রাক্বী ফয়সাল আহমেদ সাবিত
কুমিল্লা মেডিকেল কলেজ

রুকইয়াহ নং ১ - জুন্দ আল-জানুব

শিশু এবং বাড়ির জন্য সাধারণ রুকইয়াহ ও মাসনুন আমল

শুরুতে ১ বার

بِسْمِ ٱللَّهِ ذِي الشَّأْنِ، عَظِيمِ الْبُرْهَانِ، شَدِيدِ السُّلْطَانِ، مَا شَاءَ ٱللَّهُ كَانَ، وَأَعُوذُ بِٱللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ

অর্থ: আল্লাহর নামে শুরু করছি, যিনি মহান মর্যাদাবান, সুস্পষ্ট প্রমাণের অধিকারী, কঠোর ক্ষমতার অধিকারী, আল্লাহ যা চান তাই হয়, এবং আমি শয়তান থেকে আল্লাহর কাছে আশ্রয় চাই।

কুরআনের আয়াতসমূহ

১ বার

১. সূরা আল-ফাতিহা

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ (١) ٱلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ ٱلْعَٰلَمِينَ (٢) ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ (٣) مَٰلِكِ يَوْمِ ٱلدِّينِ (٤) إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ (٥) ٱهْدِنَا ٱلصِّرَٰطَ ٱلْمُسْتَقِيمَ (٦) صِرَٰطَ ٱلَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ ٱلْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا ٱلضَّآلِّينَ (٧)

অনুবাদ: (১) শুরু করছি আল্লাহর নামে যিনি পরম করুণাময়, অতি দয়ালু। (২) যাবতীয় প্রশংসা আল্লাহ তা'আলার যিনি সকল সৃষ্টি জগতের পালনকর্তা। (৩) যিনি নিতান্ত মেহেরবান ও দয়ালু। (৪) যিনি বিচার দিনের মালিক। (৫) আমরা একমাত্র তোমারই ইবাদত করি এবং শুধুমাত্র তোমারই সাহায্য প্রার্থনা করি। (৬) আমাদেরকে সরল পথ দেখাও। (৭) সে সমস্ত লোকের পথ, যাদেরকে তুমি নেয়ামত দান করেছ। তাদের পথ নয়, যাদের প্রতি তোমার গজব নাযিল হয়েছে এবং যারা পথভ্রষ্ট হয়েছে।

১ বার

২. সূরা আল-বাকারাহ (আয়াত ১-৫)

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ الٓمٓ (١) ذَٰلِكَ ٱلْكِتَٰبُ لَا رَيْبَ ۛ فِيهِ ۛ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ (٢) ٱلَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِٱلْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ ٱلصَّلَوٰةَ وَمِمَّا رَزَقْنَٰهُمْ يُنفِقُونَ (٣) وَٱلَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَآ أُنزِلَ إِلَيْكَ وَمَآ أُنزِلَ مِن قَبْلِكَ وَبِٱلْأٰخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ (٤) أُوْلَٰٓئِكَ عَلَىٰ هُدًى مِّن رَّبِّهِمْ ۖ وَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْمُفْلِحُونَ (٥)

অনুবাদ: (১) আলিফ লাম মীম। (২) এ সেই কিতাব যাতে কোনই সন্দেহ নেই। পথ প্রদর্শনকারী পরহেযগারদের জন্য। (৩) যারা অদেখা বিষয়ের ওপর বিশ্বাস স্থাপন করে এবং নামায প্রতিষ্ঠা করে। আর আমি তাদেরকে যে রুযী দান করেছি তা থেকে ব্যয় করে। (৪) এবং যারা বিশ্বাস স্থাপন করে সেসব বিষয়ের ওপর যা কিছু তোমার প্রতি অবতীর্ণ হয়েছে এবং সেসব বিষয়ের ওপর যা তোমার পূর্ববর্তীদের প্রতি অবতীর্ণ হয়েছে। আর আখেরাতকে যারা নিশ্চিত বলে বিশ্বাস করে। (৫) তারাই নিজেদের পালনকর্তার পক্ষ থেকে সুপথ প্রাপ্ত, আর তারাই যথার্থ সফলকাম।

