

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



রুকইয়াহ প্রোটোকল

মৃত আত্মায়ের অশ্লীল স্বপ্নের রুকইয়াহ

শয়তানের কুমন্ত্রণা চেনা, লজ্জা-অপরাধবোধ দূর করা ও প্রশান্ত ঘুমের আয়াত



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 স্বপ্নের প্রকৃত স্বরূপ — শয়তানের কুমন্ত্রণা চেনার আয়াত
- 4 কবর ও মৃত্যুর সত্য — প্রিয়জন এখন আল্লাহরই হেফাজতে
- 5 বিশেষ দোয়া — মৃত আত্মীয়ের অশ্লীল স্বপ্নের রুকইয়াহ
- 6 সমাপ্তির সূরা ও দোয়া
- 7 সেলফ রুকইয়াহ গাইডলাইন
- 8 সাপ্লিমেন্ট ও সাপ্তাহিক আমল
- 9 দৈনিক আমল

ভূমিকা — কাদের জন্য এই প্রোটোকল

এমন স্বপ্ন দেখার পর অনেকেই ভেতরে ভেতরে ভেঙে পড়েন — লজ্জায় কাউকে বলতে পারেন না, নিজেকে পাপী মনে করেন, এমনকি প্রিয়জনের স্মৃতিও কষ্টের হয়ে ওঠে। অথচ কুরআন নিজেই শিখিয়ে দিয়েছে যে প্রতিটি স্বপ্নের পেছনে অর্থ খোঁজার দরকার নেই — অনেক স্বপ্ন নিছক এলোমেলো কল্পনা (আধঘাসু আহলাম), শয়তানের কুমন্ত্রণা মাত্র। আর কুরআন এটাও স্পষ্ট করেছে যে মৃত ব্যক্তি কবরে শায়িত অবস্থায় জীবিতদের কিছুই শোনাতে বা করাতে পারেন না — অর্থাৎ যাকে নিয়ে স্বপ্ন দেখা গেছে তাঁর প্রকৃত রূহ এতে জড়িত নেই। ঘুমের মধ্যে অনিচ্ছাকৃত এমন দৃশ্যে গুনাহ হয় না। এই প্রোটোকল সাজানো হয়েছে অন্তর থেকে লজ্জা-অপরাধবোধ ঝেড়ে ফেলতে, শয়তানের কুমন্ত্রণা থেকে হিফাজত চাইতে এবং প্রিয়জনের জন্য কল্যাণের দোয়ায় মনোযোগ ফেরাতে।

যেসব লক্ষণ থাকলে এই প্রোটোকল কাজে আসবে

- ✦ ঘুমে মৃত মা-বাবা, ভাই-বোন বা অন্য আত্মীয়কে জড়িয়ে অস্বস্তিকর, লজ্জাজনক স্বপ্ন দেখা
- ✦ স্বপ্নের পর তীব্র অপরাধবোধ ও লজ্জায় নিজেকে দোষী মনে করা
- ✦ এমন স্বপ্নের কথা কাউকে বলতে না পারার একাকী কষ্ট বয়ে বেড়ানো
- ✦ স্বপ্নটা সত্যিই মৃত আত্মীয়ের রূহের কাজ কি না — এই দ্বিধা ও ভয়ে ভোগা
- ✦ রাতে ঘুমাতে ভয় লাগা এবং একই ধরনের অস্বস্তিকর স্বপ্ন বারবার ফিরে আসা
- ✦ স্বপ্নের পর কয়েক দিন মন খারাপ, অস্থিরতা বা নিজেকে অপবিত্র মনে হওয়া
- ✦ প্রিয়জনের স্মৃতির সাথে এমন স্বপ্ন জড়িয়ে যাওয়ায় শোক আরও ভারী হয়ে ওঠা

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)

স্বপ্নের প্রকৃত স্বরূপ — শয়তানের কুমন্ত্রণা চেনার আয়াত

বুঝে পড়ুন — দুঃস্বপ্নের অর্থ খোঁজার দরকার নেই, এটা এলোমেলো কল্পনা বা শয়তানের কুমন্ত্রণা মাত্র, আর স্বপ্নের প্রতিটি দৃশ্য আল্লাহরই নিয়ন্ত্রণে।

১

সূরা ইউসুফ : ৫

قَالَ يُبْنَىٰ لَا تَقْصُصْ رُءْيَاكَ عَلَىٰ إِخْوَتِكَ فَيَكِيدُوا لَكَ كَيْدًا إِنَّ

الشَّيْطَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوٌّ مُّبِينٌ ﴿٥﴾

তিনি বললেনঃ বৎস, তোমার ভাইদের সামনে এ স্বপ্ন বর্ণনা করো না। তাহলে তারা তোমার বিরুদ্ধে চক্রান্ত করবে। নিশ্চয় শয়তান মানুষের প্রকাশ্য।

পাঠসংখ্যা: ১ বার

নিয়ত: ইয়াকুব (আ.)-এর সতর্কতা — প্রতিটি স্বপ্নের কথা সবাইকে বলতে নেই, শয়তান মানুষের প্রকাশ্য শত্রু

