىَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِى

بَيْنَكَ وَبَيْنَهُۥ عَدَٰوَةٌ كَأَنَّهُۥ وَلِىٌّ حَمِيمٌ ﴿٣٤﴾ وَمَا يُلَقَّىٰهَآ إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا

وَمَا يُلَقَّىٰهَآ إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ ﴿٣٥﴾

ভাল আর মন্দ সমান নয়। উৎকৃষ্ট দিয়ে মন্দকে দূর কর। তখন দেখবে, তোমার আর যার মধ্যে শত্রুতা আছে সে যেন অন্তরঙ্গ বন্ধু। এ গুণ কেবল তারাই লাভ করে যারা ধৈর্যশীল, এ গুণ কেবল তারাই লাভ করে যারা মহা ভাগ্যবান।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৫৭ **সূরা আশ-শূরা : ৩২-৩৩**

وَمِنْ ءَايَٰتِهِ ٱلْجَوَارِ فِى ٱلْبَحْرِ كَٱلْأَعْلَٰمِ ﴿٣٢﴾ إِن يَشَأْ يُسْكِنِ ٱلرِّيحَ

فَيَظْلَلْنَ رَوَاكِدَ عَلَىٰ ظَهْرِهِۦٓ ۚ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَءَايَٰتٍ لِّكُلِّ صَبَّارٍ شَكُورٍ ﴿٣٣﴾

তাঁর নিদর্শনসমূহের মধ্যে হল সমুদ্রে নির্বিঘ্নে চলমান জাহাজ- পাহাড়ের মত। তিনি যদি ইচ্ছে করেন বাতাসকে থামিয়ে দিতে পারেন, তখন জাহাজগুলো সমুদ্র পৃষ্ঠে গতিহীন হয়ে পড়বে। এতে প্রত্যেক অতি ধৈর্যশীল শুকর আদায়কারীর জন্য অবশ্যই নিদর্শন রয়েছে।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৫৮

সূরা আশ-শূরা : ৪২-৪৩

إِنَّمَا السَّبِيلُ عَلَى الَّذِينَ يَظْلِمُونَ النَّاسَ وَيَبْغُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ ۚ أُولَٰئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ﴿٤٢﴾ وَلَمَن صَبَرَ وَغَفَرَ إِنَّ ذَٰلِكَ لَمِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ ﴿٤٣﴾

অভিযোগ তো তাদের বিরুদ্ধে যারা মানুষের প্রতি অত্যাচার করে, আর অন্যায়ভাবে যমীনে বিদ্রোহ সৃষ্টি করে; তাদের জন্য আছে যন্ত্রণাদায়ক শাস্তি। আর যে ব্যক্তি (অত্যাচারিত হওয়ার পরও) ধৈর্য ধারণ করে, আর (অত্যাচারীকে) ক্ষমা করে দেয়, তাহলে তা অবশ্যই দৃঢ় চিত্ততার কাজ।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৫৯

সূরা আল-আহকাফ : ৩৫

فَاصْبِرْ كَمَا صَبَرَ أُولُوا الْعَزْمِ مِنَ الرُّسُلِ وَلَا تَسْتَعْجِل لَّهُمْ ۚ كَأَنَّهُمْ

يَوْمَ يَرَوْنَ مَا يُوعَدُونَ لَمْ يَلْبَثُوا إِلَّا سَاعَةً مِّن نَّهَارٍ ۚ بَلَٰغٌ ۚ فَهَلْ يُهْلَكُ

إِلَّا الْقَوْمُ الْفَٰسِقُونَ ﴿٣٥﴾

কাজেই তুমি ধৈর্য ধর যেমনভাবে ধৈর্য ধারণ করেছিল দৃঢ় সংকল্পের অধিকারী রসূলগণ। আর এই লোকেদের ব্যাপারে তাড়াহুড়া করো না। কারণ যে বিষয়ে তাদেরকে সাবধান করা হয়েছে যেদিন তারা তা দেখবে, সেদিন তারা মনে করবে যে, একদিনের কিছু অংশের অধিক তারা দুনিয়াতে অবস্থান করেনি। (তোমার দায়িত্ব) পৌঁছানো, অতঃপর পাপাচারী সম্প্রদায় ছাড়া আর কে ধ্বংস হবে?

