

রাকী ফয়সাল আহমেদ সাবিত

(Raqi Faisal Ahmed Sabit)

এমবিবিএস শিক্ষার্থী, কুমিল্লা মেডিকেল কলেজ

আল কুরআন রুকইয়াহ হিলিং সেন্টার

WhatsApp: 01886608999 | Telegram: Al Quranic Ruqyah Healing

রুগীর অরুচি ও পেটের সমস্যার জন্য সেলফ রুকইয়াহ গাইডলাইন

জামাতের খাবার ও পানীয় সম্পর্কে পবিত্র কুরআনে অনেক চমৎকার বর্ণনা রয়েছে। নিচে কয়েকটি উল্লেখযোগ্য আয়াত উল্লেখ করা হলো:

১. জান্নাতের নদীসমূহ (পানি, দুধ, শরাব ও মধু):

সূরা মুহাম্মদ, আয়াত ১৫:

مَثَلُ الْجَنَّةِ الَّتِي وُعدَ الْمُتَّقُونَ^ص فِيهَا أَنْهَارٌ مِّنْ مَّاءٍ غَيْرِ

آسِنٍ وَأَنْهَارٌ مِّنْ لَّبَنٍ لَّمْ يَتَغَيَّرْ طَعْمُهُ وَأَنْهَارٌ مِّنْ خَمْرٍ لَّذَّةٍ

لِّلشَّارِبِينَ وَأَنْهَارٌ مِّنْ عَسَلٍ مُّصَفًّى^ص وَلَهُمْ فِيهَا مِن كُلِّ

الثَّمَرَاتِ وَمَغْفِرَةٌ مِّن رَّبِّهِمْ

অর্থ: মুত্তাকীদেরকে যে জান্নাতের প্রতিশ্রুতি দেওয়া হয়েছে, তার দৃষ্টান্ত হলো: তাতে রয়েছে এমন পানির নদী যা কলুষিত নয়, এমন দুধের নদী যার স্বাদ অপরিবর্তিত থাকে, এমন সুস্বাদু পানীয়ের নদী যা পানকারীদের জন্য তৃপ্তিদায়ক এবং রয়েছে পরিশোধিত মধুর নদী। সেখানে তাদের জন্য থাকবে সব ধরনের ফলমূল এবং তাদের রবের পক্ষ থেকে ক্ষমা।

২. পছন্দনীয় ফল ও পাখির গোশত:

সূরা আল-ওয়াকিয়াহ, আয়াত ২০-২১:

وَفَاكِهَةٍ مِّمَّا يَتَخَيَّرُونَ
وَلَحْمِ طَيْرٍ مِّمَّا يَشْتَهُونَ

অর্থ: আর তাদের পছন্দমতো ফলমূল থাকবে এবং তাদের কাঙ্ক্ষিত পাখির গোশত থাকবে।

৩. ফল ও গোশতের প্রাচুর্য:

সূরা আত্ব-তুর, আয়াত ২২:

