জাদু সন্ত্রাস

সুরক্ষা ও আমল

তাকি ইবনে ইসহাক

সিনিয়র রুকইয়াহ কনসালট্যান্ট, সুকুনলাইফ

সুকুনলাইফ

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْءَانِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

আমি কুরআনের মধ্যে এমন কিছু নাযিল করি, যা মুমিনদের জন্য আরোগ্য ও রহমত।

সূরা ইসরা, ১৭:৮২

কপিরাইট ও তথ্য

বই	জাদু সন্ত্রাসঃ সুরক্ষা ও আমল
লেখক	মারুফ বিল্লাহ তাকি ইবনে ইসহাক
প্রকাশকাল	অক্টোবর ২০২৬
প্রকাশনা	সুকুনলাইফ
প্রচ্ছদ	সুকুনলাইফ
পরিবেশক	সুকুনলাইফ
অনলাইন পরিবেশক	রকমারি ডট কম
যোগাযোগ	01887-753555
ওয়েবসাইট	www.sukunlife.com

মূল্য : ২০০৳

Published by Sukunlife | Call: 01887-753555

সূচিপত্র

- শুরুর কথা
- আশ্বিন আসে; আর আসে মহালয়া, দুর্গাপূজা ও কালীপূজা
- জাদু নবায়ন বিষয়ে শরয়ি দৃষ্টিভঙ্গি
- জাদু নবায়নের লক্ষণগুলো
- আশ্বিন ও কার্তিক : আমাদের রুটিন
- সতর্কতার বিশেষ দিনগুলো
- দৈনিক রুটিন টেমপ্লেট
- দৈনন্দিন মাসনুন আমল

- দৈনন্দিন জীবনে জরুরি মাসনুন আমল
- সুরক্ষার কিছু কমন আয়াত
- কুইক রুকইয়াহ ইনফো
- দিনভিত্তিক সম্পূর্ণ ৪০ দিনের প্ল্যান
- ১-৯ দিন : প্রস্তুতি পর্ব
- ১০-১২ দিন : নজর
- ১৩-১৯ দিন : বরইপাতার গোসল
- ২০-২৬ তম দিন : রুকইয়াহ ডিটক্স
- ২৭-৪০ তম দিন : বরইপাতার গোসল এবং সিহরের ডিটক্স

- ৪০ দিনের ট্র্যাকার
- উপসংহার

১ শুরুর কথা

আমাদের এই অঞ্চল মুসলিম-হিন্দু-বৌদ্ধ মিলেমিশে বসবাস। ফলে নানান রঙের মিশেলে, মত-পথের বিবিধে, আচার-অনুষ্ঠানের বাহারিতে বৈচিত্র্যের সন্নিবেশে বাস করি আমরা।

আমাদের মুসলিমদের যেমন রমজানে রোজা হয়, শাওয়ালে ঈদ; জিলহজে কুরবানি আর মুহাররমে আশুরা, হিন্দুদেরও বিভিন্ন তিথি ও লগ্নে উপাসনা-অর্চনা থাকে। বিশেষত বাংলা আশ্বিন-কার্তিক মাসে তাদের বড় ধর্মীয় উৎসব পালিত হয়।

আর এ সময়টাতেই জাদুকররা তাদের সমস্ত শয়তানি নিয়ে মানবসভ্যতার বিরুদ্ধে ঝাঁপিয়ে পড়ে। তারা মনে করে, এ সময় জাদু করলে অনেক বেশি কার্যকর হয়। তাছাড়া বিভিন্ন উপাসনা ও শয়তানকে খুশি করার মাধ্যমে এ সময়কেই তারা কার্য সিদ্ধির মোক্ষম ক্ষণ হিসেবে গণ্য করে। ফলে পুরোনো জাদুগ্রস্ত মানুষদের যেমন পুনরায় আক্রান্ত হতে দেখা যায়, নতুনভাবেও অসংখ্য মানুষ অসুস্থ হয়ে পড়ে এই মৌসুমটায়।

এটা শুধু যে মুসলিমরা হয়, তা কিন্তু না। হিন্দু-বৌদ্ধ নির্বিশেষে সবাই-ই আক্রান্ত হয়। যেমন : হঠাৎ অসুস্থতা, মানসিক অস্থিরতা, পারিবারিক অশান্তি, দাম্পত্যে কলহ, প্রফেশনে জটিলতা বা জিনের প্রভাবের শিকার ইত্যাদি।

ফলে এ সময়টায় আমাদের বিশেষ সতর্কতা দরকার। ব্যাপক সচেতনতার জন্যই এই পুস্তিকাটির অবতারণা। আমরা চাই—

মানুষ এ সময়টার ইতিহাস ও প্রেক্ষাপট বুঝুক। নির্দিষ্ট এই সময়কে সামনে রেখে তান্ত্রিক ও জাদুকররা যা করে, পাঠক সে সম্বন্ধে জানুক ও সচেতনতা অবলম্বন করুক।

আকিদা যেন নষ্ট না হয় কারও। সর্বসাধারণ যেন সিহর ও জাদু নবায়ন নিয়ে ভীতিকর গুজবে জড়িয়ে না যায়, যেন কুরআন-সুন্নাহর আলোকে সঠিক অবস্থান গ্রহণ করতে পারে।

সমস্যার কার্যকর সমাধান নিশ্চিত হোক। একটি গোটা মৌসুম বা সম্পূর্ণ ৪০ দিনের দৈনিক আমল-ভিত্তিক রুটিন তৈরি করে দেওয়া, যেটি পাঠক ঘরে বসে খুব সহজেই

অনুসরণ করতে পারবেন।

সর্বোপরি কোনো ভীতি নয়, আমরা চাই সচেতনতা, আমলের প্রতি মনোযোগ বৃদ্ধি এবং সমস্যা তৈরি হওয়ার আগেই তার সম্ভাবনা নষ্ট করে ফেলা। ফলে এই পুস্তিকাটি আমাদের সুরক্ষার এমন একটি ব্যাবহারিক গাইড হতে যাচ্ছে, যা সবার জন্যই দরকারি, উপকারী এবং অত্যাবশ্যকীয়। আল্লাহ আমাদের সহায় হোন।

২ আশ্বিন আসে; আর আসে মহালয়া, দুর্গাপূজা ও কালীপূজা

১ ১. মহালয়া

আশ্বিন-কার্তিক মিলিয়ে বাংলা শরতের শেষ ও হেমন্তের শুরু। এই মৌসুমে সনাতন ধর্মাবলম্বীদের নানান উৎসব থাকে। বিশেষ করে শরৎকালের উৎসবগুলো খুব পরিচিত। বাংলায় যাকে শারদীয় উৎসব বা শারদোৎসব বলা হয়। সনাতনে বিশ্বাসীদের মতে বাঙালির শারদীয় উৎসবের আনুষ্ঠানিক শুভ লগ্ন হলো মহালয়া।

অন্যভাবে বললে, দেবী দুর্গা মহালয়ার এই দিন পৃথিবীতে অবতরণ করেছিলেন। এটি পিতৃপক্ষ ও দেবীপক্ষের সন্ধিক্ষণ এবং এর মাধ্যমেই দুর্গাপূজা উৎসবের সূচনা হয়েছিল।

অর্থাৎ মহালয়া হলো দেবী দুর্গার অবতরণ এবং অসুর রাজা মহিষাসুরের বিরুদ্ধে বিজয়ের বর্ণনা। যেদিনটিতে পিতৃপুরুষের উদ্দেশ্যে তর্পণ করা হয়। পিতৃপক্ষে প্রয়াত পূর্বপুরুষদের আত্মার শান্তি কামনা করে জলদান বা তর্পণ করা হয় এবং পরলোকগত পূর্বপুরুষদের শ্রদ্ধা জানানো হয়।

এই মহালয়া উৎসব পালিত হয় আশ্বিন মাসের কৃষ্ণপক্ষ অমাবস্যা তিথিতে। পশ্চিমবঙ্গ, বাংলাদেশ, ত্রিপুরা ও আসামের বারাক উপত্যকায়।

২ ২. দুর্গাপূজা

দুর্গাপূজা হয় আশ্বিন-কার্তিকের শুক্লপক্ষে। সাধারণত আশ্বিন মাসের শুক্লপক্ষের ষষ্ঠ থেকে দশম দিন পর্যন্ত শারদীয়া দুর্গাপূজা অনুষ্ঠিত হয়। এই পাঁচ দিন যথাক্রমে মহাষষ্ঠী, মহাসপ্তমী, মহাষ্টমী, মহানবমী ও বিজয়া দশমী নামে পরিচিত।

কোথাও দশ দিন ধরে চলে দুর্গাপূজার এই উৎসব। একেবারে মহালয়া থেকে বিজয়া দশমী পর্যন্ত। যার মধ্যে শেষ পাঁচ দিন সবচেয়ে তাৎপর্যপূর্ণ। কোথাও পনেরো দিন ধরেও পালিত হয় উৎসবটি।

পশ্চিমবঙ্গ, আসাম, ত্রিপুরা ও বাংলাদেশে বাঙালি হিন্দু সম্প্রদায়ের সবচেয়ে বড় ধর্মীয় উৎসব এই দুর্গাপূজা।

৩ ৩. কালীপূজা

কালীপূজার আরেক নাম শ্যামাপূজা। হিন্দু দেবী কালীকে উৎসর্গ করা হয় এটি। যা কার্তিক মাসের দীপান্বিতা অমাবস্যায় পালিত হয়।

কিন্তু একই দিনে ভারতের বিভিন্ন অঞ্চলে লক্ষ্মীপূজা অনুষ্ঠিত হলেও বাঙালি, অসমীয়া ও ওড়িয়ারা এই দিনে করে কালীপূজা। আরেকটু বিস্তারিতভাবে বললে এটি পশ্চিমবঙ্গ, মিথিলা, বিহার, ঝাড়খণ্ড, ওড়িশা, আসাম, ত্রিপুরা প্রভৃতি ভারতীয় রাজ্যে এবং বাংলাদেশে খুবই জনপ্রিয়।

কালীপূজার মধ্যরাত্রে আলোকসজ্জা, আতশবাজি পোড়ানো ও প্রসাদ বিতরণ হয়ে থাকে। আরও বিশেষ হলো, এই পূজাটির সঙ্গে তন্ত্রের সংযোগ রয়েছে। তন্ত্রশাস্ত্রের কৌলাচার ও গুহ্য সাধনা-পদ্ধতির সাথে এই পূজা ঐতিহাসিকভাবে সম্পর্কিত। যে সময়টি জাদুকর-তান্ত্রিকদের কাছেও স্পেশাল। তারা হিন্দু তন্ত্রসাধনার সঙ্গে মিল রেখে জাদুসাধনায় লিপ্ত হয়। জাদু নবায়ন ও জাদু-সাধনার জন্য তাদের কাছে এটি বিশেষ শুভদিন।

