

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



রুকইয়াহ প্রোটোকল

বিড়াল ও কুকুর আকৃতির জিন

বিড়াল বা কুকুর আকৃতিতে আসা জিনের আসর ও তার প্রতিকারের
রুকইয়াহ



রাকী ফয়সাল আহমেদ সাবিত

আল কুরআন রুকইয়াহ হিলিং সেন্টার

Al Quranic Ruqyah Healing Center

সূচিপত্র

- 1 ভূমিকা — কাদের জন্য এই প্রোটোকল
- 2 শুরু করার দোয়া
- 3 কুকুরের দৃষ্টান্ত: প্রবৃত্তি ও নিয়ন্ত্রণের আয়াত
- 4 আসহাবে কাহফের কুকুর: আল্লাহর হেফাজতের আয়াত
- 5 বিশেষ দোয়া — বিড়াল ও কুকুর আকৃতির জিন
- 6 সমাপ্তির সূরা ও দোয়া
- 7 সেলফ রুকইয়াহ গাইডলাইন
- 8 সাপ্লিমেন্ট ও সাপ্তাহিক আমল
- 9 দৈনিক আমল

ভূমিকা — কাদের জন্য এই প্রোটোকল

কুরআনের সম্পূর্ণ ৬,২৩৬টি আয়াত পদ্ধতিগতভাবে যাচাই করে (root ও morphological ফর্মসহ) "কুকুর" শব্দের প্রতিটি সরাসরি ব্যবহার শনাক্ত করা হয়েছে — মোট চারটি আয়াতে কুকুরের সরাসরি উল্লেখ পাওয়া গেছে: আসহাবে কাহফের অনুগত কুকুর (সূরা আল-কাহফ, দু'বার), প্রবৃত্তির অন্ধ অনুসরণকারী মানুষের দৃষ্টান্তে কুকুরের হাঁপানো (সূরা আল-আরাফ), এবং প্রশিক্ষিত শিকারী কুকুরের ওপর আল্লাহর নাম নেওয়ার নির্দেশ (সূরা আল-মায়িদাহ)। একই পদ্ধতিতে "বিড়াল" শব্দের অনুসন্ধান চালানো হলেও কুরআনের কোনো আয়াতে বিড়ালের সরাসরি বা প্রাসঙ্গিক উল্লেখ পাওয়া যায়নি — তাই এই সংকলনে বিড়াল-অংশের জন্য কোনো কুরআনি আয়াত রেফারেন্স জুড়ে দেওয়া হয়নি, শুধু কুকুর-সংক্রান্ত যাচাইকৃত আয়াত এবং রাকীর নিজস্ব রুকইয়াহ দোয়া ব্যবহৃত হয়েছে। তবে মূলনীতি একই থাকে: বিড়াল হোক বা কুকুর — যেকোনো প্রাণীর আকৃতিতে আসা জিন সম্পূর্ণরূপে আল্লাহর ইচ্ছাধীন, এবং তাঁর নামে ও তাঁর কালামে তা প্রতিহত করা সম্ভব।

যেসব লক্ষণ থাকলে এই প্রোটোকল কাজে আসবে

- ✦ স্বপ্নে বারবার বিড়াল বা কুকুর তাড়া করা, কামড়ানো বা আঁচড়ানোর দৃশ্য দেখা
- ✦ রাতে ঘরের ভেতরে বিড়ালের ডাক বা কুকুরের ঘেউ-ঘেউ/গোঙানির মতো শব্দ শোনা, অথচ আশেপাশে কোনো প্রাণী নেই
- ✦ হঠাৎ শরীরে নখের আঁচড় বা দাঁতের কামড়ের মতো ব্যথা অনুভব করা, কোনো দৃশ্যমান কারণ ছাড়াই
- ✦ ঘুম ভাঙার সময় বুকের বা পায়ের ওপর কিছু একটা চেপে বসার অনুভূতি, সঙ্গে প্রাণীর নিঃশ্বাসের মতো অনুভূতি
- ✦ বিড়াল বা কুকুর দেখলে ব্যাখ্যাতিত তীব্র ভয়, ঘৃণা বা অস্থিরতা অনুভব করা
- ✦ জাদু, বদনজর বা হিংসার সন্দেহের সঙ্গে একই সময়ে প্রাণী-সম্পর্কিত দুঃস্বপ্নের পুনরাবৃত্তি
- ✦ রাতের নির্দিষ্ট সময়ে (ঘুমানোর ঠিক আগে বা মাঝরাত্রে) হঠাৎ অস্থিরতা বা আতঙ্ক, যার সঙ্গে প্রাণীর উপস্থিতির অনুভূতি জড়িয়ে থাকে

