AS-SUNNAI
Health Care

রুকইয়াহর দোয়া

রুকইয়াহর উপযোগী মাসনুন দোয়াসমূহ
রুকইয়াহ শারইয়্যাহ দোয়া 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 : الدعاء

রুকইয়ার উপযোগী প্রয়োজনীয় কিছু দোয়া

(১) اَللّٰهُ اَكْبَرُ كَبِيْرًا وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ كَثِيْرًا وَسُبْحَانَ اللّٰهِ بُكْرَةً وَّأَصِيْلًا

(২) أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّةِ ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَّهَامَّةٍ ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَّامَّةٍ

(৩) أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّةِ، مِنْ غَضَبِهٖ وَعِقَابِهٖ وَشَرِّ عِبَادِهٖ وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِيْنِ وَأَنْ يَّحْضُرُوْنِ

(৪) أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ (৩বার)

(৫) بِسْمِ اللّٰهِ الَّذِىْ لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهٖ شَىْءٌ فِى الْاَرْضِ وَلَا فِى السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ (৩বার)

(٦) بِسْمِ اللّٰهِ أَرْقِيْكَ، مِنْ كُلِّ شَيْءٍ يُّؤْذِيْكَ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنِ حَاسِدٍ اَللّٰهُ يَشْفِيْكَ، بِسْمِ اللّٰهِ أَرْقِيْكَ (৩বার)

(٧) بِاسْمِ اللّٰهِ يُبْرِيْكَ، وَمِنْ كُلِّ دَاءٍ يَّشْفِيْكَ، وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ، وَشَرِّ كُلِّ ذِىْ عَيْنٍ

(٨) اَللّٰهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهِبِ الْبَاسَ اِشْفِ وَأَنْتَ الشَّافِىْ لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ شِفَاءً لَّا يُغَادِرُ سَقَمًا (৩বার)

(٩) حَسْبِيَ اللّٰهُ لَا إِلٰهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ (৭বার)

(١٠) بِسْمِ اللّٰهِ (৩বার)،

أَعُوْذُ بِعِزَّةِ اللّٰهِ وَقُدْرَتِهٖ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ (৭বার)،

(১১) أَسْأَلُ اللّٰهَ الْعَظِيْمَ، رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ، أَنْ يَّشْفِيَكَ (৭বার)،

(১২) أَعُوْذُ بِاللّٰهِ السَّمِيْعِ الْعَلِيْمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ مِنْ هَمْزِهٖ وَنَفْخِهٖ وَنَفْثِهٖ

(১৩) أَعُوْذُ بِاللّٰهِ الْعَظِيْمِ، وَبِوَجْهِهِ الْكَرِيْمِ، وَسُلْطَانِهِ الْقَدِيْمِ، مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ

(১৪) أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّاتِ الَّتِيْ لَا يُجَاوِزُهُنَّ بَرٌّ وَلَا فَاجِرٌ، مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَذَرَأَ وَبَرَأَ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَنْزِلُ مِنَ السَّمَاءِ وَمِنْ شَرِّ مَا يَعْرُجُ فِيْهَا، وَمِنْ شَرِّ مَا ذَرَأَ فِي الْاَرْضِ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَخْرُجُ مِنْهَا ، وَمِنْ فِتَنِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ، وَمِنْ طَوَارِقِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ، إِلَّا طَارِقًا يَطْرُقُ بِخَيْرٍ يَا رَحْمٰنُ

(١٥) اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِوَجْهِكَ الْكَرِيْمِ ، وَكَلِمَاتِكَ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهِ ، اَللّٰهُمَّ أَنْتَ تَكْشِفُ الْمَغْرَمَ وَالْمَأْثَمَ ، اَللّٰهُمَّ لَا يُهْزَمُ جُنْدُكَ ، وَلَا يُخْلَفُ وَعْدُكَ ، وَ لَا يَنْفَعُ ذَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدِّ ، سُبْحَانَكَ وَبِحَمْدِكَ

(١٦) اَللّٰهُمَّ اشْفِ عَبْدَكَ يَنْكَأُ لَكَ عَدُوًّا ، أَوْ يَمْشِيْ لَكَ إِلَى صَلَاةٍ.

