পরিবারকে ফিতনা সুরক্ষা চেকলিস্ট

"সুনাইহই বারাকাহ সুন্নাহই জীবন"

kitabulbarakah.com

কিতাবুলবারাকাহ

পরিবারকে ফিতনা থেকে রক্ষা করার চেকলিস্ট

(Family Fitna Protection Checklist)

কিতাবুলবারাকাহ

❶ আকীদা ও ঈমান সুরক্ষা

✔ পরিবারের সবাইকে তাওহীদ, রিসালাত, আখিরাত সম্পর্কে নিয়মিত শিক্ষা দেওয়া।
✔ ভুল আকীদা, গুমরাহি চিন্তা, ইউটিউবের ভুল দাওয়াহ থেকে পরিবারকে দূরে রাখা।
✔ প্রতিদিন ৫ ওয়াক্ত সালাত প্রতিষ্ঠা নিশ্চিত করা।
✔ সকাল-সন্ধ্যার জিকির পরিবারে অভ্যাস করা।

√ **আপনি কি এসব ফলো করছেন?**

□ হ্যাঁ □ না □ আংশিক

---

❷ স্ক্রিন ও ডিজিটাল ফিতনা নিয়ন্ত্রণ

✔ শিশুদের স্ক্রিন টাইম নির্দিষ্ট রাখা।
✔ ঘুমানোর ১.৫ ঘণ্টা আগে স্ক্রিন নিষিদ্ধ।
✔ প্যারেন্টাল কন্ট্রোল সেট করা।
✔ পরিবারের সবাই একই স্থানে স্ক্রিন ব্যবহার (hidden usage নয়)।
✔ TikTok/YouTube short ভোগ সীমিত রাখা।
✔ পরিবারের মধ্যে "Screen-Free Hour" রাখা (Maghrib–Isha সময়)।

√ **আপনি কি এসব ফলো করছেন?**

□ হ্যাঁ □ না □ আংশিক

---

❸ পরিবারে সুন্নাহভিত্তিক জীবনধারা

✔ বাড়িতে সুন্নাহর সালাম, হাসি, কথা বলার নরম স্বভাব।
✔ খাবার, ঘুম, আচরণ—সবকিছুতে সুন্নাহ চর্চা।
✔ বাসায় কুরআন তিলাওয়াতের পরিবেশ রাখা।
✔ সপ্তাহে অন্তত ১ দিন পরিবারের সাথে ইলম শেখার সময়।

√ **আপনার পরিবার কি এটা বজায় রাখে?**

□ হ্যাঁ □ না □ আংশিক

---

❹ সৎ সঙ্গ নিশ্চিত করা

- ✔ সন্তান কার সাথে মেশে – নজর রাখা।
- ✔ পরিবারের প্রাপ্তবয়স্কদের সঙ্গ পরিচ্ছন্ন রাখা।
- ✔ Toxic, atheistic, immoral influence থেকে বাঁচানো।

√ **আপনি কি সচেতন?**

□ হ্যাঁ □ না □ আংশিক

---

❺ তথ্য যাচাই ও সামাজিক মিডিয়া ফিতনা প্রতিরোধ

- ✔ যেকোনো খবর যাচাই ছাড়া শেয়ার না করা।
- ✔ Atheist/Feminist/Liberal toxic কনটেন্ট থেকে বাঁচানো।
- ✔ ব্যক্তিগত ডেটা শেয়ারিং কমানো।
- ✔ অনলাইনে বিতর্কে না যাওয়া (Fitna of arguments)।

√ **আপনি কি এটা মানেন?**

□ হ্যাঁ □ না □ আংশিক

---

❻পরিবারে দায়বদ্ধতা ও খোলামেলা আলোচনা

- ✔ পরিবারে সাপ্তাহিক “Family Meeting” ।
- ✔ সন্তানদের সাথে খোলামেলা আলোচনা।
- ✔ সমস্যা শুনে তাৎক্ষণিক সমাধান করার মনোভাব।
- ✔ দাম্পত্য সম্পর্ক শান্তিময় রেখে ফিতনার দরজা বন্ধ করা।