২

সূরা ইউসুফ : ৪৪

قَالُوا أَضْغَتْ أَحْلَمٌ^ص وَمَا نَحْنُ بِتَأْوِيلِ الْأَحْلَمِ بِغُلَبِينَ ﴿٤٤﴾

তারা বললঃ এটা কল্পনা প্রসূত স্বপ্ন। এরূপ স্বপ্নের ব্যাখ্যা আমাদের জানা নেই।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: কুরআন নিজেই কিছু স্বপ্নকে 'আধঘাসু আহলাম' (এলোমেলো কল্পনা) বলেছে — প্রতিটি দুঃস্বপ্নের অর্থ খোঁজার দরকার নেই

৩

সূরা আল-আনফাল : ৪৩

إِذْ يُرِيكَهُمُ اللَّهُ فِي مَنَامِكَ قَلِيلًا^ص وَلَوْ أَرْنَكَهُمْ كَثِيرًا لَّفَشلْتُمْ

وَلَتَنْزَعْتُمْ فِي الْأُمْرِ وَلَكِنَّ اللَّهَ سَلَّمَ^{قل} إِنَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ ﴿٤٣﴾

আল্লাহ যখন তোমাকে স্বপ্নে সেসব কাফেরের পরিমাণ অল্প করে দেখালেন; বেশী করে দেখালে তোমরা কাপুরুষতা অবলম্বন করতে এবং কাজের বেলায় বিপদ সৃষ্টি করতে। কিন্তু আল্লাহ বাঁচিয়ে দিয়েছেন। তিনি অতি উত্তমভাবেই জানেন; যা কিছু অন্তরে রয়েছে।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: আল্লাহ কীভাবে স্বপ্নের দৃশ্য নিয়ন্ত্রণ করেন তার প্রমাণ — বদর যুদ্ধের আগে শত্রুসংখ্যা অল্প দেখানো হয়েছিল

কবর ও মৃত্যুর সত্য — প্রিয়জন এখন আল্লাহরই হেফাজতে

প্রতিদিন ধীরে পড়ুন, অন্তরে এই বিশ্বাস দৃঢ় করুন — মৃত ব্যক্তির প্রকৃত রূহ আপনার স্বপ্নে এসে কিছু করার ক্ষমতা রাখে না।

৪

সূরা ফাতির : ২২

وَمَا يَسْتَوِي الْأَحْيَاءُ وَلَا الْأَمْوَاتُ إِنَّ اللَّهَ يُسْمِعُ مَن يَشَاءُ ۚ وَمَا أَنتَ

بِئْسَمِعٍ مَّن فِي الْقُبُورِ ﴿٢٢﴾

আরও সমান নয় জীবিত ও মৃত। আল্লাহ শ্রবণ করান যাকে ইচ্ছা। আপনি কবরে শায়িতদেরকে শুনাতে সক্ষম নন।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

নিয়ত: জীবিত ও মৃত সমান নয় — কবরে শায়িত কাউকে শোনানোরও ক্ষমতা কারো নেই, তো স্বপ্নে এসে কিছু করার প্রশ্নই নেই

৫

সূরা আল-হাজ্জ : ৭



وَأَنَّ السَّاعَةَ آتِيَةٌ لَا رَيْبَ فِيهَا وَأَنَّ اللَّهَ يَبْعَثُ مَنْ فِي الْقُبُورِ

এবং এ কারণে যে, কেয়ামত অবশ্যস্বাবী, এতে সন্দেহ নেই এবং এ কারণে যে, কবরে যারা আছে, আল্লাহ তাদেরকে পুনরুত্থিত করবেন।

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: কিয়ামত পযন্ত কবরে যারা আছেন তাদের পুনরুত্থানের ক্ষমতা শুধু আল্লাহর হাতে — তারা নিজে থেকে কিছু করতে পারেন না

৬

সূরা আবাসা : ২১



ثُمَّ أَمَاتَهُ مَقْفَةً فَأَقْبَرَهُ مَقْفَةً

অতঃপর তার মৃত্যু ঘটান ও কবরস্থ করেন তাকে।

পাঠসংখ্যা: ১ বার

নিয়ত: মৃত্যু ও কবরস্থ হওয়া — দুটোই সরাসরি আল্লাহরই কাজ, আপনার প্রিয়জন এখন সম্পূর্ণ তাঁরই হেফাজতে

৭

সূরা আল-আদিয়াত : ৯

﴿ ٩ ﴾ أَفَلَا يَعْلَمُ إِذَا بُعْثِرَ مَا فِي الْقُبُورِ

সে কি জানে না, যখন কবরে যা আছে, তা উখিত হবে

পাঠসংখ্যা: ৩ বার

নিয়ত: নির্ধারিত সময়ের আগে কবরে থাকা কেউ উখিত হবে না — আপনার স্বপ্নে এসে কিছু করাও তার সাধের বাইরে

