

เย็บวยาจิตใจ

ด้วยดุอา
9



กรมสุขภาพจิต
ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12
Department of Mental Health
121 Mental Health Center

فوست كصیحاتن حیواك 12

ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

ชื่อหนังสือ : เยียวยาจิตใจด้วยดอกไม้
คณะบรรณาธิการ : แพทย์หญิงเพชรดาว โต๊ะมีนา
นายอัศรอรธ์มาน จะปะภิยา
นางรอปี่อ๊ะ ยี่งอ
นางพรรณวดี อาแวนิ
นางสาวแวซ่าซึยะ ปารามัล

จัดพิมพ์โดย : ศูนย์สุขภาพจิตที่ 15 (จังหวัดชายแดนภาคใต้)
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข
294 หมู่ 6 ถนนปากน้ำ ตำบลรูสะมิแล
อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี 94000
โทร 073-350363 โทรสาร 073-312838

พิมพ์ครั้งที่ 1 : 2554
จำนวนพิมพ์ : 2,000 เล่ม
พิมพ์ที่ : บริษัท บียอนด์ พับลิชซิ่ง จำกัด

คำนำ

ด้วยนามของอัลลอฮ์, อัลฮัมดุลิลลาฮ์ การดูอาเป็นหนึ่งในเหตุตั้งต้นเหมือนกับการทำงานก็เป็นเหตุที่นำมาซึ่งริสกี, การแต่งงานเป็นเหตุให้เกิดทายาทหรือกระทั่งการยื่นหยัดทำความดีต่างๆ ก็เป็นเหตุให้เข้าสวรรค์ ที่บอกว่าเป็น “เหตุ” นั้นหมายถึง อัลลอฮ์ทรงให้สิ่งเหล่านั้นเป็นที่มาของ “ผล” ดังนั้นใครที่ไม่กระทำเหตุ ผลก็จะไม่เกิด

ท่านอิมามอัลฆอซาลีกล่าวว่าไว้ว่า “ถ้าถามว่าจะขอดูอาไปทำไมในเมื่อกอดอกอัครเราแก้ไม่ได้อยู่แล้ว? ฟังรู้ไว้ว่าการยกเลิกภทภัยต่างๆ โดยวิงวอนต่ออัลลอฮ์นั้นก็เป็นหนึ่งในการกำหนดของอัลลอฮ์ เช่นกันเหมือนมีเกราะก็เป็นเหตุให้ป้องกันอาวุธได้ น้ำเป็นเหตุให้พืชงอกเงย เรื่องดูอาภทภัยอันตรายต่างๆ ก็เหมือนกัน อัลลอฮ์กำหนดเรื่องใดมาพระองค์ก็ทรงกำหนดมันมาจากเหตุประโยชน์ของการดูอาก็คือ จิตใจแน่วแน่และหวังพึ่งพิงอัลลอฮ์ซึ่งเป็นยอดของอิบาดะฮ์ และการรู้จักอัลลอฮ์ (หนังสือ เอี้ยห์ยาอูลุมุดดิน 1/327)

ดังนั้น เยาวยาจิตใจด้วยดุอา เล่มนี้จัดทำขึ้น เพื่อ
ช่วยเหลือให้พี่น้อง ได้อ่านเพื่อความจำเริญในชีวิตสำหรับพี่น้อง
มุสลิมทุกท่าน

ด้วยความศานติ
คณะผู้จัดทำ

สารบัญ

คำนำ	3
บทดูอาที่ทำให้จิตใจเข้มแข็ง	7
1. ความสำคัญของซิกิร	8
2. คุณค่าของบทซิกิร	11
3. อัลอัยการ : บทซิกิรเข้าเย็น	20
4. บทอิสติหมฟาร (การขออภัยโทษ)	46
5. บทดูอาต่างๆ	49
- ดูอา เมื่อสงสัยเรื่องความศรัทธา	49
- ดูอา ขอให้แก่พ่อแม่	49
- ดูอา นั่ง (หรือขี่) พาหนะ	50
- ดูอา เมื่อลมพัด	51
- ดูอา ให้พ้นจากซิริก (การตั้งภาคี)	52
- ดูอา เข้ากুবูร (สุสาน)	53
- ดูอา เมื่อหมดหวังในชีวิต	54
- ดูอา เมื่อประสบสิ่งที่ไม่ต้องการจะเกิดขึ้น	54
- ดูอา ให้พ้นจากความชั่ว	55
- ดูอา เมื่อฝนตกหนัก แล้วกลัวว่า จะเกิดอันตรายต่อตนเองและทรัพย์สิน	55

สารบัญ

- ดุอา เมื่อผู้อื่นทำความดีให้แก่เรา	56
- ดุอา ขอให้มั่นคงในศาสนา	56
- ดุอา เมื่อไปพำนักยังสถานที่หนึ่งทีใด	57
- ดุอา ขอให้พ้นจากความชั่ว 5 ประการ	57
- ดุอา เมื่อเห็นฝนตก	58
- ดุอา เมื่อฝนหยุดตก	58
- ดุอา ขณะปิดตาผู้ตาย	59
- ดุอา เยี่ยมคนป่วย	60
- ดุอา บรรเทาความเจ็บปวด	60
- ดุอา ขอให้พ้นภัยอันตรายต่างๆ (กล่าว 3 ครั้งตอนเช้าและตอนเย็น)	61
บรรณานุกรม	62
คณะผู้จัดทำ	63

บทคุดอกที่งำให้จิตใจเข้มแข็ง

ผู้ที่ได้รับกรทดสอบ ด้วยเคราะห์กรรม หรือความเลวร้าย โดยส่วนใหญ่พบว่าจิตใจมักจะมีควมอ่อนแอ และสิ่งที่สามารถจะเยียวยงจิตใจได้นั้น ศาสนงหรือหลักกรศาสนา จะมีควมสำคัญ โดยเฉพาะศาสนาอิสลามถือว่าอิสลามคือวิถีชีวิต การทำให้จิตใจเข้มแข็งนั้นควรที่จะดูแลรักษาก่อนที่จะเกิดเหตุ หรือการป้องกันจะเป็นสิ่งที่ดีที่สุด มุสลิมผู้ศรัทธานั้นควรที่จะนำบทอชกร อัล-นบาวี๋ย มาใช้ในชีวิตรประจำวัน (อ่านทุกวัน เช้า เย็น) ตามที่ทงนรอซูลได้ทำเป็นแบบอย่าง

1. ความสำคัญของซิกิร

การรำลึกถึงอัลลอฮ์หรือซิกิรนั้น ในอัลกุรอาน ได้มีการระบุอยู่หลายๆ โองการ ท่านรอซูล ﷺ ได้ให้ความสำคัญและนำมาปฏิบัติและอ่านเป็นประจำ นั้นแสดงว่าการซิกิรมีความสำคัญที่มุสลิมผู้ศรัทธาควรจะได้นำมาอ่านทุกวัน ทั้งเช้าและเย็น เพื่อเป็นการปกป้อง บำบัดจิตใจและอิมาน (ศรัทธา) รวมทั้งป้องกันตัวจากภัยอันตรายต่างๆ ได้ อัลลอฮ์ ﷻ ได้ตรัสว่า

﴿ فَادْكُرُونِي أذكُرْكُمْ وَأشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴾

ความว่า “ดั่งนั้นพวกเจ้าทั้งหลายจงรำลึกถึงฉัน แล้วฉันจะรำลึกถึงพวกเจ้า และพวกเจ้าทั้งหลายจงขอบคุณฉัน และจงอย่าได้ในรคุณต่อฉัน” [อัลบะกอเราะฮฺ :152]

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴾

ความว่า “โอ้ผู้ศรัทธาทั้งหลาย พวกเจ้าทั้งหลายจงรำลึกถึงอัลลอฮ์ ด้วยการรำลึกที่มากมายเถิด” [อัลอะฮฺซาบ : 41]

... وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُم مَّغْفِرَةً
وَأَجْرًا عَظِيمًا .

ความว่า “...และบรรดาผู้ที่ชอบรำลึกถึงอัลลอฮ์
อย่างมากมาย ทั้งชายและหญิง อัลลอฮ์ได้ทรงเตรียมการ
นิรโทษ และรางวัลอันใหญ่หลวงสำหรับเขา”

وَأَذْكُر رَبِّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ
بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُن مِّنَ الْغَافِلِينَ

ความว่า “และเจ้าจงรำลึกถึงพระผู้อภิบาลของเจ้า
ในใจของเจ้า ด้วยความอ่อนน้อมและเกรงกลัว และโดยไม่ต้อง
ส่งเสียงดัง ทั้งในยามเช้าและยามเย็น และเจ้าจงอย่าเป็นหนึ่งใน
ในผู้ที่หลงลืม” [อัลอะฮรอฟ :205]

ท่านรอซูล ﷺ ได้กล่าวว่า

مَثَلُ الَّذِي يَذْكُرُ رَبَّهُ وَالَّذِي لَا يَذْكُرُ رَبَّهُ مَثَلُ الْحَيِّ وَالْمَيِّتِ

ความว่า “อุปมาผู้ที่รำลึกถึงพระผู้อภิบาลของ
เขากับผู้ที่ไม่รำลึกถึงพระผู้อภิบาลของเขาอุปมา
ดังคนเป็นและคนตาย”

ส่วนหนึ่งของเนื้อหาชกิรหลักๆ สำหรับมุรุมิน คือ

1. วิริตอัลกรูอาน กล่าวคือ อ่านอัลกรูอานทุกๆ วัน พร้อมกับคำนึ่งถึงความหมาย (ตะดับบุร) อย่างน้อย 1 ลูกช้อ ต่อวัน ซึ่งจะทำให้อ่านอัลกรูอานจบเล่ม 1 ครั้ง ในทุกๆ เดือน

2. หมั่นอ่านวิริตมะอชูเราะฮฺ กล่าวคือ อ่านวิริตหลังละหมาดห้าเวลา ซึ่งประกอบด้วยชกิรและดูอา ตามเนื้อหาและวิธีของท่านรอซูล ﷺ

3. หมั่นอ่านอัชการุ นะบะวียะฮฺ กล่าวคือ อ่านอัชการุ (บทชกิร) ที่มาจากท่านรอซูล ﷺ ในช่วงเช้าและช่วงเย็น ซึ่งจะมึประโยชน์มหาศาลและมีคุณค่าแก่ผู้อ่าน ครอบครัว สังคม และประเทศชาติ

4. กล่าวชกิรต่ออัลลอฮฺ ในทุกอิริยาบถ ตามเนื้อหาและวิธีของท่านรอซูล ﷺ พร้อมด้วยเจตนาที่อึคลาสเพื่ออัลลอฮฺและดำเนินตามแบบอย่างของท่านรอซูล ค็อลฯ ดังที่ท่านหญิงอาอิชะฮ์ ได้กล่าวว่า :“ท่านรอซูล ค็อลฯ จะกล่าวชกิรต่ออัลลอฮฺในทุกอิริยาบถของท่าน” (หะสัน เฆาะริบ บันทึกโดย อัต-ติรมิซียฺ 3444)

และพึงทราบเถิดว่า การชกิรต่ออัลลอฮฺนั้นเป็นคุณลักษณะของจิตใจที่แสดงออกด้วยการกล่าวด้วยลิ้นและวิถีการดำเนินชีวิต .. วัลลอฮฺ อะอ์ลัม