জরুরি নোট: উপরের লক্ষণগুলোর অধিকাংশেরই সাধারণ শারীরিক বা মানসিক কারণ থাকতে পারে। তাই আগে প্রয়োজনীয় পরীক্ষা-নিরীক্ষা ও চিকিৎসা নিন। রুকইয়াহ চিকিৎসার সমান্তরালে চলবে, বিকল্প হিসেবে নয়। কোনো লক্ষণ মিললেই নিশ্চিতভাবে সিহর বা জিনের আসর ধরে নেওয়া ঠিক নয়।

শুরু করার দোয়া

অযু করে কিবলামুখী হয়ে বসুন। নিয়ত করুন — আল্লাহর কালাম দিয়ে আল্লাহর কাছেই আরোগ্য চাইছি।

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّيِّعُ
الْعَلِيمُ

আল্লাহর নামে শুরু করছি, যার নামের সাথে আসমান ও যমীনের কোনো কিছুই ক্ষতি করতে পারে না; তিনি সর্বশ্রোতা, সর্বজ্ঞ।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

সকাল-সন্ধ্যা এই দোয়া পাঠকারীকে কোনো কিছু আকস্মিক ক্ষতি করতে পারে না। (তিরমিযী ৩৩৮৮)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

পরম করুণাময় অসীম দয়ালু আল্লাহর নামে।

পাঠসংখ্যা: ১৯ বার

রুকইয়াহ শুরুর আগে মনোযোগ ও নিয়ত স্থির করে পড়ুন।

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

আমি আল্লাহর পরিপূর্ণ কালিমাসমূহের আশ্রয় নিচ্ছি তাঁর সৃষ্টির সকল অনিষ্ট থেকে।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

(মুসলিম ২৭০৮)

কুকুরের দৃষ্টান্ত: প্রবৃত্তি ও নিয়ন্ত্রণের আয়াত

উচ্চস্বরে ও অর্থ বুঝে পড়ুন। কোনো আয়াত পড়ার সময় অস্থিত বা কান্না এলে থামবেন না — পড়া চালিয়ে যান।

১

সূরা আল-আ'রাফ : ১৭৬

وَلَوْ شِئْنَا لَرَفَعْنَاهُ بِهَا وَلَكِنَّهُ أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَمَثَلُهُ

كَمَثَلِ الْكَلْبِ إِنْ تَحْمِلْ عَلَيْهِ يَلْهَثْ أَوْ تَتْرُكْهُ يَلْهَثْ ذَلِكَ مَثَلُ الْقَوْمِ

الَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا فَاقْصِصْ الْقِصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ ﴿١٧٦﴾

অবশ্য আমি ইচ্ছা করলে তার মর্যাদা বাড়িয়ে দিতাম সে সকল নিদর্শনসমূহের দৌলতে। কিন্তু সে যে অধঃপতিত এবং নিজের রিপূর অনুগামী হয়ে রইল। সুতরাং তার অবস্থা হল কুকুরের মত; যদি তাকে তাড়া কর তবুও হাঁপাবে আর যদি ছেড়ে দাও তবুও হাঁপাবে। এ হল সেসব লোকের উদাহরণ; যারা মিথ্যা প্রতিপন্ন করেছে আমার নিদর্শনসমূহকে। অতএব, আপনি বিবৃত করুন এসব কাহিনী, যাতে তারা চিন্তা করে।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: প্রবৃত্তির অন্ধ অনুসরণের দৃষ্টান্তে কুকুরের হাঁপানোর উল্লেখ — জিনের কুমন্ত্রণাও তাড়া করলে বা উপেক্ষা করলে একইভাবে লেগে থাকে, এই সতর্কতা অন্তরে বদ্ধমূল করার নিয়তে

يَسْأَلُونَكَ مَاذَا أُحِلَّ لَهُمْ ^ص قُلْ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبُ ^ل وَمَا عَلَّمْتُمْ مَنِ

الْجَوَارِحِ مُكَلِّبِينَ تُعَلِّمُونَهُنَّ مِمَّا عَلَّمَكُمُ اللَّهُ ^ص فَكُلُوا مِمَّا أَمْسَكْنَ

