

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



রুকইয়াহ প্রোটোকল

বন্ধ্যত্বের যাদু

সন্তান লাভে বাধা সৃষ্টিকারী সিহরের রুকইয়াহ প্রোটোকল



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 বন্ধাত্ব থেকে মুক্তির আয়াত
- 4 সন্তান প্রার্থনার নববী দোয়া
- 5 বিশেষ দোয়া — বন্ধাত্বের যাদু
- 6 সমাপ্তির সূরা ও দোয়া
- 7 সেলফ রুকইয়াহ গাইডলাইন
- 8 সাপ্লিমেন্ট ও সাপ্তাহিক আমল
- 9 দৈনিক আমল

ভূমিকা — কাদের জন্য এই প্রোটোকল

সন্তান আল্লাহর একান্ত দান — তিনি যাকে চান কন্যা দেন, যাকে চান পুত্র, আর যাকে চান বন্ধ্যা রাখেন। তাই সবার আগে তাকদীরের প্রতি সম্মতি ও ধৈর্য জরুরি। তবে চিকিৎসায় কোনো সুনির্দিষ্ট কারণ ধরা না পড়া সত্ত্বেও দীর্ঘদিন সন্তান না হওয়া, বা হঠাৎ কোনো ঘটনার পর থেকে গর্ভধারণে বাধা তৈরি হওয়া — এমন ক্ষেত্রে সাথে জাদুর অন্য আলামত থাকলে রুকইয়াহ করা যেতে পারে। এই প্রোটোকল সাজানো হয়েছে বন্ধ্যাত্ব থেকে মুক্তি পাওয়া নবীগণের ঘটনা ও সন্তান প্রার্থনার তাঁদের নিজস্ব দোয়া নিয়ে — যাকারিয়া ও ইবরাহীম আলাইহিমাস সালামের ঘটনা, যেখানে আল্লাহ নিজেই বৃদ্ধ ও বন্ধ্যা স্ত্রীর গর্ভে সন্তান দান করেছেন।

যেসব লক্ষণ থাকলে এই প্রোটোকল কাজে আসবে

- ♦ চিকিৎসকের রিপোর্টে স্বামী-স্ত্রী উভয়ের কোনো সমস্যা না পাওয়া সত্ত্বেও বছরের পর বছর সন্তান না হওয়া
- ♦ নির্দিষ্ট কোনো ঘটনা, উপহার বা সফরের পর থেকেই হঠাৎ গর্ভধারণে বাধা শুরু হওয়া
- ♦ স্বামী-স্ত্রীর মধ্যে ব্যাখ্যাযুক্ত দূরত্ব বা ঘনিষ্ঠতায় অনীহা, যা আগে ছিল না
- ♦ একাধিকবার গর্ভপাত হওয়া, যার কোনো চিকিৎসাগত কারণ পাওয়া যায় না
- ♦ রুকইয়াহ শোনার সময় তলপেট, কোমর বা পিঠে চাপ, ভার বা টান অনুভব করা
- ♦ স্বপ্নে শুকনো গাছ, বন্ধ্যা জমি, তালাবদ্ধ দরজা বা খালি দোলনার দৃশ্য দেখা
- ♦ পরিবারে একাধিক সদস্যের ক্ষেত্রে একই রকম ব্যাখ্যাযুক্ত সন্তানহীনতার ধারাবাহিকতা থাকা

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)

বক্ষ্যাত্ত থেকে মুক্তির আয়াত

পড়ার সময় তলপেট ও কোমরে হাত রাখুন। নিয়ত করুন — আল্লাহ যেভাবে যাকারিয়া ও ইবরাহীম আলাইহিমাস সালামের বক্ষ্যা স্ত্রীদের সন্তান দিয়েছেন, সেভাবেই আমার পথের প্রতিটি বাধা দূর করে দিন।

১

সূরা আলে ইমরান : ৩৮-৪০

هٰذَاكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُ ^{صَلَّى} قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ

سَمِيعُ الدُّعَاءِ ﴿٣٨﴾ فَنَادَتْهُ الْمَلِكَةُ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي فِي الْمِحْرَابِ أَنَّ

اللَّهُ يَبْشُرُكَ بِبَحْيٍ مُصَدِّقًا بِكَلِمَةٍ مِّنَ اللَّهِ وَسَيِّدًا وَحْصُورًا وَنَبِيًّا مِّنَ

