আল কুরআন রুকইয়াহ হিলিং সেন্টার

রাকী ফয়সাল আহমেদ সাবিত | এমবিবিএস শিক্ষার্থী, কুমিল্লা মেডিকেল কলেজ

সিহরুল মারশুশ (ছিটানো জাদু) ধ্বংসের শক্তিশালী রুকইয়াহ

এই রুকইয়াহ গাইডলাইনটি মূলত ঘর, দরজা, সিঁড়ি, কাপড়, বিছানা বা শরীরের ওপর ছিটানো বা স্প্রে করা জাদু (সিহরুল মারশুশ) ধ্বংস করার উদ্দেশ্যে প্রস্তুত করা হয়েছে। উল্লেখিত অডিওটিতে জাদুর খাদেমকে ধ্বংস করার জন্য যে সকল আয়াত এবং দোয়া তিলাওয়াত করা হয়েছে, তা নিচে পূর্ণাঙ্গরূপে উল্লেখ করা হলো।

১. আল্লাহর মহত্ব ঘোষণা ও জাদুকরদের বিরুদ্ধে দোয়া

নিয়ম: বারবার পড়বেন (অন্তত ৭ বার)

اللَّهُ أَكْبَرُ مِنْ كُلِّ سَاحِرٍ وَسَاحِرَةٍ، اللَّهُ أَكْبَرُ مِنْ كُلِّ عَاقِدٍ

وَعَاقِدَةٍ، اللَّهُ أَكْبَرُ مِنْ كُلِّ نَافِثٍ وَنَافِثَةٍ.

আল্লাহ সবচেয়ে মহান, প্রত্যেক জাদুকর ও জাদুকরনির চেয়ে। আল্লাহ সবচেয়ে মহান, প্রত্যেক জাদুর গিঁট প্রদানকারী পুরুষ ও নারীর চেয়ে। আল্লাহ সবচেয়ে মহান, প্রত্যেক জাদুর গিঁটে ফুঁক প্রদানকারী পুরুষ ও নারীর চেয়ে।

اللَّهُ أَكْبَرُ مِنْ كُلِّ سِحْرٍ مَرْشُوشٍ، اللَّهُ أَكْبَرُ مِنْ كُلِّ سِحْرٍ

مَرْشُوشٍ عَلَى الْعَتَبَاتِ، فِي الْبَيْتِ، فِي الْعَمَلِ، عَلَى الثِّيَابِ،

عَلَى الْجَسَدِ، عَلَى الْفِرَاشِ.

আল্লাহ সবচেয়ে মহান প্রত্যেক ছিটানো জাদুর চেয়ে। আল্লাহ সবচেয়ে মহান সেই জাদুর চেয়ে যা দরজার চৌকাঠে ছিটানো হয়েছে, ঘরে ছিটানো হয়েছে, কর্মস্থলে ছিটানো হয়েছে, কাপড়ে ছিটানো হয়েছে, শরীরে ছিটানো হয়েছে, বিছানায় ছিটানো হয়েছে।

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ غَضَبِهِ وَشَرِّ عِبَادِهِ، وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ وَأَنْ يَحْضُرُونِ. أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ.

আমি আল্লাহর পরিপূর্ণ কালেমাসমূহের আশ্রয় নিচ্ছি তাঁর গজব ও বান্দার অনিষ্ট থেকে, শয়তানের কুমন্ত্রণা থেকে এবং তাদের উপস্থিতি থেকে। আমি আল্লাহর পরিপূর্ণ বাণীসমূহের উসিলায় তাঁর সৃষ্টির সকল অনিষ্ট থেকে আশ্রয় চাই।

২. সূরা আল-ফাতিহা

নিয়ম: ৩ অথবা ৭ বার পড়বেন

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ۝ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝ مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ ۝ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ

نَسْتَعِينُ ۝ اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ۝ صِرَاطَ الَّذِينَ

أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ

যাবতীয় প্রশংসা জগতসমূহের প্রতিপালক আল্লাহর জন্য। যিনি অনন্ত করুণাময়, পরম দয়ালু। যিনি বিচার দিনের মালিক। আমরা কেবল আপনারই ইবাদত করি এবং কেবল আপনারই কাছে সাহায্য প্রার্থনা করি। আমাদেরকে সরল পথ দেখান। তাদের পথ, যাদেরকে আপনি নেয়ামত দান করেছেন; তাদের পথ নয়, যারা আপনার ক্রোধের শিকার এবং যারা পথভ্রষ্ট।

৩. সূরা আল-বাকারার প্রথমাংশ (১-৫ আয়াত)

নিয়ম: ১ অথবা ৩ বার পড়বেন

الم ۝ ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ ۛ فِيهِ ۛ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ۝ الَّذِينَ

يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ ۝

وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنزِلَ مِن قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ

هُمْ يُوقِنُونَ ۝ أُولَٰئِكَ عَلَىٰ هُدًى مِّن رَّبِّهِمْ ۖ وَأُولَٰئِكَ هُمُ

الْمُفْلِحُونَ

আলিফ-লাম-মীম। এই সেই কিতাব, যাতে কোনো সন্দেহ নেই, মুত্তাকীদের জন্য পথনির্দেশ। যারা গায়েবের প্রতি ঈমান আনে, সালাত কায়েম করে এবং আমি তাদেরকে যা দিয়েছি তা থেকে ব্যয় করে। এবং আপনার প্রতি যা নাজিল হয়েছে ও আপনার

পূর্বে যা নাজিল হয়েছে তার প্রতি যারা ঈমান আনে, আর আখেরাতের প্রতি তারা দৃঢ় বিশ্বাস রাখে। তারাই তাদের রবের পক্ষ থেকে হেদায়াতের ওপর রয়েছে এবং তারাই সফলকাম।

৪. জাদুর প্রভাব ধ্বংসের আয়াত (সূরা আল-বাকারা: ১০২)

নিয়ম: ৩ অথবা ৭ বার পড়বেন

وَاتَّبَعُوا مَا تَتْلُو الشَّيَاطِينُ عَلَىٰ مُلْكِ سُلَيْمَانَ ۖ وَمَا كَفَرَ سُلَيْمَانُ وَلَٰكِنَّ الشَّيَاطِينَ كَفَرُوا يُعَلِّمُونَ النَّاسَ السِّحْرَ وَمَا أُنزِلَ عَلَى الْمَلَكَيْنِ بِبَابِلَ هَارُوتَ وَمَارُوتَ ۚ وَمَا يُعَلِّمَانِ مِنْ أَحَدٍ حَتَّىٰ يَقُولَا إِنَّمَا نَحْنُ فِتْنَةٌ فَلَا تَكْفُرْ ۖ

আর সুলাইমানের রাজত্বে শয়তানরা যা আবৃত্তি করত, তারা তারই অনুসরণ করল। সুলাইমান কুফরি করেননি, বরং শয়তানরাই কুফরি করেছিল; তারা মানুষকে জাদু শিক্ষা দিত এবং বাবেলে হারুত ও মারুত ফেরেশতাদ্বয়ের ওপর যা নাজিল করা হয়েছিল। আর তারা কাউকে শিক্ষা দিত না যতক্ষণ না বলত, 'আমরা তো পরীক্ষাস্বরূপ, কাজেই তুমি কুফরি কোরো না।'

فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ ۚ وَمَا هُم بِضَارِّينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ۚ وَيَتَعَلَّمُونَ مَا يَضُرُّهُمْ وَلَا

يَنفَعُهُمْ ۚ وَلَقَدْ عَلِمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ مَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلَاقٍ ۚ

وَلَبِئْسَ مَا شَرَوْا بِهِ أَنفُسَهُمْ ۚ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ

অতঃপর তারা তাদের কাছ থেকে এমন কিছু শিখত, যা দিয়ে তারা স্বামী ও স্ত্রীর মধ্যে বিচ্ছেদ ঘটাত। অথচ আল্লাহর অনুমতি ছাড়া তারা তা দিয়ে কারও কোনো ক্ষতি করতে পারত না। আর তারা এমন কিছু শিখত যা তাদের ক্ষতি করত এবং তাদের কোনো উপকারে আসত না। আর তারা নিশ্চিতভাবে জানত যে, যে ব্যক্তি তা ক্রয় করবে, আখেরাতে তার কোনো অংশ নেই। আর যার বিনিময়ে তারা নিজেদেরকে বিক্রি করেছে, তা কতই না নিকৃষ্ট! যদি তারা জানত!

৫. ঘর ও শরীর পবিত্র করার আয়াত ও বিশেষ দোয়া

নিয়ম: বারবার পড়বেন (অন্তত ৭ বার)

وَإِذْ جَعَلْنَا الْبَيْتَ مَثَابَةً لِّلنَّاسِ وَأَمْنًا وَاتَّخِذُوا مِن مَّقَامِ

إِبْرَاهِيمَ مُصَلًّى ۖ وَعَهِدْنَا إِلَىٰ إِبْرَاهِيمَ وَإِسْمَاعِيلَ أَن طَهِّرَا

