রাকী ফয়সাল আহমেদ সাবিত

এমবিবিএস শিক্ষার্থী, কুমিল্লা মেডিকেল কলেজ

আল কুরআন রুকইয়াহ হিলিং সেন্টার

📌 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

নিচের দোয়াটি মন থেকে বিশ্বাসের সাথে পাঠ করবেন:

> **"হে আল্লাহ আমার মাথায় থাকা জাদু, মস্তিষ্কের শয়তানের প্রভাব, কুমন্ত্রণা ও মানসিক কষ্টগুলোর 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: মাথায় থাকা জাদু, ওয়াসওয়াসা এবং জিনের আছর ধ্বংসের রুকইয়াহ অডিও।

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।

বিষয়ের নাম: মাথায় থাকা জাদু, ওয়াসওয়াসা এবং মস্তিষ্কের শয়তান ধ্বংসের রুকইয়াহ

يُقْتَلْ مَنْ سَكَنَ الْعُقُولَ

يُقْتَلْ مَنْ سَكَنَ الرَّأْسَ

يُقْتَلْ شَيْطَانٌ فِي الدِّمَاغِ

يُقْتَلْ مَارِدٌ فِي الدِّمَاغِ

يُقْتَلْ فِي الدِّمَاغِ ، يُقْتَلْ فِي الدِّمَاغِ ، يُقْتَلْ فِي الدِّمَانِ،

يُقْتَلْ فِي الدِّمَاغِ، يُقْتَلْ فِي الدِّمَاغِ

اللَّهُمَّ عَلَيْكَ بِمَنْ سَكَنَ الرَّأْسَ وَأَوْجَعَ الرَّأْسَ

اللَّهُمَّ عَلَيْكَ بِمَنْ عَقَدَ فِي الرَّأْسِ وَالدِّمَاغِ

اللَّهُمَّ عَلَيْكَ بِمَنْ سَكَنَ الرَّأْسَ وَأَوْجَعَ الرَّأْسَ وَآذَى الرَّأْسَ

وَعَقَدَ فِي الرَّأْسِ

يُبْطَلْ سِحْرٌ فِي الدِّمَاغِ

يُقْتَلْ شَيْطَانٌ فِي الرَّأْسِ (বারবার পুনরাবৃত্তি)

يُقْتَلْ وَيُدَمَّرْ

يُقْتَلْ شَيْطَانٌ فِي الرَّأْسِ يُصْعَقُ، فِي الدِّمَاغِ يُصْعَقُ، فِي الدِّمَاغِ يُصْعَقُ، فِي الدِّمَاغِ يُصْعَقُ، فِي الدِّمَاغِ يُصْعَقُ شَيْطَانٌ

في الدِّمَاغِ مَارِدٌ يُدَمَّرْ، يُدَمَّرْ، يُدَمَّرْ

اللَّهُمَّ دَمِّرِ الْمَرَدَةَ فِي الدِّمَاءِ وَالْعُقُولِ

يُقْتَلْ مَارِدٌ فِي الدِّمَاغِ

يُفْتَلْ سَاكِنُ الدِّمَاغِ، يُقْتَلْ سَاكِنُ الرَّأْسِ (বারবার

পুনরাবৃত্তি)

يُقْتَلْ فِي الدِّمَاغِ غَوَّاصٌ (বারবার পুনরাবৃত্তি)

يُقْتَلْ فِي الدِّمَاغِ وَلِأَوْرِدَتِهِ، يُقْتَلْ فِي الدِّمَاءِ وَالْعُرُوقِ،

يُقْتَلْ فِي الدِّمَاغِ وَالنَّاصِيَةِ

يُقْتَلْ فِي الدِّمَاءِ وَالرَّأْسِ

يُقْتَلْ فِي الدِّمَاعِ شَيْطَانٌ

بِاسْمِ اللَّهِ يُقْتَلْ، بِاسْمِ اللَّهِ يُدَمَّرْ بِاسْمِ اللَّهِ يُقْتَلْ، بِاسْمِ اللَّهِ

يُشْعَلْ

في الدِّمَاغِ لَا يُوصَلْ، بِاسْمِ اللَّهِ يُشْعَلْ فِي الدِّمَاغِ لَا

يُوصَلْ، بِاسْمِ اللَّهِ يُشْعَلْ وَيُعَذِّبْ وَيُصْعَقُ

بِاسْمِ اللَّهِ يُحْرَقُ وَيُعَذِّبْ وَيُصْعَقُ

بِاسْمِ اللَّهِ يُحْرَقُ، يُحْرَقُ، يُحْرَقُ، يُحْرَقُ فِي الدِّمَاغِ

بِاسْمِ اللَّهِ يُحْرَقْ شَيْطَانُ فِي الدِّمَاغِ (বারবার

পুনরাবৃত্তি)