এই ঐতিহাসিক সত্যটি আমাদের সবার জন্য এলার্মিং। হিন্দু-বৌদ্ধ-মুসলিম নির্বিশেষে সবার জন্য। কারণ এদিন তান্ত্রিকেরা যে জাদু-উৎসবে নেমে পড়ে, তা এই অঞ্চলের অসংখ্য মানুষকে আক্রান্ত করে ক্ষতবিক্ষত করে ফেলে।

শারদীয় উৎসবকালে জাদু নবায়নের বাস্তবতা

সত্যি বলতে জাদু নবায়ন কিংবা নতুন করে জাদু করার জন্য আসলে কোনো দিন বা সময়ের প্রয়োজন নেই। শয়তান তো সর্বক্ষণই মানুষের পেছনে লেগে আছে। তবে শয়তানের উপাসনাকারী তান্ত্রিক, জ্যোতিষী ও কবিরাজেরা কিছু নির্দিষ্ট সময় ও দিনকে স্পেশাল মনে করে। আশ্বিন-কার্তিকের অমাবস্যাও তাদের কাছে সেই রকম গুরুত্বপূর্ণ। পূজার উৎসব ঘিরে তারা নেমে পড়ে শয়তানকে খুশি করে স্বার্থ সিদ্ধির লক্ষ্যে। মানুষে মানুষে দুশমনি, দাম্পত্যে ভাঙন, মানসিক অস্থিরতা-সহ নানান জটিলতায় মানুষকে বিবশ করার চেষ্টা চালিয়ে যায় তারা। অভিজ্ঞতায় আমরা দেখেছি, এ সময়টায়—

মানুষ হঠাৎ অসুস্থ হয়ে পড়ছে, যার কোনো চিকিৎসাগত ব্যাখ্যা নেই।

মানসিকভাবে অস্থির হচ্ছে এবং ভয় ও দুঃস্বপ্ন বেড়ে যাচ্ছে।

পারিবারিক অশান্তি, দাম্পত্য কলহ ও বিচ্ছেদের ঘটনা বাড়ছে।

ব্যবসা বা রোজগারে অস্বাভাবিক ক্ষতি হচ্ছে।

পূর্ব থেকে যাদের জিন-জাদুর সমস্যা আছে, তাদের উপসর্গ আবারও তীব্র হয়ে উঠছে।

এ সমস্যাগুলো নিয়ে যে আমাদের কাছে মুসলিমরাই আসছে, তা কিন্তু নয়; হিন্দু-বৌদ্ধ বা অন্য ধর্মাবলম্বীরাও আসছে কুরআনের অলৌকিক চিকিৎসার গল্প শুনে। আমরা

জরিপ করে দেখেছি, এসব সমস্যা নির্দিষ্ট কোনো ধর্ম বা গোষ্ঠীর মানুষের সঙ্গে সম্পৃক্ত নয়, বরং সর্বশ্রেণির মানুষ আক্রান্ত হচ্ছে।

৩ কুইক রুকইয়াহ ইনফো

রুকইয়াহ : রুকইয়াহ অর্থ ঝাড়ফুঁক করা। কুরআনের আয়াত ও দুআ পাঠের মাধ্যমে আল্লাহ তাআলার নিকট প্রার্থনা করা শরয়ি রুকইয়াহর উদ্দেশ্য। এর সাথে প্রচলিত চিকিৎসা পদ্ধতির কোনো সম্পর্ক নেই।

রাকি : যিনি নির্দিষ্ট নিয়মে ঝাড়ফুঁক করেন এবং এই বিষয়ে অভিজ্ঞতা রাখেন, তাকে রাকি বলা হয়।

সিমটমস ডায়াগনোসিস : লক্ষণ দেখে সমস্যা সম্পর্কে জানাকে সিমটমস ডায়াগনোসিস বলা হয়।

রুকইয়াহ ডায়াগনোসিস : সরাসরি রুকইয়াহ করে সমস্যা বোঝাকে রুকইয়াহ ডায়াগনোসিস বলে। এই রুকইয়াহতে মানুষ সুস্থ হয়। আলহামদুলিল্লাহ।

সেলফ রুকইয়াহ : সমস্যা জানার পর বাসায় বসে নির্দিষ্ট নিয়মে আমল করে সুস্থতা কামনা করাকে সেলফ রুকইয়াহ বলা হয়। যা রোগী ঘরে বসে করে থাকেন, ঠিক ওষুধ সেবনের মতো।

সিহর : জাদুকে সিহর বলা হয়। কারণ জাদু একটি গোপন জিনিস, যা অদৃশ্য।

নজর : নজর বা আইন বলা হয় মানুষের দৃষ্টি লাগাকে। হতে পারে সেটা সুনজর বা কুনজর।

রুকইয়াহ গোসল : নির্দিষ্ট একটি নিয়ম। যেখানে কুরআনের আয়াতসমূহ পাঠ করে ফুঁ দিয়ে গোসল করা হয়।

সিহর বা বরইপাতার গোসল : ৭টি বরইপাতা বেটে সিহরের আয়াত পড়ে ফুঁ দিয়ে গোসল করাকে বরইপাতার গোসল বলা হয়, যা জাদু নষ্টের জন্য প্রসিদ্ধ একটি পদ্ধতি।

নজর গোসল : বালতিতে হাত ডুবিয়ে নির্দিষ্ট আয়াত ও দুআ পাঠ করে গোসল করাকে নজর গোসল বলা হয়।

ডিটক্স গোসল : টানা সাত দিন নির্দিষ্ট একটা নিয়ম মেনে গোসল করা ও নববি সাপ্লিমেন্ট ব্যবহার করাকে ডিটক্স গোসল বলা হয়।

রুকইয়াহ অডিও : আধুনিক যন্ত্রে রেকর্ডকৃত কুরআনের আয়াত ও দুআকে রুকইয়াহ অডিও বলা হয়।

সাধারণ অডিও : কুরআনের নির্দিষ্ট আয়াতকে সাধারণ রুকইয়াহ অডিও বলা হয়।

শায়খদের কমন অডিও : বলতে বোঝানো হয় বিভিন্ন শায়খের রুকইয়াহ, যেগুলো তারা নিজেদের মতো আয়াত ও দুআর তারতিব দিয়ে রেকর্ড করেছেন।

বিশেষ অডিও : সমস্যা-বিশেষ অডিও। জিন, জাদু, নজর ও এ জাতীয় বিভিন্ন সমস্যার সমাধানে বিশেষ কিছু অডিও রেকর্ডকে বিশেষ অডিও বলা হয়।

সিহর আয়াত : জাদু-সংক্রান্ত আয়াতসমূহকে সিহরের আয়াত বলা হয়। প্রসিদ্ধ সিহরের আয়াত হলো, সুরা আরাফ : ৫৪-৫৬; সুরা আরাফ : ১১৭-১২২; সুরা ইউনুস : ৮১-৮২; সুরা তহা : ৬৯।

তিন কুল : সুরা ইখলাস, সুরা ফালাক, সুরা নাস।

নজর আয়াত : নজর-সংক্রান্ত আয়াতসমূহকে নজর আয়াত বলা হয়, যার মাধ্যমে নজরের সমস্যা থাকলে সেটা দূর হওয়ার দুআ করে। নজরের প্রসিদ্ধ আয়াতসমূহ হলো, সুরা বাকারা : ২০, ৬৯; সুরা নিসা : ৫৪; সুরা মায়েদা : ৪৫; সুরা আনআম : ১০৩; সুরা আম্বিয়া : ৬১; সুরা ইয়াসিন : ৯; সুরা মুলক : ৪; সুরা কলাম : ৫১; সুরা বালাদ : ৭-১০।

শিফার আয়াত : যে সকল আয়াতে আল্লাহ তাআলা সুস্থতার কথা উল্লেখ করেছেন এবং এর মাধ্যমে সুস্থতা কামনা করা হয়। আয়াতে শিফা মোট ৬টি। সুরা তাওবা : ১৪; সুরা ইউনুস : ৫৭; সুরা নাহল : ৬৯; বনি ইসরাইল : ৮২; সুরা শুআরা : ৮০; হা-মিম সাজদা : ৪৪।

মঞ্জিল : সুরা ফাতিহা, সুরা বাকারা : ১-৫, ২৫৫-২৫৭ (আয়াতুল কুরসি); সুরা আলে ইমরান : ২৬-২৭; সুরা আরাফ : ৫৪-৫৬; সুরা বনি ইসরাইল : ১১০-১১১; সুরা সফফাত : ১-১১; সুরা আর-রহমান : ৩৩-৪০; সুরা মুমিনুন : ১১৫-১১৮; সুরা হাশর : ২১-২৪; সুরা জিন : ১-৪; সুরা কাফিরুন, সুরা ইখলাস, সুরা ফালাক, সুরা নাস।

জিন ও নজরের সমস্যা থেকে মুক্ত থাকতে এই আয়াতসমূহ পাঠ করার পরামর্শ দিয়েছেন সালাফগণ। এ ছাড়াও সকাল-সন্ধ্যা মঞ্জিলের ৩৩ আয়াত পাঠ করলে জিনে আক্রান্ত রোগীর সমস্যা কমে যায়।

৪ জাদু নবায়ন বিষয়ে শরয়ি দৃষ্টিভঙ্গি

নীতি-১ : জাদু বা সিহর সত্য

জাদু যে সত্য, কুরআনে এর বিবরণ রয়েছে। সুরা বাকারার ১০২ নম্বর আয়াতে হারুত-মারুত নামের দুই ফেরেশতার বিবরণ এসেছে, যারা ছিল মানুষের জন্য পরীক্ষা। পাপিষ্ঠরা তাদের কাছ থেকে স্বামী-স্ত্রীর মধ্যকার বিচ্ছেদের জাদু শিখত। এছাড়া সুরা ফালাকের ৪ নম্বর আয়াতে গ্রন্থিতে ফুঁ দিয়ে জাদু করা লোকদের অনিষ্ট থেকে আল্লাহর কাছে আশ্রয় চাওয়ার জন্য বলা হয়েছে। সুরা তহার ১৭—২১, ৬৫—৭০; সুরা আরাফের ১০৬—১২২ ও সুরা শুআরার ৩৪—

৫১ নম্বর আয়াতে এসেছে মুসা আলাইহিস সালামের সামনে ফিরাউনের জাদুকরদের দড়ি ও লাঠি নিক্ষেপের বিবরণ, যেখানে মুসার লাঠি সাপ হয়ে সেগুলোকে গিলে ফেলেছিল।

শুধু তাই না, আমাদের নবীজিকেও জাদু করা হয়েছিল। ইহুদি লাবিদ ইবনুল আসাম এই জঘন্য কাজটা করেছিল। (সহিহ বুখারি, হাদিস : ৫৭৬৩; সহিহ মুসলিম, হাদিস : ২১৮৯) যেখান থেকে আমরা অকাট্য প্রমাণ পাই, জাদু কোনো মিথ বা পৌরাণিক গল্প নয়; এটা বাস্তব এবং তা কুরআন ও সুন্নাহর দলিল দ্বারা খুব শক্তভাবে প্রমাণিত।

