

বাচ্চাদের কথা শিখতে দেরি হলে

রুকইয়াহ গাইড

As Sunnah Health Care

রাক্বী এইচ এম মোশাররফ হুসাইন

অ্যাপয়েন্টমেন্ট: 01313-882464

www.assunnahealth.com

সুন্নাহর সাথে, সুস্থতার পথে।

বাচ্চাদের কথা শিখতে দেরি হলে

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

[ক] **পূর্বকথা -**

বিসমিল্লাহ! অনেক বাচ্চাদের দেখা যায়, অন্যদের তুলনায় কথা বলার বয়স পার হয়ে যাচ্ছে, কিন্তু অল্প দুই-একটা শব্দ বাদে কিছুই বলছে না। কিংবা শুরুতে একটু একটু বলা শিখছিল, পরে হঠাৎ বন্ধ হয়ে গেছে। এরকম সমস্যা নিয়ে গ্রুপে অনেক পোস্ট আসে। ইদানীং যদিও একটু কম, আগে অনেক বেশি আসতো। তো সেদিন এক আরবি চ্যানেলে এব্যাপারে কিছু পরামর্শ পেলাম। সবার সুবিধার্থে নিজ ভাষায় অনুবাদ করে দিচ্ছি। আর হ্যাঁ! অবশ্যই এখানে প্রয়োজনীয় কম-বেশ করা হবে।

উল্লেখ্য, ছোট-বড় সবার তোতলামির সমস্যাতে এবং জিন বা জাদুর কারণে কথা বন্ধ হয়ে গেলে তখনও এই রুকইয়াটা বেশ উপকারী।

অটিস্টিক শিশুদের দ্রুত মানসিক-শারীরিক উন্নতির জন্যও একই নিয়মে এই রুকইয়াটি করতে পারেন।

[খ] **প্রথমতঃ বদনজরের রুকইয়াহ করুন।**

বাচ্চাদের অনেক সমস্যার পেছনেই বদনজরের কারণ থাকে। তাই বাচ্চাদের রুকইয়ার নিয়ম অনুসরণ করে প্রতিদিন ২-৩ বার রুকইয়া করুন। এভাবে অন্তত সপ্তাহখানেক রুকইয়াহ চালু রাখুন। যদি সমস্যা একদম ভাল হয়ে যায়,

তাহলে তো আলহামদুলিল্লাহ। নইলে নিচে বলা দ্বিতীয় নিয়ম অনুসরণ করুন। আগে বাচ্চার জন্য বদনজরের রুকইয়াহ করে থাকলে এবার ২-১দিন করার পরেই দ্বিতীয় আমলটা শুরু করে দিতে পারেন।

বাচ্চাদের বদনজরের রুকইয়া করার নিয়ম পাবেন এই দু'টি লিংকে:

- সংক্ষিপ্ত https://assunnahealth.com/2809/
- বিস্তারিত https://assunnahealth.com/827/

[গ] **দ্বিতীয়তঃ এই সমস্যায় রুকইয়াহ করবেন যেভাবে -**

একটা পাত্রে পর্যাপ্ত পানি নিয়ে নিচের আয়াত এবং সূরাগুলো পড়ুন-

১. সূরা ফাতিহা – ১ বার
২. সূরা ইখলাস – ৩ বার
৩. আয়াতুল কুরসি – ৭ বার
৪. সূরা নুর; ৩৫ নং আয়াত – ৭ বার
৫. সূরা সদ; ৪২নং আয়াত – ৭ বার
৬. সূরা ত্বহা; ২৫-২৮ আয়াতে উল্লেখিত দোয়া – '৭০ বার'
৭. সূরা আর-রহমানের ১-৪ আয়াত – '৭০ বার'

- এসব পড়ুন আর মাঝেমাঝে পানিতে ফুঁ দিন। জমজমের পানি হলে সবচেয়ে ভাল, নইলে বৃষ্টির পানি, নইলে স্বাভাবিক পানযোগ্য পানি হলেও চলবে।

- পড়ার সময় সংখ্যায় অল্প কমবেশ হলে চিন্তার কিছু নেই। চাইলে এর সাথে আপনি আরও কিছু আয়াত, সুরা বা দোয়া পড়তে পারেন। যেমন, রুকইয়ার আয়াত ও দোয়ার পিডিএফ থেকে ছোট ছোট ৫-৭টা দোয়া পড়া যায়। (লিংক: https://assunnahealth.com/...

এরপর আপনার করনীয় :

১. এই পানি প্রতিদিন দুই-তিন বেলা পান করাবেন।

২. উল্লেখিত আয়াতগুলো কয়েকবার করে পড়ে প্রতিদিন অন্তত ১০মিনিট রুকইয়াহ করবেন।

এভাবে লাগাতার অন্তত ৪০দিন রুকইয়াহ করুন। প্রস্তুত করা রুকইয়ার পানি শেষ হয়ে গেলে নতুন করে আবার পড়ে নিবেন। পাশাপাশি নিচের বিষয়গুলোও খেয়াল রাখুন।

[ঘ] **নোট :**

অবশ্যই স্মার্টফোন, টিভি, কার্টুন কিংবা মুভির মত মেধা বিকাশে প্রতিবন্ধক ও ক্ষতিকর বিষয়াদি থেকে শিশু সন্তানকে দূরে রাখবেন। চিকিৎসকদের পরামর্শ অনুযায়ী অন্যান্য ট্রেইনিং চালু রাখবেন।