الصَّالِحِينَ ﴿٣٩﴾ قَالَ رَبِّ أَنَّى يَكُونُ لِي غُلْمٌ وَقَدْ بَلَغَنِيَ الْكِبَرُ وَامْرَأَتِي

عَاقِرٌ ^{صَلَّى} قَالَ كَذَلِكَ اللَّهُ يَفْعَلُ مَا يَشَاءُ ﴿٤٠﴾

সেখানেই যাকারিয়া তাঁর পালনকর্তার নিকট প্রার্থনা করলেন। বললেন, হে, আমার পালনকর্তা! তোমার নিকট থেকে আমাকে পুত্র-পবিত্র সন্তান দান কর-নিশ্চয়ই তুমি প্রার্থনা শ্রবণকারী। যখন তিনি কামরার ভেতরে নামাযে দাঁড়িয়েছিলেন, তখন ফেরেশতারা তাঁকে ডেকে বললেন যে, আল্লাহ তোমাকে সুসংবাদ দিচ্ছেন ইয়াহইয়া সম্পর্কে, যিনি সাক্ষ্য দেবেন আল্লাহর নির্দেশের সত্যতা সম্পর্কে, যিনি নেতা হবেন এবং নারীদের সংস্পর্শে যাবেন না, তিনি অত্যন্ত সৎকর্মশীল নবী হবেন। তিনি বললেন হে পালনকর্তা! কেমন করে আমার পুত্র সন্তান হবে, আমার যে বার্ধক্য এসে গেছে, আমার স্ত্রীও যে বক্ষ্যা। বললেন, আল্লাহ এমনি ভাবেই যা ইচ্ছা করে থাকেন।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: যাকারিয়া আলাইহিস সালামের সন্তান প্রার্থনা, ফেরেশতাদের সুসংবাদ ও বন্ধ্যা স্ত্রী সত্ত্বেও তাঁর বিস্ময়ের ঘটনা

قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَاشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْبًا وَلَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ

رَبِّ شَقِيًّا ﴿٤﴾ وَإِنِّي خِفْتُ الْمَوَالِيَ مِنْ وَرَائِي وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِرًا فَهَبْ

لِي مِنْ لَدُنْكَ وَلِيًّا ﴿٥﴾ يَرِثُنِي وَيَرِثُ مِنْ عَالٍ يَعْقُوبُ ^{صلى} وَاجْعَلْهُ رَبِّ

رَضِيًّا ﴿٦﴾ يُزَكِّرِيَا إِنَّا نُبَشِّرُكَ بِغُلَامٍ اسْمُهُ يَحْيَى لَمْ نَجْعَلْ لَهُ سَمًّا مِنْ

قَبْلُ سَمِيًّا ﴿٧﴾ قَالَ رَبِّ أَنَّى يَكُونُ لِي غُلَامٌ وَكَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِرًا وَقَدْ

بَلَغْتُ مِنَ الْكِبَرِ عِتِيًّا ﴿٨﴾ قَالَ كَذَلِكَ قَالَ رَبُّكَ هُوَ عَلَى هَيْنٍ وَقَدْ

خَلَقْتُكَ مِنْ قَبْلُ وَلَمْ تَكُ شَيْئًا ﴿٩﴾

সে বললঃ হে আমার পালনকর্তা আমার অস্থি বয়স-ভারাবনত হয়েছে; বার্বক্যে মস্তক সুশুভ্র হয়েছে; হে আমার পালনকর্তা! আপনাকে ডেকে আমি কখনও বিফলমনোরথ হইনি। আমি ভয় করি আমার পর আমার স্বগোত্রকে এবং আমার স্ত্রী বন্ধ্যা; কাজেই আপনি নিজের পক্ষ থেকে আমাকে এক জন কর্তব্য পালনকারী দান করুন। সে আমার স্থলাভিষিক্ত হবে ইয়াকুব বংশের এবং হে আমার পালনকর্তা, তাকে করুন সন্তোষজনক। হে যাকারিয়া, আমি তোমাকে এক পুত্রের সুসংবাদ দিচ্ছি, তার নাম হবে ইয়াহইয়া। ইতিপূর্বে এই নামে আমি কারও নাম করণ করিনি। সে বললঃ হে আমার পালনকর্তা কেমন করে আমার পুত্র হবে অথচ আমার স্ত্রী যে বন্ধ্যা, আর আমিও