৬০

সূরা মুহাম্মাদ : ৩১

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّىٰ نَعْلَمَ الْمُجَٰهِدِينَ مِنكُمْ وَالصَّٰبِرِينَ وَنَبْلُوَا

أَخْبَارَكُمْ ﴿٣١﴾

আমি তোমাদেরকে অবশ্য অবশ্যই পরীক্ষা করব যতক্ষণ না আমি জেনে নিতে পারি তোমাদের মধ্যে মুজাহিদ আর ধৈর্যশীলদেরকে, আর তোমাদের অবস্থা যাচাই করতে পারি।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৬১ **সূরা আল-হুজুরাত : ৪-৫**

إِنَّ الَّذِينَ يُنَادُونَكَ مِن وَرَاءِ الْحُجُرَٰتِ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ ﴿٤﴾ وَلَوْ
أَنَّهُمْ صَبَرُوا حَتَّىٰ تَخْرُجَ إِلَيْهِمْ لَكَانَ خَيْرًا لَّهُمْ ۚ وَاللَّهُ غَفُورٌ
رَّحِيمٌ ﴿٥﴾

যারা তোমাকে হুজরার বাইরে থেকে (উচ্চঃস্বরে) ডাকে, তাদের অধিকাংশেরই কোন জ্ঞান নেই। তারা যদি ধৈর্য ধরত যে পর্যন্ত না তুমি তাদের কাছে বেরিয়ে আস, সেটাই তাদের জন্য উত্তম হত। আল্লাহ বড়ই ক্ষমাশীল, অতি দয়ালু।

৬২ **সূরা ক্বফ : ৩৯-৪০**

فَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ
الْغُرُوبِ ﴿٣٩﴾ وَمِنَ اللَّيْلِ فَسَبِّحْهُ وَأَدْبَٰرَ السُّجُودِ ﴿٤٠﴾

কাজেই তারা (মিথ্যা, উপহাসপূর্ণ ও অপমানজনক কথা) যা বলে তাতে তুমি ধৈর্য ধারণ কর আর সূর্যোদয়ের পূর্বে আর সূর্যাস্তের পূর্বে তোমার প্রতিপালকের মহিমা ও প্রশংসা ঘোষণা কর। আর তাঁর প্রশংসা ঘোষণা কর রাত্রির একাংশে আর নামাযের পরে।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৬৩ **সূরা আত-তূর : ৪৮-৪৯**

وَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ فَإِنَّكَ بِأَعْيُنِنَا ۖ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ حِينَ تَقُومُ ﴿٤٨﴾

وَمِنَ اللَّيْلِ فَسَبِّحْهُ وَإِدْبَارَ النُّجُومِ ﴿٤٩﴾

তুমি ধৈর্য ধরে তোমার প্রতিপালকের হুকুমের অপেক্ষায় থাক, কারণ তুমি আমার চোখের সামনেই আছ। আর তুমি তোমার প্রতিপালকের প্রশংসা ঘোষণা কর যখন তুমি উঠ (মাজলিস শেষে, অথবা বিছানা ছেড়ে কিংবা নামাযের জন্য)। আর রাত্রিকালে তাঁর প্রশংসা ও মহিমা ঘোষণা কর আর (রাতের শেষভাগে যখন) তারকারাজি অস্তমিত হয়ে যায়।

৬৪ **সূরা আল-কামার : ২৬-২৭**

سَيَعْلَمُونَ غَدًا مَّنِ الْكَذَّابُ الْأَشِرُ ﴿٢٦﴾ إِنَّا مُرْسِلُوا النَّاقَةِ فِتْنَةً لَّهُمْ

فَارْتَقِبْهُمْ وَاصْطَبِرْ ﴿٢٧﴾

আগামীকালই তারা জানতে পারবে কে বড়ই মিথ্যুক, দাম্ভিক আমি একটা উষ্ট্রী পাঠাচ্ছি, তাদেরকে পরীক্ষা করার জন্য, কাজেই (হে সালিহ!) তুমি তাদের আচরণ লক্ষ্য কর আর ধৈর্য ধর।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৬৫ **সূরা আল-কলম : ৪৮-৫২**