এসবের পাশাপাশি কথা শিখাতে চেষ্টা করুন, আর প্রতিদিন দোয়া করতে থাকুন। সুস্থতার নিয়তে মাঝেমাঝে সাদকাহ করুন। আল্লাহ চায়তো যথেষ্ট উপকার পাবেন। প্রয়োজনে অভিজ্ঞ কারও পরামর্শ নিয়ে রুকইয়ার মেয়াদ আরও বাড়িয়ে নিন। আপনার রুকইয়াহ করার অভিজ্ঞতা অন্যদের সাথে শেয়ার করতে ভুলবেন না। হয়তো কোনো একজন এর দ্বারা উপকৃত হবে।

তিলাওয়াতের সুবিধার্থে আয়াতগুলো যুক্ত করে দেয়া হলো –

১. সূরা ফাতিহা – ১ বার

أَعُوْذُ بِاللهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ . بِسْمِ اللهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ ۝١ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۝٢ مٰلِكِ يَوْمِ الدِّيْنِ ۝٣

اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَ اِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ ۝٤ اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيْمَ ۝٥ صِرَاطَ

الَّذِيْنَ اَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ ۙ غَيْرِ الْمَغْضُوْبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّآلِّيْنَ ۝٧

২. সূরা ইখলাস – ৩ বার

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ ۝١ اللّٰهُ الصَّمَدُ ۝٢ لَمْ يَلِدْ ۙ وَ لَمْ يُوْلَدْ ۝٣ وَ لَمْ

يَكُنْ لَّهٗ كُفُوًا اَحَدٌ ۝٤

৩. আয়াতুল কুরসি – ৭ বার

اَللّٰهُ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ ۚ اَلْحَیُّ الْقَیُّوْمُ ۚ لَا تَاْخُذُهٗ سِنَةٌ وَّلَا نَوْمٌ ؕ لَهٗ مَا
فِی السَّمٰوٰتِ وَمَا فِی الْاَرْضِ ؕ مَنْ ذَا الَّذِیْ یَشْفَعُ عِنْدَهٗۤ اِلَّا
بِاِذْنِهٖ ؕ یَعْلَمُ مَا بَیْنَ اَیْدِیْهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۚ وَلَا یُحِیْطُوْنَ بِشَیْءٍ
مِّنْ عِلْمِهٖۤ اِلَّا بِمَا شَآءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِیُّهُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ ۚ وَلَا
یَـُٔوْدُهٗ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِیُّ الْعَظِیْمُ ﴿۲۵۵﴾

৪. সূরা নুর; ৩৫ নং আয়াত – ৭ বার

اَللّٰهُ نُوْرُ السَّمٰوٰتِ وَ الْاَرْضِ ؕ مَثَلُ نُوْرِهٖ كَمِشْكٰوةٍ فِیْهَا مِصْبَاحٌ ؕ
اَلْمِصْبَاحُ فِیْ زُجَاجَةٍ ؕ اَلزُّجَاجَةُ كَاَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّیٌّ یُّوْقَدُ مِنْ
شَجَرَةٍ مُّبٰرَكَةٍ زَیْتُوْنَةٍ لَّا شَرْقِیَّةٍ وَّ لَا غَرْبِیَّةٍ ۙ یَّكَادُ زَیْتُهَا یُضِیْٓءُ وَ
لَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ ؕ نُوْرٌ عَلٰی نُوْرٍ ؕ یَهْدِی اللّٰهُ لِنُوْرِهٖ مَنْ یَّشَآءُ ؕ
وَ یَضْرِبُ اللّٰهُ الْاَمْثَالَ لِلنَّاسِ ؕ وَ اللّٰهُ بِكُلِّ شَیْءٍ عَلِیْمٌ ﴿۳۵﴾

৫. সূরা সদ; ৪২নং আয়াত – ৭ বার

اُرْكُضْ بِرِجْلِكَ ۚ هٰذَا مُغْتَسَلٌۢ بَارِدٌ وَّشَرَابٌ ﴿٤٢﴾

৬. সূরা ত্বহা; ২৫-২৮ আয়াতে উল্লেখিত দোয়া – '৭০ বার'

رَبِّ اشْرَحْ لِيْ صَدْرِيْ ـ وَيَسِّرْ لِيْٓ اَمْرِيْ ـ

وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِّنْ لِّسَانِيْ ـ يَفْقَهُوْا قَوْلِيْ ـ

৭. সূরা আর-রহমানের ১-৪ আয়াত – '৭০ বার'

اَلرَّحْمٰنُ ﴿١﴾ عَلَّمَ الْقُرْاٰنَ ﴿٢﴾ خَلَقَ الْاِنْسَانَ ﴿٣﴾ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ﴿٤﴾

Speech Delay and Autism

1st Edition: 26 – July – 2019 (https://assunnahealthcare.com/blog/1403/)
2nd Edition: 03 – Oct – 2024 (pdf)

For detailed info, visit: http://assunnahealthcare.com

For support regarding ruqyah: http://facebook.com/assunnahealthcare