যে বার্থকের শেষ প্রান্তে উপনীত। তিনি বললেনঃ এমনিতেই হবে। তোমার পালনকর্তা বলে দিয়েছেনঃ এটা আমার পক্ষে সহজ। আমি তো পূর্বে তোমাকে সৃষ্টি করেছি এবং তুমি কিছুই ছিলে না।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: যাকারিয়া আলাইহিস সালামের গোপন দোয়া ও বন্ধ্যা স্ত্রীর গর্ভে ইয়াহইয়ার সুসংবাদ

৩

সূরা আয-যারিয়াত : ২৮-২৯

فَأَوْجَسَ مِنْهُمْ خِيفَةً ۖ قَالُوا لَا تَخَفْ ۖ وَبَشَّرُوهُ بِغُلَمٍ عَالِمٍ ﴿٢٨﴾

فَأَقْبَلَتْ امْرَأَتُهُ فِي صَرَّةٍ فَصَكَّتْ وَجْهَهَا وَقَالَتْ عَجُوزٌ عَقِيمٌ ﴿٢٩﴾

অতঃপর তাদের সম্পর্কে সে মনে মনে ভীত হলঃ তারা বললঃ ভীত হবেন না। তারা তাঁকে একট জ্ঞানীশুণী পুত্র সন্তানের সুসংবাদ দিল। অতঃপর তাঁর স্ত্রী চীৎকার করতে করতে সামনে এল এবং মুখ চাপড়িয়ে বললঃ আমি তো বৃদ্ধা, বন্ধ্যা।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: সারাহ (রা.)-এর বিস্ময় — 'আমি তো বৃদ্ধা, বন্ধ্যা' — তবু আল্লাহর সুসংবাদ বাস্তবায়িত হলো

8

সূরা আশ-শূরা : ৫০

أَوْ يُزَوِّجَهُمْ دُكْرَانًا وَإِنَّا صَ
وَيَجْعَلُ مَنْ يَشَاءُ عَقِيمًا إِنَّهُ عَلِيمٌ ج

قَدِيرٌ ٥٠

অথবা তাদেরকে দান করেন পুত্র ও কন্যা উভয়ই এবং যাকে ইচ্ছা বন্ধ্যা করে দেন। নিশ্চয় তিনি সর্বজ্ঞ, ক্ষমতাশীল।

পাঠসংখ্যা: ১১ বার

নিয়ত: আল্লাহই যাকে ইচ্ছা সন্তান দেন, যাকে ইচ্ছা বন্ধ্যা করেন — এই ক্ষমতা কোনো জাদুর হাতে নেই

সন্তান প্রার্থনার নব্বী দোয়া

এই আয়াতগুলো নবীগণের নিজস্ব দোয়া — সন্তান চাওয়ার সবচেয়ে সুন্দর ও কবুল-হওয়া ভাষা। প্রতিদিন নিয়মিত পড়ুন।

৫

সূরা আল-আশ্বিয়া : ৮৯-৯০

وَزَكْرِيَّا إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُ ۖ رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ ﴿٨٩﴾

فَاسْتَجَبْنَا لَهُ ۖ وَوَهَبْنَا لَهُ ۖ يَحْيَىٰ ۖ وَأَصْلَحْنَا لَهُ ۖ زَوْجَهُ ۖ إِنَّهُمْ كَانُوا

يُسْرِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا ۖ وَكَانُوا لَنَا خُشِعِينَ ﴿٩٠﴾

এবং যাকারিয়ার কথা স্মরণ করুন, যখন সে তার পালনকর্তাকে আহবান করেছিল; হে আমার পালনকর্তা আমাকে একা রেখো না। তুমি তো উত্তম ওয়ারিস। অতঃপর আমি তার দোয়া কবুল করেছিলাম, তাকে দান করেছিলাম ইয়াহইয়া এবং তার জন্যে তার স্ত্রীকে প্রসব যোগ্য করেছিলাম। তারা সংকর্মে ঝাঁপিয়ে পড়ত, তারা আশা ও ভীতি সহকারে আমাকে ডাকত এবং তারা ছিল আমার কাছে বিনীত।

পাঠসংখ্যা: ১১ বার

নিয়ত: রব্বি লা তাযারনি ফারদান — আমাকে একা রেখো না; আল্লাহ যাকারিয়া আলাইহিস সালামের স্ত্রীকেও গর্ভধারণযোগ্য করে দিয়েছিলেন