নীতি-২ : জাদুর নিজস্ব কোনো শক্তি নেই

আল্লাহ কুরআনে যেমন জাদুর সত্যতা ও কার্যকারিতার বিবরণ তুলে ধরছেন, এটির প্রচার ও কারণ বর্ণনা করছেন; একই সঙ্গে তিনি বলছেন, 'আল্লাহর অনুমতি ছাড়া এই জাদু কারও কোনো ক্ষতি করতে পারে না।' (সুরা বাকারা, আয়াত : ১০২)

ফলে জিন-জাদুর আক্রমণে বা এসবের উপসর্গ দেখা দিলে আতঙ্কিত হওয়ার কিছু নেই। বরং এগুলোকে যদি কেউ অপরাজেয় মনে করে, তাহলে তার ঈমান নবায়ন করতে হবে। কারণ আল্লাহ যে বলেছেন জাদু তাঁর অনুমতি ছাড়া

কারও ক্ষতি করতে পারে না, আল্লাহর এই ঘোষণায় তার ইয়াকিন নেই কিংবা এই ইয়াকিনের ওপরে সে জাদুকে প্রাধান্য দিয়েছে।

নীতি-৩ : জাদু-সমস্যার একমাত্র সমাধান কুরআন-সুন্নাহ

জিন-জাদু সংক্রান্ত সমস্যার কথা যেমন আমরা কুরআন-হাদিস থেকে জানি, এর চিকিৎসাও কুরআন-হাদিসে রয়েছে। শরয়ি পরিভাষায় যাকে 'রুকইয়াহ' বলা হয়। নবীজি বলেছেন, 'তোমরা তোমাদের রুকইয়াহগুলো আমার কাছে পেশ করো। যেসব রুকইয়াহতে শিরক নেই, তাতে কোনো সমস্যা নেই।' (সহিহ মুসলিম, হাদিস : ২২০০)

এর বাহিরে তান্ত্রিক, জ্যোতিষী, গণক, কবিরাজের কাছে গেলে, তাদের থেকে সমাধান চাইলে, তাদের দেওয়া কুফরি চিকিৎসায় বিশ্বাস রাখলে আপনার ঈমান চলে যাওয়ার আশঙ্কা রয়েছে। নবীজি একদম স্পষ্ট করে বলে দিয়েছেন, 'যে ব্যক্তি গণক বা জ্যোতিষীর কাছে গিয়ে তার কথা বিশ্বাস করবে, সে মুহাম্মাদের প্রতি অবতীর্ণ ওহিকে অস্বীকার করল।' (মুসনাদু আহমাদ, হাদিস : ৯৫৩৬)

উপসংহার হলো, জাদু সত্য এবং তা কুরআন-সুন্নাহ দ্বারা প্রমাণিত; জাদুর বিবরণ ও চিকিৎসা কুরআন-হাদিসে এসেছে এবং এই চিকিৎসার বাহিরে কোনো শিরকি সমাধান কিছুতেই গ্রহণ করা যাবে না।

প্রতারকদের মুখোশ উন্মোচন

বইটির এ পর্যায়ে আমরা আবারও খোলাসা করছি, কোনো ধর্ম বা দল-মত আমাদের উদ্দেশ্য নয়, আমরা কথা বলছি একদল প্রতারক ও এমন কীটদের ব্যাপারে, যারা সবার জন্যই ক্ষতিকর।

আশ্বিনের মহাসমারোহে তারা যে প্রতারণা ও শয়তানির ডালি সাজিয়ে বসে, পূজা উপলক্ষ্যে জাদুর বিস্তার ঘটিয়ে দেয়, এতে তো পূজারিদের কোনো অংশ কিংবা উৎসাহ নেই! যেভাবে মুসলিমদের কুরবানির পশুর হাড়গোড় দিয়ে জাদু-টোনা করে মানুষের সর্বনাশ ঘটাবার সর্বোচ্চ চেষ্টা করে এই জাদুকররা, তাতে কি ঈমানদারদের কোনো হাত থাকে?

একইভাবে এই অঞ্চলের অসংখ্য পূজারি তাদের পবিত্র সময়ে তাদের অর্চনায় ব্রতী হয় যখন, সে সময়ে যদি জাদুকররা শয়তানি কর্মকাণ্ড করে বেড়ায়, এতে তো পূজারিদের কোনো হাত নেই!

এমনকি তান্ত্রিক কৌলাচার সাধনার সংযোগ সম্বন্ধে যে আলোচনা করে এসেছি আমরা পেছনে, এটার সময়েও তো কবিরাজরা ধর্মীয় নীতি লঙ্ঘন করে প্রতারণার মিছিলে নামে! তারা নির্দিষ্ট সময় ও তিথি গ্রহণ করে এগুলোতে তন্ত্রের সংযোগ ঘটায়, যেগুলো হিন্দু ধর্মীয় রীতি ও শাস্ত্র সম্বন্ধীয় বিভিন্ন অর্চনার অংশ। ফলে ধর্মীয় তান্ত্রিক কৌলাচার ও কবিরাজ তান্ত্রিকদের অজাচার আমাদের আলাদাভাবে এবং ভালোভাবে বুঝতে হবে। একটার সঙ্গে আরেকটাকে গুলিয়ে ফেলে কাউকে খাটো করা যাবে না।

সুতরাং পূজার এই মৌসুমে জাদু-টোনার প্রাদুর্ভাব বেড়ে যায় বলে আমরা কিছুতেই হিন্দু ধর্মাবলম্বীদের খাটো করতে পারি না। আমরা বরং বলি, জাদুকরদের অনিষ্টতায় আমরা সবাই অতিষ্ঠ, আমাদের সবার জন্যই সতর্কতা ও কুরআনি সমাধান কাম্য।

৫ জাদু নবায়নের লক্ষণগুলো

প্রকরণ	লক্ষণ
স্বপ্নে	খাবার খাওয়া, প্রাণী তাড়া করা, আগুন জ্বলা, কবরস্থান বা জাদুকরের আসন দেখা, আকাশে ওড়া, উঁচু স্থান থেকে পড়া বা লাফ দেওয়া, প্রচুর পানি কিংবা মাছ দেখা, সিঁদুর-মূর্তি-পূজামণ্ডপ দেখা।
জাগ্রত অবস্থায়	অচেনা উৎসহীন দুর্গন্ধ, অকারণ আতঙ্ক ও ভয় বেড়ে যাওয়া, হঠাৎ অস্বস্তি।
শারীরিকভাবে	শরীর ব্যথা বা অবশ হয়ে আসা, অস্বাভাবিক ক্লান্তি ও দুর্বলতা, নির্দিষ্ট কাজে গেলেই বাধা, ঘুম অস্বাভাবিক বেড়ে যাওয়া।
মানসিকভাবে	অস্থিরতা বৃদ্ধি, অকারণ বিরক্তি বা আকর্ষণ, ভুলে যাওয়ার পরিমাণ বেড়ে যাওয়া, সন্ধ্যার পর বিষণ্নতা, সংসারে অকারণ ঝগড়া।

তবে সতর্কতা হলো, এই চার্ট দেখেই কাউকে জাদুগ্রস্ত বা জিনে পর্যুদস্ত বলে দেওয়া যাবে না। আপনি স্বপ্নে খাবার খাচ্ছেন দেখতেই পারেন। শোয়ার আগে ফোনে বাঘ-

ভল্লুকের ভিডিও দেখেছেন, এখন স্বপ্নে প্রাণী তাড়া করছে দেখাটা অস্বাভাবিক নয়। আবার শরীরে ক্লান্তি, বিষণ্নতা অন্য যেকোনো কারণেও হতে পারে।

কিন্তু উল্লিখিত লক্ষণগুলোর একাধিক যদি কারও সঙ্গে ঘটে, নির্দিষ্ট সময়ে হয় এবং পরিমাণে তা ঘনঘন, তবে অবশ্যই সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে। সবচেয়ে ভালো হয় রুকইয়াহর ডায়াগনোসিস করানো। এতে সমস্যা থাকলে খুব সহজেই ধরা পড়ে যাওয়ার সুযোগ থাকে, ফলে চিকিৎসা নেওয়া সহজ হয়।

জাদু নবায়ন হলে তাৎক্ষণিক করণীয়

ধাপ-১ : আয়াত পাঠ ও দম (ফুঁ)

সুরা ফাতিহা, আয়াতুল কুরসি, সুরা ফালাক-নাস এবং সিহরের আয়াতসমূহ (বাকারা ১০২, আরাফ ১১৭-১২২, ইউনুস ৮১-৮২, তহা ৬৯) ৩ বা ৭ বার পড়ে মাথায় ও ব্যথার স্থানে হাত রেখে দম করুন।

ধাপ-২ : পানিতে দম

এক গ্লাস পানিতে ওপরের আয়াতগুলো পড়ে ফুঁ দিয়ে পান করুন। প্রয়োজনে মধু মেশানো যাবে।

ধাপ-৩ : জরুরি গোসল

সাতটি তাজা বরইপাতা বেটে এক বালতি পানিতে মিশিয়ে আয়াতগুলো পড়ে ফুঁ দিন। এক গ্লাস পান করে বাকি পানি দিয়ে গোসল করুন।

ধাপ-৪ : ধারাবাহিকতা

এই আমল একটানা ১, ৩ বা ৭ দিন চালিয়ে যান। অধিকাংশ ক্ষেত্রে সমস্যা কমে আসে, ইনশাআল্লাহ।

ধাপ-৫ : বিশেষজ্ঞের শরণাপন্ন হওয়া

সমস্যা তীব্র হলে বা বারবার ফিরে এলে দেরি না করে অভিজ্ঞ ও নির্ভরযোগ্য রাকির তত্ত্বাবধানে রুকইয়াহ করিয়ে নিন। এটাই সহজ সমাধান ও সুন্নাহসম্মত পথ।

৬ আশ্বিন ও কার্তিক : আমাদের রুটিন

চান্দ্র ও সৌরবর্ষে যদিও প্রতি বছর দিন-তারিখ-বার পরিবর্তিত হয়; কিন্তু আশ্বিন-কার্তিক জাদুকরদের কাছে একই থাকে এবং এই মাস দুটিতে বিভিন্ন তিথি ও ক্ষণ খুঁজে তারা তুমুলভাবে তাদের জাদুকর্ম চালিয়ে যায়।

১ ১. উৎসবের ঘনত্ব

এ সময়ের মধ্যেই মহালয়া, দুর্গাপূজা (৫ দিন) এবং কালীপূজার মতো তিনটি বড় অমাবস্যা ও তিথিকেন্দ্রিক অনুষ্ঠান একাধারে পড়ে, যা বছরের অন্য কোনো একক মৌসুম বা সময়ে ঘটে না।

২ ২. অমাবস্যার পুনরাবৃত্তি

মহালয়া তো নিজেই একটা অমাবস্যা তিথি, আবার কালীপূজাও হয় দীপান্বিতা নামক অমাবস্যায়। ফলে এক মৌসুমে দুইবার অমাবস্যাকেন্দ্রিক তিথি, যা তন্ত্রসাধনার বিভিন্ন ধারায় বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ হিসেবে বিবেচিত।