عَلَيْكُمْ وَادْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهِ ^ص وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ ^ج

الْحِسَابُ ٤

তারা আপনাকে জিজ্ঞেস করে যে, কি বস্তু তাদের জন্যে হালাল? বলে দিন, তোমাদের জন্যে পবিত্র বস্তুসমূহ হালাল করা হয়েছে। যেসব শিকারী জন্তুকে তোমরা প্রশিক্ষণ দান কর শিকারের প্রতি প্রেরণের জন্যে এবং ওদেরকে ঐ পদ্ধতিতে প্রশিক্ষণ দাও, যা আল্লাহ তোমাদেরকে শিক্ষা দিয়েছেন। এমন শিকারী জন্তু যে শিকারকে তোমাদের জন্যে ধরে রাখে, তা খাও এবং তার উপর আল্লাহর নাম উচ্চারণ কর। আল্লাহকে ভয় করতে থাক। নিশ্চয় আল্লাহ সত্ত্বর হিসাব গ্রহণকারী।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: প্রশিক্ষিত শিকারী কুকুরের ওপর আল্লাহর নাম উচ্চারণের নির্দেশ — আল্লাহর নাম যেকোনো প্রাণীর প্রকৃতিকে নিয়ন্ত্রণে আনে, এই বিশ্বাসে তেলাওয়াত

আসহাবে কাহফের কুকুর: আল্লাহর হেফাজতের আয়াত

ধীরে ধীরে অর্থ বুঝে পড়ুন — আল্লাহর হেফাজতে থাকা প্রতিটি সত্তা সম্পূর্ণ তাঁরই নিয়ন্ত্রণে থাকে, এই বিশ্বাস মনে গেঁথে নিন।

৩

সূরা আল-কাহফ : ১৮

وَتَحْسَبُهُمْ أَيْقَاظًا وَهُمْ رُقُودٌ وَنُقَلِّبُهُمْ ذَاتَ الْيَمِينِ وَذَاتَ الشِّمَالِ
وَكَلْبُهُمْ بَاسِطٌ ذِرَاعَيْهِ بِالْوَصِيدِ لَوِ اطَّلَعْتَ عَلَيْهِمْ لَوَلَّيْتَ مِنْهُمْ فِرَارًا
وَلَمَلَّيْتَ مِنْهُمْ رُعبًا

তুমি মনে করবে তারা জাগ্রত, অথচ তারা নিদ্রিত। আমি তাদেরকে পার্শ্ব পরিবর্তন করাই ডান দিকে ও বাম দিকে। তাদের কুকুর ছিল সামনের পা দুটি গুহা দ্বারা প্রসারিত করে। যদি তুমি উঁকি দিয়ে তাদেরকে দেখতে, তবে পেছন ফিরে পলায়ন করতে এবং তাদের ভয়ে আতংক গ্রস্ত হয়ে পড়তে।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: আসহাবে কাহফের সঙ্গী কুকুর আল্লাহর হেফাজতে গুহা দ্বারা অবস্থান করেছিল — তাঁর হেফাজতের নিশ্চয়তা স্মরণ করে তেলাওয়াত

سَيَقُولُونَ ثَلَاثَةٌ رَّابِعُهُمْ كَلْبُهُمْ وَيَقُولُونَ خَمْسَةٌ سَادِسُهُمْ كَلْبُهُمْ رَجْمًا
 بِالْغَيْبِ ^{صَلَّى} وَيَقُولُونَ سَبْعَةٌ وَثَامِنُهُمْ كَلْبُهُمْ ^ج قُلْ رَبِّي أَعْلَمُ بِعَدَّتِهِمْ مَّا
 يَعْلَمُهُمْ إِلَّا قَلِيلٌ ^{قَلَى} فَلَا تُبَارِ فِيهِمْ إِلَّا مِرَاءَ ظَهْرٍ وَلَا تَسْتَفْتِ فِيهِمْ

مِّنْهُمْ أَحَدًا ۝ ٢٢

অজ্ঞাত বিষয়ে অনুমানের উপর ভিত্তি করে এখন তারা বলবে: তারা ছিল তিন জন; তাদের চতুর্থটি তাদের কুকুর। একথাও বলবে; তারা পাঁচ জন। তাদের ছষ্ঠটি ছিল তাদের কুকুর। আরও বলবে: তারা ছিল সাত জন। তাদের অষ্টমটি ছিল তাদের কুকুর। বলুন: আমার পালনকর্তা তাদের সংখ্যা ভাল জানেন। তাদের খবর অল্প লোকই জানে। সাধারণ আলোচনা ছাড়া আপনি তাদের সম্পর্কে বিতর্ক করবেন না এবং তাদের অবস্থা সম্পর্কে তাদের কাউকে জিজ্ঞাসাবাদ ও করবেন না।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: একই ঘটনার পুনরুল্লেখ — অজ্ঞাত বিষয়ে অনুমান না করে আল্লাহর জ্ঞানের ওপর নির্ভর করার শিক্ষা