وَلَقَدْ جَاءَتْ رُسُلُنَا إِبْرَاهِيمَ بِالْبُشْرَىٰ ^{صلے} قَالُوا سَلَامًا ^{صلے} قَالَ سَلَامٌ فَمَا لَبِثَ

أَنْ جَاءَ بِعِجْلٍ حَنِيذٍ ﴿٦٩﴾ فَلَمَّا رَءَا أَيْدِيَهُمْ لَا تَصِلُ إِلَيْهِ نَكِرَهُمْ

وَأُوْجَسَ مِنْهُمْ خِيفَةً ^ج قَالُوا لَا تَخَفْ إِنَّا أُرْسِلْنَا إِلَىٰ قَوْمٍ لُّوطٍ ﴿٧٠﴾

وَأَمْرَأَتُهُ ^{وقفہ} قَائِمَةٌ فَضَحِكَتْ فَبَشَّرْنَاهَا بِإِسْحَقَ وَمِنْ وَرَاءِ إِسْحَقَ

يَعْقُوبَ ﴿٧١﴾ قَالَتْ يُوْثِقَتْنِي أَيْدِي وَأَنَا عَجُوزٌ وَهَذَا بَعْلِي شَيْخًا ^{صلے} إِنَّ هَذَا

لَشَيْءٌ عَجِيبٌ ﴿٧٢﴾ قَالُوا أَتَعْجَبِينَ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ ^{صلے} رَحِمْتُ اللَّهُ وَبَرَكَتُهُ ^{وقفہ}

عَلَيْكُمْ أَهْلَ الْبَيْتِ ^ج إِنَّهُ ^{وقفہ} حَمِيدٌ مَّجِيدٌ ﴿٧٣﴾

আর অবশ্যই আমার প্রেরিত ফেরেশতারাই ইব্রাহীমের কাছে সুসংবাদ নিয়ে এসেছিল তারা বলল সালাম, তিনিও বললেন-সালাম। অতঃপর অল্লক্ষণের মধ্যেই তিনি একটি ভুনা করা বাছুর নিয়ে এলেন! কিন্তু যখন দেখলেন যে, আহায্যের দিকে তাদের হস্ত প্রসারিত হচ্ছে না, তখন তিনি সন্ধিগ্ধ হলেন এবং মনে মনে তাঁদের সম্পর্কে ভয় অনুভব করতে লাগলেন। তারা বলল-ভয় পাবেন না। আমরা লূতের কওমের প্রতি প্রেরিত হয়েছি। তাঁর স্ত্রীও নিকটেই দাড়িয়েছিল, সে হেসে ফেলল। অতঃপর আমি তাকে ইসহাকের জন্মের সুখবর দিলাম এবং ইসহাকের পরের ইয়াকুবেরও। সে বলল-কি দুর্ভাগ্য আমার! আমি সন্তান প্রসব করব? অথচ আমি বার্ধক্যের শেষ প্রান্তে

এসে উপনীত হয়েছি আর আমার স্বামীও বৃদ্ধ, এতো ভারী আশ্চর্য কথা। তারা বলল-তুমি আল্লাহর হুকুম সম্পর্কে বিস্ময়বোধ করছ? হে গৃহবাসীরা, তোমাদের উপর আল্লাহর রহমত ও প্রভুত বরকত রয়েছে। নিশ্চয় আল্লাহ প্রশংসিত মহিমাময়।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: ইবরাহীম আলাইহিস সালামের মেহমানদের দ্বারা তাঁর বৃদ্ধ-বন্ধ্যা স্ত্রীর সন্তান লাভের সুসংবাদের ঘটনা

৭

সূরা ইবরাহীম : ৩৯-৪০

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي وَهَبَ لِي عَلَى الْكِبَرِ إِسْعِيلَ وَإِسْحَقَ إِنَّ رَبِّي لَسَمِيعٌ

الدُّعَاءُ (৩৯) رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ

دُعَاءُ (৪০)

সমস্ত প্রশংসা আল্লাহরই, যিনি আমাকে এই বার্ষিক্যে ইসমাইল ও ইসহাক দান করেছেন নিশ্চয় আমার পালনকর্তা দোয়া শ্রবণ করেন। হে আমার পালনকর্তা, আমাকে নামায কায়েমকারী করুন এবং আমার সন্তানদের মধ্যে থেকেও। হে আমাদের পালনকর্তা, এবং কবুল করুন আমাদের দোয়া।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: বার্ষিক্যে ইসমাইল-ইসহাক দানের শুকরিয়া ও সন্তানদের জন্য দোয়া