১ বার

৩. সূরা আল-বাকারাহ (আয়াত ১০২-১০৩)

وَاتَّبَعُوا مَا تَتْلُو الشَّيَاطِينُ عَلَىٰ مُلْكِ سُلَيْمَانَ ۖ وَمَا كَفَرَ سُلَيْمَانُ وَلَٰكِنَّ الشَّيَاطِينَ كَفَرُوا يُعَلِّمُونَ النَّاسَ السِّحْرَ وَمَا أُنزِلَ عَلَى الْمَلَكَيْنِ بِبَابِلَ هَارُوتَ وَمَارُوتَ ۚ ... (আয়াত ১০২-১০৩ সম্পূর্ণ পড়ুন)

অনুবাদ: তারা ঐ শাস্ত্রের অনুসরণ করল, যা সুলায়মানের রাজত্বকালে শয়তানরা আবৃত্তি করত। সুলায়মান কুফর করেননি; শয়তানরাই কুফর করেছিল। তারা মানুষকে জাদুবিদ্যা শিক্ষা দিত... (বাকি অংশ মূল কিতাব বা অ্যাপ থেকে দেখে নিন)।

১ বার

৪. সূরা আল-বাকারাহ (আয়াত ১৬৩-১৬৫)

وَإِلَٰهُكُمْ إِلَٰهٌ وَاحِدٌ ۖ لَّا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَٰنُ الرَّحِيمُ (١٦٣) إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ... وَأَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعَذَابِ (١٦٥)

অনুবাদ: (১৬৩) আর তোমাদের উপাস্য একইমাত্র উপাস্য। তিনি ছাড়া মহা করুণাময় ও দয়ালু আর কোন উপাস্য নেই... (১৬৫) ...যাবতীয় ক্ষমতা শুধুমাত্র আল্লাহরই জন্য এবং আল্লাহর আজাবই সবচেয়ে কঠিন।

১ বার

৫. আয়াতুল কুরসী (সূরা বাকারা: ২৫৫)

ٱللَّهُ لَآ إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلْحَيُّ ٱلْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُۥ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ لَّهُۥ مَا فِى ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَمَا فِى ٱلْأَرْضِ ۗ مَن ذَا ٱلَّذِى يَشْفَعُ عِندَهُۥٓ إِلَّا بِإِذْنِهِۦ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَىْءٍ مِّنْ عِلْمِهِۦٓ إِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضَ ۖ وَلَا يَـُٔودُهُۥ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ ٱلْعَلِىُّ ٱلْعَظِيمُ

অনুবাদ: আল্লাহ ছাড়া অন্য কোন উপাস্য নেই, তিনি জীবিত, সবকিছুর ধারক। তাঁকে তন্দ্রাও স্পর্শ করতে পারে না এবং নিদ্রাও নয়... তিনিই সর্বোচ্চ এবং সর্বাপেক্ষা মহান।

১ বার

৬. সূরা আল-বাকারাহ (শেষ ৩ আয়াত: ২৮৪-২৮৬)

لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ... فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ (٢٨٦)

অনুবাদ: ...হে আমাদের পালনকর্তা! এবং আমাদের ওপর এমন দায়িত্ব অর্পণ করো না, যেমন আমাদের পূর্ববর্তীদের ওপর অর্পণ করেছ... সুতরাং কাফের সম্প্রদায়ের বিরুদ্ধে আমাদের সাহায্য কর।

১ বার

৭. সূরা আস-সাফফাত (আয়াত ১-১০)