(١٧) اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ وَالْمُعَافَاةَ فِي الدُّنْيَا وَالآخِرَةِ ، اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ وَالْمُعَافَاةَ فِيْ دِيْنِيْ وَدُنْيَايَ وَأَهْلِيْ وَمَالِيْ ، اَللّٰهُمَ اسْتُرْ عَوْرَتِيْ ، وَآمِنْ رَوْعَتِيْ ، وَاحْفَظْنِيْ مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ وَمِنْ خَلْفِيْ ، وَعَنْ يَّمِيْنِيْ وَعَنْ شِمَالِيْ وَمِنْ فَوْقِيْ ، وَأَعُوْذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِيْ

(١٨) اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَدَنِيْ، اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ سَمْعِيْ، اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَصَرِيْ، لاَ إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ

(١٩) يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ، أَصْلِحْ لِيْ شَأْنِيْ كُلَّهُ، وَلَا تَكِلْنِيْ إِلٰى نَفْسِيْ طَرْفَةَ عَيْنٍ،

(٢٠) رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا وَبِمُحَمَّدٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَبِيًّا

(٢١) رَبِّ أَعُوْذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِيْنِ وَأَعُوْذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَّحْضُرُوْنِ

(٢٢) رَبُّنَا اللّٰهُ الَّذِيْ فِي السَّمَاءِ تَقَدَّسَ اسْمُكَ، أَمْرُكَ فِي السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ، كَمَا رَحْمَتُكَ فِي السَّمَاءِ فَاجْعَلْ رَحمَتَكَ فِي الْأَرْضِ،

وَاغْفِرْ لَنَا حُوْبَنَا وَخَطَايَانَا، أَنْتَ رَبُّ الطَّيِّبِيْنَ أَنْزِلْ رَحْمَةً مِّنْ رَحْمَتِكَ وَشِفَاءً مِّنْ شِفَائِكَ عَلٰى كُلِّ وَجَعٍ،

(٢٣) رَبِّ اشْرَحْ لِيْ صَدْرِيْ وَيَسِّرْلِيْ اَمْرِيْ وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ لِّسَانِيْ يَفْقَهُوْا قَوْلِيْ

(٢٤) اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ عَبْدُكَ، وَابْنُ عَبْدِكَ،وَابْنُ أَمَتِكَ، نَاصِيَتِيْ بِيَدِكَ، مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ، عَدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ، أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ، سَمَّيْتَ بِهٖ نَفْسَكَ، أَوْ أَنْزَلْتَهٗ فِي كِتَابِكَ، أَوْ عَلَّمْتَهٗ أَحَدًا مِّنْ خَلْقِكَ، أَوِ اسْتَأْثَرْتَ بِهٖ فِيْ عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ، أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيْعَ قَلْبِيْ وَنُوْرَ صَدْرِيْ وَجِلَاءَ حُزْنِيْ وَذَهَابَ هَمِّيْ،

(٢٥) اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ، وَقَهْرِ الرِّجَالِ،

(٢٦) اَللّٰهُمَّ ذَا السُّلْطَانِ الْعَظِيْمِ، ذَا الْمَنِّ الْقَدِيْمِ، وَذَا الْوَجْهِ الْكَرِيْمِ، وَلِيَّ الْكَلِمَاتِ التَّامَّاتِ وَالدَّعَوَاتِ الْمُسْتَجَابَاتِ ، عَافِنَا مِنْ أَنْفُسِ الْجِنِّ، وَأَعْيُنِ الْإِنْسِ،

(٢٧) أَعُوْذُ بِوَجْهِ اللّٰهِ الْعَظِيْمِ الَّذِيْ لَا شَيْءَ أَعْظَمُ مِنْهُ ، وَبِكَلِمَاتِهِ التَّامَّاتِ الَّتِي لَا يُجَاوِزُهُنَّ بَرٌّ وَلَا فَاجِرٌ ، وَأَسْمَاءِ اللّٰهِ الْحُسْنٰى كُلِّهَا مَا عَلِمْتُ مِنْهَا وَمَا لَمْ أَعْلَمْ ، مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَذَرَأَ وَبَرَأَ ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ ذِيْ شَرٍّ لَا أُطِيْقُ شَرَّهُ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ ذِيْ شَرٍّ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهِ ، إِنَّ رَبِّيْ عَلٰى صِرَاطٍ مُّسْتَقِيْمٍ،