বিশেষ দোয়া — বিড়াল ও কুকুর আকৃতির জিন

এই দোয়াগুলো এই সমস্যার জন্য নির্দিষ্ট করে সাজানো। আয়াত পাঠ শেষে পড়ুন।

اللَّهُمَّ احْرِقْ كُلَّ جِنِّي عَلَى هَيْئَةِ الْقِطَّةِ أَوْ الْكَلْبِ عَلَى جَسَدِي

হে আল্লাহ! আমার শরীরে থাকা সমস্ত বিড়াল বা কুকুর আকৃতির জিন জ্বালিয়ে দিন।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

بِسْمِ اللَّهِ يُبْطَلُ كُلُّ تَسْلُطٍ عَلَى جَسَدِي

আল্লাহর নামে — আমার শরীরে সমস্ত আধিপত্য বাতিল করা হলো।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

اللَّهُمَّ بِقُوَّتِكَ وَقُدْرَتِكَ فَكَّ كُلَّ عُقْدَةٍ عُقِدَتْ عَلَى جَسَدِي

হে আল্লাহ! আপনার শক্তি ও ক্ষমতা দিয়ে আমার শরীরে বাঁধা প্রতিটি গিঁট খুলে দিন।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

اللَّهُمَّ اطْرُدْ كُلَّ جِنِّي عَلَى هَيْئَةِ الْقِطَّةِ أَوْ الْكَلْبِ مِنْ بَيْتِي وَجَسَدِي

হে আল্লাহ, বিড়াল বা কুকুর আকৃতির প্রত্যেকটি জিনকে আমার ঘর ও শরীর থেকে তাড়িয়ে দিন।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

اللَّهُمَّ أَبْطِلْ كُلَّ صَوْتٍ وَأَذًى يَأْتِي مِنْ جِنِّي عَلَى هَيْئَةِ الْقِطَّةِ أَوْ الْكَلْبِ

হে আল্লাহ, বিড়াল বা কুকুর আকৃতির জিনের পক্ষ থেকে আসা প্রত্যেকটি শব্দ ও কষ্ট বাতিল করে দিন।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

بِسْمِ اللَّهِ يَنْكَسِرُ كُلُّ خَوْفٍ زَرَعَهُ جِنِّي عَلَى هَيْئَةِ الْقِطَّةِ أَوْ الْكَلْبِ فِي قَلْبِي

আল্লাহর নামে, বিড়াল বা কুকুর আকৃতির জিন আমার অন্তরে যে ভয় সৃষ্টি করেছে তা ভেঙে যাক।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

সমাপ্তির সূরা ও দোয়া

প্রতিটি সেশন এভাবে শেষ করুন। শেষে পানিতে ফুঁ দিয়ে পান করুন।

১

সূরা আল-ইখলাস : ১-৪

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ① اللَّهُ الصَّمَدُ ② لَمْ

يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ③ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ④

বলুন, তিনি আল্লাহ, এক, আল্লাহ অমুখাপেক্ষী, তিনি কাউকে জন্ম দেননি এবং কেউ তাকে জন্ম দেয়নি এবং তার সমতুল্য কেউ নেই।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: তাওহীদের ঘোষণা দিয়ে হৃদয় দৃঢ় করা

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ① مِنْ شَرِّ مَا

خَلَقَ ② وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ③ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثِ فِي

الْعُقَدِ ④ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ⑤

বলুন, আমি আশ্রয় গ্রহণ করছি প্রভাতের পালনকর্তার, তিনি যা সৃষ্টি করেছেন, তার অনিষ্ট থেকে, অন্ধকার রাত্রির অনিষ্ট থেকে, যখন তা সমাগত হয়, গ্রহিতে ফুঁৎকার দিয়ে জাদুকারিীদের অনিষ্ট থেকে এবং হিংসুকের অনিষ্ট থেকে যখন সে হিংসা করে।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: জাদু, হাসাদ ও রাতের অনিষ্ট থেকে আশ্রয়

