রাকী ফয়সাল আহমেদ সাবিত

এমবিবিএস শিক্ষার্থী, কুমিল্লা মেডিকেল কলেজ

আল কুরআন রুকইয়াহ হিলিং সেন্টার

বদ নজর, চোখের বিষ এবং শরীরের ভেতরের জট বা গিরা খোলার রুকইয়াহ গাইডলাইন

এই গাইডলাইনটি বদনজর, হিংসা (হাসাদ) এবং এর প্রভাবে শরীরের ভেতরে তৈরি হওয়া বিভিন্ন জট (Knots) বা গিরা খোলার জন্য অত্যন্ত কার্যকরী। নির্দেশিকাগুলো সঠিকভাবে মেনে আমল করুন এবং আল্লাহর উপর পূর্ণ তাওয়াক্কুল রাখুন।

রুকইয়াহ আয়াতসমূহ

সূরা আল-ফাতিহা (আয়াত ১-৪):

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ ﴿١﴾ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

﴿٢﴾ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ ﴿٣﴾ مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ ﴿٤﴾

শুরু করছি আল্লাহর নামে যিনি পরম করুণাময়, অতি দয়ালু। যাবতীয় প্রশংসা আল্লাহ তা'আলার যিনি সকল সৃষ্টি জগতের পালনকর্তা। যিনি নিতান্ত মেহেরবান ও দয়ালু। যিনি বিচার দিনের মালিক।

সূরা আল-ফাতিহা (আয়াত ৫-৭):

إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴿٥﴾ اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ

﴿٦﴾ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ

وَلَا الضَّالِّينَ ﴿٧﴾

আমরা একমাত্র তোমারই ইবাদত করি এবং শুধুমাত্র তোমারই সাহায্য প্রার্থনা করি। আমাদেরকে সরল পথ দেখাও। সে সমস্ত লোকের পথ, যাদেরকে তুমি নেয়ামত দান করেছ। তাদের পথ নয়, যাদের প্রতি তোমার গজব নাযিল হয়েছে এবং যারা পথভ্রষ্ট হয়েছে।

আয়াতুল কুরসী (অংশ ১):

اللَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ ۚ

আল্লাহ ছাড়া অন্য কোনো উপাস্য নেই, তিনি জীবিত, সবকিছুর ধারক। তাঁকে তন্দ্রাও স্পর্শ করতে পারে না এবং নিদ্রাও নয়।

আয়াতুল কুরসী (অংশ ২):

لَّهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ۗ مَن ذَا الَّذِي يَشْفَعُ

عِندَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ

আসমান ও জমিনে যা কিছু রয়েছে, সবই তাঁর। কে আছ এমন, যে সুপারিশ করবে তাঁর কাছে তাঁর অনুমতি ছাড়া? দৃষ্টির সামনে কিংবা পিছনে যা কিছু রয়েছে সে সবই তিনি জানেন।

আয়াতুল কুরসী (অংশ ৩):

وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ

السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ ۖ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِيُّ

الْعَظِيمُ

তাঁর জ্ঞানসীমা থেকে তারা কোনো কিছুকেই আয়ত্ত করতে পারে না, কিন্তু যতটুকু তিনি ইচ্ছা করেন। তাঁর কুরসি সমস্ত আসমান ও জমিনকে পরিবেষ্টিত করে আছে। আর সেগুলোকে রক্ষণাবেক্ষণ করা তাঁকে ক্লান্ত করে না। তিনি সর্বোচ্চ এবং সর্বাপেক্ষা মহান।

বদনজর খণ্ডন ও জট খোলার বিশেষ আয়াত

সূরা আল-বাকারাহ (আয়াত ২০ - অংশবিশেষ):

يَكَادُ الْبَرْقُ يَخْطَفُ أَبْصَارَهُمْ

বিদ্যুৎ চমক তাদের দৃষ্টিশক্তি কেড়ে নেওয়ার উপক্রম হয়। (এই আয়াতটি বদনজরের প্রভাব নষ্ট করতে বারবার পাঠ করা হয়)

সূরা আল-গাশিয়াহ (আয়াত ১২):

فِيهَا عَيْنٌ جَارِيَةٌ

তথায় রয়েছে প্রবহমান ঝরনা।

সূরা ইয়াসীন (আয়াত ৩৪ - অংশবিশেষ):