৩ ৩. আরবি মাসের মধ্যভাগও এই সময়ে

চান্দ্র জুমাদাল উলা মাসের মধ্যিখান তথা ১৩-১৭ তারিখও ঠিক এই সময়ে পড়েছে। ফলে আরবি মাসের হিসেবেও এটা ঝুঁকিপূর্ণ সময় হিসেবে চিহ্নিত।

উক্ত তিন কারণে আশ্বিন-কার্তিককে ঘিরে আমরা **আশ্বিনের জাদুসন্ত্রাস ও সুরক্ষা আমল** নাম দিয়ে একটি সচেতনামূলক প্রচারণা ও সুরক্ষা রুটিন ডিজাইন করেছি। এটি নির্দিষ্ট

তিথি ও তারিখের হিসাব মিলিয়ে করা হয়েছে।

পুরো মৌসুমটিতে রুটিন অনুসরণের ফায়দা

প্রতিরোধমূলক সুরক্ষা গ্রহণ। সমস্যা হওয়ার আগে থেকেই প্রতিরোধ করা হচ্ছে, ফলে সমস্যা তৈরির আশঙ্কা যেমন কমছে, চিকিৎসাও তুলনামূলক সহজ ও কম কষ্টদায়ক হবে।

আত্মিক পরিচ্ছন্নতা অর্জন হবে। নিয়মিত গোসল ও দমের আমল শরীর-মন হালকা করে।

অভ্যাস তৈরি। ৪০ দিন ধারাবাহিক আমলের মাধ্যমে মাসনুন আমল স্থায়ী অভ্যাসে পরিণত হয়।

পারিবারিক সুরক্ষা। পুরো পরিবার একসাথে অংশ নিলে শিশু, গর্ভবতী নারী ও বয়স্কদের ঝুঁকি কমে।

তাওয়াক্কুল দৃঢ় হয়। নিয়মিত আয়াত-দুআর মাধ্যমে আল্লাহর কাছে আশ্রয় ও সাহায্য প্রার্থনা করলে তাওয়াক্কুল অনেক বেড়ে যায়। যেকোনো সমস্যা কিংবা সম্ভাবনায় আগে আল্লাহকে মনে পড়ে।

আইয়ামে বিজ রোজার সাওয়াব। এই রুটিনের মধ্যে আইয়ামে বিজের দিনগুলো থাকায় নফল রোজার সুন্নাতও একসাথে আদায় হয়ে যাবে।

৭ সতর্কতার বিশেষ দিনগুলো

আশ্বিন ও কার্তিক মাসের মহালয়া, দুর্গাপূজা ও কালীপূজার দিনগুলোতে যেহেতু কবিরাজ-তান্ত্রিকদের উৎপাত অনেক বেড়ে যায়, ফলে এ দিনগুলোতে আমাদের অতিরিক্ত সতর্কতা কাম্য।

মহালয়া : ১০ অক্টোবর ২০২৬, শনিবার

দুর্গাপূজা : ১৬-২১ অক্টোবর ২০২৬, শুক্র-বুধবার (টানা ৬ দিন)

কালীপূজার : ৮ নভেম্বর ২০২৬, রবিবার

এই দিনগুলোতে বিশেষভাবে লক্ষণীয় হলো—

১ সন্ধ্যা নামার আগেই ঘরের দরজা-জানালা বন্ধ করে দেব। যদিও হাদিসে প্রতিদিনই সন্ধ্যার সময় দরজা-জানালা বন্ধ করে বাচ্চাদের ঘরের ভেতর রাখতে বলা হয়েছে।

একই সঙ্গে গর্ভবতী নারী ও পূর্ব থেকে জাদুগ্রস্ত ব্যক্তির ক্ষেত্রেও আমরা এই সময়ে অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করব।

২ প্রতিদিনের সকাল-সন্ধ্যার আমলগুলো এবং অন্যান্য মাসনুন দুআ ও সিহরের আয়াতসমূহ তিলাওয়াত করব।

৩ এ সময়টায় মুসলিমরা যথাসম্ভব পূজামণ্ডপ-শ্মশান প্রভৃতি এড়িয়ে চলব।

৪ প্রতি শনি ও মঙ্গলবার অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করব। কারণ পূজার দিনগুলো, অমাবস্যা, পূর্ণিমা এবং সপ্তাহের এই দিন দুটিতে জাদু নবায়নের ঘটনা বেশি ঘটে।

৮ দৈনিক রুটিন

দৈনিক আমলগুলো নিচে চারটি অংশে সাজানো হয়েছে। সামনে আমরা প্রতিটি দিনের বিস্তারিত আমল আলোচনা করব। আর তা এই টেমপ্লেট অনুসরণ করেই হবে।

০ তম দিন : প্রস্তুতি

নিয়ম মেনে সাপ্লিমেন্টগুলো রেডি করে ফেলুন। দুই রাকাত নফল সালাত পড়ে দুআর মাধ্যমে সর্বশেষ প্রস্তুতি সম্পন্ন করুন।

সাপ্লিমেন্ট তালিকা (একবারে সংগ্রহ করে রাখুন)

তিলাওয়াতের জন্য কুরআন মাজিদ।

৫ লিটার পানি। যমযম বা বৃষ্টির। না পেলে সাধারণ পানি হলেও চলবে।

১০০ মিলি অলিভ অয়েল। বরকতময় যাইতুন তেল। মধ্যপ্রাচ্যের যাইতুন তেল ব্যবহার করতে পারলে উত্তম।

১০০ গ্রাম মধু। নিজ পছন্দ অনুযায়ী যেকোনো মধু ব্যবহার করা যাবে; তবে খাঁটি হতে হবে।

৫০ গ্রাম কালোজিরা। ভালো জাতের কালোজিরার দানা। ময়লা থাকলে ধুয়ে শুকিয়ে নিতে হবে।

রাকির পরামর্শ অনুযায়ী সোনাপাতা, কষ্টাস, আতর, বাখুর ও বরইপাতা যুক্ত করা যেতে পারে।

[সাপ্লিমেন্টগুলো পেতে যোগাযোগ করুন আমাদের সঙ্গে। ফোন : 01887-753555]

সাপ্লিমেন্ট প্রস্তুতি (সাপ্লিমেন্ট সামনে নিয়ে)

সবগুলো উপকরণ সামনে নিয়ে বসে নিম্নোক্ত আয়াতসমূহ পড়ে ফুঁ দিন। শিফা-সংক্রান্ত মাসনুন দুআ, সুরা ফাতিহা, আয়াতুল কুরসি, তিন কুল, সুরা বাকারা (সম্পূর্ণ বা আংশিক)। জিনকেন্দ্রিক সমস্যা থাকলে কমন ও হারকের আয়াতগুলোর কিছু অংশ পড়ুন। জাদুর সমস্যা থাকলে সিহরের আয়াত যুক্ত করে নিন। (সামনে আমলের আলোচনা দ্রষ্টব্য।)

বি.দ্র. : সুরা বাকারা পুরোটা একসাথে পড়া জরুরি নয়। কয়েক পৃষ্ঠা পড়ে নিজ কাজ সেরে আবার পড়া যাবে। মুখের কাছে রেখে পড়ার চেষ্টা করুন, এর মাঝে সবগুলো সাপ্লিমেন্টে ফুঁ দিন।

প্রতিদিনের আমল অডিও শুনুন—

আয়াতুল কুরসি ও তিন কুল। গোসলের আগে শুনুন।

সিহর-সংক্রান্ত আয়াত তথা ‘শিফা অডিও’। দিনের যেকোনো সময়ে শুনে নিন।

সুরা বাকারা থেকে নির্বাচিত অংশ। রাতে শুনুন বা পড়ুন।

বি.দ্র. : জিন ও জাদুর ঘোরতর সমস্যা থাকলে রাকির পরামর্শ অনুযায়ী অতিরিক্ত অডিও যুক্ত করুন।

অডিওর লিংক : https://www.youtube.com/@RuqyahforSukunLife

✦ **বিশেষ আমল :** প্রতিদিন ভিন্ন ভিন্ন। ইস্তিগফার, দরুদ, তাহাজ্জুদ, সদকা ইত্যাদি (সামনের রুটিনে দেখুন)।

গোসল ও দম

ধাপ অনুযায়ী ভিন্ন। প্রস্তুতি, বরইপাতা, ডিটক্স, রোজার দিন অনুসারে নির্দেশনা বদলাবে (সামনের রুটিন দেখুন)।

৯ দৈনন্দিন মাসনুন আমল

সকাল-সন্ধ্যার দুআসমূহ :

১ ১. জিন-শয়তানের ক্ষতি থেকে বাঁচতে সকাল-সন্ধ্যা ১০ বার, সমস্যা বেশি হলে ১০০ বার করে পড়ুন :

لَا إِلٰهَ إِلَّا اللهُ، وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ، وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ.

২ **২.** প্রতি নামাজ শেষে আয়াতুল কুরসি পড়ুন। ফজর ও মাগরিবের পরে অবশ্যই পড়ুন।

৩ **৩.** সব ধরনের ক্ষতি এবং বিপদাপদ থেকে নিরাপদ থাকতে সুরা ইখলাস, সুরা ফালাক, সুরা নাস প্রতিদিন সকাল-সন্ধ্যায় তিনবার করে পড়ুন।

৪ **৪.** বিষ, জাদু এবং অন্যান্য বিষাক্ত প্রাণীর ক্ষতি থেকে বাঁচতে সকাল-

সন্ধ্যায় তিনবার পড়ুন :

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ.

৫

৫. সকাল-সন্ধ্যায় তিনবার পড়ুন :

بِسْمِ اللهِ الَّذِیْ لَا یَضُرُّ مَعَ اسْمِهٖ شَیْءٌ فِی الْأَرْضِ وَلَا فِی السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ.

৬

৬. সকাল-সন্ধ্যায় সাতবার পড়ুন :

حَسْبِیَ اللهُ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ، عَلَیْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ.