(٢٨) اَللّٰهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمٰوَاتِ وَالْاَرْضِ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَّمَلِيْكَهُ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ، أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِيْ، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَ شِرْكِهِ ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلٰى نَفْسِيْ سُوْءًا، أَوْ أَجُرَّهُ إِلٰى مُسْلِمٍ،

(٢٩) اَللّٰهُمَّ رَبَّ السَّمٰوَاتِ السَّبْعِ وَرَبَّ الْاَرْضِ، وَرَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ، رَبَّنَا وَرَبَّ كُلِّ شَيْءٍ، فَالِقَ الْحَبِّ وَالنَّوٰى، وَمُنْزِلَ التَّوْرَاةِ وَالْإِنْجِيْلِ وَالْفُرْقَانِ، أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ كُلِّ شَيْءٍ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهِ،

(٣٠) اَللّٰهُمَّ أَنْتَ رَبِّيْ لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِيْ وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلٰى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوْءُ

لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوْءُ بِذَنْبِيْ فَاغْفِرْ لِيْ فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ إِلَّا أَنْتَ.

(٣١) اَللّٰهُمَّ أَنْتَ رَبِّيْ لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ ، عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ ، وَأَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْمِ ، مَا شَاءَ اللّٰهُ كَانَ ، وَمَا لَمْ يَشَأْ لَمْ يَكُنْ ، وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ ، أَعْلَمُ أَنَّ اللّٰهَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ ، وَأَنَّ اللّٰهَ قَدْ أَحَاطَ بِكُلِّ شَيْءٍ عِلْمًا ، اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِيْ ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ دَابَّةٍ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهَا ، إِنَّ رَبِّيْ عَلٰى صِرَاطٍ مُّسْتَقِيْمٍ

(٣٢) اَللّٰهُمَّ إِنَّا نَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ مَا سَأَلَكَ مِنْهُ نَبِيُّكَ مُحَمَّدٌ صلى اللّٰه عليه وسلم، وَنَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا اسْتَعَاذَ مِنْهُ نَبِيُّكَ مُحَمَّدٌ صلى اللّٰه عليه وسلم ، وَأَنْتَ الْمُسْتَعَانُ، وَعَلَيْكَ الْبَلَاغُ، وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ

(৩৩) اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلىٰ مُحَمَّدٍ، وَعَلىٰ آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا صَلَّيْتَ عَلىٰ إِبْرَاهِيْمَ، وَعَلىٰ آلِ إِبْرَاهِيْمَ، إِنَّكَ حَمِيْدٌ مَجِيْدٌ، اللّٰهُمَّ بَارِكْ عَلىٰ مُحَمَّدٍ وَّعَلىٰ آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا بَارَكْتَ عَلىٰ إِبْرَاهِيْمَ وَعَلىٰ آلِ إِبْرَاهِيْمَ، إِنَّكَ حَمِيْدٌ مَّجِيْدٌ

নোটঃ এখানে রুকইয়ার উপযোগী কিছু দোয়া বর্ণিত হল। রুকইয়ার আয়াতগুলো তিলাওয়াতের সাথে কিছু দোয়ার মাধ্যমেও রুকইয়া করা ভালো। এছাড়া শুধুমাত্র দোয়া পড়েও রুকইয়া করা যায়। শারীরিক-মানসিক বা প্যারানরমাল; সব সমস্যাতেই এগুলো পড়া যায়। আবার বিশেষ কিছু সময়ে কোরআন তিলাওয়াত করা যায় না, তখন শুধু দোয়াগুলো বারবার পড়ে রুকইয়া করা যাবে। দোয়া পাঠ করে রুকইয়াহ করার অনেক উপকারিতা আছে, যা কখনও তাৎক্ষনিক দেখা যায়, আর কখনও দীর্ঘমেয়াদে। এমনিতেও দোয়াগুলোর অর্থ অনেক সুন্দর, চাইলে মুনাজাতের মাঝেও পড়া যাবে। আরেকটি বিষয় হল, এখানে অনেকগুলো দোয়া মাসনুন আমল হিসেবে পড়া হয়, কেউ চাইলে প্রতিদিন সকাল-সন্ধ্যার যিকর হিসেবেও এসব দোয়া পাঠ করতে পারেন।



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