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ وَٱلصَّٰٓفَّٰتِ صَفًّا (١) فَٱلزَّٰجِرَٰتِ زَجْرًا (٢) فَٱلتَّٰلِيَٰتِ ذِكْرًا (٣) إِنَّ إِلَٰهَكُمْ لَوَٰحِدٌ (٤) رَّبُّ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا وَرَبُّ ٱلْمَشَٰرِقِ (٥) إِنَّا زَيَّنَّا ٱلسَّمَآءَ ٱلدُّنْيَا بِزِينَةٍ ٱلْكَوَاكِبِ (٦) وَحِفْظًا مِّن كُلِّ شَيْطَٰنٍ مَّارِدٍ (٧) لَّا يَسَّمَّعُونَ إِلَى ٱلْمَلَإِ ٱلْأَعْلَىٰ وَيُقْذَفُونَ مِن كُلِّ جَانِبٍ (٨) دُحُورًا ۖ وَلَهُمْ عَذَابٌ وَاصِبٌ (٩) إِلَّا مَنْ خَطِفَ ٱلْخَطْفَةَ فَأَتْبَعَهُۥ شِهَابٌ ثَاقِبٌ (١٠)

অনুবাদ: (১) শপথ সারিবদ্ধ ফেরেশতাদের, (২) অতঃপর ধমক প্রদানকারীদের, (৩) অতঃপর যিকির আবৃত্তিকারীদের; (৪) নিশ্চয় তোমাদের উপাস্য এক। (৫) তিনি আসমান-যমীন ও এ দুয়ের মধ্যবর্তী সবকিছুর পালনকর্তা... (১০) তবে কেউ ছোঁ মেরে কিছু শুনে ফেললে, জ্বলন্ত উল্কাপিন্ড তার পশ্চাদ্ধাবন করে।

১ বার

৮. সূরা আল-মুমিনুন (আয়াত ১১৫-১১৮)

بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَٰكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ (١١٥) فَتَعَٰلَى ٱللَّهُ ٱلْمَلِكُ ٱلْحَقُّ ۖ لَآ إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ ٱلْعَرْشِ ٱلْكَرِيمِ (١١٦) وَمَن يَدْعُ مَعَ ٱللَّهِ إِلَٰهًا ءَاخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُۥ بِهِۦ فَإِنَّمَا حِسَابُهُۥ عِندَ رَبِّهِۦٓ ۚ إِنَّهُۥ لَا يُفْلِحُ ٱلْكَٰفِرُونَ (١١٧) وَقُل رَّبِّ ٱغْفِرْ وَٱرْحَمْ وَأَنتَ خَيْرُ ٱلرَّٰحِمِينَ (١١٨)

অনুবাদ: (১১৫) তোমরা কি ধারণা করছ যে, আমি তোমাদেরকে অনর্থক সৃষ্টি করেছি এবং তোমরা আমার কাছে ফিরে আসবে না? ... (১১৮) বলুনঃ হে আমার পালনকর্তা, ক্ষমা করুন ও রহম করুন। রহমকারীদের মধ্যে আপনি শ্রেষ্ঠ।

১ বার

৯. সূরা আল-আ'রাফ (আয়াত ১১৭-১২২)

وَأَوْحَيْنَا إِلَى مُوسَى أَنْ أَلْقِ عَصَاكَ فَإِذَا هِيَ تَلْقَفُ مَا يَأْفِكُونَ ﴿١١٧﴾ فَوَقَعَ الْحَقُّ وَبَطَلَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿١١٨﴾ فَغُلِبُوا هُنَالِكَ وَانْقَلَبُوا صَاغِرِينَ ﴿١١٩﴾ وَأُلْقِيَ السَّحَرَةُ سَاجِدِينَ ﴿١٢٠﴾ قَالُوا آمَنَّا بِرَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٢١﴾ رَبِّ مُوسَى وَهَارُونَ ﴿١٢٢﴾

অনুবাদ: (১১৭) আর আমি মূসার প্রতি ওহী পাঠালাম যে, 'তুমি তোমার লাঠি নিক্ষেপ করো'। (সে তা নিক্ষেপ করল) সহসা তা তাদের অলীক সৃষ্টিগুলোকে গিলে খেতে লাগল। ... (১২২) 'যিনি মূসা ও হারূনের রব'।

১ বার

১০. সূরা ইউনুস (আয়াত ৭৯-৮২)

