

Dushman ke shar se bachne ke liye

Dua-e-Anas Bin Maalik

سورة
الاحقاف

A DIVISION OF MS EDUCATION ACADEMY™



A CSR Initiative

BOOK SIZE 95 X 105 MM



Dushman ke shar se bachne ke liye

Dua-e-Anas Bin Maalik رضي الله عنه

A DIVISION OF MS EDUCATION ACADEMY™

MS

DRT CENTRE

A CSR Initiative

MS DRT CENTRE

MASAB TANK, Hyderabad - 500 028,
PHONE NO. 040-23346422 / 95151 28822



LIST OF TOPICS

S.No	Content	Page No.
1.	Waqia Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه)	1
2.	Dua Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه)	6
3.	Transliteration of dua Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه)	15
4.	Waqia duaa-e-Hadesaat	25
5.	Hadesaat se bachne ki dua	27
6.	Transliteration of Hadesaat se bachne ki dua	28
7.	Tamaam jismaani aur ruhaani bemaariyon se shifa paane ka wazeefa	30
8.	Jism per dam karne ka Nabavi tariqa	31
9.	Nazar bad se hifazat ki dua	32

Bismillahir Rahmanir Raheem

Waqia Hazrat Anas bin Maalik (ﷺ)

Jo shaks subah ke waqt ye dua kare ga us ko koi takleef nahi pahuncha sakega. Is ka hairat angez waaqiya:

Hadees : Umer bin abban se riwayat hai, unhoun ne farmaya Hajjaaj ne mujhe Anas bin Maalik (ﷺ) ko laane keliye bheja aur mere saath kuch ghud sawar aur kuch piyaade the, chunanche main un ke paas aaya aur aage badha to main ne dekha wo apne (ghar ke) darwaze per paaon phaila kar baithe howe the.

Qaasid : Ameer ka hukm maan lein, Ameer ne Aap ko bulaya hai.

Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه) : Ameer kaon hai?

Qaasid : Hajjaaj bin Yusuf!

Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه) : Allah ta'ala us ko zaleel kare, tumhare ameer ne Sarkashi, Baghaawat aur Kitab-wa-Sunnat ki mukhaalifat ki hai, lehaza Allah ta'ala us se inteqam le ga.

Qaasid : Baat mukhtasr kijiye aur ameer ke hukm ka jawab dijiye!

to wo hamare saath chale aaye, jab Hajjaaj ke paas aaye

Hajjaaj : Kiya tu Anas bin Maalik hai?

Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه) : Ji haan !

Hajjaaj : Kiya tu wo shaks hai jo hamein bura bhala kehta hai aur badduayein deta hai?

Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه) : Ji haan! ye to mujh per aur tamam Musalamaanoun per wajib hai. Kyun ke tu islam ka dushman hai, tu ne Allah ke dushmanon ki izzat afzaai ki hai aur Allah ta'ala ke dostoun ko zaleel kiya hai

Hajjaaj : Maloom hai main ne tujhe kis liye bulaaya hai?

Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه) : Nahi maalom!

Hajjaaj : Main tujhe buri tarah qatal karna chahta hoon!

Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه) : Agar main teri baat ke sahee hone ka yaqeen rakhta to Allah ko chod kar teri ibaadat karta aur Rasool (صلى الله عليه وسلم) ke farmaan mein shak karta ke unhon ne mujhe ek dua sikhaai thi aur farmaaya tha:

"Jo shaks bhi subah ke waqt ye dua padhe ga, us ko koi takleef nahi pahuncha sakega aur na kisi ko us per qudrat haasil ho sakti hai" aur main aaj subah ye Dua padh chuka hun.

Hajjaaj : Main chahta hoon ke Aap mujhe wo dua sikha dein !

Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه) : Tu us ka ahel nahi !

Hajjaaj : Inka raasta chod do, yani unko jaane do !

Jab Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه) wahan se nikle to darban ne Hajjaaj se kaha : Allah ta'ala Ameer ki islaah kare, Aap to kae dinoun se is ki talash mein the. Jab Aap ne unko paaliya to unko chord diya?

Hajjaaj : Allah ki qasam! main ne unke kaandhe per do sher dekhe jab bhi main un se guftagu karta tha wo meri taraf lapakte the jaise (mere uper hamla karna chahte hon) to agar main un ke saath kuch karta to mera haal kiya hota!