আরও কিছু পরামর্শ :

সময় পেলে সুরা বাকারা ১-৫, ২৫৫-২৫৬ (অর্থাৎ আয়াতুল কুরসি এবং পরের আয়াত), ২৮৪-২৮৬ (অর্থাৎ শেষ ৩ আয়াত) পড়ুন। সবকিছু পড়া শেষে হাতে ফুঁ দিয়ে পুরো শরীর মুছে নিন।

সন্ধ্যার সময় এবং রাতে বিসমিল্লাহ বলে দরজা-জানালা বন্ধ রাখুন, সন্ধ্যাবেলা বাচ্চাদের ঘরের ভেতর রাখুন। সর্বদা নিজেরা মাসনুন জিকির শেষে বাচ্চাদের ফুঁ দিয়ে দিন।

ঘুমানোর পূর্বের আমল :

১ ১. অজু করে ঘুমানো, তাহলে ফেরেশতারা হেফাজতের জন্য দুআ করতে থাকে। ডান কাত হয়ে ঘুমানো। এমনিতেও সর্বদা অজু অবস্থায় থাকা সুন্নত।

২ ২. শোয়ার পূর্বে কোনো কাপড় বা ঝাড়ু দিয়ে তিনবার বিছানা ঝেড়ে নেওয়া।

৩ ৩. আয়াতুল কুরসি পড়া।

৪ **৪.** সুরা বাকারার শেষ দুই আয়াত পড়া।

৫ **৫.** সুরা ইখলাস, সুরা ফালাক, সুরা নাস পড়ে হাতের তালুতে ফুঁ দিন, এরপর পুরা শরীরে হাত বুলিয়ে নিন। এটা তিনবার করুন।

৬ **৬.** বিছানায় শোয়ার পর এই দুআ পড়া :

بِاسْمِكَ رَبِّيْ وَضَعْتُ جَنْبِي، وَبِكَ أَرْفَعُهُ، فَإِنْ أَمْسَكْتَ نَفْسِيْ فَارْحَمْهَا، وَإِنْ أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا، بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ الصَّالِحِيْنَ

৭ **৭.** খারাপ স্বপ্ন দেখলে তিনবার হালকা করে থুতু ফেলুন, এরপর আল্লাহর কাছে ক্ষতি থেকে আশ্রয় চেয়ে পার্শ্ব পরিবর্তন করুন।

হেফাজতের অতিরিক্ত কিছু দুআ :

১

১. জিন শয়তান ও নজর থেকে হেফাজতের দুআ :

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّةِ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَّهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَّامَّةٍ.

২

২. আল্লাহর নিকট সকল সমস্যা থেকে আশ্রয় প্রার্থনার দুআ :

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّةِ، مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ وَشَرِّ عِبَادِهِ وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِيْنِ وَأَنْ يَّحْضُرُوْنِ

৩ **৩.** আল্লাহর নিকট জীবনের সকল সমস্যার ও চতুর্দিক থেকে আশ্রয় প্রার্থনা এক দুআয় :

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

৪ **৪.** শরীরের গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গে শয়তানের আক্রমণ থেকে নিরাপত্তার দুআ :

اَللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَدَنِيْ، اللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ سَمْعِيْ، اللّٰهُمَّ عَافِنِيْ فِيْ بَصَرِيْ، لاَ إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ.

১০ দৈনন্দিন জীবনে জরুরি মাসনুন আমল

১ ১. টয়লেটে প্রবেশের পূর্বে দুআ পড়া :

اَللّٰهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ

২ ২. স্ত্রী সহবাসের পূর্বে দুআ পড়া :

بِسْمِ اللهِ، اَللّٰهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ، وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا

৩

৩. দৈনিক একবার হলেও মসজিদে প্রবেশের দুআ পড়া :

أَعُوْذُ بِاللهِ الْعَظِيْمِ وَبِوَجْهِهِ الْكَرِيْمِ وَسُلْطَانِهِ الْكَرِيْمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ

৪

৪. নতুন কোনো জায়গায় বা বাড়িতে গেলে, অথবা কোনো গা ছামছমে জায়গায় হাঁটলে পড়া :

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

৫

৫. বাড়িতে প্রবেশের সময় ‘বিসমিল্লাহ’ বলুন। বাড়ি থেকে বের হওয়ার সময় পড়ুন :

بِسْمِ اللهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللهِ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ

৬ **৬.** ঘুমের মাঝে ভয় পেলে বা অন্য সময় খারাপ অনুভূতি হলে এই দুআটি বারবার পড়ুন :

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ وشَرِّ عِبَادِهِ، وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِيْنِ وَأَنْ يَحْضُرُوْنِ.

১১ সুরক্ষার কিছু কমন আয়াত

জাদু ও সিহরের প্রসিদ্ধ আয়াত :

সিহরের আয়াত বলতে বোঝানো হয়, যেগুলোর মাধ্যমে সালাফগণ জাদু নষ্ট হয় বলে অভিজ্ঞতা পেয়েছেন, যেসব আয়াতে জাদু-সংক্রান্ত আলোচনা ও জাদু নষ্টের কথা উল্লেখ আছে। নিম্নে কমন ও বিশেষ জাদুর আয়াতসমূহ দেওয়া হয়েছে। তবে মনে রাখতে হবে, জাদু নষ্টের মাসনুন রুকইয়াহ কিন্তু সুরা ফালাক-নাস; এই দুই সুরা বেশি পাঠ করতে হবে এবং সাথে নিম্নোক্ত আয়াতও সমস্যা-বিশেষ যুক্ত করা হবে।

সিহ্‌রের আয়াতসমূহ্‌ পাঠ করার সময় জাদুর সম্ভাবনাময়ী স্থানে হাত রাখুন। স্বাভাবিকভাবে মাথায় এবং সমস্যা-বিশেষ পেট, পিঠ ও কাঁধ-সহ যে সকল স্থানে ব্যথা ও সমস্যা হয়, সেখানে হাত রেখে পড়ুন। অতঃপর পানিতে ফুঁ দিয়ে পান করুন, গোসলের পানিতে মেশান সম্ভব হলে। এই খাওয়ার পানিতে মধু ও বরইপাতা যুক্ত করলে বেশি উপকার পাওয়া যাবে। ইনশাআল্লাহ।

(وَ اَوۡحَیۡنَاۤ اِلٰی مُوۡسٰۤی اَنۡ اَلۡقِ عَصَاكَ ۚ فَاِذَا هِیَ تَلۡقَفُ مَا یَاۡفِكُوۡنَ ۚ﴿۱۱۷﴾ فَوَقَعَ الۡحَقُّ وَ بَطَلَ
مَا كَانُوۡا یَعۡمَلُوۡنَ ۚ﴿۱۱۸﴾ فَغُلِبُوۡا هُنَالِكَ وَ انۡقَلَبُوۡا صٰغِرِیۡنَ ۚ﴿۱۱۹﴾ وَ اُلۡقِیَ السَّحَرَةُ سٰجِدِیۡنَ ۚ﴿۱۲۰﴾
قَالُوۡۤا اٰمَنَّا بِرَبِّ الۡعٰلَمِیۡنَ ۙ﴿۱۲۱﴾ رَبِّ مُوۡسٰی وَ هٰرُوۡنَ ﴿۱۲۲﴾)

﴿فَلَمَّآ اَلْقَوْا قَالَ مُوْسٰى مَا جِئْتُمْ بِهِ ۙ السِّحْرُ ۭ اِنَّ اللّٰهَ سَيُبْطِلُهٗ ۭ اِنَّ اللّٰهَ لَا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِيْنَ ﴿۸۱﴾﴾

﴿وَيُحِقُّ اللّٰهُ الْحَقَّ بِكَلِمٰتِهٖ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُوْنَ ﴿۸۲﴾﴾

﴿وَاَلْقِ مَا فِيْ يَمِيْنِكَ تَلْقَفْ مَا صَنَعُوْا ۭ اِنَّمَا صَنَعُوْا كَيْدُ سٰحِرٍ ۭ وَلَا يُفْلِحُ السّٰحِرُ حَيْثُ اَتٰى ﴿۶۹﴾﴾

হারকের আয়াত :

আজাব-সংক্রান্ত আয়াত পাঠ করা হয় জিনকে কষ্ট দেওয়ার জন্য। এই আয়াতগুলো জিনের নজরে আক্রান্ত ব্যক্তির জন্য স্বস্তিদায়ক। এছাড়া জিন উপস্থিত হওয়ার পর হারকের আয়াত পড়লে সে দুর্বল হয়ে যাবে এবং আত্মসমর্পণ করতে বাধ্য হবে, ইনশাআল্লাহ।

হারকের আয়াত পাঠের উদ্দেশ্য জিনকে নাসিহা করা, জাহান্নামের আজাব স্মরণ করিয়ে দেওয়া। আল্লাহ তাআলার নিকট জিনকে এই আয়াতের বর্ণনার মতোই শাস্তির দুআ করতে কোনো সমস্যা নেই। কারও অনেক বেশি মাথা ধরে থাকলে, শরীর অসাড় হয়ে এলে, অনেক কুচিন্তা বা দুশ্চিন্তা

দেখা দিলে হারকের আয়াত তিলাওয়াত করুন বা শুনুন। জিনকর্তৃক নজরকেন্দ্রিক সমস্যা দ্রুত কেটে যাবে, ইনশাআল্লাহ।

﴿اَيَوَدُّ اَحَدُكُمْ اَنْ تَكُوْنَ لَهٗ جَنَّةٌ مِّنْ نَّخِيْلٍ وَّ اَعْنَابٍ تَجْرِيْ مِنْ تَحْتِهَا الْاَنْهٰرُ ۙ لَهٗ فِيْهَا مِنْ كُلِّ الثَّمَرٰتِ ۙ وَ اَصَابَهُ الْكِبَرُ وَ لَهٗ ذُرِّيَّةٌ ضُعَفَآءُ ۪ فَاَصَابَهَآ اِعْصَارٌ فِيْهِ نَارٌ فَاحْتَرَقَتْ ؕ كَذٰلِكَ يُبَيِّنُ اللّٰهُ لَكُمُ الْاٰيٰتِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُوْنَ ﴿۲۶۶﴾﴾

﴿اِنَّ الَّذِيْنَ كَفَرُوْا لَنْ تُغْنِيَ عَنْهُمْ اَمْوَالُهُمْ وَ لَاۤ اَوْلَادُهُمْ مِّنَ اللّٰهِ شَيْـًٔا ؕ وَ اُولٰٓئِكَ اَصْحٰبُ النَّارِ ۚ هُمْ فِيْهَا خٰلِدُوْنَ ﴿۱۱۶﴾﴾

﴿لَقَدْ سَمِعَ اللّٰهُ قَوْلَ الَّذِيْنَ قَالُوْۤا اِنَّ اللّٰهَ فَقِيْرٌ وَّ نَحْنُ اَغْنِيَآءُ ۘ سَنَكْتُبُ مَا قَالُوْا وَ قَتْلَهُمُ الْاَنْۢبِيَآءَ بِغَيْرِ حَقٍّ ۙ وَّ نَقُوْلُ ذُوْقُوْا عَذَابَ الْحَرِيْقِ ﴿۱۸۱﴾﴾

﴿اِنَّ الَّذِیۡنَ کَفَرُوۡا بِاٰیٰتِنَا سَوۡفَ نُصۡلِیۡہِمۡ نَارًا ؕ کُلَّمَا نَضِجَتۡ جُلُوۡدُہُمۡ بَدَّلۡنٰہُمۡ جُلُوۡدًا غَیۡرَہَا لِیَذُوۡقُوا الۡعَذَابَ ؕ اِنَّ اللّٰہَ کَانَ عَزِیۡزًا حَکِیۡمًا ﴿۵۶﴾﴾

﴿یُرِیۡدُوۡنَ اَنۡ یَّخۡرُجُوۡا مِنَ النَّارِ وَ مَا ہُمۡ بِخٰرِجِیۡنَ مِنۡہَا ۫ وَ لَہُمۡ عَذَابٌ مُّقِیۡمٌ ﴿۳۷﴾﴾