وَفَجَّرْنَا فِيهَا مِنَ الْعُيُونِ

এবং তাতে আমি উৎসারিত করেছি অনেক ঝরনা।

সূরা আল-ক্বামার (আয়াত ১২ - অংশবিশেষ):

وَفَجَّرْنَا الْأَرْضَ عُيُونًا

এবং আমি ভূমিকে বিদীর্ণ করে ঝরনাধারা উৎসারিত করলাম।

সূরা আল-ইনসান (আয়াত ৬):

عَيْنًا يَشْرَبُ بِهَا عِبَادُ اللَّهِ يُفَجِّرُونَهَا تَفْجِيرًا

এটা একটা ঝরনা, যা থেকে আল্লাহর বান্দাগণ পান করবে- তারা একে প্রবাহিত করবে বিপুল ধারায়।

বদনজরের জট ধ্বংস করার বিশেষ দোয়া

এই দোয়াগুলো শরীরে বদনজরের কারণে তৈরি হওয়া গিরা বা জট ধ্বংস করার নিয়তে পাঠ করবেন:

اللَّهُمَّ فَجِّرْ عُقَدَ الْعَيْنِ فِي هَذَا الْجَسَدِ

অর্থ: হে আল্লাহ! এই শরীরের ভেতরে থাকা বদনজরের সমস্ত গিরা (জট) আপনি ধ্বংস করে দিন।

بِسْمِ اللَّهِ تُسْحَبُ الْعُيُونُ بِأَمْرِ اللَّهِ

অর্থ: আল্লাহর নামে, আল্লাহর আদেশে বদনজরের সমস্ত প্রভাব টেনে বের করা হচ্ছে।

اللَّهُمَّ أَخْرِجْ كُلَّ عَيْنٍ قَوِيَّةٍ وَقَدِيمَةٍ

অর্থ: হে আল্লাহ! প্রত্যেকটি শক্তিশালী এবং পুরনো বদনজর শরীর থেকে বের করে দিন।

اللَّهُمَّ أَبْطِلْ تَأْثِيرَ الْعَيْنِ وَالْحَسَدِ

অর্থ: হে আল্লাহ! বদনজর এবং হিংসার (হাসাদের) সমস্ত ক্ষতিকর প্রভাব আপনি বাতিল করে দিন।

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَّةٍ

অর্থ: আমি আল্লাহর পরিপূর্ণ বাক্যসমূহের আশ্রয়ে প্রত্যেক শয়তান ও বিষাক্ত প্রাণী থেকে এবং প্রত্যেক ক্ষতিকর বদনজর থেকে পানাহ চাই।

এরপর সূরা ইখলাস, ফালাক এবং নাস পাঠ করবেন এবং পরিশেষে আযান পাঠ করবেন।

📌 সেলফ রুকইয়াহ গাইডলাইন

আপনি যে সমস্যাগুলো থেকে বের হতে চান অথবা যে রোগ থেকে সুস্থতা লাভ করতে চান সেই সমস্যা ও রোগ গুলোকে ১, ২, ৩, এভাবে নাম্বার দিয়ে সিরিয়াল অনুযায়ী প্রথমে নোট ডাউন করে নিবেন। পরবর্তীতে এক নম্বরে যে সমস্যা বা রোগটি থাকবে সেটার জন্য একদিন ৩০ মিনিট আপনি নিজেই রুকইয়াহ করবেন, দ্বিতীয় নম্বরে যে সমস্যা বা রোগটি থাকবে সেটার জন্য দ্বিতীয় দিন ৩০ মিনিট রুকইয়াহ করবেন। তৃতীয় দিন তৃতীয় সমস্যা বা রোগটির জন্য, চতুর্থ দিন চতুর্থ সমস্যা বা রোগের জন্য। এভাবে সিরিয়াল অনুযায়ী...