بِاسْمِ اللَّهِ يُحْرَقُ شَيْطَانٌ فِي الرَّأْسِ، سَاحِرٌ لَا يُحْرَقُ بِالرَّأْسِ وَالدِّمَاغِ

بِاسْمِ اللَّهِ يُحْرَقْ بِالرَّأْسِ (বারবার পুনরাবৃত্তি)

بِاسْمِ اللَّهِ يُحْرَقُ وَيُقْطَعْ

بِاسْمِ اللَّهِ يُدَمَّرْ فِي الرَّأْسِ

وَدَمَّرْنَاهُمْ تَدْمِيرًا (বারবার পুনরাবৃত্তি)

تَدْمِيرًا، تَدْمِيرًا، دَمَّرْنَاهُمْ فِي الْعُقُولِ

يُصْعَقُونَ فِي مُؤَخَّرَةِ الرَّأْسِ وَالنَّاصِيَةِ

يُصْعَقُونَ فِي الْقَفَا وَالنَّاصِيَةِ

بِاسْمِ اللَّهِ يُحْرَقْ شَيْطَانُ فِي الدِّمَاغِ (বারবার

পুনরাবৃত্তি)

بِاسْمِ اللَّهِ يُحْرَقُ شَيْطَانٌ فِي الرَّأْسِ، وَسْوَاسٌ بِالرَّأْسِ

يُقْتَلْ شَيْطَانٌ فِي الدِّمَانِ، يَتَسَبَّبُ فِي الْوَسَاوِسِ وَيَجْعَلُ

النِّسْيَانَ

يُقْتَلْ شَيْطَانٌ فِي الدِّمَاغِ وَسْوَسَةٌ كَثِيرَةٌ ، وَسْوَسَةٌ

بِالِانْتِحَارِ وَبِالْمَوْتِ في الرأْسِ

وَسْوَسَةٌ بِالْبَلَادَةِ، وَسْوَسَةٌ بِالْجُنُونِ فِي الرَّأْسِ

يُقْتَلْ شَيْطَانُ فِي الرَّأْسِ (বারবার পুনরাবৃত্তি)

بِاسْمِ اللَّهِ يُعَذِّبْ، يُقْتَلْ كُلُّ وَسْوَاسِ، يُقْتَلْ كُلُّ خَادِمٍ فِي

الرَّأْسِ، يُقْتَلْ كُلُّ مُوَكَّلٍ وَرَاصِدٍ وَكُلُّ حَارِسٍ فِي الدِّمَاغِ

يُقْتَلْ

يُقْتَلُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ فِي الرَّأْسِ لَا يُبْصَرُونَ، يُقْتَلُونَ فِي

الدِّمَاغِ

و حَرّقُوهُ حُصُونَهُمْ وَآلِهَتَهُمْ **(বারবার পুনরাবৃত্তি)**

يُقْتَلْ فِي الدِّمَاغِ وَيُحْرَقْ **(বারবার পুনরাবৃত্তি)**

يُقْتَلْ فِي الرَّأْسِ وَيُحْرَقْ **(বারবার পুনরাবৃত্তি)**

বাংলা অর্থ (Bangla Meaning):

(যে) মস্তিষ্কে (বা মনে) বাসা বেঁধেছে তাকে হত্যা করা হোক।

(যে) মাথায় বাসা বেঁধেছে তাকে হত্যা করা হোক।

মস্তিষ্কের শয়তানকে হত্যা করা হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

মস্তিষ্কের অবাধ্য (জিনকে) হত্যা করা হোক।

মস্তিষ্কে হত্যা করা হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

হে আল্লাহ, যে মাথায় বাসা বেঁধেছে এবং মাথায় যন্ত্রণা সৃষ্টি করেছে, তার প্রতি তুমি (ব্যবস্থা নাও)।

হে আল্লাহ, যে মাথায় ও মস্তিষ্কে গিঁট দিয়েছে, তার প্রতি তুমি (ব্যবস্থা নাও)। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

হে আল্লাহ, যে মাথায় বাসা বেঁধেছে, মাথায় যন্ত্রণা সৃষ্টি করেছে, মাথায় কষ্ট দিয়েছে এবং মাথায় গিঁট দিয়েছে, তার প্রতি তুমি (ব্যবস্থা নাও)।

মস্তিষ্কের জাদু বাতিল করা হোক।

মাথার শয়তানকে হত্যা করা হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

হত্যা করা হোক এবং ধ্বংস করা হোক।

মাথার শয়তানকে হত্যা করা হোক, বজ্রাহত করা হোক, মস্তিষ্কে বজ্রাহত করা হোক, মস্তিষ্কে শয়তানকে বজ্রাহত করা হোক।