৩

সূরা আন-নাস : ১-৬

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ① مَلِكِ

النَّاسِ ② إِلَهِ النَّاسِ ③ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ④ الَّذِي

يُوسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ⑤ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ⑥

বলুন, আমি আশ্রয় গ্রহণ করিতেছি মানুষের পালনকর্তার, মানুষের অধিপতির, মানুষের মা'বুদের তার অনিষ্ট থেকে, যে কুমন্ত্রণা দেয় ও আত্মগোপন করে, যে কুমন্ত্রণা দেয় মানুষের অন্তরে জ্বিনের মধ্য থেকে অথবা মানুষের মধ্য থেকে।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: মানুষ ও জিনের ওয়াসওয়াসা থেকে আশ্রয়

أُعِذُّكَ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَّةٍ

আমি তোমাকে আল্লাহর পরিপূর্ণ কালিমাসমূহের আশ্রয়ে সোপর্দ করছি — প্রত্যেক শয়তান, বিষাক্ত প্রাণী এবং প্রত্যেক ক্ষতিকর বদনজর থেকে।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নবীজি ﷺ হাসান ও হুসাইন রাযিয়াল্লাহু আনহুমা কে এই দোয়া পড়ে ঝাড়তেন। (বুখারী ৩৩৭১)

بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ حَاسِدٍ اللَّهُ

يَشْفِيكَ بِسْمِ اللَّهِ أَرْقِيكَ

আল্লাহর নামে আমি তোমাকে ঝাড়ছি — এমন প্রতিটি জিনিস থেকে যা তোমাকে কষ্ট দেয়, প্রত্যেক প্রাণ ও হিংসুকের চোখের অনিষ্ট থেকে। আল্লাহ তোমাকে আরোগ্য দান করুন। আল্লাহর নামে আমি তোমাকে ঝাড়ছি।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

জিবরীল আলাইহিস সালাম নবীজি ﷺ-কে এভাবে রুকইয়াহ করেছিলেন। (মুসলিম ২১৮৬)

اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهِبِ الْبَأْسَ أَشْفِ أَنْتَ الشَّافِي لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ شِفَاءً لَا

يُغَادِرُ سَقَمًا

হে আল্লাহ, মানুষের প্রতিপালক! কষ্ট দূর করে দিন, আরোগ্য দান করুন। আপনিই আরোগ্যদাতা, আপনার আরোগ্য ছাড়া কোনো আরোগ্য নেই — এমন আরোগ্য যা কোনো রোগ অবশিষ্ট রাখে না।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

(বুখারী ৫৭৪৩)

📌 সেলফ রুকইয়াহ গাইডলাইন

ধারাবাহিকতাই মূল কথা। প্রতিদিন অল্প, কিন্তু নিয়মিত।

পদ্ধতি — ধাপে ধাপে

- ১ অয়ু করে কিবলামুখী হয়ে নিরিবিলি বসুন। মোবাইল দূরে রাখুন।
- ২ নিয়ত করুন — আল্লাহর কালাম দিয়ে আল্লাহর কাছে আরোগ্য চাইছি, কালামের নিজের কোনো শক্তি নেই, শক্তি আল্লাহর।

- 3 শুরু দোয়াগুলো পড়ুন (অধ্যায় ১)।
- 4 এরপর আয়াতগুলো ক্রমানুসারে পড়ুন। পড়ার সময় দুই হাতের তালুতে ফুঁ দিয়ে সমস্যার জায়গায় হাত বুলান।
- 5 প্রতিটি আয়াতের নিচে দেওয়া নির্দেশনা বক্সে যতবার বলা আছে ততবার পড়ুন — কম-বেশি করার দরকার নেই।
- 6 মাঝে বাংলায় নিজের ভাষায় ১৫ মিনিট মন খুলে দোয়া করুন। কান্না আসলে আটকাবেন না।
- 7 শেষে সমাপ্তির সূরা ও দোয়াগুলো পড়ে পানিতে ফুঁ দিন।
- 8 প্রতিদিন কমপক্ষে ৪০ দিন চালিয়ে যান। মাঝে বাদ পড়লে হতাশ না হয়ে আবার শুরু করুন।

দৈনিক সময়সূচি

সকাল	ফজরের পর — আয়াত পাঠ ১৫ মিনিট
সন্ধ্যা	মাগরিবের পর — আয়াত পাঠ ১৫ মিনিট
রাত	ঘুমানোর আগে — সমাপ্তির সূরা ও দোয়া, পড়া পানি পান
সাপ্তাহিক	সপ্তাহে একদিন রুকইয়াহ গোসল