2. คุณค่าของบทซิกิร

บทลำดับที่ 1 “ผู้ใดที่อ่าน อะอูซุบิลลาฮ... เขาจะได้รับความคุ้มครองจากชัยฏอนจนกระทั่งเย็น” [ฎะอ์อ์ฟ, อิบน์ฮุสซัยนีย์ 49] และท่านนบี ศ็อลลัลลอฮูออลัยฮิวะซัลลัม จะกล่าวดุอา อะอูซุบิลลาฮ... ทุกครั้งก่อนอ่านอัลกุรอาน ในละหมาด [หะสัน, อนุตาวูต 764,765, อัตติรมีซีย์ 242, อัลบัยฮะกี๊ เล่ม 2 หน้า 25-26]

บทลำดับที่ 2,3,4 “ผู้ใดอ่านสี่อายะฮ์แรกของซูเราะฮ์อัลบะกอเราะฮ์ อายะฮ์ฮุรซีย์ สองอายะฮ์หลังจากอายะฮ์ฮุรซีย์ และสามอายะฮ์สุดท้ายของซูเราะฮ์อัลบะกอเราะฮ์ แน่แท้ว่าชัยฏอนจะไม่เข้าใกล้เขาและครอบครัวของเขาในวันนั้น จะไม่มีสิ่งที่เขาไม่ปรารถนาเกิดขึ้น และหากอ่านบนผู้เสียชีวิต เขาก็จะหายจากอาการนั้น” [ฎะอ์อ์ฟ, อัตติรมีซีย์ 3383, อัตฎะอ์บะรอญีย์ ในอัลมุญัอม อัลกะบীর 8674 ด้วยสายรายงานที่ฎะอ์อ์ฟ โดยมีระบุในรายงานว่า “หากผู้ใดอ่านอายะฮ์ดังกล่าวในบ้านเวลากลางคืนชัยฏอนจะไม่เข้าบ้านนั้นจนกระทั่งรุ่งเช้า”]

บทลำดับที่ 3 “ผู้ใดที่อ่านดุอาอ (อายะฮ์ฮุรซีย์) ในยามเช้าเขาจะได้รับการคุ้มครองจากการรบกวนของญินจนกระทั่งเย็น และผู้ใดอ่านยามเย็น เขาจะได้รับการคุ้มครองจากการ

รบกวนของญินจนกระทั่งเช้า” [หะดีษเศาะฮี้หฺ, อันนะสาอีย์
ในอะมะลุลยาอิมวัลลัยละฮฺ 961, อัลหากิม เล่ม 1 หน้า 562]

บทลำดับที่ 4 “ผู้ใดอ่านสองอายะฮฺสุดท้ายของซูเราะฮฺ
อัลบะกอเราะฮฺ (อายะฮฺ 285-286) ในเวลากลางคืน ดังนั้น
สองอายะฮฺดังกล่าวย่อมเป็นการเพียงพอสำหรับเขา (ในการ
คุ้มครองเขา)” [มุตตะพะกุนอะลัยฮฺ, อัลบุคอรีฮฺ 5008, มุสลิม
875]

บทลำดับที่ 5 “ผู้ใดอ่านยามเช้าและยามเย็นจำนวน
เจ็ดครั้ง ย่อมเป็นการเพียงพอสำหรับเขา (ทดแทนให้เขา และ
ช่วยเหลือเขา) ในกิจการทางโลกและอาคีรัต ที่ทำให้เขาต้อง
เสียใจกับมัน” [หะสัน, อิบน์ฮุซัยนีย์ 70 ด้วยสายรายงานที่
มัรฟูอฺ, อบูดาวูด 5081 ด้วยสายรายงานที่เมากูฟ ถึง
อบูอັดดีร์ดาอฺ]

บทลำดับที่ 6 “ผู้ใดที่อ่านทั้งยามเช้าและยามเย็น
เขาย่อมจะได้รับความปลอดภัยและผลกำไร” [ฎะอฺอีฟ, อิบน์ฮุซ
ซัยนีย์ 77, อบูฮุอัยม์ ใน มะอริฟะตุซเศาะหาบะฮฺ 726]

บทลำดับที่ 7 “ผู้ใดที่อ่านอายะฮฺกุรซีย์ และ หาอฺ มิม
(ซูเราะฮฺฮอฟิร) จนกระทั่งอายะฮฺ วะอิลัยฮิล มะคีร์ ในยามเย็น
เขาจะได้รับการปกป้องจนกระทั่งเช้า และถ้าหากอ่านในยาม

เข้าก็จะได้รับการปกป้องจนกระทั่งเย็น” [ฎาะอีฟ, อัตติรมีซี 2879, อัตติรมีซี เล่ม 2 หน้า 449, อิบนุสซุนนีย์ 75]

บทลำดับที่ 8 “ผู้ใดอ่าน อะอูซุบิลลาฮ...สามครั้งในยามเช้า และเย็น พร้อมกับสามอายะฮ์ท้ายซูเราะฮ์อัลหัจญ์ อัลลอฮ์จะส่งมลาอิกะฮ์ จำนวนเจ็ดหมื่นตนเพื่อขออุมมาให้แกเขาจนกระทั่งเย็น และหากเขาเสียชีวิตในวันนั้นเขาจะเสียชีวิตในฐานะชะฮีด [ฎาะอีฟ, อะหมัด เล่ม 5 หน้า 26, อัตติรมีซี 2922, อัตติรมีซี เล่ม 2 หน้า 458]

บทลำดับที่ 9-11 “ผู้ใดอ่าน กุลสุวัลลอฮ์อะหัด กุลอาอูซุบิร็อบบิลฟะลัก และกุลอะอูซุบิร็อบบิณนาส อย่างละสามครั้งในยามเช้าและยามเย็น ย่อมจะเป็นการเพียงพอสำหรับเขาในทุกๆ สิ่ง” [หะสัน, อยูดาวูด 5082, อัตติรมีซี 3575]

บทลำดับที่ 12 ท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวาลลัม จะอ่านทุกๆ เวลาเช้าและเวลาเย็น [เศาะฮีห, อัลบุคอรี ใน อัลอะดะบ อัลมุฟร็อด 1199, อยูดาวูด 5068, อัตติรมีซี 3391, อิบนุมาญะฮ์ 3868]

บทลำดับที่ 13 “ผู้ใดที่อ่านสามครั้งในยามเช้าและยามเย็น อัลลอฮ์จะทำให้ความประสงค์ของเขาบรรลุผล” [ฎาะอีฟ, อิบนุสซุนนีย์ 55]

บทลำดับที่ 14 “ผู้ใดที่อ่านยามเช้า เขาย่อมได้ชดใช้ การขอบคุณแล้วในวันนั้น ผู้ใดอ่านยามเย็น เขาย่อมได้ชดใช้ การขอบคุณแล้วในคืนนั้น” [ฎาะอีฟ, อนุตาวูด 5073, อันนะซาอีย์ 7 ในอะมะลุลเยาม์วัลลัยละฮฺ, อับนุส ซุนนีย์ 41, ในรายงานของอิบนุสซุนนีย์ 51 ด้วยสายรายงานที่ฎาะอีฟญิดตัน มีระบุว่ “ผู้ใดอ่านสามครั้งทั้งยามเช้าและยามเย็น นั้นย่อมเป็น สิทธิที่อัลลอฮฺจะทรงทำให้หนีอัมตฺของพระองค์สมบูรณ์แก่เขา”

บทลำดับที่ 15 ท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวาซัลลัม จะอ่านทุกๆ เวลาเช้าและเวลาเย็น [หะสัน, อัลบุคอรีย์ใน อะดบ อัลมุฟร็อด 604, อัลบัซซารุ ตุ มัจญุมะอ์ฮฺชะวะอิด เล่ม 10 หน้า 114, อิบนุสซุนนีย์ 82]

บทลำดับที่ 16 ท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวาซัลลัม จะอ่านทุกๆ เวลาเช้าและเวลาเย็น [เศาะฮี้หฺ, มุสลิม 2723]

บทลำดับที่ 17 ท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวาซัลลัม จะอ่านทุกๆ เวลาเช้าและเวลาเย็น [เศาะฮี้หฺ, อะหมัด เล่ม 3 หน้า 406, อันนาซาอีย์ ในอะมัลเยาม์วัลลัยละฮฺ 1,2,3,343, อิบนุสซุนนีย์ 34,อัดดารีมีย์ เล่ม 2 หน้า 292]

บทลำดับที่ 18 “เมื่อผู้ใดในหมู่พวกเจ้าอยู่ในยามเช้า เขาจงกล่าวดุอาอันี้ และเมื่อถึงเวลาเย็นก็ให้อ่านดุอาอันี้ เช่นเดียวกัน” [หะสัน, อนุตาวูด 5084]

บทลำดับที่ 19 ท่านนบี คือลัลลลอฮฺอะลัยฮิวาล์สลัม ได้สอนท่านอับูบักร์ให้อ่านดุอาข้างต้นทุกเช้าเย็นและก่อนนอน [เศาะฮี้หฺ, อิบน์ซัยบะฮฺ เล่ม 10 หน้า 237, อะหมัด เล่ม 1 หน้า 9, อัลบุคอรีย์ ในอะดะบ อัลมุฟร็อด 1202, ออบูดาวูด 5067, อัตติรมีซีย์ 3392]

บทลำดับที่ 20 “ผู้ใดที่อ่านทั้งยามเช้าและยามเย็น จำนวนสามครั้ง ย่อมเป็นสิทธิอัลลอฮฺที่จะประทานความโปรดปรานแก่เขาในวันกียามะฮฺ” [หะดีษ หะสัน, อะหมัด เล่ม 4 หน้า 337, ออบูดาวูด 5072, อัตติรมีซีย์ 3389, อิบน์มาญะฮฺ 3870]

บทลำดับที่ 21 ท่านนบี คือลัลลลอฮฺอะลัยฮิวาล์สลัม ได้กล่าวแก่ท่านหญิงญะฮ์รียะฮฺว่า “ฉันได้อ่านจำนวนสามครั้ง ถ้าเธอนำมันมาซึ่งกับสิ่งที่เธอได้อ่านมาตั้งแต่เช้า เธอจะพบว่า มันมีค่าเท่ากัน” [เศาะฮี้หฺ, มุสลิม 6851]

บทลำดับที่ 22 “ผู้ใดที่อ่านทั้งยามเช้า เขาย่อมจะได้รับการปกป้องจนถึงเย็น และผู้ใดอ่านในยามเย็น เขาย่อมจะได้รับการปกป้องจนถึงเช้า” [ฎะอ์อิฟ, ออบูดาวูด 5075, อันนาซาอีย์ ใน อะมะลุลเยอาม์วัลลัยละฮฺ 12]

บทลำดับที่ 23 “ผู้ใดอ่านจำนวนสามครั้งทุกเช้าเย็น เขาจะไม่ได้รับอันตรายจากสิ่งใดๆ หรือจะไม่ถูกบะลาอฺ (ภัยพิบัติ) ชนิดที่ไม่ทันตั้งตัว [เศาะฮี้หฺ, อะหมัด เล่ม 1 หน้า 62,

อัลบูกอเรียในอะดับอัลมูฟร็อด 660, ออบูดาวูด 5088.5089, อัตติรมีซีฮ์ 3388, อิบนูมาญะฮ์ 3869]