وَقَالَ فِرْعَوْنُ ائْتُونِي بِكُلِّ سَاحِرٍ عَلِيمٍ ﴿٧٩﴾ فَلَمَّا جَاءَ السَّحَرَةُ قَالَ لَهُمْ مُوسَى أَلْقُوا مَا أَنْتُمْ مُلْقُونَ ﴿٨٠﴾ فَلَمَّا أَلْقَوْا قَالَ مُوسَى مَا جِئْتُمْ بِهِ السِّحْرُ إِنَّ اللَّهَ سَيُبْطِلُهُ إِنَّ اللَّهَ لَا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِينَ ﴿٨١﴾ وَيُحِقُّ اللَّهُ الْحَقَّ بِكَلِمَاتِهِ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُونَ ﴿٨٢﴾

অনুবাদ: ...মূসা বলল, 'তোমরা যা নিয়ে এসেছ তা জাদু। নিশ্চয় আল্লাহ তা বাতিল করে দেবেন। নিশ্চয় আল্লাহ ফাসাদকারীদের কাজ শুধরে দেন না'। (৮২) 'আর আল্লাহ তাঁর কালেমাসমূহ দ্বারা সত্যকে প্রতিষ্ঠিত করেন, যদিও অপরাধীরা তা অপছন্দ করে'।

১ বার

১১. সূরা ত্ব-হা (আয়াত ৬৫-৬৯)

قَالُوا يَا مُوسَى إِمَّا أَنْ تُلْقِيَ وَإِمَّا أَنْ نَكُونَ أَوَّلَ مَنْ أَلْقَى ﴿٦٥﴾ ... قُلْنَا لَا تَخَفْ إِنَّكَ أَنْتَ الْأَعْلَى ﴿٦٨﴾ وَأَلْقِ مَا فِي يَمِينِكَ تَلْقَفْ مَا صَنَعُوا إِنَّمَا صَنَعُوا كَيْدُ سَاحِرٍ وَلَا يُفْلِحُ السَّاحِرُ حَيْثُ أَتَى ﴿٦٩﴾

অনুবাদ: ...আমি বললাম, 'ভয় পেয়ো না, নিশ্চয় তুমিই বিজয়ী থাকবে'। (৬৯) 'আর তোমার ডান হাতে যা আছে তা নিক্ষেপ কর, তারা যা করেছে তা এটি গিলে ফেলবে; তারা যা করেছে তা তো কেবল জাদুকরের চক্রান্ত। আর জাদুকর যেখানেই আসুক, সফল হবে না'।

১ বার

১২. সূরা আর-রহমান (আয়াত ৩৩-৩৬)

يَا مَعْشَرَ الْجِنِّ وَالْإِنْسِ إِنِ اسْتَطَعْتُمْ أَنْ تَنْفُذُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ فَانْفُذُوا لَا تَنْفُذُونَ إِلَّا بِسُلْطَانٍ ﴿٣٣﴾ فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ﴿٣٤﴾ يُرْسَلُ عَلَيْكُمَا شُوَاظٌ مِنْ نَارٍ وَنُحَاسٌ فَلَا تَنْتَصِرَانِ ﴿٣٥﴾ فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ﴿٣٦﴾

অনুবাদ: (৩৩) হে জিন ও মানুষ জাতি! আসমানসমূহ ও যমীনের সীমানা পেরিয়ে যদি তোমরা পালাতে পার, তবে পালাও। তোমরা পালাতে পারবে না ক্ষমতা ছাড়া। ... (৩৫) তোমাদের প্রতি ছাড়া হবে অগ্নিশিখা ও ধোঁয়া, তখন তোমরা প্রতিরোধ করতে পারবে না।

১ বার

১৩. সূরা আল-হাজ্জ (১৯-২২)

