AS-SUNNAI
Health Care

বদনজরের রুকইয়াহ

বদনজর ও হাসাদের আয়াত ও দোয়া
রুকইয়াহ শারইয়্যাহ সংকলন

সুন্নাহের সাথে, সুস্থতার পথে।

আস-সুন্নাহ হেলথ কেয়ার

As Sunnah Health Care

সম্পাদনা ও প্রকাশনা তত্ত্বাবধানে: রাক্বী এইচ এম মোশাররফ হুসাইন

CEO, As Sunnah Health Care

www.assunnahealth.com | অ্যাপয়েন্টমেন্ট: 01313-882464

الرقية الشرعية : العين والحسد

بِسْمِ اللّٰه ،اَلْحَمْدُ لِلّٰه،وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلٰى رَسُوْلِ اللّٰه

١ . أُعِيْذُكُمْ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّةِ ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَّهَامَّةٍ ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَّامَّةٍ

٢ . أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّةِ، مِنْ غَضَبِهٖ وَعِقَابِهٖ وَ مِنْ شَرِّ عِبَادِهٖ وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِيْنِ وَأَنْ يَّحْضُرُوْنِ

٣ . أَسْأَلُ اللّٰهَ الْعَظِيْمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ،أَنْ يَّشْفِيَكُمْ ،

٤ . اَللّٰهُمَّ يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ ، اِشْفِ كُلَّ مَحْسُوْدٍ وَمَعْيُوْنٍ ،

٥ . أَعُوْذُ بِاللّٰهِ السَّمِيْعِ الْعَلِيْمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ مِنْ هَمْزِهٖ وَنَفْخِهٖ وَنَفْثِهٖ

بِسۡمِ اللّٰهِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ

سُوۡرَةُ الفَاتِحَة

١ . اَلۡحَمۡدُ لِلّٰهِ رَبِّ الۡعٰلَمِيۡنَ ۝١ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِيۡمِ ۝٢ مٰلِكِ يَوۡمِ
الدِّيۡنِ ۝٣ اِيَّاكَ نَعۡبُدُ وَاِيَّاكَ نَسۡتَعِيۡنُ ۝٤ اِهۡدِنَا الصِّرَاطَ
الۡمُسۡتَقِيۡمَ ۝٥ صِرَاطَ الَّذِيۡنَ اَنۡعَمۡتَ عَلَيۡهِمۡ ۙ غَيۡرِ الۡمَغۡضُوۡبِ
عَلَيۡهِمۡ وَلَا الضَّآلِّيۡنَ ۝٧

سُوۡرَةُ البَقَرَة

٢ . يَكَادُ الۡبَرۡقُ يَخۡطَفُ اَبۡصَارَهُمۡ ؕ كُلَّمَآ اَضَآءَ لَهُمۡ مَّشَوۡا فِيۡهِ ۙ
وَاِذَآ اَظۡلَمَ عَلَيۡهِمۡ قَامُوۡا ؕ وَلَوۡ شَآءَ اللّٰهُ لَذَهَبَ بِسَمۡعِهِمۡ
وَاَبۡصَارِهِمۡ ؕ اِنَّ اللّٰهَ عَلٰى كُلِّ شَىۡءٍ قَدِيۡرٌ ۝٢٠

٣ . وَاِذِ اسْتَسْقٰى مُوْسٰى لِقَوْمِهٖ فَقُلْنَا اضْرِبْ بِّعَصَاكَ الْحَجَرَ ؕ
فَانْفَجَرَتْ مِنْهُ اثْنَتَا عَشْرَةَ عَيْنًا ؕ قَدْ عَلِمَ كُلُّ اُنَاسٍ
مَّشْرَبَهُمْ ؕ كُلُوْا وَاشْرَبُوْا مِنْ رِّزْقِ اللّٰهِ وَلَا تَعْثَوْا فِى الْاَرْضِ
مُفْسِدِيْنَ ﴿٦٠﴾

٤ . قَالُوا ادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُبَيِّنْ لَّنَا مَا لَوْنُهَا ؕ قَالَ اِنَّهٗ يَقُوْلُ اِنَّهَا
بَقَرَةٌ صَفْرَآءُ ۙ فَاقِعٌ لَّوْنُهَا تَسُرُّ النّٰظِرِيْنَ ﴿٦٩﴾