บทลำดับที่ 24 “ผู้ใดอ่านในช่วงเย็นจำนวนสามครั้ง เขาจะไม่ได้รับอันตรายจากพิษงู (หรือสัตว์พิษ) ในคืนนั้น จนกระทั่งรุ่งเช้า” [เศาะฮี้หฺ, มุวัตฎุอะอมาลิก เล่ม 2 หน้า 952, มุสลิม 2709, ออบูดาวูด 3898, อัตติรมีซีฮ์ 3600, อิบนูมาญะฮ์ 3518, อิบนูหิบบาน 1018, อัลหากิม เล่ม 4 หน้า 416]

บทลำดับที่ 25 “ถ้าหากอ่านทั้งยามเช้าและยามเย็น อัลลอฮ์จะให้พ้นจากความกังวลและหลุดพ้นจากหนี้สิน” [ฎุอะอูฟ, ออบูดาวูด 1555]

บทลำดับที่ 26 ท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวาซัลลัม จะขอคู่อากับคู่อานี้ทุกๆ เช้าเย็น และท่านจะทวนจนครบ สามครั้ง [หะดีษ หะสัน, อะหมัด เล่ม 2 หน้า 42, อัลบูกอเรีย ในอะดับ อัลมูฟร็อด 701, ออบูดาวูด 5090, อันนะซาอีย์ ในอะมะลุลเยามัวัลลัยละฮ์ 22, อิบนูสซุนนีฮ์ 69]

บทลำดับที่ 27 ท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวาซัลลัม ไม่เคยละเลยที่จะอ่านคู่อานี้ทุกๆ เช้าเย็น [เศาะฮี้หฺ ออบูดาวูด 5074, อิบนูมาญะฮ์ 3871, อัลหากิม เล่ม 1 หน้า 517, อิบนูหิบบาน 961]

บทลำดับที่ 31 “ผู้ใดอ่านในยามเช้าและยามเย็น
จำนวน 100 ครั้ง ย่อมไม่มีผู้ใดในวันกียามะฮฺที่จะประเสริฐ
กว่าเขานอกจากผู้ที่อ่านเช่นเดียวกับเขาหรือมากกว่านั้น”
[เศาะฮี้หฺ, มุสลิม 2691, อบูดาวูด 5091, อัตติรมีซีย์ 3469] และ
ในรายงานของอัลบุคอรี (ฟัตหุลบารีย์ เล่ม 11 หน้า 206)
ระบุว่า “บาปต่างๆ จะหลุดร่วงออกจากตัวเขา ถึงแม้ว่าจะมี
มากมายเสมื่อดั่งฟองน้ำในทะเลก็ตาม”

บทลำดับที่ 32 “ผู้ใดอ่านในยามเช้า เขาจะได้รับผลบุญ เท่ากับการปลดปล่อยทาสจากลูกหลานของนบีอิสมาอีลหนึ่งคน จะได้รับการบันทึกจำนวนสิบผลบุญ จะได้รับการลบล้างจำนวน สิบความชั่ว จะได้รับการยกสถานะขึ้นสิบสถานะ และเขาจะได้รับการคุ้มครองจาก (การล่อล่อของ) ชัยฏอน จนกระทั่งเย็น และหากเขาอ่านในยามเย็นเขาก็จะได้รับการตอบแทนเช่น เดียวกัน จนกระทั่งรุ่งเช้า [เศาะฮี้หฺ, อะหมัด เล่ม 4 หน้า 60, ออบูดาวูด 5077, อันนะสาอีย์ ในอะมัลเยาม์วัลลัยละฮฺ 27, อิบน์มาญะฮฺ 3887]

“ผู้ใดอ่านในยามเช้าและยามเย็นจำนวน 10 ครั้ง อัลลอฮฺ จะทรงบันทึกสำหรับเขา 10 ความดี และลบล้าง 10 ความชั่ว และเขาจะได้รับผลบุญเท่ากับการปลดปล่อยทาสจำนวน 10 คน และอัลลอฮฺจะทรงคุ้มครองเขาจากชัยฏอน” [เศาะฮี้หฺ, อะหมัด เล่ม 5 หน้า 420, อันนะสาอีย์ ในอะมะลุลเยาม์วัลลัย ละฮฺ 24, อิบน์หิบบาน 2020]

“ผู้ใดอ่านวันละ จำนวน 100 ครั้ง เขาจะได้รับผลบุญ เท่าการปลดปล่อยทาสจำนวน 10 คน และจะได้รับการบันทึก ผลบุญ จำนวน 100 ผลบุญ และได้รับการคุ้มครองจากชัยฏอน จนกระทั่งเวลาเย็น และจะไม่มีผู้ใดประเสริฐกว่าเขานอกจาก ผู้ที่ปฏิบัติเฉกเช่นเดียวกับเขาหรือมากกว่านั้น” [เศาะฮี้หฺ, อัลบุคอรี 3293, 6403, มุสลิม 6783]

3. อัลดัซการ : บทชกึรเช้ำเย็บ

ชกึร 33 บท ที่จะกล่าวต่อไปนี้เป็นเสเปียงที่ดีที่สุดในชีวิต เพื่อกำรค้นหำควำมปลอดภัยและควำมสำเร็จจากอัลลอฮ์ ผู้ทรงยั่งด้วยควำมอำริและควำมปริษำ ทั้งในโลกนี้และในวัน อำคีรัด ทั้งนี้บทชกึร ทั้งหมดล้วนแต่มีควำมหมำยที่เก็ยกำกับการ เตำฮีด ของอัลลอฮ์และสรรเสริญพระองค์ รวมทั้งปฏิเสช รูปแบบชกึร ทั้งที่ลับและที่แจ้ง ซึ่งล้วนส่งผลร้ำยต่อเตำฮีด นอกจำกันั้นยั่งเป็นการยอมรับต่อควำมอ่อนแอและควำม บกพร่องของตัวบ้ำว พร้อมๆ ก้ำกำการวิงวอนขอภัยโทษและ ควำมจำเป็นอื่นๆ ในโลกนี้ และโลกหน้ำ จากอัลลอฮ์ ผู้ทรงยั่ง ด้วยกำรฟังและกำรรับรู้ บทอัชการ อันน่ำบ่ำวีย์ ที่จะกล่าวต่อไปนี้เป็นบทชกึรที่ทำนรอสูลได้ทำเป็นประจำ และมีที่มำเป็นที่ ยอมรับและขอเฮียะฮ์

ช่วงเวลาและวิธีการอ่านซิกิร

- เวลาช่วงเช้า จะเริ่มจากเวลาละหมาดศุบฮฺ จนกระทั่งเวลาละหมาดซุฮฺริ และเวลาช่วงเย็น จะเริ่มจากเวลาอัศริจนกระทั่งเวลาละหมาดอีซาอ

- วิธีการอ่าน สำนวนที่ขีดเส้นใต้ข้างล่าง เช่น أَصْبَحْنَا เป็นสำนวนที่ใช้อ่านเฉพาะในช่วงเช้า ส่วนสำนวนที่ใช้อ่านในเวลาเย็น ให้ใช้สำนวนที่อยู่ในวงเล็บ เช่น (أَمْسَيْنَا)

บทซิกิรเช้าเย็น

1. أَعُوذُ بِاللَّهِ السَّمِيعِ الْعَلِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

ความหมาย “ฉันขอความคุ้มครองต่ออัลลอฮฺ ผู้ทรงได้ยิน ผู้ทรงรอบรู้ (ให้ปลอดภัย) จากชัยฏอนผู้ถูกสาปแช่ง”

2. بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ، اَلَمْ ، ذٰلِكَ اَلْكِتٰبُ لَا رَیْبَ
 فِیْهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِیْنَ ، الَّذِیْنَ یُؤْمِنُوْنَ بِالْغَیْبِ وَیُقِیْمُوْنَ الصَّلٰوةَ
 وَمِمَّا رَزَقْنٰهُمْ یُنْفِقُوْنَ ، وَالَّذِیْنَ یُؤْمِنُوْنَ بِمَا اُنزِلَ اِلَیْكَ وَمَا اُنزِلَ
 مِنْ قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ یُوقِنُوْنَ ، اُولٰٓئِكَ عَلٰی هُدًى مِّنْ رَّبِّهِمْ
 وَاُولٰٓئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُوْنَ .

ความหมาย “ด้วยพระนามของอัลลอฮ์ ผู้ทรงกรุณาปรานี ผู้ทรงเมตตาเสมอ, อลิฟ ลาม มีม, นี่คือนัมบ์ (อัลกุรอาน) ที่ไม่มีข้อเคลือบแคลงสงสัยอยู่ในนั้น มันเป็นทางนำสำหรับผู้ที่ยำเกรงต่อพระเจ้า ผู้ที่ศรัทธาในสิ่งที่พ้นญาณวิสัย และพวกเขา ดำรงการละหมาด และใช้จ่ายจากสิ่งที่เราได้ประทานให้แก่พวกเขา

ผู้ที่ศรัทธาในคัมภีร์ที่เราได้ส่งมาให้แก่เจ้า (มุฮัมมัด) และในคัมภีร์ที่เราได้ส่งมาก่อนหน้าเจ้า และพวกเขาเชื่อมั่นในโลกหน้า คนเหล่านี้คือผู้ที่อยู่บนทางนำจากพระผู้อภิบาลของพวกเขา และพวกเขาเหล่านี้เป็นผู้ที่ประสบผลสำเร็จ”
 [อัลบาคอเราะห์ : 1-5]

3. 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 مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ، وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ، لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ، قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ، فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِنْ بِاللَّهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ لَا انفِصَامَ لَهَا ۗ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ، اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ ءَامَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَوْلِيَاؤُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُم مِّنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ ۗ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ .

ความหมาย “อัลลอฮ์ นั้นคือไม่มีผู้ที่เป็นที่เคารพสักการะใดๆ นอกจากพระองค์เท่านั้น ผู้ทรงมีชีวิต ผู้ทรงบริหารกิจการทั้งหลาย โดยที่การร่งวงนอน และการนอนหลับใดๆ จะไม่เอาพระองค์ สิ่งที่อยู่ในบรรดาชั้นฟ้าและสิ่งที่อยู่ในแผ่นดิน นั้นเป็นของพระองค์ ใครเล่าคือผู้ที่จะขอความช่วยเหลือให้แก่ผู้อื่น ณ ที่พระองค์ได้ นอกจากด้วยอนุมัติของพระองค์ เท่านั้น พระองค์ทรงรู้สิ่งที่อยู่เบื้องหน้าของพวกเขา และสิ่งที่อยู่เบื้องหลังของพวกเขา และพวกเขาจะไม่ลืมหูลืมตาจากความรู้อันกว้างขวางของพระองค์ได้ นอกจากสิ่งที่พระองค์ประสงค์เท่านั้น เก้าอี้พระองค์นั้นกว้างขวางทั่วชั้นฟ้าทั้งหลายและแผ่นดิน และการรักษามันทั้งสองก็ไม่ใช่ภาระหนักแก่พระองค์ และพระองค์นั้น คือผู้ทรงสูงส่ง ผู้ทรงยิ่งใหญ่เสมอ” [อัลบาคอเราะห์: 255] “ไม่มีการบังคับใน (การนับถือ) ศาสนา สิ่งที่ถูกต้องได้ ถูกจำแนกแยกแยะออกจากสิ่งที่ผิดเป็นที่ชัดเจนแล้ว ดังนั้น ผู้ใดที่ปฏิเสธภูฏอฮุต (สิ่งเคารพจอมปลอมทั้งหลาย) และศรัทธาในอัลลอฮ์ แสดงว่าเขาได้ยึดกับสิ่งยึดเหนี่ยวมั่นคงไม่มีวันขาด และอัลลอฮ์เป็นผู้ทรงไต่ถาม ผู้ทรงรอบรู้ อัลลอฮ์ทรงเป็นผู้คุ้มครองบรรดาผู้ศรัทธาทั้งหลาย พระองค์ทรงนำพวกเขาออกจากความมืด (แห่งความหลงทาง) สู่ความสว่าง (แห่งศรัทธา)

และบรรดาผู้ปฏิเสธทั้งหลายผู้คุ้มครองพวกเขา คือเหล่าภู่อูฐต พวกมันนำเขาออกจากความสว่างสู่ความมืด พวกเขาเป็น ชาวนรก ซึ่งพวกเขาจะพำนักอยู่ในนั้นอย่างนิรันดร์กาล”
[อัลบากอเราะฮ์ : 256-257]

4. اللَّهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَإِنْ تُبَدُّوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ
أَوْ تُخَفُّوهُ يُحَاسِبِكُمْ بِهِ اللَّهُ فَيَغْفِرُ لِمَنْ يَشَاءُ وَيُعَذِّبُ مَنْ يَشَاءُ
وَاللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، ءَامَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ
وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ ءَامَنَ بِاللَّهِ وَمَلَيْكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفِرُّ
بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ ؕ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا
وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ، لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ
وَعَلَيْهَا مَا كَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تَأْخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَاْنَا رَبَّنَا وَلَا
تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا وَلَا
تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ؕ وَأَعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ
مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ .

ความหมาย “เป็นสิทธิแห่งอัลลอฮ์ซึ่งสรรพสิ่งในชั้นฟ้า
และสรรพสิ่งในแผ่นดิน และหากพวกเจ้าเปิดเผยสิ่งที่มีอยู่ในใจ

ของพวกเจ้าหรือจะปิดบังมันไว้ก็ตาม อัลลอฮ์ก็จักทรงนำมัน มาสอบสวนอย่างแน่นอน และพระองค์ก็ทรงให้อภัยแก่ผู้ที่ พระองค์ทรงประสงค์ และทรงลงโทษแก่ผู้ที่พระองค์ทรงประสงค์ และอัลลอฮ์ทรงเดชานุภาพเหนือทุกสิ่ง รอซูล (นบีมูฮัมมัด) ได้ศรัทธาต่ออัลกุรอาน ที่ได้ถูกประทานลงมาแก่เขาจาก พระผู้อภิบาลของเขา และบรรดาผู้ศรัทธาทั้งหลายก็ศรัทธา ต่ออัลกุรอาน เช่นกัน ทั้งหมดล้วนศรัทธาต่ออัลลอฮ์ บรรดา มลาอิกะฮ์ของพระองค์ บรรดาคัมภีร์ของพระองค์และบรรดา ศาสนทูตของพระองค์ (พวกเขา กล่าวว่า) เราจะมิได้จำแนก ระหว่างผู้ใดจากบรรดาศาสนทูตของพระองค์ และพวกเขา กล่าวว่า เราได้ยินแล้ว และเราเชื่อฟังแล้ว การอภัยโทษจาก พระองค์ โอ้พระผู้อภิบาลของเรา (คือสิ่งที่พวกเราปรารถนา) และยิ่งพระองค์เราจะกลับคืนสู่ อัลลอฮ์ไม่ทรงแบกภาระให้แก่ ชีวิตใดนอกจากในสิ่งที่เขาสามารถ เขาจะได้รับการตอบแทน ในสิ่งดีตามที่เขาได้ชวนชวาย และเขาจะได้รับการลงโทษ ในสิ่งชั่วที่เขาได้ชวนชวายไว้เช่นกัน โอ้พระผู้อภิบาลของเรา ขอพระองค์ได้โปรดอย่าเอาผิดเรา หากเราเกิดหลงลืมหรือ ผิดพลาดไป โอ้พระผู้อภิบาลของเรา ได้โปรดอย่ามอบภาระหนัก ไฉน ให้เราแบกรับ (จนเหนือความสามารถของเรา) ดังที่

พระองค์ได้ทรงมอบให้ประชาชาติก่อนหน้าเราแบกรับมันไว้
โอ้พระผู้อภิบาลของเราได้โปรดอย่าให้เราแบกรับในสิ่งที่
เหนือกำลังที่เราจะแบกรับมันได้ และได้โปรดยกโทษและ
ประทานอภัยแก่เรา และเมตตาเราด้วยเถิด พระองค์ คือ
เจ้านายของเรา ดังนั้นพระองค์ได้โปรดทรงช่วยเหลือพวกเรา
ให้ได้รับชัยชนะเหนือกลุ่มชนที่ปฏิเสธศรัทธาด้วยเถิด”
[อัลบะกอเราะฮ์ : 284-286]

5. حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ.

ความหมาย “อัลลอฮฺทรงพอเพียงแล้วสำหรับฉัน
ไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจากพระองค์ แต่เพียงพระองค์เท่านั้น
ที่ฉันได้มอบหมายและพึ่งพา และพระองค์คือองค์อภิบาล
แห่งบัลลังก์อันยิ่งใหญ่” [อัตเตาบะฮ์ :129] (อ่าน 7 ครั้ง)

6. أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ، فَتَعَلَىٰ
 اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ ، وَمَنْ يَدْعُ
 مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ لَا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ ۗ فَأِنَّمَا حِسَابُهُ عِنْدَ رَبِّهِ ۗ إِنَّهُ
 لَا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ ، وَقُلْ رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ .

ความหมาย “พวกเจ้าคิดว่า แท้จริงเราได้อำนาจให้พวกเจ้าบังเกิดมาโดยไร้ประโยชน์ และแท้จริงพวกเจ้าจะไม่กลับไปหาเรากระนั้นหรือ ดังนั้น ความสูงส่งนั้นเป็นของอัลลอฮ์ พระองค์ทรงอำนาจอันแท้จริง ไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจากพระองค์ ผู้เป็นเจ้าของบัลลังก์อันทรงเกียรติ และผู้ใดวิงวอนขอจากสิ่งเคารพอื่นคู่เคียงอัลลอฮ์โดยไม่มีหลักฐานพิสูจน์แก่เขา ในกรณีนี้ แท้จริงการคิดบัญชีของเขายู่ที่พระผู้อภิบาลของเขา แท้จริงบรรดาผู้ที่ปฏิเสธศรัทธาจะไม่ประสบความสำเร็จ และจงกล่าวเถิด (มุฮัมมัด) ว่า ข้าแต่ผู้อภิบาลแห่งพระองค์ ขอพระองค์ทรงโปรดอภัยและทรงเมตตา และพระองค์ทรงเป็นผู้ที่ดี ยิ่งในหมู่ผู้ที่มีความเมตตา” [อัลมูมิnun :115-118]

7. بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، حَمَّ ، تَنْزِيلُ الْكِتَابِ مِنَ اللَّهِ الْعَزِيزِ
 الْعَلِيمِ ، غَافِرِ الذَّنْبِ وَقَابِلِ التَّوْبِ شَدِيدِ الْعِقَابِ ذِي الطَّوْلِ
 لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ إِلَهٌ الْمَصِيرُ.

ความหมาย “ด้วยพระนามของอัลลอฮ์ ผู้ทรงกรุณา
 ปราณี้ ผู้ทรงเมตตาเสมอ, ฮาอิมิม, คัมภีร์นี้เป็นการประทานลง
 มาจากอัลลอฮ์ ผู้ทรงเดชานุภาพ ผู้ทรงรอบรู้ ผู้ทรงอภัยในบาป
 และผู้ทรงรับการขออภัยโทษ ผู้ทรงเข้มงวดในการลงโทษ ผู้ทรง
 เต็มเปี่ยมไปด้วยความโปรดปราน ไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจาก
 พระองค์ ยังพระองค์คือการกลับคืน” [ขอพิร: 1-3]

8. هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ
 الرَّحِيمُ ، هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ
 الْمُؤْمِنُ الْمُهِيمُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ ، سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا
 يُشْرِكُونَ ، هُوَ اللَّهُ الْخَلِيقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ
 الْحُسْنَى ، يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ

ความหมาย “พระองค์คืออัลลอฮ์ ซึ่งไม่มีพระเจ้า
 อื่นใดอีกนอกจากพระองค์ผู้ทรงรอบรู้สิ่งเร้นลับและสิ่งเปิดเผย

พระองค์คือผู้ทรงกรุณาปรานี ผู้ทรงเมตตาเสมอ พระองค์ คือ อัลลอฮ์ ซึ่งไม่มีพระเจ้าอื่นใดอีกนอกจากพระองค์ ผู้ทรงอำนาจสูงสุด ผู้ทรงบริสุทธิ์ ผู้ทรงความศานติสุข ผู้ทรงให้ความปลอดภัย ผู้ทรงพิทักษ์รักษา ผู้ทรงเดชานุภาพ ผู้ทรงพลังอันมหาศาล ผู้ทรงยิ่งใหญ่ มหาบริสุทธิ์แต่อัลลอฮ์ให้พ้นจากสิ่งที่พวกเขาตั้งภาคีต่อพระองค์ พระองค์คืออัลลอฮ์ ผู้ทรงสร้าง ผู้ทรงให้บังเกิด ผู้ทรงทำให้เป็นรูปร่าง สำหรับพระองค์คือพระนามทั้งหลาย อันสวยงามไพเราะ สิ่งที่อยู่ในชั้นฟ้าทั้งหลายและแผ่นดินต่าง แห่ซ้องสดุดีพระองค์ และพระองค์เป็นผู้ทรงอำนาจ ผู้ทรงปรีชาญาณ” [อัลหัจร : 22-24]

9: بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ، قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ، اللَّهُ الصَّمَدُ ، لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ، وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ .

ความหมาย “ด้วยพระนามของอัลลอฮ์ ผู้ทรงกรุณาปรานี ผู้ทรงเมตตาเสมอ จงกล่าวเถิด (โอ้ผู้ศรัทธา) พระองค์ คือ อัลลอฮ์ ผู้ทรงเอกะ อัลลอฮ์นั้นทรงเป็นที่พึ่ง พระองค์ไม่ประสูติ และไม่ทรงถูกประสูติ และไม่มีผู้ใดเสมอเหมือนพระองค์” [อัลกุรอาน 112 : 1-4] (อ่าน 3 ครั้ง)

10. بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ، مِنْ شَرِّ مَا
خَلَقَ، وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ، وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ،
وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ.

ความหมาย “ด้วยพระนามของอัลลอฮ์ ผู้ทรง
กรุณาปรานี ผู้ทรงเมตตาเสมอ จงกล่าวเถิด (โอ้ผู้ยึดมั่น)
ข้าพระองค์ขอความคุ้มครองต่อพระเจ้าแห่งรุ่งอรุณ ให้พ้น
จากความชั่วร้ายที่พระองค์ได้ทรงบันดาลขึ้น และจากความชั่ว
ร้าย แห่งความมืดของกาลเวลากลางคืน เมื่อมันแผ่คลุม และ
จากความชั่วร้ายของบรรดาผู้เสกเป่าในปมเงื่อน และจาก
ความชั่วร้ายของผู้อิจฉาเมื่อเขาอิจฉา” [113 : 1-5] (อ่าน 3 ครั้ง)

11: بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ، مَلِكِ
النَّاسِ ، إِلَهِ النَّاسِ ، مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ، الَّذِي
يُوسِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ، مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ .

ความหมาย “ด้วยพระนามของอัลลอฮ์ ผู้ทรง
กรุณาปรานี ผู้ทรงเมตตาเสมอ จงกล่าวเถิด (โอ้ผู้ฮัมมัด)
ข้าพระองค์ขอความคุ้มครอง ต่อพระเจ้าแห่งมนุษยชาติ
พระราชาแห่งมนุษยชาติ พระเป็นเจ้าแห่งมนุษยชาติ ให้พ้นจาก
ความชั่วร้าย ของผู้กระซิบกระซาบที่ลอบล่อ ที่กระซิบกระซาบ
ในหัวอกของมนุษย์ จากหมู่ญินและ มนุษย์”[114 : 1-6] (3 ครั้ง)

12. اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا (أَمْسَيْنَا)، وَبِكَ
أَمْسَيْنَا (أَصْبَحْنَا) ، وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ، وَإِلَيْكَ
النُّشُورُ (الْمَصِيرُ).

ความหมาย “โอ้อัลลอฮ์ พวกเรามีชีวิตอยู่ในเช้านี้
(ค่ำคืนนี้) ด้วยพระองค์ และพวกเรามีชีวิตอยู่ในค่ำคืนนี้
(เช้านี้) ด้วยพระองค์ พวกเรามีชีวิตอยู่ด้วยพระองค์ และ
ตายด้วยพระองค์ และเราจะฟื้นคืนชีพกลับไปสู่พระองค์”

13. اللَّهُمَّ إِنِّي أَصْبَحْتُ (أَمْسَيْتُ) مِنْكَ فِي نِعْمَةٍ وَعَافِيَةٍ وَسِرِّرٍ ، فَأَتِمَّ نِعْمَتَكَ عَلَيَّ وَعَافِيَتَكَ وَسِرِّرَكَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ.

ความหมาย “โอ้อัลลอฮฺ เราได้ใช้ชีวิตในเช้านี้ (คำคืนนี้) ในนิมัต ความปลอดภัย และการปกปิด/คุ้มครองจากพระองค์ ดังนั้น ขอพระองค์ทรงทำให้นิมัต ความปลอดภัย และการปกปิด/คุ้มครองจากพระองค์สมบูรณ์แก่ข้าในโลกดุนยานี้ และในอาคีรัตด้วยเถิด”

14. اللَّهُمَّ مَا أَصْبَحَ (أَمْسَى) بِي مِنْ نِعْمَةٍ أَوْ بَاحِدٍ مِنْ خَلْقِكَ ، فَمِنْكَ وَحَدِّكَ لَا شَرِيكَ لَكَ ، فَكَالْحَمْدُ وَلَكَ الشُّكْرُ.

ความหมาย “โอ้อัลลอฮฺ ไม่มีนิมัต/การประทานอันใด ที่อยู่กับพวกเราในเช้านี้ (คำคืนนี้) หรือกับสิ่งอื่นๆ ในหมู่สรรพสิ่งของพระองค์ นอกเสียว่ามันมาจากพระองค์ผู้เดียวเท่านั้น ไม่มีภาคใดๆ ทั้งสิ้น ดังนั้นการสรรเสริญและการขอบคุณจึงเป็นของพระองค์ทั้งสิ้น”

15. أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ (أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى) الْمَلِكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ
لِلَّهِ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ (الْمَصِيرُ).
ความหมาย “พวกเรามีชีวิตอยู่ในเช้านี้ (คำคืนนี้)

โดยอำนาจการปกครองเป็นของอัลลอฮ์ และมวลการสรรเสริญ
เป็นเอกสิทธิ์ของพระองค์ โดยปราศจากการตั้งภาคีใดๆ สำหรับ
พระองค์ ไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจากพระองค์ และยังพระองค์
คือที่แห่งการกลับคืนสู่”

16. أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ (أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى) الْمَلِكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ
، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ
عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذَا
الْيَوْمِ (هَذِهِ اللَّيْلَةَ) وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ (بَعْدَهَا)، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ
شَرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ (هَذِهِ اللَّيْلَةَ) وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ (بَعْدَهَا).
رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوءِ الْكِبَرِ، رَبِّ
أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ النَّارِ وَعَذَابِ الْقَبْرِ.

ความหมาย “พวกเรามีชีวิตอยู่ในเช้านี้ (คำคืนนี้) โดยที่อำนาจ
การปกครองเป็นกรรมสิทธิ์ของอัลลอฮ์ และมวลการสรรเสริญ

ก็เป็นกรรมสิทธิ์ของอัลลอฮฺ ไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจากอัลลอฮฺ
องค์เดียวเท่านั้น โดยปราศจากภาคีใดๆ สำหรับพระองค์ อำนาจ
การปกครองเป็นกรรมสิทธิ์ของพระองค์ มวลการสรรเสริญ
เป็นกรรมสิทธิ์ของพระองค์ พระองค์ทรงอำนาจเหนือสรรพสิ่ง
ทั้งมวล โอ้พระผู้อภิบาลของฉันฉันขอวิงวอนต่อพระองค์
โปรดประทานความดีที่มีอยู่ในวันนี้ (ค่าคืนนี้) และความดี
หลังจากนั้นแก่ฉัน และฉันขอความคุ้มครองต่อพระองค์จาก
ความชั่วร้ายของวันนี้ (ค่าคืนนี้) และความชั่วร้ายหลังนั้น
โอ้พระผู้อภิบาลของฉัน ฉันขอความคุ้มครองต่อพระองค์จาก
ความเกียจคร้านและความเลวร้ายของความแก่ชราโอ้พระผู้
อภิบาลของฉัน ฉันขอความคุ้มครองต่อพระองค์จากการทรมาณ
(ลงโทษ)ในนรก และการลงโทษในกุบูร (หลุมฝังศพ)”

17. أَصْبَحْنَا (أَمْسَيْنَا) عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ، وَكَلِمَةِ الْإِخْلَاصِ،
وَدَيْنِ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَمِلَّةِ أَبِيْنَا إِبْرَاهِيمَ صَلَّى اللَّهُ
عَلَيْهِ وَسَلَّمَ حَنِيفًا مُسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ.

ความหมาย “เรามีชีวิตอยู่ในเช้านี้ (คำคืนนี้)
 บนกมลสันดานแห่งอิสลาม และบนถ้อยคำที่บริสุทธิ์(คำปฏิญาณตน
 ลาอิลาฮะอิลลัลลอฮ์ มุฮัมมัด รอซูลุลลอฮ์) และบนศาสนาของ
 นบีของพวกเขา มุฮัมมัดคือลัลลอฮ์อูอะลัยฮิวะซัลลัม และ
 บนศาสนาของบิดาของพวกเขา นบีอิบรอฮีม คือลัลลอฮ์อูอะลัย
 ฮิวะซัลลัม ผู้ที่ยึดมั่นบนแนวทางที่เที่ยงตรงและยอมจำนนเสมอ
 และเขาไม่ใช่คนหนึ่งจากบรรดาผู้ที่ตั้งภาคี”

18. أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ (أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى) الْمَلِكُ اللَّهُ رَبُّ
الْعَالَمِينَ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ هَذَا الْيَوْمِ فَتَحَهُ وَنَصَرَهُ
وَنُورَهُ وَبَرَكَتَهُ وَهُدَاهُ (هَذِهِ اللَّيْلَةُ فَتَحَهَا وَنَصَرَهَا وَنُورَهَا
وَبَرَكَتَهَا وَهُدَاهَا)، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِيهِ (فِيهَا) وَشَرِّ مَا
بَعْدَهُ (بَعْدَهَا).

ความหมาย “พวกเราได้มีชีวิตอยู่ในเช้านี้ (คำคืนนี้)
 โดยที่อำนาจการปกครองเป็นกรรมสิทธิ์ของ อัลลอฮ์ พระผู้ทรง

อภิบาลแห่งสากลโลก โอ้อัลลอฮฺ แท้จริงฉันขอวิงวอนต่อพระองค์
ซึ่งความดี ชัยชนะความช่วยเหลือ รัศมี สิริมงคล และทางนำของวันนี้
(คำคีนนี้) และฉันขอความคุ้มครองต่อพระองค์จากความชั่วร้าย
ในวันนี้ (คำคีนนี้) และหลังจากนั้น”

19. اَللّٰهُمَّ فَاطِرَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ، عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، رَبِّ
كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيْكَهٗ، اَشْهَدُ اَنْ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ ،
اَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِيْ وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطٰنِ
وَشِرْكَهٖ ، وَاَنْ اَقْتَرِفَ عَلٰى نَفْسِيْ سَوْءًا اَوْ اَجْرَهٗ
اِلٰى مُسْلِمٍ .

ความหมาย “โอ้อัลลอฮฺ ผู้ทรงสร้างชั้นฟ้าทั้งหลาย
และแผ่นดิน ผู้ทรงรอบรู้ในสิ่งที่ซ่อนเร้นและเปิดเผย โอ้อพระผู้
อภิบาลและครอบครองแห่งสรรพสิ่งทั้งมวล ฉันขอปฏิญาณ
ตนว่าไม่มีพระเจ้าอื่นใด นอกจากอัลลอฮฺ ฉันขอความคุ้มครอง
ต่อพระองค์จากความชั่วร้ายของตัวเอง และจากความชั่วร้าย
ของชัยฏอนและสมุนของมัน และฉันขอความคุ้มครอง จากความ
ชั่วที่ฉันกระทำต่อตัวเอง หรือกระทำต่อมุสลิมคนอื่น”

20. رَضِيْتُ بِاللَّهِ رَبًّا وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا وَبِمُحَمَّدٍ رَسُولًا.

ความหมาย “ฉันพอใจด้วยอัลลอฮ์ผู้เป็นองค์อภิบาล
พอใจด้วยอิสลามเป็นศาสนาของฉัน และพอใจด้วยท่าน
นบีมุฮัมมัด คือลลัลลอฮูอะลัยฮิวะซัลลัม ผู้เป็นศาสนทูต”
(อ่าน 3 ครั้ง)

21. سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ عَدَدَ خَلْقِهِ ، وَرِضَا نَفْسِهِ ،
وَزِينَةَ عَرْشِهِ ، وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ .

ความหมาย “มหาบริสุทธิ์แต่อัลลอฮ์ และด้วยการ
สรรเสริญสุดดีต่อพระองค์ (ที่มากมาย) เท่าจำนวนสรรพสิ่ง
ทั้งหลายที่พระองค์ทรงสร้างมาตามความพึงพอใจของพระองค์
และตามน้ำหนักแห่งบัลลังก์ของพระองค์ และตามน้ำหมึก
แห่งพจนารถของพระองค์” (อ่าน 3 ครั้ง)

22. سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، لَاقُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ، مَا شَاءَ اللَّهُ كَانَ، وَمَا لَمْ
يَشَأْ لَمْ يَكُنْ، وَأَعْلَمُ أَنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، وَأَنَّ اللَّهَ قَدْ
أَحَاطَ بِكُلِّ شَيْءٍ عِلْمًا.

