

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



রুকইয়াহ প্রোটোকল

ক্যান্সার ও টিউমার

শরীরের ক্যান্সার ও যেকোনো টিউমার ধ্বংস করার 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 টিউমারকে পাহাড়ের মতো চূর্ণ-বিচূর্ণ করার আয়াত
- 4 টিউমারকে উপড়ে ফেলা ও শরীর থেকে বিচ্ছিন্ন করার আয়াত
- 5 জাদুকর ও জিনের শাস্তির আয়াত
- 6 বিশেষ দোয়া — ক্যান্সার ও টিউমার
- 7 সমাপ্তির সূরা ও দোয়া
- 8 সেলফ রুকইয়াহ গাইডলাইন
- 9 সাপ্লিমেন্ট ও সাপ্তাহিক আমল
- 10 দৈনিক আমল

ভূমিকা — কাদের জন্য এই প্রোটোকল

ক্যান্সার ও শরীরের যেকোনো টিউমার একটি গুরুতর পরীক্ষা, যার জন্য চিকিৎসকের নির্দেশনা মেনে চিকিৎসা চালিয়ে যাওয়া অপরিহার্য — রুকইয়াহ কোনোভাবেই চিকিৎসার বিকল্প নয়, বরং চিকিৎসার পাশাপাশি আল্লাহর কাছে আরোগ্য প্রার্থনার একটি মাধ্যম। আল্লাহ যেভাবে সুবিশাল পাহাড়কে চূর্ণ-বিচূর্ণ করে দিতে পারেন এবং জমিনকে তার ভেতরের সব কিছু বের করে দিতে বাধ্য করতে পারেন, ঠিক সেভাবেই তিনি শরীরের যেকোনো টিউমারকেও ধ্বংস ও বিলুপ্ত করে দিতে সক্ষম। এই বিশ্বাস নিয়ে প্রোটোকলটি ধারাবাহিকভাবে চালিয়ে যান।

যেসব লক্ষণ থাকলে এই প্রোটোকল কাজে আসবে

- ♦ ক্যান্সার বা শরীরের কোনো স্থানে টিউমার ধরা পড়েছে, চিকিৎসার পাশাপাশি রুকইয়াহ করতে চান
- ♦ অস্ত্রোপচার, কেমোথেরাপি বা রেডিওথেরাপি চলাকালীন আধ্যাত্মিক সহায়তা খুঁজছেন
- ♦ শরীরে অস্বাভাবিক পিণ্ড বা গোটা অনুভব করছেন এবং পরীক্ষার পাশাপাশি রুকইয়াহ শুরু করতে চান
- ♦ পরিবারের কোনো সদস্যের ক্যান্সার বা টিউমারের জন্য দোয়া ও রুকইয়াহ করতে চান

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, যাঁর 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)

টিউমারকে পাহাড়ের মতো চূর্ণ-বিচূর্ণ করার আয়াত

টিউমারের স্থানে (শরীরের ভেতরে হলে তার বাইরের বরাবর অংশে) হাত রেখে ঘড়ির কাঁটার বিপরীত দিকে আস্তে আস্তে ঘুরাতে থাকুন। উচ্চস্বরে পড়ুন, অস্বস্তি এলেও থামবেন না।

১

সূরা আল-কাহফ : ৪৭

وَيَوْمَ نُصَيِّرُ الْجِبَالَ وَتَرَى الْأَرْضَ بَارِزَةً وَحَشَرْنَهُمْ فَلَمْ نُغَادِرْ مِنْهُمْ

أَحَدًا ٤٧

যেদিন আমি পর্বতসমূহকে পরিচালনা করব এবং আপনি পৃথিবীকে দেখবেন একটি উন্মুক্ত প্রান্তর এবং আমি মানুষকে একত্রিত করব অতঃপর তাদের কাউকে ছাড়ব না।

