

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



রুকইয়াহ প্রোটোকল

ইয়াহুদী জিন

নিজেকে ইহুদী পরিচয়ে দাবি করা জিনের 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 মিথ্যা পরিচয় ও দাবি ভাঙার আয়াত
- 4 কুফর প্রত্যাখ্যান ও তাওহীদ প্রতিষ্ঠার আয়াত
- 5 বিশেষ দোয়া — ইয়াহুদী জিন
- 6 সমাপ্তির সূরা ও দোয়া
- 7 সেলফ রুকইয়াহ গাইডলাইন
- 8 সাপ্লিমেন্ট ও সাপ্তাহিক আমল
- 9 দৈনিক আমল

ভূমিকা — কাদের জন্য এই প্রোটোকল

রুকইয়াহর সময় মাঝেমধ্যে শরীরে থাকা সত্তা নিজেকে নির্দিষ্ট কোনো ধর্মীয় পরিচয়ে — যেমন ইহুদী — দাবি করে। এটাকে সত্য বলে ধরে নেওয়া বা এই দাবি নিয়ে জিনের সাথে তর্ক-বিতর্ক বা কথোপকথনে জড়ানো ঠিক নয়; জিন মিথ্যা বলতে পারে, নিজের পরিচয় নিয়ে বিভ্রান্তও করতে পারে। আমাদের কাজ শুধু কুরআনের সত্য দিয়ে সেই দাবিকে ভেঙে দেওয়া এবং তাওহীদ প্রতিষ্ঠা করা — বাকিটা আল্লাহর উপর ছেড়ে দেওয়া। একটি ভারসাম্যও জরুরি: রুকইয়াহর সময় অস্বাভাবিক কথাবার্তা মানেই সবসময় প্রকৃত "ইহুদী জিন" নয়; ক্লান্তি, ভয় বা অতিরঞ্জনও হতে পারে। আলামত স্পষ্ট মিললেই এই প্রোটোকল ধারাবাহিকভাবে চালিয়ে যান।

যেসব লক্ষণ থাকলে এই প্রোটোকল কাজে আসবে

- ♦ রুকইয়াহর সময় শরীরে থাকা সত্তা নিজেকে ইহুদী বা অন্য কোনো ভিন্ন ধর্মীয় পরিচয়ে পরিচয় দেওয়া
- ♦ কুরআন তিলাওয়াত শুনলে অস্বাভাবিক তর্কমূলক প্রতিক্রিয়া বা তীব্র প্রতিরোধ দেখানো
- ♦ নামাজ বা কুরআনের প্রতি হঠাৎ ও অহেতুক তীব্র বিতৃষ্ণা অনুভব করা
- ♦ স্বপ্নে বারবার ভিন্ন ধর্মীয় প্রতীক, পোশাক বা উপাসনালয়ের দৃশ্য দেখা
- ♦ ঈমান নিয়ে অস্বাভাবিকভাবে বেড়ে যাওয়া সন্দেহ বা কুফরি ওয়াসওয়াসা
- ♦ কুরআন পড়া শুরু হলেই শরীরে প্রবল প্রতিক্রিয়া হওয়া এমন কোনো উপস্থিতির অনুভূতি
- ♦ তাওহীদ বা আল্লাহর একত্ব সংক্রান্ত বিষয়ে ব্যাখ্যাভিত্তিক অস্বস্তি বা প্রতিরোধ

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)

মিথ্যা পরিচয় ও দাবি ভাঙার আয়াত

উচ্চস্বরে পড়ুন। জিনের কোনো দাবি, নাম-পরিচয় বা তর্কে সাড়া দেবেন না — শুধু আয়াত পড়া চালিয়ে যান।

১

সূরা আল-মায়িদাহ : ৫১

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَتَّخِذُوا الْيَهُودَ وَالنَّصَرَىٰ أَوْلِيَاءَ ۚ بَعْضُهُمْ

أَوْلِيَاءُ بَعْضٌ ۚ وَمَنْ يَتَوَلَّهُمْ مِنكُمْ فَإِنَّهُ مِنَّهُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ﴾

﴿٥١﴾ الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ

হে মুমিনগণ! তোমরা ইহুদী ও খ্রীষ্টানদেরকে বন্ধু হিসাবে গ্রহণ করো না। তারা একে অপরের বন্ধু। তোমাদের মধ্যে যে তাদের সাথে বন্ধুত্ব করবে, সে তাদেরই অন্তর্ভুক্ত। আল্লাহ জালেমদেরকে পথ প্রদর্শন করেন না।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: ইহুদী পরিচয় দাবি করা সত্তাকে অভিভাবক বা বন্ধু হিসেবে গ্রহণ প্রত্যাখ্যান