فَاصْبِرْ لِحُكْمِ رَبِّكَ وَلَا تَكُن كَصَاحِبِ الْحُوتِ إِذْ نَادَىٰ وَهُوَ
مَكْظُومٌ ﴿٤٨﴾ لَّوْلَآ أَن تَدَٰرَكَهُۥ نِعْمَةٌ مِّن رَّبِّهِۦ لَنُبِذَ بِالْعَرَآءِ وَهُوَ
مَذْمُومٌ ﴿٤٩﴾ فَاجْتَبَٰهُ رَبُّهُۥ فَجَعَلَهُۥ مِنَ الصَّٰلِحِينَ ﴿٥٠﴾ وَإِن يَكَادُ
الَّذِينَ كَفَرُوا لَيُزْلِقُونَكَ بِأَبْصَٰرِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّكْرَ وَيَقُولُونَ إِنَّهُۥ
لَمَجْنُونٌ ﴿٥١﴾ وَمَا هُوَ إِلَّا ذِكْرٌ لِّلْعَٰلَمِينَ ﴿٥٢﴾

> কাজেই তুমি তোমার প্রতিপালকের হুকুমের জন্য ধৈর্য ধরে অপেক্ষা কর, আর মাছওয়ালা [ইউনুস (আঃ)] এর মত (অধৈর্য) হয়ো না। স্মরণ কর যখন সে (তার প্রতিপালককে ডাক দিয়েছিল চিন্তায় দুঃখে আচ্ছন্ন হয়ে। তার প্রতিপালকের অনুগ্রহ যদি তার কাছে না পৌঁছত, তাহলে সে লাঞ্ছিত অবস্থায় ধুঁধুঁ বালুকাময় তীরে নিক্ষিপ্ত হত। এভাবে তার প্রতিপালক তাকে বেছে নিলেন আর তাকে সৎকর্মশীলদের অন্তর্ভুক্ত করলেন। কাফিররা যখন কুরআন শুনে তখন তারা যেন তাদের দৃষ্টি দিয়ে তোমাকে আছড়ে ফেলবে। আর তারা বলে, ''সে তো অবশ্যই পাগল।'' অথচ এ কুরআন বিশ্বজগতের জন্য উপদেশ ছাড়া অন্য কিছুই নয়।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৬৬

সূরা আল-মা'আরিজ : ৫-৭

فَاصْبِرْ صَبْرًا جَمِيلًا ۝٥ إِنَّهُمْ يَرَوْنَهُ بَعِيدًا ۝٦ وَنَرَاهُ قَرِيبًا ۝٧

সুতরাং (হে নবী!) ধৈর্য ধর- সুন্দর সৌজন্যমূলক ধৈর্য। তারা ঐ দিনটিকে সুদূর মনে করছে, কিন্তু আমি তা নিকটে দেখতে পাচ্ছি।

৬৭

সূরা আল-মুযযাম্মিল : ৮-১০

وَاذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا ۝٨ رَّبُّ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ لَا إِلَٰهَ

إِلَّا هُوَ فَاتَّخِذْهُ وَكِيلًا ۝٩ وَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَاهْجُرْهُمْ هَجْرًا

جَمِيلًا ۝١٠

কাজেই তুমি তোমার প্রতিপালকের নাম স্মরণ কর এবং একাগ্রচিত্তে তাঁর প্রতি মগ্ন হও। (তিনি) পূর্ব ও পশ্চিমের সর্বময় কর্তা, তিনি ছাড়া সত্যিকারের কোন ইলাহ নেই, অতএব তাঁকেই তুমি তোমার কার্য সম্পদানকারী বানিয়ে লও। তারা যা বলে সে ব্যাপারে ধৈর্য ধারণ কর আর ভদ্রতার সঙ্গে তাদেরকে পরিহার ক'রে চল।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৬৮

সূরা আল-মুদ্দাসসির : ৬-৭

وَلَا تَمۡنُن تَسۡتَكۡثِرُ ۝٦ وَلِرَبِّكَ فَاصۡبِرۡ ۝٧

(কারো প্রতি) অনুগ্রহ করো না অধিক পাওয়ার উদ্দেশ্যে। তোমার প্রতিপালকের (সন্তুষ্টির) জন্য ধৈর্য ধর।

৬৯

সূরা আল-ইনসান : ১১-১২

فَوَقَىٰهُمُ اللَّهُ شَرَّ ذَٰلِكَ الۡيَوۡمِ وَلَقَّىٰهُمۡ نَضۡرَةً وَسُرُورًا ۝١١ وَجَزَىٰهُم بِمَا

صَبَرُوا جَنَّةً وَحَرِيرًا ۝١٢

যার ফলে আল্লাহ তাদেরকে সে দিনের অনিষ্ট হতে রক্ষা করবেন আর তাদেরকে দিবেন সজীবতা ও আনন্দ। আর তাদের ধৈর্য সহিষ্ণুতার বিনিময়ে তাদেরকে দিবেন জান্নাত ও রেশমী পোশাক।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৭০ **সূরা আল-ইনসান : ২৩-২৬**