পাঠসংখ্যা: ৩ অথবা ৭ বার

নিয়ত: পাহাড়কে সঞ্চালিত করে চূর্ণ করে দেওয়ার আয়াত — টিউমারকেও একইভাবে সরিয়ে দেওয়ার নিয়তে

২

সূরা মারইয়াম : ৯০

تَكَادُ السَّمُوتُ يَتَفَطَّرْنَ مِنْهُ وَتَنْشَقُّ الْأَرْضُ وَتَخِرُّ الْجِبَالُ هَدًّا ﴿٩٠﴾

হয় তো এর কারণেই এখনই নভোমন্ডল ফেটে পড়বে, পৃথিবী খন্ড-বিখন্ড হবে এবং পর্বতমালা চূর্ণ-বিচূর্ণ হবে।

পাঠসংখ্যা: ৩ অথবা ৭ বার

নিয়ত: আসমান-জমিন-পাহাড় প্রকম্পিত হওয়ার আয়াত — টিউমারের কাঠিন্য ভেঙে যাওয়ার নিয়তে

৩

সূরা ত্বহা : ১০৫-১০৭

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْجِبَالِ فَقُلْ يَنْسِفُهَا رَبِّي نَسْفًا ﴿١٠٥﴾ فَيَذَرُهَا قَاعًا

صَفْصَفًا ﴿١٠٦﴾ لَا تَرَى فِيهَا عِوَجًا وَلَا أَمْتًا ﴿١٠٧﴾

তারা আপনাকে পাহাড় সম্পর্কে প্রশ্ন করা। অতএব, আপনি বলুনঃ আমার পালনকর্তা পাহাড়সমূহকে সমূলে উৎপাটন করে বিক্ষিপ্ত করে দিবেন। অতঃপর পৃথিবীকে মসৃণ সমতলভূমি করে ছাড়বেন। তুমি তাতে মোড় ও টিলা দেখবে না।

পাঠসংখ্যা: ৩ অথবা ৭ বার

নিয়ত: পাহাড়কে গুঁড়িয়ে সমতল ময়দানে পরিণত করার আয়াত — টিউমারকে সমূলে নিশ্চিহ্ন করার নিয়তে

৪

সূরা আন-নামল : ৮৮

وَتَرَى الْجِبَالَ تَحْسَبُهَا جَامِدَةً وَهِيَ تَمُرُّ مَرَّ السَّحَابِ صُنْعَ اللَّهِ الَّذِي

أَتَقَنَ كُلَّ شَيْءٍ إِنَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَفْعَلُونَ ﴿٨٨﴾

তুমি পর্বতমালাকে দেখে অচল মনে কর, অথচ সেদিন এগুলো মেঘমালার মত চলমান হবে। এটা আল্লাহর কারিগরী, যিনি সবকিছুকে করেছেন সুসংহত। তোমরা যা কিছু করছ, তিনি তা অবগত আছেন।

পাঠসংখ্যা: ৩ অথবা ৭ বার

নিয়ত: অটল মনে হওয়া পাহাড়ও মেঘের মতো উড়ে যাওয়ার আয়াত — কঠিন টিউমারও দূর হয়ে যাওয়ার নিয়তে