Phir jab Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه) ki wafaat ka waqt qareeb aaya to unhon ne wo dua apne bete ko sikhaai jo darj-e-zail hai:

Dua Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ○

بِسْمِ اللَّهِ وَبِاللَّهِ بِسْمِ اللَّهِ خَيْرِ الْأَسْمَاءِ
بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ
بِسْمِ اللَّهِ افْتَتَحْتُ وَبِاللَّهِ خَتَمْتُ وَبِهِ اٰمَنْتُ
بِسْمِ اللَّهِ اَصْبَحْتُ وَعَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْتُ
بِسْمِ اللَّهِ عَلَى قَلْبِي وَنَفْسِي
بِسْمِ اللَّهِ عَلَى عَقْلِي وَذِهْنِي

بِسْمِ اللَّهِ عَلَىٰ أَهْلِيَّ وَمَالِي
بِسْمِ اللَّهِ عَلَىٰ مَا أَعْطَانِي رَبِّي
بِسْمِ اللَّهِ الشَّاقِي، بِسْمِ اللَّهِ الْمُعَافِي، بِسْمِ اللَّهِ الْوَاقِي
بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ
وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّبِيعُ الْعَلِيمُ،
هُوَ اللَّهُ، اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا
اللَّهُ أَكْبَرُ اللَّهُ أَكْبَرُ اللَّهُ أَكْبَرُ اللَّهُ أَكْبَرُ-
وَأَعَزُّ وَأَجَلُّ مِمَّا آخَافُ وَأَحْذَرُ

أَسْأَلُكَ اللَّهُمَّ بِخَيْرِكَ مِنْ خَيْرِكَ الَّذِي

لَا يُعْطِيهِ غَيْرُكَ

عَزَّ جَارُكَ وَجَلَّ ثَنَاؤُكَ وَلَا إِلَهَ غَيْرُكَ

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي

وَمِنْ شَرِّ كُلِّ سُلْطَانٍ وَمِنْ شَرِّ كُلِّ شَيْطَانٍ مَرِيدٍ

وَمِنْ شَرِّ كُلِّ جَبَّارٍ عَنِيدٍ وَمِنْ شَرِّ كُلِّ قَضَاءٍ سَوْءٍ

وَمِنْ شَرِّ كُلِّ دَابَّةٍ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهَا إِنَّ رَبِّي عَلَى

صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ، وَأَنْتَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ حَفِيظٌ -

(إِنَّ وَلِيََّ اللَّهُ الَّذِي نَزَّلَ الْكِتَابَ، وَهُوَ يَتَوَلَّى الصَّالِحِينَ)

(الأعراف 196/197)

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَجِيرُ بِكَ وَأَحْتَجِبُ بِكَ

مِنْ كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْتَهُ وَأَحْتَرِسُ بِكَ مِنْ جَمِيعِ خَلْقِكَ

وَكُلِّ مَا ذَرَأْتَ وَبَرَأْتَ وَأَحْتَرِسُ بِكَ مِنْهُمْ

وَأَفْوِضُ أَمْرِي إِلَيْكَ وَأُقَدِّمُ بَيْنَ يَدَيَّ فِي يَوْمِي هَذَا

وَلَيْلَتِي هَذِهِ وَسَاعَتِي هَذِهِ وَشَهْرِي هَذَا:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ① اللَّهُ الصَّمَدُ ②

لَمْ يَلِدْهُ وَلَمْ يُولَدْ ③ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ④

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke samne se hifazat ho.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ① اللَّهُ الصَّمَدُ ②

لَمْ يَلِدْهُ وَلَمْ يُولَدْ ③ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ④

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke peeche se hifazat ho.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ○

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ① اللَّهُ الصَّمَدُ ②

لَمْ يَلِدْهُ وَلَمْ يُولَدْ ③ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ④

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke dayein se hifazat ho.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ○

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ① اللَّهُ الصَّمَدُ ②

لَمْ يَلِدْهُ وَلَمْ يُولَدْ ③ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ④

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke bayein se hifazat ho.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ① اللَّهُ الصَّمَدُ ②

لَمْ يَلِدْهُ وَلَمْ يُولَدْ ③ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ④

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke upar se hifazat ho.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ① اللَّهُ الصَّمَدُ ②

لَمْ يَلِدْهُ وَلَمْ يُولَدْ ③ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ④

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke neeche se hifazat ho.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ، الْحَيُّ الْقَيُّومُ، لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ،

لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ

مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ،

يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ،

وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ،

وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ،

وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا، وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ ۝

(البقره 255/255)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝

شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ ۖ

وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُو الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ ۗ

لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ۝ (آل عمران 18/18)

(Saat martaba padhein)

وَنَحْنُ عَلَىٰ مَا قَال رَبُّنَا مِنَ الشَّاهِدِينَ)

فَإِنْ تَوَلَّوْا فَعَلَّوْا حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ

عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ ۝ (التوبه 129/129)

(Saat martaba padhein)

Transliteration of dua Hazrat Anas bin Maalik (رضي الله عنه)

Shuru karta hun Allah ke naam se jo bada maherbaan nihayat raham wala hai.