إِنَّا نَحۡنُ نَزَّلۡنَا عَلَيۡكَ ٱلۡقُرۡءَانَ تَنزِيلٗا ﴿٢٣﴾ فَٱصۡبِرۡ لِحُكۡمِ رَبِّكَ وَلَا تُطِعۡ

مِنۡهُمۡ ءَاثِمًا أَوۡ كَفُورٗا ﴿٢٤﴾ وَٱذۡكُرِ ٱسۡمَ رَبِّكَ بُكۡرَةٗ وَأَصِيلٗا ﴿٢٥﴾ وَمِنَ

ٱلَّيۡلِ فَٱسۡجُدۡ لَهُۥ وَسَبِّحۡهُ لَيۡلٗا طَوِيلًا ﴿٢٦﴾

(হে নবী!) আমি তোমার কাছে কুরআন অবতীর্ণ করেছি ক্রমে ক্রমে (অল্প অল্প করে)। কাজেই তুমি ধৈর্য ধ'রে, তোমার প্রতিপালকের নির্দেশের অপেক্ষা কর আর তাদের মধ্যেকার পাপাচারী অথবা কাফিরের আনুগত্য কর না। আর সকাল-সন্ধ্যায় তোমার রব্ব এর নাম স্মরণ কর। আর রাতের কিছু অংশে তাঁর জন্য সেজদায় অবনত হও আর রাতের দীর্ঘ সময় ধরে তাঁর মহিমা বর্ণনা কর।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

৭১ **সূরা আল-বালাদ : ১৭-১৮**

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ ﴿١٧﴾

أُولَٰئِكَ أَصْحَٰبُ الْمَيْمَنَةِ ﴿١٨﴾

> তদুপরি সে মু'মিনদের মধ্যে শামিল হয় আর পরস্পরকে ধৈর্য ধারণের ও দয়া প্রদর্শনের উপদেশ দেয়। তারাই ডানপন্থী (সৌভাগ্যবান লোক)।

৭২ **সূরা আল-আসর : ১-৩**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنسَٰنَ لَفِى خُسْرٍ ﴿٢﴾

إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّٰلِحَٰتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

> কালের শপথ মানুষ অবশ্যই ক্ষতির মধ্যে (ডুবে) আছে, কিন্তু তারা নয় যারা ঈমান আনে ও সৎকর্ম করে এবং পরস্পরকে সত্যের উপদেশ দেয় এবং পরস্পরকে ধৈর্য ধারণের উপদেশ দেয়।

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com

সূত্র ও স্বীকৃতি:

মূল আরবি সংকলন: শাইখ খালিদ আল-হাবাশি (alroqya.com)। বাংলা অনুবাদ, বিন্যাস ও উপস্থাপনা: রাকী ফয়সাল আহমেদ সাবিত।
মূল ফাইল: *sabr_view.pdf*। বাংলা অনুবাদ: তাইসীরুল কুরআন — তাওহীদ পাবলিকেশন। আরবি পাঠ কুরআনের যাচাইকৃত ডেটাসেট থেকে সূরা ও আয়াত নম্বর অনুযায়ী নেওয়া হয়েছে।

সেবা ও হাদিয়া:

- মাসিক রুকইয়াহ — ১২টি সেশন + ডায়াগনোসিস। হাদিয়া **৬৪০ টাকা**।
- সেলফ রুকইয়াহ গাইডলাইন — শুধু নিজের জন্য আলাদা গাইডলাইন। হাদিয়া **৩০০ টাকা**।

নিজের সমস্যা কী — বদনজর, হাসাদ, সিহর নাকি অন্য কিছু — বুঝতে না পারলে মেসেজে লিখুন **Diagnosis**। নিতে চাইলে মেসেজ করুন।

রুকইয়াহ একটি শরয়ী চিকিৎসা পদ্ধতি, প্রয়োজনীয় চিকিৎসার বিকল্প নয়।

রাকী ফয়সাল আহমেদ সাবিত ✦ Raqi Faisal Ahmed Sabit

আল কুরআন রুকইয়াহ হিলিং সেন্টার — Al Quranic Ruqyah Healing Center

Page: Raqi Faisal Ahmed Sabit | Telegram: Raqi Faisal Ahmed Sabit (Official)

© Al Quran Ruqyah Healing Center · Raqi Faisal Ahmed Sabit · alquranicruqyahhealing.com