٥ . وَدَّ كَثِيْرٌ مِّنْ اَهْلِ الْكِتٰبِ لَوْ يَرُدُّوْنَكُمْ مِّنْۢ بَعْدِ اِيْمَانِكُمْ
كُفَّارًا ۚ حَسَدًا مِّنْ عِنْدِ اَنْفُسِهِمْ مِّنْۢ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ
الْحَقُّ ۚ فَاعْفُوْا وَاصْفَحُوْا حَتّٰى يَاْتِىَ اللّٰهُ بِاَمْرِهٖ ؕ اِنَّ اللّٰهَ عَلٰى
كُلِّ شَىْءٍ قَدِيْرٌ ﴿١٠٩﴾

٦ . وَقَالَ لَهُمْ نَبِيُّهُمْ اِنَّ اللّٰهَ قَدْ بَعَثَ لَكُمْ طَالُوْتَ مَلِكًا ؕ قَالُوْٓا اَنّٰى
يَكُوْنُ لَهُ الْمُلْكُ عَلَيْنَا وَنَحْنُ اَحَقُّ بِالْمُلْكِ مِنْهُ وَلَمْ يُؤْتَ سَعَةً
مِّنَ الْمَالِ ؕ قَالَ اِنَّ اللّٰهَ اصْطَفٰىهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهٗ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ
وَالْجِسْمِ ؕ وَاللّٰهُ يُؤْتِيْ مُلْكَهٗ مَنْ يَّشَآءُ ؕ وَاللّٰهُ وَاسِعٌ
عَلِيْمٌ ﴿٢٤٧﴾

٧ . اَللّٰهُ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ ۚ اَلْحَيُّ الْقَيُّوْمُ ۚ لَا تَاْخُذُهٗ سِنَةٌ وَّلَا
نَوْمٌ ؕ لَهٗ مَا فِي السَّمٰوٰتِ وَمَا فِي الْاَرْضِ ؕ مَنْ ذَا الَّذِيْ يَشْفَعُ
عِنْدَهٗٓ اِلَّا بِاِذْنِهٖ ؕ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ اَيْدِيْهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۚ وَلَا
يُحِيْطُوْنَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهٖٓ اِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمٰوٰتِ
وَالْاَرْضَ ۚ وَلَا يَـُٔوْدُهٗ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيْمُ ﴿٢٥٥﴾

٨ . يُّؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَّشَآءُ ۚ وَمَنْ يُّؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ اُوْتِيَ خَيْرًا
كَثِيْرًا ۗ وَمَا يَذَّكَّرُ اِلَّآ اُولُوا الْاَلْبَابِ ﴿٢٦٩﴾

٩ . اٰمَنَ الرَّسُوْلُ بِمَآ اُنْزِلَ اِلَيْهِ مِنْ رَّبِّهٖ وَالْمُؤْمِنُوْنَ ۗ كُلٌّ اٰمَنَ
بِاللّٰهِ وَمَلٰٓئِكَتِهٖ وَكُتُبِهٖ وَرُسُلِهٖ ۗ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ اَحَدٍ مِّنْ
رُّسُلِهٖ ۗ وَقَالُوْا سَمِعْنَا وَاَطَعْنَا ۖ غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَاِلَيْكَ
الْمَصِيْرُ ﴿٢٨٥﴾ لَا يُكَلِّفُ اللّٰهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ
وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَآ اِنْ نَّسِيْنَآ اَوْ
اَخْطَاْنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَآ اِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهٗ عَلَى الَّذِيْنَ مِنْ
قَبْلِنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهٖ ۚ وَاعْفُ
عَنَّا ۟ وَاغْفِرْ لَنَا ۟ وَارْحَمْنَا ۟ اَنْتَ مَوْلٰىنَا فَانْصُرْنَا عَلَى
الْقَوْمِ الْكٰفِرِيْنَ ﴿٢٨٦﴾

سُوْرَةُ آلِ عِمرَان

١٠ . وَلَقَدْ كُنْتُمْ تَمَنَّوْنَ الْمَوْتَ مِنْ قَبْلِ اَنْ تَلْقَوْهُ ۖ فَقَدْ رَاَيْتُمُوْهُ
وَاَنْتُمْ تَنْظُرُوْنَ ﴿١٤٣﴾

سُوْرَةُ النِّسَاء

١١ . اَمْ يَحْسُدُوْنَ النَّاسَ عَلٰى مَآ اٰتٰهُمُ اللّٰهُ مِنْ فَضْلِهٖ ۚ فَقَدْ
اٰتَيْنَآ اٰلَ اِبْرٰهِيْمَ الْكِتٰبَ وَالْحِكْمَةَ وَاٰتَيْنٰهُمْ مُّلْكًا عَظِيْمًا ﴿٥٤﴾