Mein Allah taala ke naam ke sath aur Allah taala ke sath hifazat mangta hun, mein Allah taala ke naamon mein se behtareen naam se hifazat chahta hun,

Main Allah tala ke naam ke saath hifaazat chahata hun ke jis ke naam ke saath zameen-o-aasman mein koyee cheez nuqsaan nahi pohuncha sakti.

Mein ne Allah taala ke naam se shuru kiya aur Allah taala hi ke naam par khatam kiya, mein isi par imaan laya,

Allah taala ke naam ke sath mein ne subah ki, aur
Allah taala hi par mein ne bharosa kiya,

Allah taala ke naam ke sath mere dil aur jaan ki hifazat
hai.

Allah taala ke naam ke sath meri aqal-o-zehan ki
hifazat hai,

Allah taala hi ke naam se mere ahal-o-maal ki hifazat
hai,

Allah taala hi ke naam se un sab nematon ki hifazat hai
jo mere parvar-digaar ne mujhe ataa farmai hui hain.

Allah taala hi ke naam se hifazat hai jo shifa dene wala
hai, masaaib se bachane wala hai, poora poora dene
wala hai,

Allah taala hi ke naam se hifaaizat hai, jis ke naam ke sath zameen-o-aasman mein koi cheez nuqsaan nahi pahuncha sakti, wohi khoob sunne wala aur janne wala hai,

Woh Allah taala hai, Allah taala mera parvar-digaar hai, mein is ke sath kisi bhi cheez ko shareek nahi karta.

Allah taala sab se bada hai' Allah taala sab se bada hai'
Allah taala sab se bada hai' Allah taala sab se bada hai'

Allah taala har uss cheez par ghalib aur buland martaba wala hai jis se mein khauf khata hun aur darta hun,

Aye Allah ! Mein Aap se Aap ki is bhalai ka sawal karta hun jo Aap ke siwa koi nahi de sakta,

Aap ka panah diya hua muazzaz hai, aur Aap ki taareef buland hai, Aap ke siwa koi mabood nahi. Aye Allah! mein Aap ki panah leta hon! apne nafs ke shar se, aur har hukmaran ke shar se, aur har sarkash shaitan ke shar se, aur har zaalim sarkash, ziddi ke shar se aur har buri qismat ke faisale ke shar se

aur har zameen par chalne wale ke shar se, jo Aap ke qabze mein hai (un sab ke shar se Aap ki panah leta hun), be shak mera Rab seedhi raah par (chalne se hi milta hai),

(aur aye Allah!) Aap har cheez par nigezbaan hain,

be shak mera parvar digar Allah taala hai jis ne kitaab ko utaara aur wahi nek logon ka madad gaar hai.

aye Allah ! Mein Aap ki panah chahta hun, aur Aap ko har us cheez se jo Aap ne paida farmai, aard banaata hun, aur Aap ki saari makhlooq se, aur har uss cheez se jo Aap ne paida farmai hai aur uss ko wujoob bakhsha, Aap ki hifazat mein aata hun.

Aur apna maamla Aap ke supurd karta hun, aur mein apne is din, is raat, is ghadi aur is mahine mein (Aap ko apne) aage karta hun :

Shuru karta hun Allah ke naam se jo bada maherbaan nihayat raham wala hai.

Kehdo: "Bat yeh hai ke Allah har lehaaz se aik hai. (1) Allah hi aisa hai ke sab uss ke mohtaaj hain, woh kisi ka mohtaaj nahi. (2) Na uss ki koi aulaad hai, aur na woh kisi ki aulaad hai. (3) Aur uss ke jod ka koi bhi nahi." (4)

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke samne se hifazat ho.

Shuru karta hun Allah ke naam se jo bada maherbaan nihayat raham wala hai.

Kehdo: "Bat yeh hai ke Allah har lehaaz se aik hai. (1) Allah hi aisa hai ke sab uss ke mohtaaj hain, woh kisi ka mohtaaj nahi. (2) Na uss ki koi aulaad hai, aur na woh kisi ki aulaad hai. (3) Aur uss ke jod ka koi bhi nahi." (4)

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke peeche se hifazat ho.

Shuru karta hun Allah ke naam se jo bada maherbaan nihayat raham wala hai.