وَأَمْدَدْنَاهُمْ بِفَاكِهَةٍ وَلَحْمٍ مِّمَّا يَشْتَهُونَ

অর্থ: আমি তাদেরকে দেব প্রচুর ফলমূল এবং গোশত, যা তারা চাইবে।

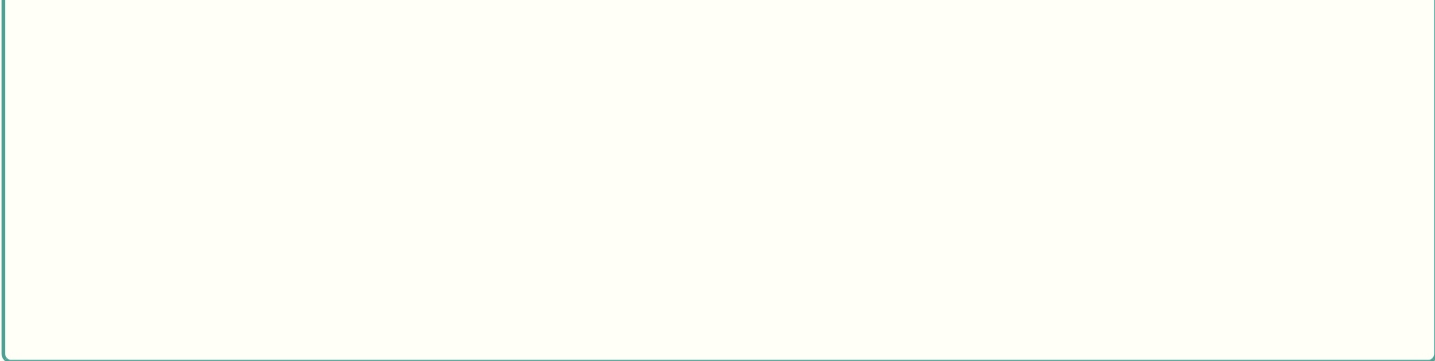
৪. সালসাবীল ও যানজাবীল মিশ্রিত পানীয়:

সূরা আল-ইনসান, আয়াত ১৭-১৮:

وَيُسْقَوْنَ فِيهَا كَأْسًا كَانَ مِزَاجُهَا زَنْجَبِيلًا

عَيْنًا فِيهَا تُسَمَّى سَلْسَبِيلًا

অর্থ: আর সেখানে তাদেরকে পান করানো হবে এমন এক পানপাত্র থেকে, যার মিশ্রণ হবে 'যানজাবীল' (আদা)। এটি সেখানকার একটি বারনা, যার নাম 'সালসাবীল'।



৫. মোহর করা বিশুদ্ধ পানীয় এবং তাসনীম:

সূরা আল-মুতাফফিহীন, আয়াত ২৫-২৮:

يُسْقَوْنَ مِنْ رَحِيقٍ مَخْتُومٍ

خِتَامُهُ مِسْكٌ وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ

وَمِمَّا جُهِ مِنْ تَسْنِيمٍ

عَيْنًا يَشْرَبُ بِهَا الْمُقَرَّبُونَ

অর্থ: তাদেরকে পান করানো হবে মোহর করা বিশুদ্ধ পানীয় থেকে। যার মোহর হবে কস্তুরীর; অতএব প্রতিযোগীরা এ বিষয়েই প্রতিযোগিতা করুক। আর তাতে মিশ্রণ থাকবে 'তাসনীম' এর। এটি একটি বারনা, যা থেকে নৈকট্যশীলরা পান করবে।

৬. কখনো ফুরিয়ে যাবে না এমন ফলমূল:

সূরা আল-ওয়াকিয়াহ, আয়াত ৩২-৩৩:

وَفَاكِهَةٍ كَثِيرَةٍ

لَّا مَقْطُوعَةٍ وَلَا مَمْنُوعَةٍ

অর্থ: এবং প্রচুর ফলমূল, যা কখনো শেষ হবে না এবং নিষিদ্ধও হবে বায়।

জান্নাতের এই খাবার ও পানীয় দুনিয়ার কোনো কিছুর সাথে তুলনীয় নয়। এগুলো শুধু নামেই দুনিয়ার মতো, কিন্তু স্বাদ ও সুগন্ধে সম্পূর্ণ ভিন্ন এবং অকল্পনীয়। আল্লাহ আমাদের সবাইকে জান্নাতের এই নিয়ামতগুলো উপভোগ করার তৌফিক দান করুন।

রুচি বৃদ্ধির বিশেষ দুআ

আপনার কাঙ্ক্ষিত দুআটি নিচে দেওয়া হলো। প্রতিটি অক্ষরে সঠিক হরকত যুক্ত করা হয়েছে যাতে পড়তে সুবিধা হয়:

اَللّٰهُمَّ زِدْ شَهِيَّةَ هَذَا، الْمَرِيضِ وَأَبْطِلْ وَأَخْرِجْ عَنْهُ كُلَّ
سِحْرٍ، وَعَيْنٍ، وَحَسَدٍ وَجِنَّ مُرْتَبِطٍ، بِذَلِكَ وَدَمَّرْهُمْ
تَذْمِيرًا.