سُوْرَةُ المَائدة

١٢ . وَكَتَبْنَا عَلَيْهِمْ فِيْهَآ اَنَّ النَّفْسَ بِالنَّفْسِ ۙ وَالْعَيْنَ بِالْعَيْنِ
وَالْاَنْفَ بِالْاَنْفِ وَالْاُذُنَ بِالْاُذُنِ وَالسِّنَّ بِالسِّنِّ ۙ وَالْجُرُوْحَ
قِصَاصٌ ۭ فَمَنْ تَصَدَّقَ بِهٖ فَهُوَ كَفَّارَةٌ لَّهٗ ۭ وَمَنْ لَّمْ يَحْكُمْ بِمَآ
اَنْزَلَ اللّٰهُ فَاُولٰۗىِٕكَ هُمُ الظّٰلِمُوْنَ ﴿٤٥﴾

١٣ . وَإِذَا سَمِعُوا مَآ أُنزِلَ إِلَى الرَّسُولِ تَرَىٰٓ أَعۡيُنَهُمۡ تَفِيضُ مِنَ الدَّمۡعِ مِمَّا عَرَفُوا مِنَ الۡحَقِّۖ يَقُولُونَ رَبَّنَآ ءَامَنَّا فَٱكۡتُبۡنَا مَعَ الشَّٰهِدِينَ ﴿٨٣﴾

سُورَةُ الأنعَام

١٤ . لَّا تُدۡرِكُهُ الۡأَبۡصَٰرُ وَهُوَ يُدۡرِكُ الۡأَبۡصَٰرَۖ وَهُوَ اللَّطِيفُ الۡخَبِيرُ ﴿١٠٣﴾

سُورَةُ الأعرَاف

١٥ . وَنَزَعَ يَدَهُۥ فَإِذَا هِيَ بَيۡضَآءُ لِلنَّٰظِرِينَ ﴿١٠٨﴾

سُورَةُ الأنفَال

١٦ . يُجَٰدِلُونَكَ فِي الۡحَقِّ بَعۡدَمَا تَبَيَّنَ كَأَنَّمَا يُسَاقُونَ إِلَى الۡمَوۡتِ وَهُمۡ يَنظُرُونَ ﴿٦﴾

سُوْرَةُ التَّوْبَةِ

١٧ . وَاِذَا مَآ اُنْزِلَتْ سُوْرَةٌ نَّظَرَ بَعْضُهُمْ اِلٰى بَعْضٍ ؕ هَلْ يَرٰىكُمْ مِّنْ اَحَدٍ ثُمَّ انْصَرَفُوْا ؕ صَرَفَ اللّٰهُ قُلُوْبَهُمْ بِاَنَّهُمْ قَوْمٌ لَّا يَفْقَهُوْنَ ﴿١٢٧﴾

سُوْرَةُ يُوْسُف

١٨ . وَقَالَ يٰبَنِيَّ لَا تَدْخُلُوْا مِنْۢ بَابٍ وَّاحِدٍ وَّادْخُلُوْا مِنْ اَبْوَابٍ مُّتَفَرِّقَةٍ ؕ وَمَآ اُغْنِيْ عَنْكُمْ مِّنَ اللّٰهِ مِنْ شَيْءٍ ؕ اِنِ الْحُكْمُ اِلَّا لِلّٰهِ ؕ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ ۚ وَعَلَيْهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُوْنَ ﴿٦٧﴾

١٩ . وَتَوَلّٰى عَنْهُمْ وَقَالَ يٰٓاَسَفٰى عَلٰى يُوْسُفَ وَابْيَضَّتْ عَيْنٰهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيْمٌ ﴿٨٤﴾

سُوْرَةُ الحِجر

٢٠ . لَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلٰى مَا مَتَّعْنَا بِهٖٓ أَزْوَاجًا مِّنْهُمْ وَلَا تَحْزَنْ عَلَيْهِمْ وَاخْفِضْ جَنَاحَكَ لِلْمُؤْمِنِيْنَ ﴿٨٨﴾