Kehdo: "Bat yeh hai ke Allah har lehaaz se aik hai. (1) Allah hi aisa hai ke sab uss ke mohtaaj hain, woh kisi ka mohtaaj nahi. (2) Na uss ki koi aulaad hai, aur na woh kisi ki aulaad hai. (3) Aur uss ke jod ka koi bhi nahi." (4)

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke dayein se hifazat ho.

Shuru karta hun Allah ke naam se jo bada maherbaan nihayat raham wala hai.

Kehdo: "Bat yeh hai ke Allah har lehaaz se aik hai. (1) Allah hi aisa hai ke sab uss ke mohtaaj hain, woh kisi ka mohtaaj nahi. (2) Na uss ki koi aulaad hai, aur na woh kisi ki aulaad hai. (3) Aur uss ke jod ka koi bhi nahi." (4)

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke bayein se hifazat ho.

Shuru karta hun Allah ke naam se jo bada maherbaan nihayat raham wala hai.

Kehdo: "Bat yeh hai ke Allah har lehaaz se aik hai.

(1) Allah hi aisa hai ke sab uss ke mohtaaj hain, woh kisi ka mohtaaj nahi. (2) Na uss ki koi aulaad hai, aur na woh kisi ki aulaad hai. (3) Aur uss ke jod ka koi bhi nahi." (4)

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke upar se hifazat ho.

Shuru karta hun Allah ke naam se jo bada maherbaan nihayat raham wala hai.

Kehdo: "Bat yeh hai ke Allah har lehaaz se aik hai.

(1) Allah hi aisa hai ke sab uss ke mohtaaj hain, woh kisi ka mohtaaj nahi. (2) Na uss ki koi aulaad hai, aur na woh kisi ki aulaad hai. (3) Aur uss ke jod ka koi bhi nahi." (4)

Note : Surah ki tilawat ke baad dil me khayal karein ke neeche se hifazat ho.

Shuru karta hun Allah ke naam se jo bada maherbaan nihayat raham wala hai.

Allah woh hai jis ke siwa koyi mabood nahi, jo sada zinda hai,

jo poori kaayenaat sambhale howe hai jis ko nah kabhi ongh lagti hai, nah neend.

Asmanon mein jo kuch hai (woh bhi) aur zameen mein jo kuch hai (woh bhi)' sab usi ka hai.

koun hai jo us ke huzoor us ki ijazat ke baghair kisi ki sifarish kar sake?

woh saare bandon ke tamaam aaga peeche ke halaat ko khoob jaanta hai.

aur woh log us ke ilm ki koi baat –apne ilm ke daaire mein nahi lasakte' siwaye us baat ke jise woh khud chahe. us ki kursi ne saare asmanon aur zameen ko ghera huwa hai

aur inn dono ki nigezbani se use zarabhi boojh nahi hota, aur woh bada aali maqam' sahib Azmat hai. *(Al-Baqara 255)*

Shuru karta hun Allah ke naam se jo bada
maherbaan nihayat raham wala hai.

Allah ne khud is baat ki gawahi di hai, aur farishton
aur ahle ilm ne bhi, ke us ke siwa koyi mabood nahi.
jis ne insaaf ke sath (kaayenaat ka) intizam sambhala
hua hai us ke siwa koyi ibadat ke Layeq nahi jis ka
Iqtidaar bhi kamil hai, hikmat bhi kaamil. *(Al-Imran 18)*

(Aur hamare parvar-digaar ne jo farmaya hai, hum us
par gawah hain)

Phir bhi agar yeh log mooh mordhein to (aye
Rasool! un se) kehdo ke : Mere liye Allah kaafi hai,
us ke siwa koyi mabood nahi hai, usi par mein ne
bharosa kiya hai, aur wahi arsh Azeem ka Maalik
hai. ”

(Al-Tauba 129)

Dukaan-o-Makaan mein aag lagne se bachne ka wazifa

Waqia duaa-e-Hadesaat

Hazrat Talq (ؓ) farmate hain ke ek shaks Hazrat Abu Darda (ؓ) ki khidmat mein haazir hua aur arz kiya ke Aap ka makan jal gaya, farmaya : Nahi jala ! Phir dosre shakhs ne yahi ittela di to farmaya : Nahi jala, phir teesre aadmi ne yahi khabar di, Aap ne farmaya : Nahi jala !