৫

সূরা আন-নাবা : ২০

وَسَيِّرَتِ الْجِبَالُ فَكَانَتْ سَرَابًا ﴿٢٠﴾

এবং পর্বতমালা চালিত হয়ে মরীচিকা হয়ে যাবে।

পাঠসংখ্যা: ৩ অথবা ৭ বার

নিয়ত: পাহাড় সঞ্চালিত হয়ে মরীচিকায় পরিণত হওয়ার আয়াত

৬

সূরা আত-তাকভীর : ৩

وَإِذَا الْجِبَالُ سُيِّرَتْ

যখন পর্বতমালা অপসারিত হবে,

পাঠসংখ্যা: ৩ অথবা ৭ বার

নিয়ত: পাহাড় সঞ্চালিত হওয়ার আয়াত — টিউমার স্থানচ্যুত ও বিলুপ্ত হওয়ার নিয়তে

টিউমারকে উপড়ে ফেলা ও শরীর থেকে বিচ্ছিন্ন করার আয়াত

একইভাবে হাত রেখে ঘড়ির কাঁটার বিপরীত দিকে ঘুরিয়ে বারবার পড়বেন (অন্তত ৭ বার)।

৭

সূরা আল-ইনশিকাক : ৩-৪

وَإِذَا الْأَرْضُ مُدَّتْ ۖ وَأَلْقَتْ مَا فِيهَا وَتَخَلَّتْ

এবং যখন পৃথিবীকে সম্প্রসারিত করা হবে। এবং পৃথিবী তার গর্ভস্থিত সবকিছু বাইরে নিক্ষেপ করবে ও শূন্যগর্ভ হয়ে যাবে।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: জমিন তার ভেতরের সব কিছু বের করে শূন্য হয়ে যাওয়ার আয়াত — শরীর থেকে টিউমার বেরিয়ে যাওয়ার নিয়তে

৮

সূরা আত-তাক্বীর : ১১

وَإِذَا السَّمَاءُ كُشِطَتْ

যখন আকাশের আবরণ অপসারিত হবে,

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: আসমান আবরণমুক্ত হওয়ার আয়াত — টিউমারের ওপর যেকোনো আড়াল দূর হওয়ার নিয়তে

৯

সূরা আল-মুরসালাত : ৮

فَإِذَا النُّجُومُ طُهِسَتْ

অতঃপর যখন নক্ষত্রসমূহ নির্বাপিত হবে,

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: নক্ষত্র আলোহীন হয়ে যাওয়ার আয়াত — টিউমারের শক্তি নিভে যাওয়ার নিয়তে

১০

সূরা ইবরাহীম : ২৬

وَمَثَلُ كَلِمَةٍ خَبِيثَةٍ كَشَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ اجْتُثَّتْ مِنْ فَوْقِ الْأَرْضِ مَا لَهَا مِنْ

قَرَارٍ ﴿٢٦﴾

এবং নোংরা বাক্যের উদাহরণ হলো নোংরা বৃক্ষ। একে মাটির উপর থেকে উপড়ে নেয়া হয়েছে। এর কোন স্থিতি নেই।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: মন্দ গাছকে শিকড়সহ উপড়ে ফেলার আয়াত — টিউমারকেও শিকড়সহ উপড়ে ফেলার নিয়তে

إِذَا رُجَّتِ الْأَرْضُ رَجًا ۝ وَبُسَّتِ الْجِبَالُ بَسًّا ۝ فَكَانَتْ هَبَاءً

مُنَبَّاتًا ۝

যখন প্রবলভাবে প্রকম্পিত হবে পৃথিবী। এবং পর্বতমালা ভেঙ্গে চুরমার হয়ে যাবে। অতঃপর তা হয়ে যাবে উৎক্ষিপ্ত ধূলিকণা।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: জমিন প্রবলভাবে প্রকম্পিত হয়ে পাহাড় ধূলিকণায় পরিণত হওয়ার আয়াত

জাদুকর ও জিনের শাস্তির আয়াত

৩ অথবা ৭ বার পড়বেন।

১২

সূরা গাফির : ৬৯-৭২

أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ يُجَادِلُونَ فِي آيَاتِ اللَّهِ أَنِّي يُصْرَفُونَ ﴿٦٩﴾ الَّذِينَ

كَذَّبُوا بِالْكِتَابِ وَبِمَا أَرْسَلْنَا بِهِ رُسُلَنَا صَلَٰفًا فَسَوْفَ يَعْلَمُونَ ﴿٧٠﴾ إِذِ الْأَغْلُلُ

فِي أَعْنَاقِهِمْ وَالسَّلْسِلُ يُسْحَبُونَ ﴿٧١﴾ فِي الْحَرِّيمِ ثُمَّ فِي النَّارِ