هَذَانِ خَصْمَانِ اخْتَصَمُوا فِي رَبِّهِمْ فَالَّذِينَ كَفَرُوا قُطِّعَتْ لَهُمْ ثِيَابٌ مِنْ نَارٍ يُصَبُّ مِنْ فَوْقِ رُءُوسِهِمُ الْحَمِيمُ ﴿١٩﴾ يُصْهَرُ بِهِ مَا فِي بُطُونِهِمْ وَالْجُلُودُ ﴿٢٠﴾ وَلَهُمْ مَقَامِعُ مِنْ حَدِيدٍ ﴿٢١﴾ كُلَّمَا أَرَادُوا أَنْ يَخْرُجُوا مِنْهَا مِنْ غَمٍّ أُعِيدُوا فِيهَا وَذُوقُوا عَذَابَ الْحَرِيقِ ﴿٢٢﴾

অনুবাদ: (১৯) এ দু'টি বিবদমান পক্ষ, তারা তাদের রব সম্বন্ধে বিতর্ক করে। অতএব যারা কুফরী করে তাদের জন্য আগুনের পোশাক প্রস্তুত করা হয়েছে... (২২) যখনই তারা যন্ত্রণাকাতর হয়ে তা (জাহান্নাম) থেকে বের হতে চাইবে, তখনই তাদেরকে তাতে ফিরিয়ে দেয়া হবে...

১ বার

১৪. সূরা আল-হাশর (২১-২৪)

لَوْ أَنْزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى جَبَلٍ لَرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُتَصَدِّعًا مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢١﴾ ... هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَى يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ﴿٢٤﴾

অনুবাদ: (২১) আমি যদি এই কুরআন কোনো পাহাড়ের ওপর নাযিল করতাম, তবে তুমি তাকে দেখতে আল্লাহর ভয়ে বিনয়াবনত ও বিদীর্ণ... (২৪) তিনিই আল্লাহ, স্রষ্টা, উদ্ভাবক, আকৃতিদানকারী; তাঁর রয়েছে সুন্দরতম নামসমূহ। আসমান ও যমীনে যা আছে সবই তাঁর তাসবীহ পাঠ করে।

১ বার

১৫. সূরা আল-জিন (১-৫)

قُلْ أُوحِيَ إِلَيَّ أَنَّهُ اسْتَمَعَ نَفَرٌ مِنَ الْجِنِّ فَقَالُوا إِنَّا سَمِعْنَا قُرْآنًا عَجَبًا ﴿١﴾ يَهْدِي إِلَى الرُّشْدِ فَآمَنَّا بِهِ وَلَنْ نُشْرِكَ بِرَبِّنَا أَحَدًا ﴿٢﴾ ... وَأَنَّا ظَنَنَّا أَنْ لَنْ تَقُولَ الْإِنْسُ وَالْجِنُّ عَلَى اللَّهِ كَذِبًا ﴿٥﴾

অনুবাদ: (১) বল, আমার প্রতি ওহী নাযিল করা হয়েছে যে, জিনদের একটি দল মনোযোগ দিয়ে (কুরআন) শুনেছে এবং বলেছে, 'আমরা তো এক বিস্ময়কর কুরআন শুনেছি'... (৫) 'আর আমরা ধারণা করতাম, মানুষ ও জিন আল্লাহ সম্পর্কে কখনো মিথ্যা বলবে না'।

১ বার

১৬. সূরা আয-যালযালাহ (১-৮)

إِذَا زُلْزِلَتِ الْأَرْضُ زِلْزَالَهَا ﴿١﴾ وَأَخْرَجَتِ الْأَرْضُ أَثْقَالَهَا ﴿٢﴾ وَقَالَ الْإِنْسَانُ مَا لَهَا ﴿٣﴾ يَوْمَئِذٍ تُحَدِّثُ أَخْبَارَهَا ﴿٤﴾ بِأَنَّ رَبَّكَ أَوْحَى لَهَا ﴿٥﴾ يَوْمَئِذٍ يَصْدُرُ النَّاسُ أَشْتَاتًا لِيُرَوْا أَعْمَالَهُمْ ﴿٦﴾ فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ ﴿٧﴾ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ ﴿٨﴾

অনুবাদ: (১) যখন যমীনকে তার (প্রচণ্ড) প্রকম্পনে প্রকম্পিত করা হবে। (২) এবং যমীন তার ভারসমূহ বের করে দেবে। ... (৭) কেউ অণু পরিমাণ ভালো কাজ করলে সে তা দেখবে। (৮) আর কেউ অণু পরিমাণ মন্দ কাজ করলে সে তাও দেখবে।

প্রতিটি ৩ বার

সুরক্ষার ৩টি সূরা (৩ বার করে পড়ুন)

সূরা আল-ইখলাস: قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ...