৮

সূরা আস-সাফফাত : ১০০-১০১

رَبِّ هَبْ لِي مِنَ الصَّالِحِينَ ﴿١٠٠﴾ فَبَشِّرْنَاهُ بِغُلَامٍ حَلِيمٍ ﴿١٠١﴾

হে আমার পরওয়ারদেগার! আমাকে এক সৎপুত্র দান কর। সুতরাং আমি তাকে এক সহনশীল পুত্রের সুসংবাদ দান করলাম।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: রাকী হাবলি মিনাস স্বলিহীন — সৎপুত্র প্রার্থনার দোয়া ও সুসংবাদ

৯

সূরা আল-ফুরকান : ৭৪

وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا

لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا ﴿٧٤﴾

এবং যারা বলে, হে আমাদের পালনকর্তা, আমাদের স্ত্রীদের পক্ষ থেকে এবং আমাদের সন্তানের পক্ষ থেকে আমাদের জন্যে চোখের শীতলতা দান কর এবং আমাদেরকে মুতাকীদের জন্যে আদর্শস্বরূপ কর।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: স্ত্রী ও সন্তানকে চোখের শীতলতা বানানোর দোয়া

বিশেষ দোয়া — বন্ধ্যাত্বের যাদু

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

اللَّهُمَّ احْرِقْ كُلَّ سِحْرِ الْعُقَمِ عَلَى نَسْلِي

হে আল্লাহ! আমার বংশধারায় থাকা সমস্ত বন্ধ্যাত্বের জাদু জ্বালিয়ে দিন।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

بِسْمِ اللَّهِ يُبْطَلُ كُلُّ تَسْلُطٍ عَلَى نَسْلِي

আল্লাহর নামে — আমার বংশধারায় সমস্ত আধিপত্য বাতিল করা হলো।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

اللَّهُمَّ بِقُوَّتِكَ وَقُدْرَتِكَ فَكَّ كُلِّ عُقْدَةٍ عُقِدَتْ عَلَى نَسْلِي

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

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

اللَّهُمَّ يَا خَالِقَ كُلِّ نَفْسٍ ارْزُقْنِي ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً وَافْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ

হে আল্লাহ, প্রতিটি প্রাণের স্রষ্টা! আমাকে পবিত্র সন্তান দান করুন এবং আপনার রহমতের দরজাগুলো আমার জন্য খুলে দিন।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

সন্তান লাভ ও বরকতের জন্য অতিরিক্ত দোয়া

اللَّهُمَّ إِنْ كَانَ فِي رِزْقِ الْوَلَدِ عَنِّي مَانِعٌ مِنْ سِحْرِ أَوْ حَسَدٍ فَأَبْطَلْهُ بِقُدْرَتِكَ وَافْتَحْ لِي مَا أَعْلَقَ الشَّيْطَانُ

হে আল্লাহ, সন্তান লাভের পথে যদি কোনো জাদু বা হাসাদের বাধা থেকে থাকে, তা আপনার কুদরতে বাতিল করে দিন, আর শয়তান যা বন্ধ করে রেখেছে তা আমার জন্য খুলে দিন।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

জাদু বা হাসাদজনিত বাধা দূর করার জন্য অতিরিক্ত দোয়া

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, গ্রস্থিতে 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, সন্তান আপনারই দান, কোনো সৃষ্টির ক্ষমতা নেই তা আটকে রাখার। যদি কোনো জাদু, হাসাদ বা বদদোয়া আমার সন্তান লাভের পথে বাধা হয়ে থাকে, আপনার কুদরত দিয়ে তা মিটিয়ে দিন। আমাকে ও আমার সঙ্গীকে এমন সন্তান দান করুন যে চোখের শীতলতা হবে। আর যদি আপনার সিদ্ধান্ত ভিন্ন কিছু হয়, আমার অন্তরকে তাতে পরিতৃপ্ত করে দিন।

পড়া তেল ম্যাসাজের স্থান

বক্ষ্যাত্ত্বের যাদু-এর ক্ষেত্রে ফোকাস: তলপেট, নাভির নিচে ও কোমরের দুই পাশ

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)