يُسْجَرُونَ ﴿٧٢﴾

আপনি কি তাদেরকে দেখেননি, যারা আল্লাহর আয়াত সম্পর্কে বিতর্ক করে, তারা কোথায় ফিরছে? যারা কিতাবের প্রতি এবং যে বিষয় দিয়ে আমি পয়গম্বরগণকে প্রেরণ করেছি, সে বিষয়ের প্রতি মিথ্যারোপ করে। অতএব, সত্ত্বরই তারা জানতে পারবে। যখন বেড়িও শৃঙ্খল তাদের গলদেশে পড়বে। তাদেরকে টেনে নিয়ে যাওয়া হবে। ফুটন্ত পানিতে, অতঃপর তাদেরকে আগুনে জ্বালানো হবে।

পাঠসংখ্যা: ৩ অথবা ৭ বার

নিয়ত: আল্লাহর আয়াত নিয়ে বিতর্ককারী ও সত্য প্রত্যাখ্যানকারীদের শাস্তির আয়াত — টিউমারের পেছনে জাদুকর বা অনিষ্টকারী জিনের কোনো ষড়যন্ত্র থাকলে তা ব্যর্থ হওয়ার নিয়তে

বিশেষ দোয়া — ক্যান্সার ও টিউমার

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

اللَّهُمَّ احْرِقْ كُلَّ وَرَمٍ خَبِيثٍ عَلَى جَسَدِي

হে আল্লাহ! আমার শরীরে থাকা সমস্ত মারাত্মক টিউমার 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 فَكِّ كُلَّ عُقْدَةٍ عُقِدَتْ عَلَى جَسَدِي

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

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

بِسْمِ اللَّهِ يُسْحَبُ أَيُّ وَرَمٍ فِي هَذَا الْمَكَانِ وَيُخْتَفَى نَهَائِيًا طَاعَةً لِلَّهِ وَيُعَالَجُ

مَوْضِعُهُ

আল্লাহর নামে এই স্থানের যেকোনো টিউমার টেনে বের করা হোক এবং আল্লাহর আনুগত্যে তা চিরতরে বিলুপ্ত হোক, আর এর স্থানটি সারিয়ে তোলা হোক।

পাঠসংখ্যা: ৭

পাঠের সময় ডান হাত টিউমারের স্থানে রেখে (শরীরের ভেতরে হলে তার বাইরের বরাবর অংশে) ঘড়ির

অথবা ২১ বার

কাঁটার বিপরীত দিকে আস্তে আস্তে ঘোরাতে থাকুন।

بِسْمِ اللَّهِ يَتَقَلَّصُ حَجْمُ الْوَرَمِ الْآنَ... يَتَقَلَّصُ وَيُفْتَتُّ بِأَمْرِ اللَّهِ

আল্লাহর নামে এখনই এই টিউমারের আকার ছোট হয়ে যাক... আল্লাহর আদেশে এটি ছোট হয়ে যাক এবং চূর্ণ-বিচূর্ণ হয়ে যাক।

পাঠসংখ্যা: ৭ অথবা ২১ বার

প্রথম দোয়াটির মতোই হাত ঘুরিয়ে পড়বেন।

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, আমার ক্যান্সার, শরীরের যেকোনো স্থানের টিউমার, শারীরিক ব্যথা এবং এর সাথে সম্পৃক্ত সকল বদনজর, হাসাদ, সেহের, জিন, শরীরের ভিতরে ও বাইরে থাকা শয়তান জিন ও তাদের সকল প্রভাবকে আপনি ধ্বংস করে দিন।

পড়া তেল ম্যাসাজের স্থান

ক্যান্সার ও টিউমার-এর ক্ষেত্রে ফোকাস: টিউমারের স্থানসহ পুরো শরীর, ঘড়ির কাঁটার বিপরীত দিকে মালিশ করে

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)