সূরা আল-ফালাক: قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ...

সূরা আন-নাস: قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ...

মাসনুন দোয়া ও ঝাড়ফুঁক

গুরুত্বপূর্ণ দোয়া

১. জিবরাঈল (আ.) এর দোয়া

بِسْمِ اللهِ أَرْقِيكَ، مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُؤْذِيكَ، مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنِ حَاسِدٍ، اللهُ يَشْفِيكَ، بِسْمِ اللهِ أَرْقِيكَ

অনুবাদ: আল্লাহর নামে আমি তোমাকে ঝাড়ফুঁক করছি, এমন সব বিষয় থেকে যা তোমাকে কষ্ট দেয়। প্রতিটি নফস বা হিংসুক চোখের অনিষ্ট থেকে। আল্লাহ তোমাকে শিফা দান করুন।

৩ বার

২. সুরক্ষার দোয়া

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

অনুবাদ: আল্লাহর নামে, যাঁর নামের বরকতে আসমান ও যমীনের কোনো কিছুই ক্ষতি করতে পারে না। তিনি সর্বশ্রোতা, সর্বজ্ঞ।

৩ বার (বিসমিল্লাহ) / ৭ বার (আউযু...)

৩. ব্যাথা ও কষ্ট উপশমের দোয়া

بِسْمِ اللَّهِ (৩ বার)

أَعُوذُ بِاللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ (৭ বার)

অনুবাদ: আমি আল্লাহর কাছে এবং তাঁর কুদরতের কাছে আশ্রয় চাই সেই কষ্টের অনিষ্ট থেকে যা আমি অনুভব করছি এবং যার আমি আশঙ্কা করছি।

১ বার

৪. নবীজির (সা.) দোয়া

أَذْهِبِ الْبَاسَ رَبَّ النَّاسِ، وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا

অনুবাদ: হে মানুষের রব! কষ্ট দূর করে দিন এবং শিফা দান করুন, আপনিই নিরাময়কারী। আপনার শিফা ছাড়া কোনো শিফা নেই...

৭ বার

৫. মহান আরশের রবের কাছে আরোগ্য

أَسْأَلُ اللَّهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ أَنْ يَشْفِيَكَ

অনুবাদ: আমি সুমহান আল্লাহর কাছে চাচ্ছি, যিনি মহান আরশের রব, তিনি যেন তোমাকে সুস্থ করে দেন।

রুকইয়াহ চলাকালীন অনুভূতি ও নির্দেশনা

এই রুকইয়াহ পাঠ বা শোনার সময় রোগীর শরীরে অস্বাভাবিক গরম ভাব, ঘাম, ক্লান্তি, হাই ওঠা বা চোখ দিয়ে পানি পড়তে পারে। শিশুদের ক্ষেত্রে কান্না বা অস্থিরতা দেখা দিতে পারে।

এগুলো জিনের উপস্থিতির বা যাদু নষ্ট হওয়ার লক্ষণ হতে পারে। ভয় পাবেন না, আল্লাহর উপর ভরসা রেখে পাঠ চালিয়ে যান। নিয়মিত আমলে সুস্থতা আসবে ইনশাআল্লাহ।

"হে আল্লাহ! আপনি আমাদের এবং আমাদের পরিবারকে সকল প্রকার অনিষ্ট, জাদু এবং জিনের আছর থেকে হেফাজত করুন। আমিন।"

© 2024 AL QURANIC RUQYAH HEALING

01886 608 999 | **WhatsApp**