﴿وَ لَوۡ تَرٰۤی اِذۡ یَتَوَفَّی الَّذِیۡنَ کَفَرُوا ۙ الۡمَلٰٓئِکَۃُ یَضۡرِبُوۡنَ وُجُوۡہَہُمۡ وَ اَدۡبَارَہُمۡ ۚ وَ ذُوۡقُوۡا عَذَابَ الۡحَرِیۡقِ ﴿۵۰﴾﴾

﴿وَ اسۡتَفۡتَحُوۡا وَ خَابَ کُلُّ جَبَّارٍ عَنِیۡدٍ ﴿۱۵﴾ مِّنۡ وَّرَآئِہٖ جَہَنَّمُ وَ یُسۡقٰی مِنۡ مَّآءٍ صَدِیۡدٍ ﴿۱۶﴾ یَّتَجَرَّعُہٗ وَ لَا یَکَادُ یُسِیۡغُہٗ وَ یَاۡتِیۡہِ الۡمَوۡتُ مِنۡ کُلِّ مَکَانٍ وَّ مَا ہُوَ بِمَیِّتٍ ؕ وَ مِنۡ وَّرَآئِہٖ عَذَابٌ غَلِیۡظٌ ﴿۱۷﴾ مَثَلُ الَّذِیۡنَ کَفَرُوۡا بِرَبِّہِمۡ اَعۡمَالُہُمۡ کَرَمَادِۣ اشۡتَدَّتۡ بِہِ الرِّیۡحُ فِیۡ یَوۡمٍ عَاصِفٍ ؕ لَا یَقۡدِرُوۡنَ مِمَّا کَسَبُوۡا عَلٰی شَیۡءٍ ؕ ذٰلِکَ ہُوَ الضَّلٰلُ الۡبَعِیۡدُ ﴿۱۸﴾﴾

﴿وَتَرَى الْمُجْرِمِيْنَ يَوْمَىِٕذٍ مُّقَرَّنِيْنَ فِى الْاَصْفَادِۚ ﴿٤٩﴾ سَرَابِيْلُهُمْ مِّنْ قَطِرَانٍ وَّتَغْشٰى وُجُوْهَهُمُ النَّارُۙ ﴿٥٠﴾﴾

নজরের আয়াত :

এই আয়াতগুলো নজর দূর করার নিয়তে তিলাওয়াত করা হবে। জিন ও মানুষের নজর থেকে মুক্তি পেতে সুরা ফালাক-নাস ও আয়াতুল কুরসির পাশাপাশি নিম্নোক্ত আয়াতসমূহ তিলাওয়াত করুন। সম্ভব হলে রুকইয়াহর প্রাথমিক আয়াত পাঠের পর নজরের আয়াতগুলো পড়ুন। তারপর নজর অধ্যায়ের প্রেসক্রিপশন অনুযায়ী গোসল ও পানি ব্যবহার করুন।

﴿خَتَمَ اللّٰهُ عَلٰى قُلُوْبِهِمْ وَعَلٰى سَمْعِهِمْ ؕ وَعَلٰٓى اَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةٌ ۖ وَّلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيْمٌ ۝﴾

﴿يَكَادُ الْبَرْقُ يَخْطَفُ اَبْصَارَهُمْ ؕ كُلَّمَآ اَضَآءَ لَهُمْ مَّشَوْا فِيْهِ ۙ وَاِذَآ اَظْلَمَ عَلَيْهِمْ قَامُوْا ؕ وَلَوْ شَآءَ اللّٰهُ لَذَهَبَ بِسَمْعِهِمْ وَاَبْصَارِهِمْ ؕ اِنَّ اللّٰهَ عَلٰى كُلِّ شَىْءٍ قَدِيْرٌ ۝﴾

﴿وَاِذْ قُلْتُمْ يٰمُوْسٰى لَنْ نُّؤْمِنَ لَكَ حَتّٰى نَرَى اللّٰهَ جَهْرَةً فَاَخَذَتْكُمُ الصّٰعِقَةُ وَاَنْتُمْ تَنْظُرُوْنَ ۝﴾

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

﴿وَدَّ كَثِيْرٌ مِّنْ اَهْلِ الْكِتٰبِ لَوْ يَرُدُّوْنَكُمْ مِّنْۢ بَعْدِ اِيْمَانِكُمْ كُفَّارًا ۚ حَسَدًا مِّنْ عِنْدِ اَنْفُسِهِمْ مِّنْۢ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ ۚ فَاعْفُوْا وَاصْفَحُوْا حَتّٰى يَاْتِيَ اللّٰهُ بِاَمْرِهٖ ۚ اِنَّ اللّٰهَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ﴿۱۰۹﴾﴾

﴿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﴿۲۴۷﴾﴾

﴿يُّؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَّشَآءُ ۚ وَمَنْ يُّؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ اُوْتِيَ خَيْرًا كَثِيْرًا ۚ وَمَا يَذَّكَّرُ اِلَّآ اُولُوا الْاَلْبَابِ﴿۲۶۹﴾﴾

﴿وَنَزَعَ يَدَهٗ فَاِذَا هِيَ بَيْضَآءُ لِلنّٰظِرِيْنَ﴿۱۰۸﴾﴾

(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﴾)

10. (وَاِنْ تَعْجَبْ فَعَجَبٌ قَوْلُهُمْ)

সমস্যা কমে যায়।

১২ দিনভিত্তিক সম্পূর্ণ ৪০ দিনের প্ল্যান

এখানে আমরা ৪০ দিনের একটি সুরক্ষা চার্ট সাজিয়েছি। ৫টি ধাপে সমস্যাভিত্তিক আমল ভাগ করে আমরা এমনভাবে ৪০ দিনের এই কমপ্লিট আমল-কোর্সটি তৈরি করেছি, সেলফ রুকইয়াহর জন্য আশা করি এতটুকুই যথেষ্ট হবে। ইনশাআল্লাহ। তবে যাদের সমস্যা বেশি; কিংবা আমলগুলো নিজে করতে অপারগ, তারা আল্লাহভীরু ও অভিজ্ঞ রাকির শরণাপন্ন হওয়ার জন্য অনুরোধ করা যাচ্ছে। এই পুস্তিকার শেষে আমাদের ফোন নম্বর দেওয়া আছে। যেকোনো

সাপ্লিমেন্ট, পরামর্শ কিংবা সুচিকিৎসা নিশ্চিতের জন্য আমাদের সঙ্গে যোগাযোগ করুন। আপনাদের জন্য আমরা সবসময় প্রস্তুত আছি, আলহামদুলিল্লাহ।

৪০ দিনের রুটিনচিত্র

ধাপ	বিষয়	দিন
১	প্রস্তুতি পর্ব	৯
২	নজরের গোসল	৩
৩	বরইপাতার গোসল	৭
৪	রুকইয়াহ ডিটক্স	৭
৫	বরইপাতার গোসল (রাউন্ড ২)	১৪

দুটি বিশেষ বার্তা :

১ ৪০ দিনের আমলের শেষে **‘৪০ দিনের ট্র্যাকার’** আছে। প্রতিদিন আমল শেষ করে আমরা সেখানে টিক চিহ্ন দেব।

২ যাদের জিন-জাদুর সমস্যা খুব বেশি, আমরা এই চার্টের পাশাপাশি রাকির পরামর্শে আরও আমল যোগ করব, ইনশাআল্লাহ।

১৩ ১-৯ দিন : প্রস্তুতি পর্ব

এ দিনগুলোতে ধীরে ধীরে আমরা রুকইয়াহ্‌র এমন এক জগতে প্রবেশ করব, যা আমাদের বিভিন্ন আমলের অভ্যাস তৈরিতে সহযোগী হবে। আমাদের সুস্থ থাকতে ও সচেতন হতে সহযোগিতা করবে। পাশাপাশি প্রাথমিক সমস্যাগুলো এই রুকইয়াহতেই কেটে যাবে। ইনশাআল্লাহ।

এই প্রস্তুতি পর্বে প্রতিদিন যে আমলগুলো করা হবে :

১ সকাল-সন্ধ্যার মাসনুন দুআগুলো পড়ব।

২ তিন তাসবিহ (সুবহানাল্লাহ, আলহামদুলিল্লাহ, আল্লাহু আকবার) পড়ব।

৩ পাঁচ ওয়াক্ত সালাতের পাবন্দি করব।

৪ সাধারণ রুকইয়াহ তথা সুরা ফাতিহা, তিন কুল ও আয়াতুল কুরসি ৭ বার পড়ে ফুঁ দিয়ে পানি তৈরি করে ব্যবহার ও পান করব।

৫ সকাল-বিকাল আয়াতুল কুরসি, ও রাতে ৮ সুরার (ইয়াসিন, সফফাত, দুখান, জিন, যিলযাল, ইখলাস, ফালাক ও নাস) অডিও শুনব।

প্রতিদিনের গোসল ও দম :

সাধারণ রুকইয়াহ তথা সুরা ফাতিহা, তিন কুল ও আয়াতুল কুরসি ৭ বার পড়ে পানিতে ফুঁ দেব। তারপর এই পানি ওজু-গোসলে ব্যবহার ও পান করব।

৯ দিনের বিশেষ আমল :

২ রাকাত নফল নামাজ পড়ব। দুআ করে আল্লাহর কাছে ঠিকভাবে ৪০ দিন সম্পন্ন করতে পারার তাওফিক চেয়ে আর্জি জানাব।

পূর্বের সকল গুনাহ থেকে খালেস তাওবা করব। আজ থেকে গুনাহের যাবতীয় বস্তু ও উপকরণ এড়িয়ে চলব। সবসময় সতর্ক থাকব, যেন আমার দ্বারা ছোট কোনো গুনাহও না

হয়। কিন্তু হয়ে গেলে সঙ্গে সঙ্গে ইস্তিগফার করব এবং দুই রাকাত অতিরিক্ত নামাজ পড়ে আল্লাহর কাছে মাগফিরাত চাইব।

বেশি বেশি ইস্তিগফার পড়ব এবং নজরের হেফাজত করব। বাজারে অযথা সময় নষ্ট করব না, প্রয়োজন সেরেই চলে আসব। অনর্থক কথা এড়িয়ে চলব। অন্তত একজন মানুষের উপকার করার চেষ্টা করব। সন্ধ্যার সময় পুরুষেরা মসজিদে এবং নারী ও শিশুরা ঘরে থাকব।

ঘরে কোনো হারাম বস্তু কিংবা জীব-জন্তুর ছবি বা পুতুল থাকলে ফেলে দেব। পুরো ঘর থেকে যেন শোনা যায়, এভাবে শব্দ করে কুরআনের অন্তত কিছু অংশ তিলাওয়াত করব।