√ **আপনার পরিবারে কি হয়?**

□ হ্যাঁ □ না □ আংশিক

---

❼ দোয়া ও আল্লাহর উপর তাওয়াক্কুল

- ✔ প্রতিদিন ফিতনা থেকে নিরাপত্তার দোয়া।
- ✔ বাচ্চাদের মুখস্থ করানো।
- ✔ পরিবার একসাথে দোয়া করা।
- ✔ প্রতিটি সিদ্ধান্তে আল্লাহর উপর ভরসা।

√ **আপনি কি নিয়মিত করেন?**

□ হ্যাঁ □ না □ আংশিক

---

❽ ঘরের পরিবেশ পরিশুদ্ধ রাখা

- ✔ অপসঙ্গীত/অশ্লীল কনটেন্ট নিষিদ্ধ।
- ✔ রাগ, চিৎকার, মারামারি কমানো।
- ✔ Clean, Islamic ambience—(রুহানী শান্তি) ।

√ **আপনার ঘর কি নিরাপদ পরিবেশ?**

□ হ্যাঁ □ না □ আংশিক

---

❾ বই পড়ার অভ্যাস (ফিতনা-মুক্ত জীবন)

- ✔ মাসে ১টি ইসলামিক বই।
- ✔ সন্তানদের Story Islamic books।
- ✔ 'কিতাবুল ফিতান' এর ফিতনা সচেতনতা প্রয়োগ।
- ✔ পরিবারের সবার জন্য পড়ার পরিবেশ তৈরি করা।

√ **আপনার ঘরে কি বই সংস্কৃতি আছে?**

□ হ্যাঁ □ না □ আংশিক

---

❿ জরুরি মুহূর্তে করণীয়

- ✔ ফিতনার ঘটনা ঘটলে আতঙ্কিত না হওয়া।
- ✔ পরিবারকে তাৎক্ষণিকভাবে Guidance দেওয়া।
- ✔ জ্ঞানী আলিম/শায়খের সাথে যোগাযোগ।
- ✔ দোয়া + জিকির + কথা বলার মাধ্যমে শান্ত করা।

√ **আপনি কি প্রস্তুত?**

□ হ্যাঁ □ না □ আংশিক

ফিতনা সুরক্ষা স্কোরিং পদ্ধতি

এই চেকলিস্টের উদ্দেশ্য কাউকে দোষারোপ করা নয়। বরং—নিজের পরিবার **কতটা সচেতন অবস্থায় আছে,** তা বোঝা। প্রতিটি সেকশনের শেষে আপনি তিনটি অপশন পেয়েছেন- **হ্যাঁ / আংশিক / না**। এই উত্তরগুলোর ভিত্তিতেই স্কোর নির্ধারণ হবে।

🔢 স্কোর নির্ধারণ পদ্ধতি

প্রতিটি সেকশনের জন্য নিচের নিয়ম অনুসরণ করুন—

হ্যাঁ = ২ পয়েন্ট

আংশিক = ১ পয়েন্ট

না = ০ পয়েন্ট

চেকলিস্টে মোট **১০টি সেকশন** রয়েছে। প্রতিটি সেকশনের সর্বোচ্চ স্কোর ২।

➡️ **সর্বোচ্চ মোট স্কোর = ২০ পয়েন্ট**

সব সেকশনের পয়েন্ট যোগ করে আপনার পরিবারের মোট স্কোর বের করুন।

স্কোর বিশ্লেষণ ও অর্থ

🟢 ১৬–২০ পয়েন্ট : শক্ত সুরক্ষা স্তর

- ✓ আপনার পরিবার তুলনামূলকভাবে ফিতনা-সুরক্ষিত অবস্থায় আছে।
- ✓ ঈমান, সিদ্ধান্ত ও পরিবেশে ভারসাম্য রয়েছে।
- ✓ ডিজিটাল ও সামাজিক প্রভাব নিয়ন্ত্রণে আছে।
- ✓ পরিবারে খোলামেলা আলোচনা ও সুন্নাহভিত্তিক চর্চা বিদ্যমান।