🟢 নিজেই নিজের রুকইয়াহ করার নিয়ম

"হে আল্লাহ আমার বদ নজর, হিংসা (হাসাদ), চোখের বিষ এবং শরীরের ভেতরের জট বা গিরা (Evil Eye and Knots)-এর সাথে সম্পৃক্ত সকল বদনজর, হাসাদ, সেহের, জ্বীন, শরীরের ভিতরে ও বাইরে থাকা শয়তান জ্বীন ও

তাদের সকল প্রভাবকে আপনি ধ্বংস করে দিন"

উপরের এই বাংলা দোয়াটি ১৫ মিনিট পাঠ করবেন। আর বাকি ১৫ মিনিট সূরা ফাতিহা, ফালাক এবং নাস পাঠ করবেন।

এভাবে বাংলা ১৫ মিনিট দোয়া এবং ১৫ মিনিট কুরআনের আয়াত পাঠ করে মোট ৩০ মিনিট রুকইয়াহ শেষ করার পর পানি, মধু, গোলাপজল, অলিভ অয়েল, সিদর পাতা, এগুলোতে ফুঁ দিয়ে মিশিয়ে ফুঁ দিবেন।

এরপর করার ফলে আপনার নিজের রুকইয়াহও হলো আবার সাথে সাথে আপনার পড়া পানি, পড়া মধু, পড়া তেল ইত্যাদি সব সাপ্লিমেন্ট ব্যবহারের জন্য তৈরি হয়ে গেল।

🟢 **সাপ্লিমেন্ট ব্যবহার করার নিয়ম**

আপনি রুকইয়াহ করে যে পড়া পানি তৈরি করেছেন সেখান থেকে আধা লিটার পড়া পানি নিয়ে তাতে পরিমাণ মতো এবং স্বাদ মতো লেবুর রস, মধু, সিদর পাতা মিশিয়ে শরবত বানিয়ে পুরোটা খেয়ে আপনার জন্য সাপোর্টিভ রুকইয়াহ অ্যাক্টিভ করবেন।

সাজেস্টেড অডিও: (رقية خطف العين ستشعر بسحب العيون من جسمك وعقدها) فواز الأسود | مدينة العلم

🟢 **রুকইয়াহ গোসল করবেন সপ্তাহে ১ দিন**

গোসলের নিয়ম: এক বালতি গোসলের পানি নিন। তাতে ১ লিটার পড়া পানি, এক চামচ পিঙ্ক সল্ট, ১০-১৫ চামচ গোলাপজল এবং ১ থেকে ৩ চামচ অলিভ অয়েল এবং সাতটি সিদর পাতা বেটে পেস্ট করে পানিতে মিশিয়ে ফেলুন।

এরপর এই ১ বালতি পানি থেকে আরেক বালতি পানি আপনার মাথার উপর থেকে আস্তে আস্তে ঢালবেন এবং পুরো শরীর ম্যাসাজ করবেন। পরবর্তীতে নরমাল ফ্রেশ পানি দিয়ে গোসল করে শরীর পরিষ্কার করে নিবেন।

🟢 **পড়া অলিভ অয়েল ব্যবহার করবেন**

গোসলের পর এবং রাতে ঘুমানোর আগে পুরো শরীরে পড়া অলিভ অয়েল মেখে নিবেন। বিশেষ করে আপনার শরীরের যে সকল জায়গায় ব্যথা করে, জ্বালাপোড়া করে এবং ফুসকুড়ি সেসব স্থানে ঐ পড়া অলিভ অয়েল দিয়ে ম্যাসাজ করবেন।

🟢 **পড়া পানি দিয়ে মুখ ধোবেন / স্প্রে করবেন**

যখন আপনার বাসায় স্প্রে করবেন, তখন ঐ পানি দিয়ে স্প্রে করা হবে এবং পড়া পানি মিশিয়ে নিয়ে তা দিয়ে বাসার ফ্লোর মুছে নিবেন। একটি স্প্রে বোতলে পড়া পানি এবং সুগন্ধি ছাড়া এমন আতর মিশিয়ে বাসায় স্প্রে করবেন।

🟢 **আমল**

সূরা কফ ৩ বার রাতে, সকালে সূরা ইয়াসিন, সন্ধ্যায় সূরা ওয়াকিয়া।

🟢 **সামর্থ্য অনুযায়ী সুন্নতের নিয়তে সাদাকাহ করবেন**

নিয়মিত মাসনুন আমল করার পাশাপাশি নিজের সামর্থ্য অনুযায়ী সুন্নতের নিয়তে সাদাকাহ আদায় করবেন।

রেফারেন্স: https://youtu.be/dOsfFIUNz1E

যোগাযোগ: WhatsApp - 01886608999 | Telegram - Al Quranic Ruqyah Healing