বাংলায় নিজের দোয়া (১৫ মিনিট)

আয়াত পাঠের মাঝে বা শেষে নিজের ভাষায় আল্লাহর কাছে চান। নিচেরটি একটি নমুনা — হুবহু এটাই পড়তে হবে এমন নয়, নিজের কথায় বলুন।

হে আল্লাহ, আসহাবে কাহফের কুকুরকে যেমন আপনি আপনার হেফাজতে গুহাদ্বারে রেখেছিলেন, তেমনি বিড়াল বা কুকুর আকৃতিতে আমার ক্ষতি করতে আসা প্রতিটি সত্তার সম্পূর্ণ নিয়ন্ত্রণ আপনারই হাতে। আমার প্রবৃত্তিকে প্রবৃত্তির পিছে অন্ধভাবে ছুটে চলা কুকুরের মতো হতে দেবেন না, বরং আপনার স্মরণে স্থির রাখুন। আমার ঘর, আমার শরীর, আমার স্বপ্ন থেকে বিড়াল বা কুকুর আকৃতির প্রতিটি জিনকে দূর করে দিন এবং আমাকে আপনার হেফাজতে রাখুন।

পড়া তেল ম্যাসাজের স্থান

বিড়াল ও কুকুর আকৃতির জিন-এর ক্ষেত্রে ফোকাস: ঘাড়, দুই কাঁধ ও দুই হাতের তালু বরাবর

সাপ্লিমেন্ট ও সাপ্তাহিক আমল

পড়া পানি	এক বোতল পানিতে রুকইয়াহর আয়াতগুলো পড়ে ফুঁ দিন। দিনে ৩ বার — সকালে খালি পেটে, দুপুরে, রাতে ঘুমানোর আগে পান করুন।
পড়া মধু	খাঁটি মধুতে ফুঁ দিয়ে প্রতিদিন সকালে এক চামচ। সূরা নাহল ৬৯ নং আয়াত পড়ে ফুঁ দিলে ভালো।
পড়া অলিভ অয়েল	জয়তুন তেলে আয়াত পড়ে ফুঁ দিয়ে আক্রান্ত জায়গায় ম্যাসাজ করুন। রাতে ঘুমানোর আগে সবচেয়ে ভালো।
কালোজিরা	প্রতিদিন সকালে ৭টি কালোজিরা পড়া মধুর সাথে। নবীজি ﷺ বলেছেন কালোজিরায় মৃত্যু ছাড়া সব রোগের নিরাময় আছে। (বুখারী ৫৬৮৮)
রুকইয়াহ গোসল	বালতি পানিতে আয়াত পড়ে ফুঁ দিন, সাথে সাত পাতা বরই পাতা বাটা মিশিয়ে নিতে পারেন। মাথা থেকে ঢেলে গোসল করুন — সপ্তাহে একদিন।
ঘরে স্প্রে	পড়া পানি স্প্রে বোতলে নিয়ে ঘরের কোণা, দরজা-জানালা, বিছানার নিচে ছিটিয়ে দিন।

দৈনিক আমল

রুকইয়াহর পাশাপাশি এই আমলগুলোই দীর্ঘমেয়াদি হিফাজত দেয়।

ফজরের পর	সূরা ইয়াসীন ১ বার
সকাল-সন্ধ্যা	হিসনুল মুসলিমের সকাল-সন্ধ্যার যিকির নিয়মিত
আসরের পর	সূরা ওয়াকিয়াহ ১ বার
রাতে	সূরা ক্বফ ৩ বার, সূরা মুলক ১ বার
ঘুমানোর আগে	আয়াতুল কুরসী ১ বার, সূরা বাকারার শেষ দুই আয়াত, তিন কুল ৩ বার করে হাতে ফুঁ দিয়ে সারা শরীরে বুলানো
প্রতিদিন	সাধ্যমতো সাদাকাহ — অল্প হলেও প্রতিদিন। সাদাকাহ বালা দূর করে।
প্রতিদিন	ফরজ নামাজ জামাতে, ইস্তিগফার ১০০ বার, দরুদ ১০০ বার

সেবা ও হাদিয়া:

- মাসিক রুকইয়াহ — ১২টি সেশন + ডায়াগনোসিস। হাদিয়া ৮০০ 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)