ความหมาย “มหาบริสุทธิ์ยิ่งพระองค์อัลลอฮ์และด้วยการสรรเสริญแต่พระองค์ ไม่มีพละกำลังใดนอกจากเป็นไป ด้วยการอนุมัติของพระองค์ สิ่งใดที่อัลลอฮ์ประสงค์ย่อมจะเกิดขึ้น และสิ่งใดที่พระองค์ไม่ประสงค์ย่อมจะไม่บังเกิด และข้าพระองค์รู้ว่าอัลลอฮ์นั้นทรงสามารถเหนือทุกๆ สิ่ง และรู้ว่าอัลลอฮ์ทรงครอบคลุมด้วยความรู้เหนือทุกๆ สิ่งเช่นกัน”

23. بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ
وَلَا فِي السَّمَاءِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

ความหมาย “ด้วยพระนามของอัลลอฮ์ ผู้ซึ่งไม่มีสิ่งหนึ่งสิ่งใดบนพื้นแผ่นดินและชั้นฟ้าสามารถให้โทษพร้อมกับพระนามของพระองค์ได้ และพระองค์เป็นผู้ทรงได้ยิน ผู้ทรงรอบรู้อย่างยิ่ง” (อ่าน 3 ครั้ง)

24. أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ.

ความหมาย “ฉันขอความคุ้มครองด้วยพระพจนารถแห่งอัลลอฮ์ที่สมบูรณ์ยิ่ง (ให้ปลอดภัย) จากความเลวร้ายของสิ่งต่างๆ ที่อัลลอฮ์ทรงสร้าง” (อ่าน 3 ครั้ง)

25. اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ غَلَبَةِ الدِّينِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ.

ความหมาย “โอ้ พระผู้อภิบาลแห่งเรา ข้าพระองค์ขอความคุ้มครองต่อพระองค์จากความกังวลและความทุกข์ ข้าพระองค์ขอความคุ้มครองต่อพระองค์จากความอ่อนแอและความเกียจคร้าน ข้าพระองค์ขอความคุ้มครองจากความขี้ขลาดและความตระหนี่ถี่เหนียว ข้าพระองค์ขอความคุ้มครองต่อพระองค์จากหนี้สินที่ล้นพ้นและการคุกคามขู่เข็ญของบุคคล (ที่ชั่วร้าย)”

26. اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي ، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي
سَمْعِي ، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ
، اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ ، اللَّهُمَّ
إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ .

ความหมาย “โอ้อัลลอฮฺ ขอได้โปรดประทานพลาณามัย
ที่ดีแก่เรือนร่างของข้าพระองค์ โอ้อัลลอฮฺ ขอได้โปรดประทาน
สุขภาพดีแก่การฟังของข้าพระองค์ โอ้อัลลอฮฺ ขอได้โปรดประทาน
สุขภาพดีแก่การมองของข้าพระองค์ ไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจาก
พระองค์ โอ้อัลลอฮฺ แท้จริงข้าพระองค์ขอความคุ้มครอง
ต่อพระองค์จากการฝ่าฝืนและความยากจนและข้าพระองค์
ขอความคุ้มครองต่อพระองค์จากการทรมานในกุบูร (หลุมฝังศพ)
ไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจากพระองค์” (3 ครั้ง)

27. اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي
 الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ
 وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي ، اللَّهُمَّ
 اسْتُرْ عَوْرَاتِي وَآمِنْ رَوْعَاتِي ، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي
 مِنْ بَيْنِ يَدَيَّْ وَمِنْ خَلْفِي وَعَنْ يَمِينِي وَعَنْ شِمَالِي ،
 وَمِنْ فَوْقِي ، وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي .

ความหมาย “โอ้อัลลอฮฺ แท้จริงฉันขอวิงวอนต่อพระองค์
 ได้โปรดประทานอภัยและความปลอดภัย (แก่ฉัน) ทั้งในโลก
 ดุนยาและอาคีรัต โอ้อัลลอฮฺ แท้จริงฉันขอวิงวอนต่อพระองค์
 ได้โปรดประทานอภัย และความปลอดภัยในศาสนาของฉัน
 โลกดุนยาของฉัน โอ้อัลลอฮฺ ได้โปรดปกปิดเอาเราะฮ์ (สิ่งที่
 บกพร่องในตัวฉันและความลับที่คนอื่นไม่ควรรู้เห็น) ของฉัน
 และขอได้โปรดประทานความสงบเยือกเย็นในใจของฉัน
 โอ้อัลลอฮฺ ขอได้โปรดคุ้มครองฉันจาก (ความชั่วร้ายที่มีอยู่)
 เบื้องหน้าของฉันและเบื้องหลังของฉัน เบื้องขวาของฉัน
 เบื้องซ้ายของฉัน และเบื้องบนของฉัน และฉันขอความคุ้มครอง
 ด้วยความยิ่งใหญ่ของพระองค์ จากการถูกจู่โจมจากเบื้องล่าง
 ของฉัน (คือถูกธรณีสูบ)”

28. يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ، بِكَ أَسْتَعِيْثُ فَأَصْلِحْ لِيْ
شَأْنِيْ كُلَّهُ ، وَلَا تَكِلْنِيْ إِلَى نَفْسِيْ طَرْفَةَ عَيْنٍ.

ความหมาย “โอ้พระเจ้าผู้ทรงชีวิต ผู้ทรงดำรงอยู่ด้วยพระองค์เอง ด้วยพระองค์เท่านั้นที่ฉันวิงวอนขอความช่วยเหลือ ดั่งนั้นขอพระองค์โปรดปรับปรุงกิจการต่างๆ ของฉันให้ดีขึ้นด้วย และโปรดอย่าได้ทอดทิ้งหรือปล่อยวางให้เป็นภาระแก่ตัวฉันเพียงลำพัง (โดยไม่ได้รับการสนับสนุนและช่วยเหลือจากพระองค์) แม้เพียงชั่วพริบตาเดียว”

29. اَللّٰهُمَّ اَنْتَ رَبِّيْ، لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ ، خَلَقْتَنِيْ وَاَنَا
عَبْدُكَ وَاَنَا عَلٰى عَهْدِكَ وَاَوْعَدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ ،
اَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ ، اَبُوْءُ لَكَ
بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ ، وَاَبُوْءُ بِذَنْبِيْ فَاغْفِرْ لِيْ فَاِنَّهُ لَا
يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ اِلَّا اَنْتَ.

ความหมาย “โอ้อัลลอฮ์ พระองค์คือพระเจ้าผู้อภิบาลของฉัน ไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจากอัลลอฮ์ พระองค์ทรงสร้างฉันและฉันคือบ่าวของพระองค์ ตัวฉันกับ สัญญาแห่งผลตอบแทนที่ดีและสัญญาแห่งการลงโทษของพระองค์นั้น (ฉันทำได้)

เท่าที่ฉันมีความสามารถเท่านั้น ฉันขอความคุ้มครองต่อพระองค์ จากความชั่วร้ายที่ฉันได้กระทำไว้ ฉันกลับไปหาพระองค์ด้วยการยอมรับในความผิดบาปของฉัน ดังนั้นขอได้โปรดประทานอภัยแก่ฉันเถิด เพราะแท้จริงไม่มีผู้ใดสามารถประทานอภัยในบาปต่างๆ ได้นอกจากพระองค์”

30. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ، وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ، وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ، اللَّهُمَّ بَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ، وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ، وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ، إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ.

ความหมาย “โอ้อัลลอฮ์ ได้โปรดทรงประทานเศาะลาวาต แก่มุฮัมมัด และวงศ์วานของมุฮัมมัด เสมือนกับที่พระองค์ได้ทรงประทานเศาะลาวาตให้แก่อิบรอฮีมและวงศ์วานของอิบรอฮีม แท้จริงพระองค์คือผู้ทรงได้รับการสรรเสริญยิ่ง ผู้ทรงบารมียิ่ง โอ้อัลลอฮ์ ได้โปรดทรงประทานความบะรอกัต (ความจำเริญ) ให้แก่มุฮัมมัดและวงศ์วานของมุฮัมมัด เสมือนที่พระองค์ได้ทรงประทานความบะรอกัตให้แก่อิบรอฮีมและวงศ์วานของอิบรอฮีม แท้จริงพระองค์คือผู้ทรงได้รับการสรรเสริญยิ่ง ผู้ทรงบารมียิ่ง”

31. سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ

ความหมาย “มหาบริสุทธิ์ยิ่งแด่อัลลอฮ์ และด้วยการสรรเสริญสุดดีต่อพระองค์” (100 ครั้ง)

32. لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ.

ความหมาย “ไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจาก อัลลอฮ์ แต่เพียงพระองค์เดียว ไม่มีภาคีใดๆ สำหรับพระองค์ การปกครองและมวลการสรรเสริญเป็นเอกสิทธิ์ของพระองค์ และพระองค์ทรงอำนาจเหนือสรรพสิ่งทั้งมวล” (1, 10 หรือ 100 ครั้ง)

33. سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْزَأَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ .

ความหมาย “มหาบริสุทธิ์ยิ่งแด่พระองค์ โอ้อัลลอฮ์ และด้วยการสรรเสริญต่อพระองค์ ฉันขอปฏิญาณตนว่า ไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจากอัลลอฮ์ ฉันขออภัยโทษต่อพระองค์ และฉันขออุกแกโทษจากพระองค์”

4. บทอิสติฆฟาร (การขอภัยโทษ)

มนุษย์เราหนีไม่พ้นจากการกระทำความผิด และมุสลิมผู้ศรัทธานั้นเมื่อทำความผิดแล้วต้องรีบกลับเนื้อกลับตัว ซึ่งหากได้กระทำความผิดต่ออัลลอฮฺจะต้องเตาบัตและขอภัยโทษต่อพระองค์

อัลลอฮฺ ซุบฮานะฮฺวาทะอาลา ได้ตรัสว่า

وَأَنْ أَسْتَغْفِرُوا رَبَّهُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ ...

ความหมาย “และพวกเจ้าจงขอภัยโทษต่อพระเจ้า อภิบาลของพวกเจ้า แล้วกลับเนื้อกลับตัวต่อพระองค์เสีย”

[ฮุด : 3]

ดังนั้นบรรดามุสลิมและมุสลิมะฮ์ทุกคนควรจะขอภัยโทษต่ออัลลอฮฺทุกๆ วันไม่น้อยกว่า 100 ครั้ง ดังที่ท่านนบีคือลลัลลอฮฺอะลัยฮิอะซัลลิม ได้กล่าวว่า

إِنَّهُ لَيَغَانُ عَلَى قَلْبِي وَإِنِّي لَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ فِي الْيَوْمِ مِائَةَ مَرَّةٍ.

ความหมาย “แท้จริงฉันรู้สึกเหมือนมีสนิม (นั่นคือ สีมร่าลึกถึงอัลลอฮฺ) ในจิตใจของฉัน และแท้จริงฉันจึงจะขอภัยโทษต่ออัลลอฮฺในวันหนึ่งๆ จำนวน 100 ครั้ง” [เศาะฮียฺมุสลิม 2702]

ส่วนหนึ่งของสำนวนอิสติฆฟาร์ที่มีสายรายงานที่ถูกต้องคือ

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ .

ความหมาย “ฉันขอภัยโทษต่ออัลลอฮฺ ผู้ซึ่งไม่มีพระเจ้าอื่นใดนอกจากพระองค์ ผู้ทรงชีวิต ผู้ทรงบริหารดูแลกิจการทั้งหลาย และฉันขอกลับคืนสู่พระองค์ (ขอลูแก่โทษจากพระองค์)”

رَبِّ اغْفِرْ لِي وَتُبْ عَلَيَّ إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ.

ความหมาย “โอ้พระผู้อภิบาลของฉัน ขอได้โปรดยกโทษให้แก่ฉัน ขอได้โปรดประทานอภัยโทษให้แก่ฉัน แท้จริงพระองค์คือผู้ทรงเปี่ยมด้วยการให้อภัยและทรงเมตตาอย่างยิ่ง”

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ .

ความหมาย “ฉันขออภัยโทษต่ออัลลอฮ์ และฉันขอกลับคืนสู่พระองค์ (ขอลุแกโทษจากพระองค์)”

5. บทกวีต่างๆ

- ดุอา เมื่อสังสัยเรื่องความศรัทธา

أَمَنْتُ بِاللَّهِ وَرُسُلِهِ

คำอ่าน “อามันตุ บิ้ลลาฮา ว่า รุซูลิฮฺ”

คำแปล “ฉันศรัทธาต่อพระองค์อัลลอฮ์ และ (ศรัทธา)

ต่อบรรดาศาสนทูตของพระองค์ (เช่นกัน)”

- ดุอา ขอให้แก่พ่อแม่

رَبِّ اغْفِرْ لِيْ وَلِوَالِدَيَّ وَارْحَمْهُمَا
كَمَا رَبَّيْتَنِي صَغِيرًا

คำอ่าน “ร็อบบิฆฟิรลีญ ว่าลิวาลิดัยยะ วัรฮัมฮุมมา
กัมา ร็อบบัยยานีญ ส่อฆ็ีรอ”

คำแปล “โอ้พระผู้อภิบาลของฉัน ขอพระองค์ทรงโปรด
อภัยโทษให้แก่ฉัน และบิดามารดาของฉัน และโปรดประทาน
ความเมตตาแก่ทั้งสอง เสมือนที่ท่านทั้งสองได้เคยเลี้ยงดูฉัน
ตั้งแต่เยาว์วัย”

- ดอานั่ง (หรือซับซี) พาหนะ

بِسْمِ اللَّهِ، الْحَمْدُ لِلَّهِ سُبْحَانَ الَّذِي
 سَخَّرَ لَنَا هَذَا وَمَا كُنَّا لَهُ مُقْرِنِينَ
 وَإِنَّا إِلَى رَبِّنَا لَمُنْقَلِبُونَ
 الْحَمْدُ لِلَّهِ (ثَلَاثًا)
 اللَّهُ أَكْبَرُ (ثَلَاثًا)
 سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي
 فَاعْفُرْ لِي فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ

คำอ่าน “บิสมิ้ลลาฮฺ, อัลฮัมดุลิลลาฮฺ ซุบฮานัลลาซีย
 ซัคคอร่อ ล่านา ฮาซา ว่ามา กุณา ละฮฺ มุกรีนิน ว่า อินนา
 อิลา ร็อบบิनाละมุงก้อลิบูน

อัลฮัมดุลิลลาฮฺ (กล่าวสามครั้ง)

อัลลอฮุอักบัร (กล่าวสามครั้ง)

ซุบฮาน่ากัลลอสุมมา อินนีย ซอลัมตุ นัฟซี ฤฆฟิร ลีย
 พะอินน่าฮฺ ลา ยัฆฟิรฺซุซุญูบ่า อิ้ลลา อันต่า”

คำแปล “ด้วยนามของพระองค์อัลลอฮฺ, การสรรเสริญ
 เป็นสิทธิแต่พระองค์อัลลอฮฺ มหาบริสุทธิ์ที่ แต่พระองค์อัลลอฮฺ

ผู้ซึ่งประทานพาหนะนี้ (เพื่อความสะดวก) สำหรับพวกเรา โดย
ฉันไม่มีความสามารถใดๆ ที่จะบังคับมันได้ และสำหรับพวกเรา
คือ การกลับคืนสู่พระองค์อย่างแน่นอน

การสรรเสริญเป็นสิทธิแต่พระองค์อัลลอฮ์

พระองค์อัลลอฮ์ทรงยิ่งใหญ่

มหาบริสุทธิ์แต่พระองค์อัลลอฮ์ โอ้อัลลอฮ์ แท้จริงฉัน
อธรรมแก่ตัวของตัวเอง ดังนั้นขอพระองค์ทรงโปรดอภัยโทษ
ให้แก่ฉันด้วยเถิดที่จริงไม่มีบุคคลใดอภัยโทษในความผิดต่างๆ
(ของฉันได้) นอกจากพระองค์ (เพียงผู้เดียว) เท่านั้น”

- **ดุอา เมื่อลมพัด**

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَهَا وَخَيْرَ مَا فِيهَا
وَخَيْرَ مَا أُرْسِلَتْ بِهِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهَا
وَشَرِّ مَا فِيهَا وَشَرِّ مَا أُرْسِلَتْ بِهِ

คำอ่าน “อัลลอฮุมมา อินนีย อัสอ้าลุก้า ค็อยร่อฮา
ว่า ค็อยร่อ มาฟิฮา ว่าค็อยร่อมา อูรูลิลาต ปิอี, ว่าอ้าอูซุ
บิก้ามิน ชัรริฮา ว่าชัรริมา ฟิฮา ว่าชัรริมา อูรูลิลาต ปิอี”

คำแปล “โอ้อัลลอฮฺ ฉันขอให้พระองค์ทรงประทานลม
สิ่งที่มากับลม และสิ่งซึ่งถูกส่งมาพร้อมกับลม (ล้วน) เป็นสิ่งดี
และฉันขอความคุ้มครองต่อพระองค์ให้พ้นจากลม สิ่งทีมากับ
ลม และสิ่งซึ่งถูกส่งมาพร้อมกับลมที่ชั่วร้ายด้วยเถิด”

- **ดุอาให้พ้นจากชิริก (การตั้งภาคี)**

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ أَنْ أَشْرِكَ بِكَ
وَأَنَا أَعْلَمُ وَاسْتَغْفِرُكَ لِمَا لَا أَعْلَمُ

คำอ่าน “อัลลอฮุมมา อินนีย อ้าอูซุ บิก้า อัน อูชริก้า
บิก้า ว่าอ้าน่า อะอะลัม ว่า อัสตัมฟิรูก้า ลิมา ลา อะอะลัม”

คำแปล โอ้อัลลอฮฺ แท้จริงฉันขอความคุ้มครอง
จากพระองค์ให้พ้นจากการตั้งภาคีต่อพระองค์ในสภาพที่ฉันรู้
และขอภัยโทษต่อพระองค์สำหรับสิ่งที่ไม่รู้ด้วยเถิด”

- ดุอา เข้ากบฏ (สุสาน)

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ أَهْلَ الدِّيَارِ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ
وَالْمُسْلِمِينَ وَإِنَّا إِن شَاءَ اللَّهُ بِكُمْ لَاحِقُونَ
نَسْأَلُ اللَّهَ لَنَا وَلكُمْ الْعَافِيَةَ

คำอ่าน “อัสซะลามุ อ้าลียกุม อะฮ์ลัด ดิยารี มินัลมุอิมินีน วัลมุสลิมีน ว่า อินนา อินชาอัลลอฮฺ บิกุม ลาฮิควอน นัซอ์อัลลอลอฮา ล่านาวาละกุมล อาฟิยะฮฺ”

คำแปล “ขอความสันติ (จากอัลลอฮฺ) จงมีแต่ชาวกบฏ ทั้งหลายทั้งที่เป็นมุอิมิน และมุสลิม, หากอัลลอฮฺทรงประสงค์ พวกเราจะติดตามพวกท่านไปอย่างแน่นอน เราขอต่อพระองค์ อัลลอฮฺทรงโปรดประทานความสุขให้แก่พวกเรา และแก่ พวกท่านด้วยเถิด”

- ดุอา เมื่อหมดหวังในชีวิต

اللَّهُمَّ أَحْيِنِي مَا كَانَتْ الْحَيَاةُ خَيْرًا لِي
وَتَوَفَّنِي إِذَا كَانَتْ الْوَفَاةُ خَيْرًا لِي

คำอ่าน “อัลลอฮุมมา อะหฺยีนียฺ มากาน่าติล ฮ่ายาตุ ค็อยร็อนลียฺ ว่าต่าวฟะนียฺ อีซา กาน่าติลว่าฟาตุ ค็อยร็อนลียฺ”

คำแปล “โอ้อัลลอฮฺ โปรดทำให้ฉันมีชีวิต หากการมีชีวิตดีสำหรับฉัน และขอพระองค์ทรงทำให้ฉันเสียชีวิต หากการเสียชีวิตดียิ่งสำหรับฉัน”

- ดุอา เมื่อประสบสิ่งที่ไม่ต้องการจะให้เกิดขึ้น

قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ

คำอ่าน “ก้อดาร์ลุลลอฮิ ว่ามา ซาอ่า ฟะอ่าล้า”

คำแปล “การกำหนดเป็นของพระองค์อัลลอฮฺ โดยสิ่งที่พระองค์ทรงประสงค์ พระองค์ทรงกระทำสิ่งนั้น”

- ดุอา ให้พ้นจากความชั่ว

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا عَلِمْتُ
وَمِنْ شَرِّ مَا لَمْ أَعْلَمْ

คำอ่าน “อัลลอลฮุมมา อินนีย อ้ออูซุบีก้า มินชัรริมา
อ้อลิมตุว่ามิน ชัรริมา ลัม อะอะลัม”

คำแปล “โอ้อัลลอลฮย แท้จริงฉันขอความคุ้มครอง
ต่อพระองค์ให้พ้นจากความชั่วที่ฉันรู้ และที่ฉันไม่รู้ด้วยเถิด”

- ดุอา เมื่อฝนตกหนัก แล้วกลัวว่าจะเกิดอันตรายต่อตนเอง
และทรัพย์สิน

اللَّهُمَّ حَوَالَيْنَا وَلَا عَلَيْنَا اللَّهُمَّ عَلَى
الْأَكَامِ وَالظَّرَابِ وَبُطُونِ الْأَوْدِيَةِ
وَمَنَابِتِ الشَّجَرِ

คำอ่าน “อัลลอลฮุมมา ฮ่าวาลัยนา ว่าลา อ้อลัยนา
อ้อลลอลฮุมมา อ้อลลอลากามิ วัชชีรอบิ วะบุฏนูไนลเอาติย่าติ
ว่ามานาบิติชชะญัวร์”

คำแปล “โอ้อัลลอฮฺ ขอพระองค์ทรงทำให้ฝนตกรอบๆ (นอก) พวกเรา อย่าทำให้ตกมายังพวกเราเลย โอ้อัลลอฮฺ ขอพระองค์ทรงทำให้ฝนไปตกบริเวณเนินสูงๆ ห้วยลำธาร หุบเขา และพงไพรด้วยเถิด”