سُوْرَةُ الكهف

٢١ . وَلَوْلَآ إِذْ دَخَلْتَ جَنَّتَكَ قُلْتَ مَا شَآءَ اللّٰهُ ۙ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ ۚ إِنْ تَرَنِ أَنَا أَقَلَّ مِنْكَ مَالًا وَّوَلَدًا ﴿٣٩﴾ فَعَسٰى رَبِّيْٓ أَنْ يُّؤْتِيَنِ خَيْرًا مِّنْ جَنَّتِكَ وَيُرْسِلَ عَلَيْهَا حُسْبَانًا مِّنَ السَّمَآءِ فَتُصْبِحَ صَعِيْدًا زَلَقًا ﴿٤٠﴾

سُوْرَةُ الأنبيَاء

٢٢ . قَالُوْا فَأْتُوْا بِهٖ عَلٰٓى أَعْيُنِ النَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَشْهَدُوْنَ ﴿٦١﴾

سُوْرَةُ النَّمل

٢٣ . وَلَقَدْ اٰتَيْنَا دَاوٗدَ وَسُلَيْمٰنَ عِلْمًا ۚ وَقَالَا الْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ
فَضَّلَنَا عَلٰى كَثِيْرٍ مِّنْ عِبَادِهِ الْمُؤْمِنِيْنَ ﴿١٥﴾ وَوَرِثَ سُلَيْمٰنُ دَاوٗدَ
وَقَالَ يٰٓاَيُّهَا النَّاسُ عُلِّمْنَا مَنْطِقَ الطَّيْرِ وَاُوْتِيْنَا مِنْ كُلِّ شَيْءٍ ؕ
اِنَّ هٰذَا لَهُوَ الْفَضْلُ الْمُبِيْنُ ﴿١٦﴾

سُوْرَةُ يٰسٓ

٢٤ . وَجَعَلْنَا مِنْۢ بَيْنِ اَيْدِيْهِمْ سَدًّا وَّمِنْ خَلْفِهِمْ سَدًّا فَاَغْشَيْنٰهُمْ
فَهُمْ لَا يُبْصِرُوْنَ ﴿٩﴾

سُوْرَةُ الصَّافات

٢٥ . فَنَظَرَ نَظْرَةً فِي النُّجُوْمِ ﴿٨٨﴾ فَقَالَ اِنِّيْ سَقِيْمٌ ﴿٨٩﴾

٢٦ . فَاَرَادُوْا بِهٖ كَيْدًا فَجَعَلْنٰهُمُ الْاَسْفَلِيْنَ ﴿٩٨﴾

سُوْرَةُ المؤمن / غَافر

٢٧ . يَعْلَمُ خَآئِنَةَ الْاَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُوْرُ ﴿١٩﴾

سُوْرَةُ قٓ

٢٨ . اَفَلَمْ يَنْظُرُوْٓا اِلَى السَّمَآءِ فَوْقَهُمْ كَيْفَ بَنَيْنٰهَا وَزَيَّنّٰهَا وَمَا لَهَا مِنْ فُرُوْجٍ ﴿٦﴾

سُوْرَةُ الذّٰريٰات

٢٩ . فَعَتَوْا عَنْ اَمْرِ رَبِّهِمْ فَاَخَذَتْهُمُ الصّٰعِقَةُ وَهُمْ يَنْظُرُوْنَ ﴿٤٤﴾

سُوْرَةُ القَمَر

٣٠ . وَّفَجَّرْنَا الْاَرْضَ عُيُوْنًا فَالْتَقَى الْمَآءُ عَلٰٓى اَمْرٍ قَدْ قُدِرَ ﴿١٢﴾

سُوْرَةُ الرَّحمٰن

٣١ . فِيْهِمَا عَيْنٰنِ نَضَّاخَتٰنِ ﴿٦٦﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿٦٧﴾

سُوْرَةُ الواقِعَة

٣٢ . فَلَوْلَآ اِذَا بَلَغَتِ الْحُلْقُوْمَ ﴿٨٣﴾ وَاَنْتُمْ حِيْنَىِٕذٍ تَنْظُرُوْنَ ﴿٨٤﴾

سُوْرَةُ المُلك

٣٣ . الَّذِىْ خَلَقَ سَبْعَ سَمٰوٰتٍ طِبَاقًا ؕ مَا تَرٰى فِىْ خَلْقِ الرَّحْمٰنِ
مِنْ تَفٰوُتٍ ؕ فَارْجِعِ الْبَصَرَ ۙ هَلْ تَرٰى مِنْ فُطُوْرٍ ﴿٣﴾ ثُمَّ
ارْجِعِ الْبَصَرَ كَرَّتَيْنِ يَنْقَلِبْ اِلَيْكَ الْبَصَرُ خَاسِئًا وَّهُوَ حَسِيْرٌ ﴿٤﴾

