

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : " مَا أَصَابَ أَحَدًا قَطُّ هَمٌّ، وَلَا حَزَنٌ، فَقَالَ : اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ، ابْنُ عَبْدِكَ، ابْنُ أُمَّتِكَ، نَاصِيَتِي بِيَدِكَ، مَا ضُفِيَ فِي حُكْمِكَ، عَدْلٌ فِي قَضَائِكَ، أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ ؛ سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ، أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ، أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ، أَوْ اسْتَأْذَنْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْعَالَمِينَ عِنْدَكَ أَنْ تَجْعَلَ الْفُزَانَ رِبِيعَ قَلْبِي، وَنُورَ صَدْرِي، وَجَلَاءَ حُزْنِي، وَذَهَابَ هَمِّي إِلَّا أَذْهَبَ اللَّهُ هَمَّهُ وَحُزْنَهُ، وَأَبْدَلَهُ مَكَانَهُ فَرَحًا ". قَالَ : فَقِيلَ : يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَلَا نَتَعَلَّمُهَا ؟ فَقَالَ : " بَلَى، يَنْبَغِي لِمَنْ سَمِعَهَا أَنْ يَتَعَلَّمَهَا ".

‘Abdullah ibn Mas’oed heeft overgeleverd dat de Boodschapper van Allah, sallallaahu ‘alayhi wa sallam, zei: “Er is niemand die wordt getroffen door zorgen of verdriet en zegt: ‘O Allah, ik ben Uw dienaar, kind van Uw dienaar en kind van Uw dienares. Mijn voorhoofd is in Uw Hand (d.w.z. U heeft volledige controle over mij), Uw oordeel is over mij voltrokken, Uw besluit over mij is rechtvaardig. Ik vraag U bij elke Naam van U, die U Uzelf heeft toegekend en aan één van Uw schepselen heeft onderwezen, of heeft neergezonden in Uw Boek of die U verborgen heeft gehouden in de kennis die alleen U bezit; dat U de Koran de lente van mijn hart maakt, het licht van mijn borst, de verbanner van mijn verdriet en de verwijderaar van mijn zorgen’, behalve dat Allah zijn zorgen en verdriet wegneemt en die vervangt door vreugde.”

Toen werd gevraagd: “O Boodschapper van Allah, zouden we dit niet moeten leren?” Hij antwoordde: “Jawel, eenieder die dit hoort zou dit moeten leren.” (*Overgeleverd door Ahmed*)

De du’aa fonetisch:

Allahumma innie ‘abduk, ibnu ‘abdik, ibnu amatik. Naasiyatie biyadik, maadin fiyya hukmuk, ‘adlun fiyya qadaa`uk. As`aluka bikulli ismin huwa laka, sammayta bihi nafsak, aw ‘allamtahu ahadan min galqik, aw anzaltahu fie kitaabik, aw ista`tharta bihi fie ‘ilmi al-ghaybi ‘indak; an tadj’ala al-Qur`aana rabie’a qalbie, wa noera sadrie, wa djilaa` huznie, wa dhahaaba hammie.”