বিশেষ দোয়া — মৃত আত্মীর অল্লীল স্বপ্নের রুকইয়াহ

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

اللَّهُمَّ احْرِقْ كُلَّ حُلُمٍ قَبِيحٍ عَلَى مَنَامِي

হে আল্লাহ! আমার স্বপ্নে থাকা সমস্ত অল্লীল স্বপ্ন জ্বালিয়ে দিন।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

بِسْمِ اللَّهِ يُبْطَلُ كُلُّ تَسْلُطٍ عَلَى مَنَامِي

আল্লাহর নামে — আমার স্বপ্নে সমস্ত আধিপত্য বাতিল করা হলো।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

اللَّهُمَّ بِقُوَّتِكَ وَقُدْرَتِكَ فَكَّ كُلِّ عُقْدَةٍ عُقِدَتْ عَلَى مَنَامِي

হে আল্লাহ! আপনার শক্তি ও ক্ষমতা দিয়ে আমার স্বপ্নে বাঁধা প্রতিটি গিট খুলে দিন।

পাঠসংখ্যা: ৭ বার

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ وَسْوَاسِ الشَّيْطَانِ فِي مَنَامِي، وَأَعُوذُ بِكَ أَنْ يَتَلَاعَبَ بِقَلْبِي بِذِكْرٍ مِّنْ فَارَقْنِي بِالْمَوْتِ

হে আল্লাহ! আমি আপনার কাছে আশ্রয় চাই আমার ঘুমে শয়তানের কুমন্ত্রণা থেকে, এবং আশ্রয় চাই যেন সে মৃত্যুতে বিচ্ছিন্ন হওয়া প্রিয়জনের স্মৃতি নিয়ে আমার অন্তরে খেলা করতে না পারে।

পাঠসংখ্যা: ঘুমানোর আগে ৩ বার

স্বপ্ন দেখার সাথে সাথে বা প্রতি রাতে ঘুমানোর ঠিক আগে পড়ুন।

اللَّهُمَّ طَهِّرْ قَلْبِي مِنَ الْخَجَلِ وَالْوَسْوَسَةِ، وَثَبِّتْ يَقِينِي أَنَّ أَهْلَ الْقُبُورِ لَا يَمْلِكُونَ

لِي ضَرًّا وَلَا نَفْعًا إِلَّا بِإِذْنِكَ

হে আল্লাহ! আমার অন্তরকে লজ্জা ও কুমন্ত্রণা থেকে পবিত্র করুন এবং আমার এই বিশ্বাস দৃঢ় করুন যে, কবরবাসীরা আপনার অনুমতি ছাড়া আমার কোনো ক্ষতি বা উপকার করার ক্ষমতা রাখে না।

পাঠসংখ্যা: প্রতিদিন সকাল-
সন্ধ্যা ৩ বার

লজ্জা বা অপরাধবোধ ফিরে এলেই পড়ুন — মৃত ব্যক্তি আপনার কোনো ক্ষতি করতে পারে না, এই বিশ্বাস মনে গেঁথে নিন।

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِمَنْ فَارَقَنِي مِنْ أَهْلِي وَارْحَمْهُ رَحْمَةً وَاسِعَةً، وَلَا تَجْعَلْ لِلشَّيْطَانِ

عَلَيَّ وَلَا عَلَيْهِ مِنْ سَبِيلٍ

হে আল্লাহ! আমার পরিবারের যে সদস্য মৃত্যুতে আমাকে ছেড়ে চলে গেছেন, তাকে ক্ষমা করুন এবং তার প্রতি প্রশস্ত রহমত বর্ষণ করুন, আর শয়তানকে আমার উপর বা তার ব্যাপারে কোনো পথ দেবেন না।

পাঠসংখ্যা: প্রতিদিন
১ বার

নিজের অপরাধবোধ ঝেড়ে ফেলে এই দোয়ার মাধ্যমে মৃত আত্মীর জন্যই কল্যাণ কামনা করুন — এটাই তার জন্য সবচেয়ে ভালো কাজ।

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, আমি জানি এই স্বপ্ন আমার হাতে ছিল না, আমার নিয়ন্ত্রণের বাইরে ছিল। এটা আমার গুনাহ নয়, বরং শয়তানের একটি কুমন্ত্রণা ও এলোমেলো কল্পনা মাত্র। আমার মৃত আত্মীয়ের প্রকৃত রাহ এতে জড়িত নয় — তিনি আপনারই হেফাজতে আছেন, আমার স্বপ্নে এসে কিছু করার ক্ষমতা তাঁর নেই। আমার অন্তর থেকে সব লজ্জা, অপরাধবোধ ও অস্থিরতা দূর করে দিন। আমাকে প্রশান্ত ঘুম দিন, আর আমার প্রিয়জনের জন্য শুধু ক্ষমা ও রহমতের দোয়া করার তাওফিক দিন।

পড়া তেল ম্যাসাজের স্থান

মৃত আত্মীয়ের অঙ্গীল স্বপ্নের রুকইয়াহ-এর ক্ষেত্রে ফোকাস: কপাল ও বুকের উপর — ঘুমানোর ঠিক আগে

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)