سُوْرَةُ القَلَم

٣٤ . فَاجْتَبٰهُ رَبُّهٗ فَجَعَلَهٗ مِنَ الصّٰلِحِيْنَ ﴿٥٠﴾ وَاِنْ يَّكَادُ الَّذِيْنَ
كَفَرُوْا لَيُزْلِقُوْنَكَ بِاَبْصَارِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّكْرَ وَيَقُوْلُوْنَ اِنَّهٗ
لَمَجْنُوْنٌ ﴿٥١﴾ وَمَا هُوَ اِلَّا ذِكْرٌ لِّلْعٰلَمِيْنَ ﴿٥٢﴾

سُوْرَةُ القِيَامَة

٣٥ . فَاِذَا بَرِقَ الْبَصَرُ ۙ﴿٧﴾ وَخَسَفَ الْقَمَرُ ۙ﴿٨﴾ وَجُمِعَ الشَّمْسُ وَ

الْقَمَرُ ۙ﴿٩﴾ يَقُوْلُ الْاِنْسَانُ يَوْمَىِٕذٍ اَيْنَ الْمَفَرُّ ۚ﴿١٠﴾

٣٦ . وُجُوْهٌ يَّوْمَىِٕذٍ نَّاضِرَةٌ ﴿٢٢﴾ اِلٰى رَبِّهَا نَاظِرَةٌ ﴿٢٣﴾

سُوْرَةُ الدَّهْر

٣٧ . عَيْنًا يَّشْرَبُ بِهَا عِبَادُ اللّٰهِ يُفَجِّرُوْنَهَا تَفْجِيْرًا ﴿٦﴾

٣٨ . عَيْنًا فِيْهَا تُسَمّٰى سَلْسَبِيْلًا ﴿١٨﴾

سُوْرَةُ النَّازِعَات

٣٩ . يَوْمَ تَرْجُفُ الرَّاجِفَةُ ۙ﴿٦﴾ تَتْبَعُهَا الرَّادِفَةُ ؕ﴿٧﴾ قُلُوْبٌ يَّوْمَىِٕذٍ وَّ

اجِفَةٌ ۙ﴿٨﴾ اَبْصَارُهَا خَاشِعَةٌ ﴿٩﴾

سُوْرَةُ الغَاشِيَة

٤٠ . فِيْهَا عَيْنٌ جَارِيَةٌ ﴿١٢﴾

سُوْرَةُ البَلَد

٤١ . اَيَحْسَبُ اَنْ لَّمْ يَرَهٗٓ اَحَدٌ ۘ﴿٧﴾ اَلَمْ نَجْعَلْ لَّهٗ عَيْنَيْنِ ﴿٨﴾ وَلِسَانًا وَّشَفَتَيْنِ ﴿٩﴾ وَهَدَيْنٰهُ النَّجْدَيْنِ ﴿١٠﴾

سُوْرَةُ الإخلاص

٤٢ . قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ ﴿١﴾ اَللّٰهُ الصَّمَدُ ﴿٢﴾ لَمْ يَلِدْ ۙ وَلَمْ يُوْلَدْ ﴿٣﴾ وَلَمْ يَكُنْ لَّهٗ كُفُوًا اَحَدٌ ﴿٤﴾

سُوْرَةُ الفَلَق

٤٣ . قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ﴿١﴾ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ﴿٢﴾ وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ اِذَا وَقَبَ ﴿٣﴾ وَمِنْ شَرِّ النَّفّٰثٰتِ فِى الْعُقَدِ ﴿٤﴾ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ ﴿٥﴾

سُوْرَةُ النَّاس

٤٤ . قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسِ ۝١ مَلِكِ النَّاسِ ۝٢ اِلٰهِ النَّاسِ ۝٣
مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ ۙ الْخَنَّاسِ ۝٤ الَّذِيْ يُوَسْوِسُ فِيْ صُدُوْرِ
النَّاسِ ۝٥ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ۝٦



আস-সুন্নাহ হেলথ কেয়ার

As Sunnah Health Care

সম্পাদনা ও প্রকাশনা তত্ত্বাবধানে

রাব্বী এইচ এম মোশাররফ হুসাইন

CEO, As Sunnah Health Care

সুন্নাহের সাথে, সুস্থতার পথে।

www.assunnahealth.com | অ্যাপয়েন্টমেন্ট: 01313-882464