মস্তিষ্কের অবাধ্য (জিনকে) ধ্বংস করা হোক, ধ্বংস করা হোক, ধ্বংস করা হোক।

হে আল্লাহ, মস্তিষ্ক ও মনের অবাধ্যদের ধ্বংস কর। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

মস্তিষ্কের অবাধ্য (জিনকে) হত্যা করা হোক।

মস্তিষ্কের বসবাসকারীকে হত্যা করা হোক, মাথার বসবাসকারীকে হত্যা করা হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

মস্তিষ্কের ডুবুরি (জিনকে) হত্যা করা হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

মস্তিষ্কে ও তার শিরা-উপশিরায় (বসবাসকারীকে) হত্যা করা হোক, মস্তিষ্কে ও কপালে (বসবাসকারীকে) হত্যা করা হোক।

মস্তিষ্কে ও মাথায় (বসবাসকারীকে) হত্যা করা হোক।

মস্তিষ্কের শয়তানকে হত্যা করা হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

আল্লাহর নামে হত্যা করা হোক, আল্লাহর নামে ধ্বংস করা হোক, আল্লাহর নামে হত্যা করা হোক, আল্লাহর নামে মস্তিষ্কে আগুন লাগানো হোক যা পৌঁছানো যায় না, আল্লাহর নামে মস্তিষ্কে আগুন লাগানো হোক যা পৌঁছানো যায় না, আল্লাহর নামে আগুন লাগানো হোক, শাস্তি দেওয়া হোক এবং বজ্রাহত করা হোক।

আল্লাহর নামে জ্বালানো হোক, শাস্তি দেওয়া হোক এবং বজ্রাহত করা হোক।

আল্লাহর নামে জ্বালানো হোক, মস্তিষ্কে জ্বালানো হোক।

আল্লাহর নামে মস্তিষ্কের শয়তানকে জ্বালানো হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

আল্লাহর নামে মাথার শয়তানকে জ্বালানো হোক, মাথার কুমন্ত্রণাদাতাকে (জ্বালানো হোক), জাদুকর যে মাথায় ও মস্তিষ্কে জ্বলে না (তাকে জ্বালানো হোক)।

আল্লাহর নামে মাথায় জ্বালানো হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

আল্লাহর নামে জ্বালানো হোক এবং কেটে ফেলা হোক।

আল্লাহর নামে মাথায় ধ্বংস করা হোক।

এবং আমি তাদেরকে সম্পূর্ণরূপে ধ্বংস করেছি। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

সম্পূর্ণরূপে ধ্বংস, সম্পূর্ণরূপে ধ্বংস, আমি তাদেরকে মনে ধ্বংস করেছি।

মাথার পিছনে ও কপালে তাদেরকে বজ্রাহত করা হোক।

ঘাড়ের পিছনে ও কপালে তাদেরকে বজ্রাহত করা হোক।

আল্লাহর নামে মস্তিষ্কের শয়তানকে জ্বালানো হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

আল্লাহর নামে মাথার শয়তানকে জ্বালানো হোক, মাথার কুমন্ত্রণাদাতাকে (জ্বালানো হোক)।

মস্তিষ্কের শয়তানকে হত্যা করা হোক, যে কুমন্ত্রণা দেয় এবং বিস্মৃতি ঘটায়।

মস্তিষ্কের শয়তানকে হত্যা করা হোক, যে অধিক কুমন্ত্রণা দেয়, মাথায় আত্মহত্যা ও মৃত্যুর কুমন্ত্রণা দেয়। নির্বুদ্ধিতার কুমন্ত্রণা, মাথায় পাগলামির কুমন্ত্রণা (সৃষ্টিকারী শয়তানকে হত্যা করা হোক)।

মাথার শয়তানকে হত্যা করা হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

আল্লাহর নামে শাস্তি দেওয়া হোক, প্রত্যেক কুমন্ত্রণাদাতাকে হত্যা করা হোক, মাথার প্রত্যেক খাদেমকে (সেবক জিন) হত্যা করা হোক, প্রত্যেক নিযুক্ত (জিন), পর্যবেক্ষক (জিন) এবং মস্তিষ্কের প্রত্যেক পাহারাদার (জিনকে) হত্যা করা হোক।

আল্লাহর আয়াতে তাদেরকে মাথায় হত্যা করা হোক যাদের দেখা যায় না, মস্তিষ্কে তাদেরকে হত্যা করা হোক।

তাদের দুর্গ ও তাদের উপাস্যদের জ্বালিয়ে দাও। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

মস্তিষ্কে হত্যা করা হোক এবং জ্বালানো হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

মাথায় হত্যা করা হোক এবং জ্বালানো হোক। (বারবার পুনরাবৃত্তি)

যোগাযোগ: WhatsApp (01886608999) | Telegram (Al Quranic Ruqyah Healing)

আল্লাহ আমাদের সকলকে সুস্থতা দান করুন।