- **ดุอา** เมื่อผู้อื่นทำความดีให้แก่เรา

جَزَاكَ اللَّهُ خَيْرًا

คำอ่าน “ญ่าซากัลลอฮฺ ค็อยร็อน”

คำแปล “ขออัลลอฮฺทรงตอบแทนความดีให้แก่ท่าน ด้วยเถิด”

- **ดุอา** ขอให้มั่นคงในศาสนา

يَا مُقَلَّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي
عَلَى دِينِكَ

คำอ่าน “ยามุก็อลลิบัลกุลูบ ซับบิต ก็อลบีย อ้อลา ดีนิก”

คำแปล “โอ้อั้ผู้ทรงเปลี่ยนแปลงหัวใจเอ๋ย (หมายถึง พระองค์อัลลอฮฺ) ขอพระองค์ทรงโปรดทำให้หัวใจของฉันมั่นคง ในศาสนาของพระองค์ด้วยเถิด”

- ดุอา เมื่อไปพำนักยังสถานที่หนึ่งทีใด

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ
مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

คำอ่าน “อ้ออูซุ บิก้าลิมาติ้ลลาฮิต ตามมาติ มิน ชัรริมา ค่อลัก”

คำแปล “ฉันขอความคุ้มครองด้วยพจนารถของพระองค์ อัลลอฮ์ให้พ้นจากความชั่วที่พระองค์ทรงสร้างไว้ด้วยเถิด”

- ดุอา ขอให้พ้นจากความชั่ว 5 ประการ

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ سَمْعِي
وَمِنْ شَرِّ بَصَرِي وَمِنْ شَرِّ لِسَانِي
وَمِنْ شَرِّ قَلْبِي وَمِنْ شَرِّ مَنِّي

คำอ่าน “อัลลอฮุมมา อินนีย อะอูซุบิก้า มินชัรริ สัมอียัย ว่ามิน ชัรริ บ้าศ่อรียัย ว่า มิน ชัรริ ลิขานีัย ว่า มิน ชัรริ ก้อลปียัย ว่า มินชัรริ ม่านีัยัย”

คำแปล “โอ้อัลลอฮฺ ฉันขอความคุ้มครองจากพระองค์ ให้พ้นจากการฟังที่ไม่ดีของฉัน, ให้พ้นจากการเห็นที่ไม่ดีของฉัน, ให้พ้นจากกลิ่นที่ (พูด) ไม่ดีของฉัน, ให้พ้นจากหัวใจที่ (คิด) ไม่ดีของฉัน และให้พ้นจากน้ำมะนิย์ (ทำซินา) ที่ไม่ดีของฉัน ด้วยเถิด”

- **ดุอา** เมื่อเห็นฝนตก

اللَّهُمَّ صَيِّبًا نَافِعًا

คำอ่าน “อัลลอฮุมมา ซ็อยยิบัน นาฟิอัน”

คำแปล “โอ้อัลลอฮฺ ขอพระองค์ทรงโปรดทำให้ฝนตก (ครั้งนี้) เป็นฝนที่ยังประโยชน์ด้วยเถิด”

- **ดุอา** เมื่อฝนหยุดตก

مُطْرِنَا بِفَضْلِ اللَّهِ وَرَحْمَتِهِ

คำอ่าน “มุฏริรนา บิฟฎลิลลาฮิ ว่า ราะหฺมาตีฮฺ”

คำแปล “(ขอให้) ฝนตกมายังเรา เป็น (ฝนแห่ง) ความโปรดปราน และความเมตตาของพระอัลลอฮฺ (ด้วยเถิด)”

- ดุอา ขณะปิดตาผู้ตาย

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِفُلَانٍ وَاَرْفَعْ دَرَجَتَهُ فِي
 الْمَهْدِيِّينَ وَاخْلُفْهُ فِي عَقْبِهِ فِي الْعَابِرِينَ
 وَاغْفِرْ لَنَا وَلَهُ يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ وَاْفْسَحْ
 لَهُ فِي قَبْرِهِ وَتَوَرَّ لَهُ فِيهِ

คำอ่าน ฎอัลลอฮุมมัฆฟิรฺ ลิ..... วัรพะอะ
 ต้าร่อญะต้อฮูฟิลา มะฮฺดียีน วัคฺลฺฟุฮฺ ฟิ อ้ากับีฮฺ ฟิลาฆอบิรีน วัฆฟิร
 ล่านา ว่าล่าฮฺ ยาร็อบบัล อาละมีน วัฟชะหฺ ล่าฮฺ ฟิ ก้อบรีฮฺ
 ว่า เนาวิรฺ ล่าฮฺ ฟิฮฺ”

คำแปล “ขอพระองค์ทรงอภัยโทษแด่.....(เอ่ยชื่อผู้ตาย)
และยกสถานะเขาให้ร่วมกับบรรดาผู้ที่ได้รับทางนำอัน
 เทียงธรรม และขอให้ลูกหลานเขาได้ทดแทนเขา และขอพระองค์
 ทรงอภัยโทษให้แก่เราและแก่เขา โอ้พระผู้อภิบาลแห่งสากลโลก
 ขอพระองค์ทรงขยายหลุมศพของเขาให้กว้างขวาง และเต็มไปด้วย
 ด้วยรัศมี (แสงสว่าง) ด้วยเถิด”

• ดุอา เยี่ยมคนป่วย

اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ ، أَذْهَبِ الْبَاسَ
وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي لَا شِفَاءَ إِلَّا
شِفَاؤُكَ ، شِفَاءً لَا يُغَادِرُ سَقَمًا

คำอ่าน “อัลลลอฮุมมา ร็อบบันนาซี อัซซิบัล บะอซ่า
วัชฟี อันตัชชาฟีย์ ลา ชิฟ๊าอ่า อี้ลลา ชิฟาอูก้า ชิฟาอัน ลา
ยฺฆอดิรฺ ซ่ากัอมา”

คำแปล “โอ้อัลลอฮฺ พระผู้อภิบาลแห่งมนุษยชาติ
ขอพระองค์ทรงขจัดความเจ็บป่วยนี้ให้หายไป, ขอพระองค์
ทรงโปรดให้หายป่วยด้วยเถิด (เพราะ) พระองค์ทรงเป็นผู้ทำให้
หายป่วย, ไม่มีการรักษาใดๆ เว้นแต่การรักษาของพระองค์เท่านั้น
ซึ่งเป็นการรักษาที่ไม่หลงเหลือความเจ็บป่วยไว้เลย”

• ดุอา บรรเทาความเจ็บปวด

กล่าว “ بِسْمِ اللَّهِ ” อ่านว่า “บิสมิ้ลลาฮฺ” สามครั้ง
และอ่านดุอาอับทนี เจ็ดครั้ง

أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللَّهِ وَ قُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ
مَا أَجْدُ وَ أَحَازِرُ

คำอ่าน “อะอุซุ บิอิซซ่าติลลาฮี ว่า กุร่อตีฮี
มิน ซัรริมา อ้าญิดุ ว่าอุฮาซิริ”

คำแปล “ฉันขอความคุ้มครองด้วยอำนาจ และความเตชานุภาพของอัลลอฮฺ ให้พ้นจากสิ่งชั่วร้าย (ต่างๆ)
ที่ฉันประสบอยู่ และสิ่งที่ฉันระมัดระวังอยู่”

- **ดุอา** ขอให้พ้นภัยอันตรายต่างๆ (กล่าว 3 ครั้งตอนเช้าและตอนเย็น)

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ
شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ
وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

คำอ่าน “บิสมิ้ลลาฮีลล่าซี ลา ยาตุรรุ มะอ์ซิมิฮี ซัยอุน
ฟิลอัรฎี ว่า ลา ฟิซซะมาอ์ วะฮฺวัซ ซ่ามีอุลอ้าลีม”

คำแปล “ด้วยนามของพระองค์อัลลอฮฺผู้ซึ่งไม่มีสิ่งใด
ที่อยู่ในแผ่นดิน และอยู่ในชั้นฟ้าทำอันตรายพร้อมกับนามของ
พระองค์ได้เลยพระองค์คือผู้ทรงได้ยิน ผู้ทรงรอบรู้อยิ่ง”

บรรณานุกรม

ศูนย์สุขภาพจิตที่ 15 (จังหวัดชายแดนภาคใต้). (2554).

มุสลิมจะปฏิบัติอย่างไร เมื่อถูกทดสอบ. กรุงเทพมหานคร:
บริษัท ปัยอนด์ พับลิชชิง จำกัด.

มูรีด ทิมะเสน. (2553). **ดูอาร์ที่นปีอ่าน**. กรุงเทพมหานคร:
เรือนแก้วการพิมพ์.

คณะผู้จัดทำ

1. แพทย์หญิงเพชรดาว โต๊ะมีนา
ผู้อำนวยการศูนย์สุขภาพจิตที่ 12
2. นายแพทย์หม่อมดดาไอ้ะ เจะเลาะ
สมาคมจันทร์เสี้ยวการแพทย์และสาธารณสุข
3. นายอับดุลรอฮ์มาน จะปะกียา
รองคณบดีคณะอิสลามศึกษามหาวิทยาลัยฟาฏอนี
4. นายมุฮัมมัด คอยา
หัวหน้าศูนย์อัลกุรอานมหาวิทยาลัยฟาฏอนี
5. นายอับดุลรามันท์ โตะหลง
หัวหน้าศูนย์ภาษามลายู ภาษานานาชาติ
มหาวิทยาลัยฟาฏอนี
6. นายอิลฟาน ตอแลมา
ศูนย์ฝึกอบรมและพัฒนาสุขภาพภาคประชาชน
ชายแดนภาคใต้จังหวัดยะลา
7. นายมุฮัมมัดอายูบ ปาทาน
ศูนย์เฝ้าระวังสถานการณ์ภาคใต้
8. นายฮารน ยูโซะ
ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
เทศบาลตำบลบ่อทอง

9. นายสะแลแม อาแวนิ
สำนักงานสาธารณสุขอำเภอมายอ
10. นางพรรณวดี อาแวนิ
สำนักงานสาธารณสุขอำเภอยะรัง
11. นางสาวแวห่าซียะ ปารามัล
สำนักงานสาธารณสุขอำเภอยะรัง
12. นางรอปี๊ะ ยี่งอ
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลประจัน
13. นายหามะ ตาเฮ
โต๊ะอีหม่าม หมู่4 ตำบลบางเขา อำเภอหนองจิก
จังหวัดปัตตานี
14. นายมุฮำหมัด หะยีแวงสาเหาะ
โต๊ะอีหม่าม หมู่3 ตำบลไผ่มัน อำเภอหนองจิก
จังหวัดปัตตานี
15. นางสาววาสนา จิ
ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12
16. นางสาวอารีนา เดมิง
ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12
17. นางสาวฟาปีละห์ ยี่เจะแวง
ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12
18. นายอัสอาดี ลีฆะ
ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12

ฟอสต์ ควิحاتن جیواک ۱۲

ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12 (จังหวัดชายแดนภาคใต้)

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

📍 59/3 ถนนปากน้ำ ซอย 21 ตำบลสะบารัง อ.เมือง จ.ปัตตานี 94000

☎ Tel: 073-337462 , Fax: 073-337463

🌐 Website: www.mhc12.go.th , E-mail: mhc12dmh@gmail.com

☎ สายด่วนสุขภาพจิต 1323



กรมสุขภาพจิต
ศูนย์สุขภาพจิตที่ 12