لَتَجِدَنَّ أَشَدَّ النَّاسِ عَدُوًّا لِلَّذِينَ ءَامَنُوا الْيَهُودَ وَالَّذِينَ أَشْرَكُوا^ص

وَلَتَجِدَنَّ أَقْرَبَهُم مَّوَدَّةً لِلَّذِينَ ءَامَنُوا الَّذِينَ قَالُوا إِنَّا نَصْرِي^ج ذَلِكَ بِأَنَّ

مِنْهُمْ قَسِيسِينَ وَرُهَبَانًا وَأَنَّهُمْ لَا يَسْتَكْبِرُونَ ﴿٨٢﴾

আপনি সব মানুষের চাইতে মুসলমানদের অধিক শত্রু ইহুদী ও মুশরেকদেরকে পাবেন এবং আপনি সবার চাইতে মুসলমানদের সাথে বন্ধুত্বে অধিক নিকটবর্তী তাদেরকে পাবেন, যারা নিজেদেরকে খ্রীষ্টান বলে। এর কারণ এই যে, খ্রীষ্টানদের মধ্যে আলেম রয়েছে, দরবেশ রয়েছে এবং তারা অহঙ্কার করে না।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: মুমিনের প্রতি সবচেয়ে বেশি শত্রুতা পোষণকারী সত্তার প্রকৃত পরিচয় উন্মোচন



সূরা আত-তাওবা : ৩০

وَقَالَتِ الْيَهُودُ عُزَيْرٌ ابْنُ اللَّهِ ^ص وَقَالَتِ النَّصْرَى الْمَسِيحُ ابْنُ اللَّهِ ^ص ذَلِكَ قَوْلُهُمْ بِأَفْوَاهِهِمْ ^ص يُضَاهُونَ قَوْلَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ قَبْلُ ^ج قَتَلَهُمُ اللَّهُ ^ج

أَنِّي يُؤْفَكُونَ ﴿٣٠﴾

ইহুদীরা বলে ওয়াইর আল্লাহর পুত্র এবং নাসারারা বলে 'মসীহ আল্লাহর পুত্র'। এ হচ্ছে তাদের মুখের কথা। এরা পূর্ববর্তী কাফেরদের মত কথা বলে। আল্লাহ এদের ধ্বংস করুন, এরা কোন উল্টা পথে চলে যাচ্ছে।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: শিরকী দাবির অসারতা ও মিথ্যা আরোপ প্রত্যাখ্যান

مَا كَانَ إِبْرَاهِيمُ يَهُودِيًّا وَلَا نَصْرَانِيًّا وَلَكِنْ كَانَ حَنِيفًا مُّسْلِمًا وَمَا كَانَ

مِنَ الْمُشْرِكِينَ ﴿٦٧﴾

ইব্রাহীম ইহুদী ছিলেন না এবং নাসারাও ছিলেন না, কিন্তু তিনি ছিলেন 'হানীফ' অর্থাৎ, সব মিথ্যা ধর্মের প্রতি বিমুখ এবং আত্মসমর্পণকারী, এবং তিনি মুশরিক ছিলেন না।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: ইব্রাহীম আলাইহিস সালাম কোনো সাম্প্রদায়িক পরিচয়ে ছিলেন না — তিনি ছিলেন খাঁটি একত্ববাদী, এই খাঁটি পথই প্রতিষ্ঠা করা

وَلَنْ تَرْضَىٰ عَنْكَ الْيَهُودُ وَلَا النَّصَارَىٰ حَتَّىٰ تَتَّبِعَ مِلَّتَهُمْ قُلْ إِنَّ هُدَىٰ

اللَّهِ هُوَ الْهُدَىٰ وَلَئِنْ اتَّبَعْتَ أَهْوَاءَهُمْ بَعْدَ الَّذِي جَاءَكَ مِنَ الْعِلْمِ ۚ مَا

لَكَ مِنَ اللَّهِ مِنْ وَلِيٍّ وَلَا نَصِيرٍ ﴿١٢٠﴾

ইহুদী ও খ্রীষ্টানরা কখনই আপনার প্রতি সন্তুষ্ট হবে না, যে পর্যন্ত না আপনি তাদের ধর্মের অনুসরণ করেন। বলে দিন, যে পথ আল্লাহ প্রদর্শন করেন, তাই হল সরল পথ। যদি আপনি তাদের আকাঙ্ক্ষাসমূহের অনুসরণ করেন, ঐ জ্ঞান লাভের পর, যা আপনার কাছে পৌঁছেছে, তবে কেউ আল্লাহর কবল থেকে আপনার উদ্ধারকারী ও সাহায্যকারী নেই।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: কোনো ভিন্ন মতবাদ অনুসরণ না করার দৃঢ়তা — আল্লাহর হেদায়াতই একমাত্র সঠিক পথ