Phir ek aur shakhs ne aakar kaha: Aye Abu Darda(ؓ)! Aag ke sharare bahut buland howe magar jab Aap ke makan tak aag pahunchi to bujh gayi, farmaya : Mujhe maloom tha ke Allah ta'ala aisa

nahi kare ga (ke mera makan jal jaaye) kyunke mein Rasool (ﷺ) se suna hai ke jo shakhs subah ke waqt ye kalimaat padh le, shaam tak us ko koi musibat nahi pahunche gi. (main ne subah ye kalimaat padhe the is liye mujhe yaqeen tha ke mera makan nahi jal sakta) wo kalimaat ye hain.

Hadesaat se bachne ki dua

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَأَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ
الْكَرِيمِ، مَا شَاءَ اللَّهُ كَانَ وَمَا لَمْ يَشَأْ لَمْ يَكُنْ،
وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ،
أَعْلَمُ أَنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ
وَأَنَّ اللَّهَ قَدْ أَحَاطَ بِكُلِّ شَيْءٍ عِلْمًا،
اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَمِنْ شَرِّ كُلِّ دَابَّةٍ
أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهَا، إِنَّ رَبِّي عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ۔

(کنز العمال: حدیث نمبر 4960/۴۹۶۰ باب دعا)

Transliteration of Hadesaat se bachne ki dua

Tarjuma :. “aye Allah! Aap mere Rab hain, Aap ke siwa koyi mabood nahi, mein ne Aap par bharosa kiya, aur Aap Rab hain arsh-e-Azeem ke,

Jo Allah pak ne chaha (woh) hua, aur jo na chaha, na huwa,

gunahaon se phir ne aur ibadat karne ki taaqat Allah hi ki taraf se hai jo buland (aur) Azeem hai,

mein jaanta hoon beshak Allah taala har cheez par qadir hai.

aur be shak Allah taala ne gherliya hai,
har cheez ko apne ilm ke zariye. aye Allah! mein teri
panah mangta hoon apne nafs ke shar se, aur zameen
par chalne wale har jandaar ke shar se, jis ki choti tere
qabzay mein hai,
yaqeenan mera rab seedhey raste par hai .

Tamam Jismani aur ruhani bemaariyon se shifa
paane ke liye in wazaaf ko ek bar baad
Namaz-e-Fajr aur baad Namaz Magrib padha jaaye
Bismillahir Rahmanir Raheem

- ① Durood Shareef ② Surah Fatiha
③ Ayatul Kursi ④ Surah Ikhlas
⑤ Surah Flaq ⑥ Surah Naas
⑦ Ya Āzeezu Ya Hameed
Ya Zal Ārshil Majeed Isrif Ānna ★
Sharra Kulli Jabbarin Āneed
⑧ Durood Shareef
Is ke baad pure jism per dam karlein.

* (Ānna - while reciting think about your purpose.)

Jism per dam karne ka Nabavi tariqa

“Nabi kareem (ﷺ) jab apne bistar per araam karte to har shab dono haath ikhaththe kar ke in per ‘Qul huwallahu ahad aur Qul Auzu birabbil falaq aur Qul Auzu birabbinas padh kar dam karte aur phir dono hatheliyon ko jahan tak mumkin hota apne jism per pherle tein- pachele sar, chehra aur badan ke agle hisse par haath pher te aur aisa teen martaba karte thein”

(Sahih Bukhari : 5017, Abu Dawood:5056)

Nazar bad se hifazat ki dua

فَاجْتَبَاهُ رَبُّهُ فَجَعَلَهُ مِنَ الصَّالِحِينَ (۵۰)

وَإِنْ يَكَادُ الَّذِينَ كَفَرُوا لَيُزْلِقُونَكَ بِأَبْصَارِهِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّكْرَ

وَيَقُولُونَ إِنَّهُ لَمَجْنُونٌ (۵۱) وَمَا هُوَ إِلَّا ذِكْرٌ لِلْعَالَمِينَ (۵۲) سورة القلم

Tarjuma: Phir unke parwardigar ne unko nawaaz diya aur un ko nek bandon mein shamil rakha (50) aur ye imaan na la ne wale jab Quran sunte hain to yun lagta hai ke Aap ko apni tez nigahon ke zariye phisladeinge gain aur kahte hai ke ye to zaroor deewana hai (51) aur haqiqat ye hai ke Quran to tamaam jahan ke liye sarapa nasihat hai (52)

Padhne ka tarikha: Shure mein ek martaba Durood Shareef padhein uske baad 7 martaba Ayat Karima padhe, akhir mein phir ek martaba Durood Shareef padhein.



A DIVISION OF MS EDUCATION ACADEMY™



A CSR Initiative

MS DRT CENTRE

MASAB TANK, Hyderabad - 500 028,
PHONE NO. 040-23346422 / 95151 28822