পরিবারকে পর্যাপ্ত সময় দেব, নামাজের অভ্যাস তৈরিতে মনোযোগী হব।

মাঝেমধ্যে আয়াতুল কুরসি অতিরিক্ত ৭ বার পড়ে নিজের ও পরিবারের গায়ে ফুঁ দেব।

প্রতিদিন কুরআনের অন্তত কিছু অংশ তিলাওয়াত করব।

নজরের হেফাজত করব এবং খুব শক্তভাবে পর্দার বিধান মেনে চলব।

প্রতি রাতে ঘুমানোর আগে সুরা মুলক তিলাওয়াত করব।

নিয়মিত ফজরের পর সুরা ইয়াসিন তিলাওয়াত করব এবং

হালকা হাঁটাহাঁটি বা ব্যায়াম করব।

বেশি বেশি ইস্তিগফার পড়ব।

সামর্থ্য অনুযায়ী সদকা করব। কারণ বিপদ-আপদ দূর করতে সদকা ভালো ভূমিকা রাখে।

১৪ ১০-১২ দিন : নজর

এই ৩ দিনে আমরা রুকইয়াহর দ্বিতীয় ধাপে প্রবেশ করব। আগের বা প্রস্তুতি অধ্যায়ের ফরজ, মাসনুন আমলগুলো তো জারি রাখবই, এখানে নির্দেশিত আমলগুলোও খুব গুরুত্বের সঙ্গে পালন করব। তারপর প্রতিদিনকার আমল এই পুস্তিকার শেষ দিকে '৪০ দিনের ট্র্যাকার'-এ চিহ্নিত করব।

পাশাপাশি বাসার সবাইকে এই দিনগুলোতে বদনজরের রুকইয়াহ করার চেষ্টা করব। বিশেষত বাচ্চাদের। যদি সব আমল তাদের জন্য কষ্টকর হয়, অন্তত গোসল দেব ও পানি পান করাব।

এই নজর পর্বে প্রতিদিন যে আমলগুলো করা হবে :

১ নজরের অডিও শুনব।

২ নজর হাসাদের অডিও শুনব।

৩ প্রতিদিন সকাল ও বিকাল ৩ বার করে সুরা ফাতিহা, আয়াতুল কুরসি, সুরা ফালাক ও সুরা নাস পড়ব।

৪ বিকেলে শিফার আয়াতগুলোর অডিও শুনব।

৫ রাতে ঘুমানোর আগে ৮ সুরা (ইয়াসিন, সফফাত, দুখান, জিন, যিলযাল, ইখলাস, ফালাক ও নাস) শুনব।

প্রতিদিনের গোসল ও দম :

মাথায় হাত দিয়ে কমন আয়াতগুলো (সুরা ফাতিহা, আয়াতুল কুরসি, সুরা ইখলাস, সুরা ফালাক ও সুরা নাস, সুরা সফফাত ১-১০ আয়াত, সুরা মুলক ১-৫ আয়াত, সুরা কলাম ৫১-৫২ আয়াত) ৭ বার পড়ে পানিতে ফুঁ দিয়ে পান করব এবং সাপ্লিমেন্ট হিসেবে বিকেলে ব্যবহার করব। পাশাপাশি আয়াতুল কুরসি, হারক ও নজরের অডিও শুনব।

আর ওপরে বলা আয়াতগুলো পড়তে হবে এক বালতি পানিতে পরিষ্কার হাত ডুবিয়ে। পড়া শেষে সেই পানিতে ফুঁ দিতে হবে। তারপর তৈরি হয়ে যাওয়া এই পানি দিয়েই গোসল করব।

৩ দিনের বিশেষ আমল :

অলিভ ওয়েল বা কালোজিরার তেলের মধ্যে ওপরে বলা আয়াতগুলো পড়ে ফুঁ দেব। তারপর গোসলের পর ও রাতে ঘুমানোর আগে শরীরে ব্যবহার করব। বিশেষ করে কান, বুক ও ব্যথার স্থানে।

ফজরের পর সুরা ইয়াসিন ও রাতে ঘুমানোর আগে সুরা মুলক পড়ার আমল জারি রাখব।

মাঝেমধ্যে আয়াতুল কুরসি, সুরা ফালাক ও সুরা নাস ৩ অথবা ৭ বার পড়ব। সমস্যা বেশি থাকলে হারকের আয়াতও পড়ব।

সুরা বাকারার যতটুকু সম্ভব পড়ব।

১৫ ১৩-১৯ দিন : বরইপাতার গোসল

এই বরইপাতার গোসল পর্বে প্রতিদিন যে আমলগুলো করা হবে :

১ সিহ্‌র ও ৩ কুল অডিও শুনব।

২ শিফার অডিও শুনব মাঝেমধ্যে।

৩ রাতে ঘুমানোর আগে ৮ সুরা (ইয়াসিন, সফফাত, দুখান, জিন, যিলযাল, ইখলাস, ফালাক ও নাস) শুনব।

৪ যাদের সামর্থ্য আছে, তারা ৭টি আজওয়া অথবা যেকোনো খেজুর প্রতিদিন সকালে খালি পেটে খাব।

প্রতিদিনের গোসল ও দম :

কমন আয়াতের পাশাপাশি সিহ্‌রের আয়াত পড়ে বরইপাতার পানিতে ফুঁ দিয়ে পান করব এবং সাপ্লিমেন্ট হিসেবে তেল ও মধু দিয়ে ব্যবহার করব। এগুলো করব প্রতিদিন সকালে খালি পেটে।

যাদের স্বপ্নে খাওয়ার সমস্যা এবং পেটে জাদু থাকার সম্ভাবনা আছে, তারা ১/২ দিন গ্যাপ দিয়ে নিয়ম মেনে সোনাপাতাও যুক্ত করে নেব।

৭ দিনের বিশেষ আমল :

এই ৭ দিন আমরা অতিরিক্ত এই আমলগুলোতেও ফোকাসড হব। এগুলোকে এমনভাবে অভ্যাস বানিয়ে ফেলব, যেন তা আমাদের দৈনন্দিন জীবনযাপনের অংশ হয়ে যায়। আর আমরা এই আমলগুলো করব সাওয়াবের নিয়তে। আল্লাহর কালামের সঙ্গে সম্পর্ক তৈরির এরাদায়। আল্লাহর সন্তুষ্টিই হবে আমাদের সকল কাজের আসল লক্ষ্য।

মাঝেমধ্যে পরিবারের সবাইকে একসাথে বসিয়ে একত্রে আয়াতুল কুরসি ও ফালাক-নাস পড়ব। পড়া শেষে দুই হাত মিলিত করে তালুতে ফুঁ দিয়ে পুরো শরীর মাসাহ করব।

মাঝে মাঝে ‘লা ইলাহা ইল্লাল্লাহু ওয়াহদাহু লা শারিকা লাহু’ ১০০ বার করে পড়ব।

ঘুমানোর আগে সুরা মুলক তিলাওয়াত করব। তারপর সুরা বাকারার অডিও শুনতে শুনতে ঘুমিয়ে যাব।

তাহাজ্জুদের সময় উঠে ২ রাকাত সালাত আদায় করে আল্লাহর কাছে হেফাজতের দুআ করব।

শিরক-বিদআতের স্থানগুলো যথাসম্ভব এড়িয়ে চলব। সবসময় পাক-পবিত্র থাকব। ঘুমানোর আগে ওজু করে নেব।

মাঝে মাঝে 'লা ইলাহা ইল্লাল্লাহু ওয়াহদাহু লা শারিকা লাহু' ১০০ বার এবং ইস্তিগফার ১০০ বার পড়ব।

পরিবারকে পর্যাপ্ত সময় দেব, নামাজের অভ্যাস তৈরিতে মনোযোগী হব। একত্রে সবাই মিলে আয়াতুল কুরসি, তিন কুল ও মাসনুন দুআগুলো পড়ব।

১৬ ২০-২৬ তম দিন : রুকইয়াহ ডিটক্স

ডিটক্স হলো শরীর থেকে ক্ষতিকারক টক্সিন বা বিষাক্ত পদার্থ দূর করার প্রক্রিয়া। ফলে এই সাত দিন আমরা পেছনের যাবতীয় বদভ্যাস ত্যাগের সর্বোচ্চ চেষ্টা করব। সিগারেট, গান-বাজনা, কুচিন্তা, বেগানার দর্শন ইত্যাদি কঠিনভাবে বর্জন করব। তারপর নিচের পদ্ধতি অনুসরণ করে মজবুতির সঙ্গে আমল করব, যেন আমাদের ভেতরে থাকা জিন-জাদুর প্রভাবও ঝেঁটিয়ে বিদেয় হয়ে যায়। পাশাপাশি পর্যাপ্ত পানি পান করব। ব্যায়াম বা হাঁটাহাঁটি করব। কায়িক পরিশ্রমের

চেষ্টা করব। যাদের সম্ভব, মাটি ও প্রকৃতির কাছাকাছি থাকব। আর এই দিনগুলোতে আমল চলাকালে আমাদের শরীরে ও আমাদের সঙ্গে যা যা ঘটে, বিস্তারিত নোট রাখব। যেন রাকি তা পর্যালোচনা করে সুপরামর্শ ও সুচিকিৎসা নিশ্চিত করতে পারেন।

এই ডিটক্স পর্বে প্রতিদিন যে আমলগুলো করা হবে :

১ প্রতিদিন একবার সুরা বাকারা তিলাওয়াত করব।

২ নিয়মিত শায়খ লোহাইদানের কমন রুকইয়াহ অডিও শুনব।

৩ মাঝেমধ্যে আয়াতে শিফা ও আহমদ আজমির অডিও শুনব।

৪ গোসলের আগে আজান, আয়াতুল কুরসি ও তিন কুলের অডিও শুনব।

৫ রাতে ঘুমানোর আগে ৮ সুরা (ইয়াসিন, সফফাত, দুখান, জিন, যিলযাল, ইখলাস, ফালাক ও নাস) শুনব বা পড়ব।

প্রতিদিনের গোসল ও দম :

রুকইয়াহর আয়াত, আয়াতুল কুরসি, তিন কুল ও শিফার আয়াতগুলো পড়ে পানিতে ফুঁ দিয়ে কিছু অংশ পান করব এবং বাকিটুকু দিয়ে গোসল করব। পরিবারের অন্য সদস্যদেরও এই পানি পান করাব এবং গোসলের জন্য বণ্টন করে দেব। সবাই যার যার অংশে আরও পানি মিশিয়ে গোসল করে নেবে।

গোসলের পরে এবং দিনের অন্যান্য সময়ে সাপ্লিমেন্টগুলো ব্যবহার করব।

উন্মুক্ত স্থান পরিহার করে একটু আড়ালে ও পরিচ্ছন্ন জায়গায় গোসল করব।

৭ দিনের বিশেষ আমল :

অধিক পরিমাণে ইস্তিগফার পড়ব। টানা এক হাজার বার পর্যন্তও হতে পারে। তবে তাড়াহুড়ো করব না, ধীরে-সুস্থে পড়ব, যত গভীরভাবে যত বেশি সম্ভব, পড়ব।

তাহাজ্জুদের সময় উঠে যত রাকাত সম্ভব, সালাত আদায় করব। তারপর আল্লাহর প্রতি অত্যন্ত বিনীত ও শ্রদ্ধাবনত হয়ে হেফাজত বা সুরক্ষার জন্য দুআ করব।