কুফর প্রত্যাখ্যান ও তাওহীদ প্রতিষ্ঠার আয়াত

নিয়ত করুন — শরীর ও ঘর থেকে সমস্ত কুফর-শিরকী প্রভাব দূর হয়ে যাক এবং শুধু খাঁটি তাওহীদ প্রতিষ্ঠিত থাকুক।

৬

সূরা আল-বাকারা : ২৫৬

لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ ^{صَلِّ} قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ ^ج فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ
وَيُؤْمِنْ بِاللَّهِ فَقَدْ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ لَا انْفِصَامَ لَهَا ^{قُلْ} وَاللَّهُ سَبِيْعٌ

عَلِيْمٌ ٢٥٦

দ্বীনের ব্যাপারে কোন জবরদস্তি বা বাধ্য-বাধকতা নেই। নিঃসন্দেহে হেদায়াত গোমরাহী থেকে পৃথক হয়ে গেছে।
এখন যারা গোমরাহকারী 'তাগুত'দেরকে মানবে না এবং আল্লাহতে বিশ্বাস স্থাপন করবে, সে ধারণ করে নিয়েছে
সুদৃঢ় হাতল যা ভাংবার নয়। আর আল্লাহ সবই শুনে এবং জানেন।

পাঠসংখ্যা: ১১ বার

নিয়ত: মিথ্যা উপাস্য/প্রতারক দাবিকে অস্বীকার করে আল্লাহতে ঈমান আনার দৃঢ় হাতল ধরা

قُلْ
إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ وَمَا اخْتَلَفَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ إِلَّا مِنْ
قَبْلِ
بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْعِلْمُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ وَمَنْ يَكْفُرْ بِآيَاتِ اللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ

سَرِيعُ الْحِسَابِ ١٩

নিঃসন্দেহে আল্লাহর নিকট গ্রহণযোগ্য দ্বীন একমাত্র ইসলাম। এবং যাদের প্রতি কিতাব দেয়া হয়েছে তাদের নিকট প্রকৃত জ্ঞান আসার পরও ওরা মতবিরোধে লিপ্ত হয়েছে, শুধুমাত্র পরস্পর বিদ্বেষবশতঃ, যারা আল্লাহর নিদর্শনসমূহের প্রতি কুফরী করে তাদের জানা উচিত যে, নিশ্চিতরূপে আল্লাহ হিসাব গ্রহণে অত্যন্ত দ্রুত।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: আল্লাহর কাছে গ্রহণযোগ্য একমাত্র দ্বীন ইসলাম — কুফরকারীর হিসাব আল্লাহর কাছে দ্রুত

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا ءَامِنُوا بِاللّٰهِ وَرَسُولِهِ ۚ وَالْكِتَابِ الَّذِي نَزَّلَ عَلَىٰ رَسُولِهِ ۚ

وَالْكِتَابِ الَّذِي أُنزِلَ مِن قَبْلُ ۚ وَمَن يَكْفُرْ بِاللّٰهِ وَمَلَائِكَتِهِ ۚ وَكُتُبِهِ ۚ

وَرُسُلِهِ ۚ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَقَدْ ضَلَّ ضَلًّا بَعِيدًا ﴿١٣٦﴾

হে ঈমানদারগণ, আল্লাহর উপর পরিপূর্ণ বিশ্বাস স্থাপন কর এবং বিশ্বাস স্থাপন কর তাঁর রসূলও তাঁর কিতাবের উপর, যা তিনি নাযিল করেছেন স্বীয় রসূলের উপর এবং সেসমস্ত কিতাবের উপর, যেগুলো নাযিল করা হয়েছিল ইতিপূর্বে। যে আল্লাহর উপর, তাঁর ফেরেশতাদের উপর, তাঁর কিতাব সমূহের উপর এবং রসূলগণের উপর ও কিয়ামতদিনের উপর বিশ্বাস করবে না, সে পথভ্রষ্ট হয়ে বহু দূরে গিয়ে পড়বে।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: পূর্ণাঙ্গ ও অবিভাজ্য ঈমান আনার নির্দেশ — আংশিক বা মিথ্যা দাবি পথভ্রষ্টতা

وَقَالَتِ الْيَهُودُ يَدُ اللَّهِ مَغْلُولَةٌ ^ج غُلَّتْ أَيْدِيهِمْ وَلُعِنُوا بِمَا قَالُوا ^م بَلْ يَدَاهُ
 مَبْسُوطَتَانِ يُنْفِقُ كَيْفَ يَشَاءُ ^ج وَلَيَزِيدَنَّ كَثِيرًا مِّنْهُمْ مَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ
 مِنْ رَبِّكَ طُغْيَانًا وَكُفْرًا ^ج وَالْقَيْنَا بَيْنَهُمُ الْعَدَاةَ وَالْبَغْضَاءَ إِلَى يَوْمِ الْقِيَمَةِ
 كُلَّمَا أُوقِدُوا نَارًا لِلْحَرْبِ أَطْفَأَهَا اللَّهُ ^ج وَيَسْعَوْنَ فِي الْأَرْضِ فَسَادًا ^ج وَاللَّهُ

لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ ﴿٦٤﴾

আর ইহুদীরা বলেঃ আল্লাহর হাত বন্ধ হয়ে গেছে। তাদেরই হাত বন্ধ হোক। একথা বলার জন্যে তাদের প্রতি অভিসম্পাত। বরং তাঁর উভয় হস্ত উন্মুক্ত। তিনি যেরূপ ইচ্ছা ব্যয় করেন। আপনার প্রতি পলনকর্তার পক্ষ থেকে যে কালাম অবতীর্ণ হয়েছে, তার কারণে তাদের অনেকের অবাধ্যতা ও কুফর পরিবর্ধিত হবে। আমি তাদের পরস্পরের মধ্যে কেয়ামত পর্যন্ত শত্রুতা ও বিদ্বেষ সঞ্চারিত করে দিয়েছি। তারা যখনই যুদ্ধের আগুন প্রজ্জ্বলিত করে, আল্লাহ তা নির্বাপিত করে দেন। তারা দেশে অশান্তি উৎপাদন করে বেড়ায়। আল্লাহ অশান্তি ও বিশৃঙ্খলা সৃষ্টিকারীদেরকে পছন্দ করেন না।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: মিথ্যা অপবাদ ও কুফর-অবাধ্যতার বিরুদ্ধে আল্লাহর অসীম ক্ষমতার ঘোষণা

বিশেষ দোয়া — ইয়াহুদী জিন

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

اللَّهُمَّ احْرِقْ كُلَّ جِنِّي يَدَّعِي الْيَهُودِيَّةَ عَلَى جَسَدِي

হে আল্লাহ! আমার শরীরে থাকা সমস্ত ইহুদী দাবিদার 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 فَكِّ كُلَّ عُقْدَةٍ عُقِدَتْ عَلَى جَسَدِي

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

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

أُخْرِجْ يَا مُدَّعِيَ الْيَهُودِيَّةِ فَإِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللَّهِ الْإِسْلَامُ

হে ইহুদী পরিচয়ের দাবিদার সত্তা, বেরিয়ে যাও — নিশ্চয়ই আল্লাহর কাছে গ্রহণযোগ্য একমাত্র ধীন ইসলাম।

পাঠসংখ্যা: রোগীর সামনে রাকী উচ্চস্বরে বলবেন; এর জবাবে জিন যা বলে তা নিয়ে কোনো তর্ক বা কথোপকথনে
প্রয়োজনমতো জড়াবেন না।

اللَّهُمَّ إِنِّي أُبْرَأُ إِلَيْكَ مِنْ كُلِّ كُفْرٍ وَشِرْكٍ يَتَلَبَّسُ بِجَسَدِي أَوْ بَيْتِي وَأُشْهِدُكَ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ

হে আল্লাহ, আমার শরীরে বা ঘরে জড়িয়ে থাকা সমস্ত কুফর ও শিরক থেকে আমি আপনার কাছে সম্পূর্ণ
বিমুক্তি চাই, এবং সাক্ষ্য দিচ্ছি যে আপনি ছাড়া কোনো সত্য উপাস্য নেই।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

يَا مَنْ يَدَّعِي دِينًا غَيْرَ دِينِ اللَّهِ لَنْ يُقْبَلَ مِنْكَ فَاخْرُجْ خَاسِرًا صَاحِرًا بِإِذْنِ اللَّهِ

যে সত্তা আল্লাহর ধীন ব্যতীত অন্য কোনো ধীনের দাবি করছে, তোমার কাছ থেকে তা কখনো গৃহীত হবে না —
অতএব আল্লাহর অনুমতিক্রমে অপমানিত ও হীন হয়ে বেরিয়ে যাও।

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

২

সূরা আল-ফালাক : ১-৫

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, আপনি ছাড়া আমার কোনো সত্য উপাস্য নেই। আমার শরীরে বা ঘরে যদি কোনো সত্তা মিথ্যা ধর্মীয় পরিচয় নিয়ে অবস্থান করে, আপনি তাকে অপমানিত ও পরাজিত করে বের করে দিন এবং আমাকে খাঁটি তাওহীদের উপর অবিচল রাখুন। আমার ঈমানে কোনো সন্দেহ বা কুফরি কুমন্ত্রণা প্রবেশ করতে দেবেন না।

পড়া তেল ম্যাসাজের স্থান

ইয়াহুদী জিন-এর ক্ষেত্রে ফোকাস: মাথার তালু, কপাল, বুক ও দুই কাঁধ

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)