করণীয়: যেসব জায়গায় “আংশিক” রয়েছে, সেগুলো ধীরে ধীরে কিভাবে “হ্যাঁ”-তে উন্নীত করার চেষ্টা করুন। আসল কথা হলোঃ ধারাবাহিকতা বজায় রাখুন।

🟡 ১০–১৫ পয়েন্ট : সতর্কতার স্তর

আপনার পরিবারে সচেতনতা আছে, কিন্তু কিছু জায়গায় ফিতনা প্রবেশের সুযোগ রয়ে গেছে।

- ✓ নিয়ম আছে, কিন্তু নিয়মিত চর্চা নেই
- ✓ স্ক্রিন, সঙ্গ বা সিদ্ধান্তে দুর্বলতা থাকতে পারে
- ✓ ঈমানি পরিবেশ মাঝে মাঝে ব্যাহত হচ্ছে

করণীয়: একসাথে সব ঠিক করার চেষ্টা করবেন না। প্রতি সপ্তাহে **একটি দুর্বল সেকশন** বেছে নিয়ে পরিবারসহ কাজ শুরু করুন।

🔴 ০–৯ পয়েন্ট : ঝুঁকিপূর্ণ স্তর

- ✓ এই স্কোর ইঙ্গিত করে যে ফিতনার প্রভাব ইতিমধ্যে পরিবারে প্রবেশ করতে শুরু করেছে।
- ✓ সিদ্ধান্ত আবেগনির্ভর হয়ে উঠছে।
- ✓ স্ক্রিন ও বাহ্যিক প্রভাব বেশি।
- ✓ ঈমানি চর্চা দুর্বল হওয়ার আশঙ্কা রয়েছে।

করণীয় (জরুরি):

প্রথমে এই তিনটি বিষয়ে মনোযোগ দিন—

১) সালাত/নামাজ ও দোয়া।

২) স্ক্রিন ও ডিজিটাল কন্টেন্ট (বিনা প্রয়োজনে), যেমনঃ ফেসবুক রিলস, ইউটিউব, টিকটক ইত্যাদি।

৩) সঙ্গ ও পরিবেশ।

আল্লাহর কাছে সাহায্য চান এবং পরিবার নিয়ে খোলামেলা আলোচনা শুরু করুন।

প্রিয় ভাই, আপনাকে বাস্তব প্রয়োগের জন্য একটি প্রশ্ন:

চেকলিস্ট পূরণের পর পরিবারের সবাই মিলে এই প্রশ্নটির উত্তর লিখুনঃ

আমরা এই সপ্তাহে কোন একটি বিষয়ে বাস্তব পরিবর্তন আনব?

উত্তর:

এই একটি সিদ্ধান্তই ধীরে ধীরে পরিবারকে ফিতনা থেকে সুরক্ষার পথে নিয়ে যাবে ইনশাআল্লাহ। আর মহান আল্লাহ তায়ালার নিকট ফিতনা সুরক্ষার জন্য দোয়া করুন।

শেষ কথাঃ

স্কোর কম মানে ব্যর্থতা নয়।

স্কোর মানে—**সতর্কবার্তা ও দিকনির্দেশনা**। কারন, ফিতনা হঠাৎ আসে না, আর সুরক্ষাও হঠাৎ তৈরি হয় না-

- বোঝাপড়া,
- ধৈর্য,
- এবং পরিবার নিয়ে একসাথে চর্চার মাধ্যমেই।

পরিশেষে, আপনাদের সকলকে মহান আল্লাহ তায়ালার জিম্মায় সোপর্দ করে দিলাম। আল্লাহ পাক আমাকে সহ আপনাদের সকলকে কবুল করুন, জান্নাতের উচ্চ মাকাম দান করুন এবং তার রহমতের ছায়াতলে রাখুন। আমিন।

আপনাদের খেদমতে,

দোয়া প্রার্থী

মোঃ ওমর ফারুক।

-০-