আয়াতুল কুরসি অতিরিক্ত ৭ বার পড়ে নিজের ও পরিবারের গায়ে ফুঁ দেব।

'হিসনুল মুসলিম' কিতাবে থাকা সকাল-সন্ধ্যার মাসনুন দুআগুলো সম্পূর্ণ পড়ব।

রাসুলের প্রতি বেশি বেশি দরুদ পড়ব এবং আল্লাহর প্রতি খুব বেশি মনোনিবেশ করব।

সামর্থ্য অনুযায়ী সদকা করব। কারণ বিপদ-আপদ দূর করতে সদকা খুবই কার্যকরী ভূমিকা পালন করে।

১৭ ২৭-৪০ তম দিন : বরইপাতার গোসল এবং সিহরের ডিটক্স

এই ১৪ দিন আমাদের জন্য একটি লম্বা রেস। যাদের জাদুটোনা, হাসাদ, বদনজরের নরমাল সমস্যা আছে, আল্লাহর রহমতে এই পর্যায়ে এসে আমরা পরিপূর্ণ সুস্থ হয়ে যাব ইনশাআল্লাহ। কিন্তু তারপরও যাদের সমস্যা থেকে যাবে, শক্ত জাদুতে আক্রান্ত কিংবা আমলগুলো করা নিজের পক্ষে মুশকিল হবে, আমরা অবশ্যই এই পুস্তিকার শেষে দেওয়া নম্বরে যোগাযোগ করব। প্রতিদিনের আমলে রাকির

পরামর্শ নেব। প্রয়োজনে রুকইয়াহ সেন্টারে উপস্থিত হয়ে অভিজ্ঞ রাকির তত্ত্বাবধানে আমল করব এবং চিকিৎসা গ্রহণ করব, ইনশাআল্লাহ।

এই ১৪ দিন বাবরইপাতার দ্বিতীয় পর্বে প্রতিদিন যে আমলগুলো করা হবে :

১ প্রতিদিন সুরা বাকারার শুরু থেকে শেষ পর্যন্ত সম্পর্ণটুকু ২ বার করে পড়ব। খুব সুন্দরভাবে, ধীরে-সুস্থে।

২ সিহর হিবশির অডিও শুনব।

৩ সিহর মাস্-এর অডিও শুনব।

৪ শিফা ও তিন কুলের অডিও শুনব।

৫ জাদুকরের প্রতি অভিশাপের অডিও শুনব।

৬ রাকির পরামর্শে প্রতিদিন অন্যান্য আমল যুক্ত করব।

প্রতিদিনের গোসল ও দম :

প্রথমে সাতটি তাজা বরইপাতা বেটে বা গুঁড়া করে এক বালতি পানিতে মিশিয়ে নেব। তারপর রুকইয়াহর কমন আয়াতের পাশাপাশি সিহরের আয়াতগুলো পড়ে এই পানিতে ফুঁ দিয়ে এক গ্লাস পান করব, কিছু সাপ্লিমেন্ট হিসেবে তেল ও মধু দিয়ে ব্যবহার করব। আর এগুলো করব প্রতিদিন সকালে খালি পেটে। তারপর বাকি পানি দিয়ে গোসল করে ফেলব।

১৪ দিনের বিশেষ আমল :

জিকির-আজকার দ্বারা জিহ্বা সতেজ রাখব। অপ্রয়োজনীয় কথা এড়িয়ে চলব। দিনে অন্তত একজন মানুষের উপকার করার চেষ্টা করব।

মাঝে মাঝে সুরা ফাতিহা ৭ বার ও আয়াতুল কুরসি ৭ বার পড়ে নিজের ও বাচ্চাদের শরীরে ফুঁ দেব।

মাঝে মাঝে সুরা বাকারার শেষ দুই আয়াত (২৮৫-২৮৬) ৭ বার এবং সুরা হাশরের শেষ তিন আয়াত (২২-২৪) ৩ বার করে পাঠ করব।

‘হাসবুনাল্লাহু ওয়া নিমাল ওয়াকিল’ ১০০ বার এবং ‘লা হাওলা ওয়ালা কুওয়াতা ইল্লা বিল্লাহ’ ১০০ বার পাঠ করব।

প্রতিদিন ফজরের পর সুরা ইয়াসিন, মাগরিবের পর সুরা ওয়াকিয়া ও ইশার পর সুরা মুলক সম্পূর্ণটুকু পাঠ করব।

মাঝেমধ্যে সুরা সাজদা তিলাওয়াত করব।

সকাল-সন্ধ্যার মাসনুন দুআগুলো পড়ব। যেমন : ‘বিসমিল্লাহিল্লাজি লা ইয়াদুররু মাআসমিহি শাইউন’ পুরোটা ৩ বার এবং ‘আউজু বি কালিমাতিল্লাহিত তাম্মাতি মিন শাররি মা খলাক’ ৭ বার।

আয়াতুল কুরসি, সুরা ইখলাস, ফালাক ও নাস ৭ বার করে পড়ব।

মাঝে মাঝে নজর ও হাসাদের আয়াতসমূহ (সুরা কলম ৫১-৫২, সুরা ইউসুফ ৬৭) ৭ বার এবং সুরা ফালাক-নাস ১১ বার পাঠ করব।

সুরা মুলকের ৩-৪ আয়াত ৭ বার এবং ‘আউজু বি কালিমাতিল্লাহিত তাম্মাতি মিন কুল্লি শাইতানিন ওয়া হাম্মাতিন ওয়া মিন কুল্লি আইনিন লাম্মাহ’ ৭ বার পড়ব।

প্রতিদিন ফজরের পর সুরা ইয়াসিন একবার সম্পূর্ণ পাঠ করব। পাঠ শেষে নিজের জন্য শিফা ও হেফাজতের দুআ করব।

মাঝেমধ্যে সিহরের আয়াতসমূহ (সুরা বাকারা ১০২, আরাফ ১১৭-১২২, ইউনুস ৮১-৮২, তহা ৬৯) আলাদাভাবে ৩ বার পাঠ করব।

সমস্যা বেশি থাকলে আয়াতুল কুরসি ৭ বার পড়ে নিজের ও পরিবারের গায়ে ফুঁ দেব।

ইস্তিগফার, দুআ ও নামাজের পাবন্দি জারি রাখব।

শেষ দিন সুরা ফাতিহা ৭ বার, আয়াতুল কুরসি ৭ বার, সুরা ইখলাস-ফালাক-নাস একত্রে ১১ বার এবং নজরের আয়াতসমূহ (সুরা কলম ৫১-৫২, ইউসুফ ৬৭) ৭ বার পাঠ করব। সম্পূর্ণ ৪০ দিনের সমাপনী আমল হিসেবে। আর আমলের চেষ্টা করতে পারা এবং সুরক্ষায় থাকার কারণে আল্লাহর শুকরিয়া আদায় করব।

৪০ দিনের ট্র্যাকার

প্রতিদিন আমল শেষ হলে বক্সে টিক চিহ্ন (✔) দিন। প্রিন্ট করে দেয়ালে বা মোবাইলে সেভ করে রাখুন।

দিন	সকালের আমল	অডিও	গোসল	সাপ্লিমেন্ট	সন্ধ্যা-রাত
১	☐	☐	☐	☐	☐
২	☐	☐	☐	☐	☐
৩	☐	☐	☐	☐	☐
৪	☐	☐	☐	☐	☐
৫	☐	☐	☐	☐	☐
৬	☐	☐	☐	☐	☐
৭	☐	☐	☐	☐	☐
৮	☐	☐	☐	☐	☐
৯	☐	☐	☐	☐	☐
১০	☐	☐	☐	☐	☐

দিন	সকালের আমল	অডিও	গোসল	সাপ্লিমেন্ট	সন্ধ্যা-রাত
১১	☐	☐	☐	☐	☐
১২	☐	☐	☐	☐	☐
১৩	☐	☐	☐	☐	☐
১৪	☐	☐	☐	☐	☐
১৫	☐	☐	☐	☐	☐
১৬	☐	☐	☐	☐	☐
১৭	☐	☐	☐	☐	☐
১৮	☐	☐	☐	☐	☐
১৯	☐	☐	☐	☐	☐
২০	☐	☐	☐	☐	☐

দিন	সকালের আমল	অডিও	গোসল	সাপ্লিমেন্ট	সন্ধ্যা-রাত
২১	☐	☐	☐	☐	☐
২২	☐	☐	☐	☐	☐
২৩	☐	☐	☐	☐	☐
২৪	☐	☐	☐	☐	☐
২৫	☐	☐	☐	☐	☐
২৬	☐	☐	☐	☐	☐
২৭	☐	☐	☐	☐	☐
২৮	☐	☐	☐	☐	☐
২৯	☐	☐	☐	☐	☐
৩০	☐	☐	☐	☐	☐

দিন	সকালের আমল	অডিও	গোসল	সাপ্লিমেন্ট	সন্ধ্যা-রাত
৩১	☐	☐	☐	☐	☐
৩২	☐	☐	☐	☐	☐
৩৩	☐	☐	☐	☐	☐
৩৪	☐	☐	☐	☐	☐
৩৫	☐	☐	☐	☐	☐
৩৬	☐	☐	☐	☐	☐
৩৭	☐	☐	☐	☐	☐
৩৮	☐	☐	☐	☐	☐
৩৯	☐	☐	☐	☐	☐
৪০	☐	☐	☐	☐	☐

১৯ উপসংহার

৪০ দিনের এই রুটিনটি সম্পূর্ণ কুরআন-সুন্নাহভিত্তিক আমলের একটি সুশৃঙ্খল অনুশীলন, যার মূল লক্ষ্য আল্লাহর প্রতি তাওয়াক্কুল এবং আমলের নিয়মিত অভ্যাস তৈরি করা।

জিন-জাদুতে আক্রান্ত হওয়ার ভয়ে কিংবা অশান্তির আশঙ্কায় নয়, বরং আল্লাহর প্রতি ভরসা ও প্রস্তুতির প্রেরণা নিয়েই আপনার সারাটি দিন যাপন করুন।

কেউ যদি ফরজ ইবাদতের পাশাপাশি মাসনুন আমলে নিয়মতান্ত্রিক থাকে, তবে শয়তান বা জাদুকরের ষড়যন্ত্র সত্যিকার অর্থে তার ক্ষতি করতে পারে না। আল্লাহ তার

জন্য সুরক্ষা দেয়াল তৈরি করে দেন।

কিন্তু যদি কোনো সমস্যা অনুভব করেন; কিংবা আপনার আত্মীয় বা পরিচিত কেউ জিন-জাদুর সমস্যায় আক্রান্ত হয়, তাহলে দেরি না করে দ্রুত অভিজ্ঞ রাকির পরামর্শ নিন।

📞পরামর্শ ও সিরিয়ালের জন্য : 01887-753555

সুকুনলাইফ, ইসলামিক হিলিং সেন্টার