উচ্চারণ: আল্লাহুম্মা যিদ শাহিয়্যাতা হাযাল মারোদি, ওয়া আবতিল ওয়া আখরিজ 'আনহু কুল্লা সিহোরিন, ওয়া 'আইনিন, ওয়া হাসাদিন, ওয়া জিন্নিন মুরোতাবিতিন বিযালিকা, ওয়া দাম্মিরহুম তাদমীরোন।

অর্থ: হে আল্লাহ! এই রোগীর রুচি বৃদ্ধি করে দিন এবং এর সাথে সম্পৃক্ত সকল জাদু, বদনজর, হাসাদ ও জ্বীনকে বাতিল ও বের করে দিন এবং তাদেরকে সম্পূর্ণভাবে ধ্বংস করে দিন।

ব্যবহারবিধি: রোগীকে পানি বা খাবারে ফুঁ দিয়ে খাওয়ানোর সময় এই দুআটি পাঠ করা যেতে পারে।

পরিপাকতন্ত্র ও পেটের সমস্যার জন্য কুরআনিক শিফা

পরিপাকতন্ত্র (Gastrointestinal tract) বা পেটের যাবতীয় অসুস্থতা এবং রুচিহীনতার জন্য রুকইয়াহর ক্ষেত্রে নিচের শিফার আয়াতগুলো খুবই ফলপ্রসূ। Clinical treatment এর পাশাপাশি এই আয়াতগুলো তিলাওয়াত করে পানিতে বা জমজমের পানিতে ফুঁ দিয়ে রোগীকে পান করালে ভালো ফলাফল পাওয়া যায়।

১. সূরা ইউনুস, আয়াত ৫৭ (বুকের ভেতর ও অভ্যন্তরীণ অঙ্গের সুস্থতার জন্য):

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا
فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

অর্থ: হে মানবজাতি! তোমাদের রবের পক্ষ থেকে তোমাদের কাছে এসেছে এক উপদেশ এবং অন্তরসমূহে যা আছে তার শিফা (নিরাময়), আর মুমিনদের জন্য হিদায়াত ও রহমত।

২. সূরা আল-ইসরা, আয়াত ৮২ (সার্বিক আরোগ্যের জন্য):

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا
يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

অর্থ: আমি কুরআনে এমন বিষয় নাযিল করি যা মুমিনদের জন্য শিফা (নিরাময়) ও রহমত, কিন্তু তা যালিমদের ক্ষতিই বৃদ্ধি করে।

৩. সূরা আন-নাহল, আয়াত ৬৯ (মধুর ঔষধি গুণ ও পেটের সুস্থতার সাথে সম্পর্কিত):

ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلًّا يَخْرُجُ
مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ
فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

অর্থ: এরপর প্রত্যেক ফল থেকে কিছু কিছু আহার করো, অতঃপর তোমার রবের সহজ পথসমূহ অনুসরণ করো। তার পেট থেকে এমন পানীয় বের হয়, যার রঙ ভিন্ন ভিন্ন; তাতে মানুষের জন্য রয়েছে শিফা (রোগমুক্তি)। নিশ্চয়ই এতে চিন্তাশীল সম্প্রদায়ের জন্য রয়েছে নিদর্শন।

সাধারণ নির্দেশিকা

হজমশক্তি (Digestion) বৃদ্ধি, পেটের ব্যথা নিরাময় ও রুচি ফেরাতে এই আয়াতগুলো পড়ে পানিতে, মধুতে বা অলিভ অয়েলে ফুঁ দিয়ে রোগীকে খাওয়াতে পারেন। অলিভ অয়েল দিয়ে পেটে হালকা মালিশ করাটাও বেশ কার্যকর।

রোগীর জন্য নির্দিষ্ট কোনো Clinical condition বা অন্য কোনো বিষয়ের রুকইয়াহ গাইডলাইন প্রয়োজন হলে আল কুরআন রুকইয়াহ হিলিং সেন্টারের সাথে যোগাযোগ করুন।

আল কুরআন রুকইয়াহ হিলিং সেন্টার

রাকী ফয়সাল আহমেদ সারিত | WhatsApp: 01886608999