بَيْتِيَ لِلطَّائِفِينَ وَالْعَاكِفِينَ وَالرُّكَّعِ السُّجُودِ

আর যখন আমি কাবাঘরকে মানুষের জন্য মিলনকেন্দ্র ও নিরাপদ স্থান বানালাম এবং (আদেশ দিলাম) মাকামে ইবরাহিমকে সালাতের স্থান হিসেবে গ্রহণ করো। আর ইবরাহিম ও ইসমাইলকে নির্দেশ দিলাম যে, তোমরা আমার ঘরকে তাওয়াফকারী, ইতিকাফকারী এবং রুকু ও সেজদাকারীদের জন্য পবিত্র করো। (সূরা বাকারা: ১২৫)

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

নিশ্চয়ই আল্লাহ তওবাকারীদের ভালোবাসেন এবং যারা পবিত্র থাকে তাদেরকেও ভালোবাসেন। (সূরা বাকারা: ২২২)

اللَّهُمَّ أَبْطِلْ كُلَّ سِحْرٍ مِنْ دَمِ الْحَيْضِ رَشُّوهُ.

হে আল্লাহ! হায়েজের (ঋতুস্রাবের) অপবিত্র রক্ত দিয়ে তৈরি করে তারা যে সকল জাদু ছিটিয়েছে, তা আপনি বাতিল করে দিন।

৬. জাদু বাতিলের কোরআনিক আয়াতসমূহ

নিয়ম: প্রতিটি আয়াত ৩ অথবা ৭ বার করে পড়বেন

قَالَ مُوسَىٰ مَا جِئْتُم بِهِ السِّحْرُ ۖ إِنَّ اللَّهَ سَيُبْطِلُهُ

মূসা বললেন, 'তোমরা যা এনেছ তা জাদু; নিশ্চয়ই আল্লাহ একে এখনই বাতিল করে দেবেন।' (সূরা ইউনুস: ৮১)

وَقَدِمْنَا إِلَىٰ مَا عَمِلُوا مِنْ عَمَلٍ فَجَعَلْنَاهُ هَبَاءً مَّنثُورًا

আর তারা যে কাজ করেছে আমি সেদিকে অগ্রসর হব, অতঃপর সেগুলোকে বিক্ষিপ্ত ধূলিকণায় পরিণত করে দেব। (সূরা আল-ফুরকান: ২৩)

فَسَيَكْفِيكَهُمُ اللَّهُ ۚ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ۝ صِبْغَةَ اللَّهِ ۖ وَمَنْ

أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ صِبْغَةً ۖ وَنَحْنُ لَهُ عَابِدُونَ

অতঃপর তাদের বিরুদ্ধে আপনার জন্য আল্লাহই যথেষ্ট; আর তিনি সর্বশ্রোতা, সর্বজ্ঞ। আল্লাহর রং (গ্রহণ করো); আল্লাহর রংয়ের চেয়ে আর কার রং উত্তম হতে পারে? আর আমরা তাঁরই ইবাদতকারী। (সূরা বাকারা: ১৩৭-১৩৮)

৭. অবাধ্য জাদুকর ও শয়তানদের ধ্বংসের আয়াত (সূরা লাহাব)

নিয়ম: ৭ বার পড়বেন

تَبَّتْ يَدَا أَبِي لَهَبٍ وَتَبَّ ۝ مَا أَغْنَىٰ عَنْهُ مَالُهُ وَمَا كَسَبَ ۝

سَيَصْلَىٰ نَارًا ذَاتَ لَهَبٍ ۝ وَامْرَأَتُهُ حَمَّالَةَ الْحَطَبِ ۝ فِي

جِيدِهَا حَبْلٌ مِّن مَّسَدٍ

আবু লাহাবের দুই হাত ধ্বংস হোক এবং সে নিজেও ধ্বংস হোক। তার ধন-সম্পদ ও সে যা অর্জন করেছে তা তার কোনো কাজে আসেনি। শীঘ্রই সে লেলিহান আগুনে প্রবেশ করবে। এবং তার স্ত্রীও, যে ইন্ধন বহনকারিণী। তার গলায় থাকবে পাকানো রশি।

📌 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 ছিটানো জাদু (সিহরুল মারশুশ) ও শারীরিক সমস্যাগুলোর 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। (অথবা উপরের দেওয়া দোয়াগুলো উল্লেখিত নিয়মে পড়বেন)।

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: সিহরুল মারশুশ (ছিটানো জাদু) ধ্বংসের রুকইয়াহ এবং রুকইয়াহ তাদমিরাস সেহের (জাদু ধ্বংসের 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 (বিশেষত মারশুশ জাদুর ক্ষেত্রে)

যেহেতু এটি ছিটানো জাদু (মারশুশ), তাই এই পড়া পানি আপনার বাসার দরজা, চৌকাঠ, সিঁড়ি, ঘর এবং বিছানায় ভালোভাবে স্প্রে করবেন 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।