సులువైన, సంక్షిప్తమైన, సమగ్రమైన
దుఆ చేసే విధానం

ప్రార్థన (దుఆ)

ఇలా చేయండి

తప్పక ఫలిస్తుంది

SHANTI MARGAM PUBLICATION & CHARITABLE TRUST
(Regd. No.406/2013)
Jah Manzil, Beside Quadria Masjid Sayeedabad Colony,
Hyderabad. Cell : 9676144697, 7386785012
E-mail: shantimargam@gmail.com Website: shantimargam.com

https://teluguislam.net

దుఆ అల్లాహ్‌కు మాత్రమే చేయాలి

దుఆ(ప్రార్థన) చేయవలసింది ఒకే ఒక్క అల్లాహ్‌కు మాత్రమే. ఎందుకంటే, ప్రతిరోజూ మనం నమాజులో–

"ఓ అల్లాహ్! మేము నిన్ను మాత్రమే ఆరాధిస్తున్నాము. సహాయం కొరకు నిన్ను మాత్రమే వేడుకుంటాము" అని వాగ్దానం చేస్తున్నాం.

(ఫాతిహా సూరా : 5)

కనుక వాగ్దానం ప్రకారం మనం అల్లాహ్‌కు మాత్రమే దుఆ చేసుకోవాలి. ప్రార్థన(దుఆ)విషయంలో ఇతర మధ్యవర్తులను (అనగా ఉదాహరణకు పుణ్యాత్ములను, వలీలను) ఆశ్రయించటాన్ని కూడా అల్లాహ్ అస్సలు ఇష్టపడడు. తన తరఫున ప్రపంచ ప్రజలకు ఈ సందేశం అందజేయమని అల్లాహ్ తన ప్రవక్త ముహమ్మద్ (స)కు దివ్యఖుర్ఆన్‌లో ఈ విధంగా చెప్పాడు:

"(ఓ ప్రవక్తా!) నా దాసులు నా గురించి నిన్ను అడిగితే, నేను (వారికి) అత్యంత సమీపంలోనే ఉన్నాననీ,

https://teluguislam.net

పిలిచేవాడు నన్ను ఎప్పుడు పిలిచినా నేను అతని పిలుపును ఆలకించి ఆమోదిస్తానని (నువ్వు వారికి చెప్పు). కాబట్టి వారు కూడా నా ఆదేశాన్ని శిరసా వహించాలి, నన్ను విశ్వసించాలి (ఈ విషయం నీవు వారికి తెలియజేయి). తద్వారానే వారు సన్మార్గ భాగ్యం పొందగల్గుతారు." *(ఖుర్ఆన్ 2 : 186)*

మరోచోట ఆయన స్వయంగా ఇలా ప్రకటిస్తున్నాడు:

"మీరు నన్నే ప్రార్థించండి. నేను మీ ప్రార్థనలను ఆమోదిస్తాను. నా ఆరాధన (ఇబాదత్) పట్ల గర్వాహంకారాలు ప్రదర్శించేవారు త్వరలోనే అవమానితులై నరకంలో ప్రవేశించటం ఖాయం."

(ఖుర్ఆన్ 40 : 60)

ప్రార్థించేందుకు ఎవరైనా అర్హులే

మానవులందరూ–వారు మంచివారైనా, పాపాత్ములైనా అందరూ నేరుగా అల్లాహ్‌నే ప్రార్థిస్తూ ఉండాలి. 'మేము పాపాత్ములము, దేవుడు మా ప్రార్థనలను ఆమోదిస్తాడా?' అని సందేహంలో ఉండిపోరాదు. ఎందుకంటే, పాపాత్ముల ప్రార్థనలను

https://teluguislam.net

అల్లాహ్ ఆమోదించడన్న మాట ఎంత అవాస్తవమో పుణ్యాత్ముల ప్రతి వేడుకోలునూ అల్లాహ్ అంగీకరిస్తాడు అన్న భావన కూడా అంతే అసత్యం. నూహ్, ఇబ్రాహీమ్, ముహమ్మద్ (స) అంతటి గొప్ప దైవ ప్రవక్తలు చేసిన కొన్ని ప్రత్యేక ప్రార్థనలను కూడా అల్లాహ్ ఆమోదించలేదు. మరోవైపు బనీఇస్రాయీల్ కాలంలో 100 హత్యలు చేసిన ఒక పాపాత్ముడు పశ్చాత్తాపం చెందగా అల్లాహ్ అతని పశ్చాత్తాపాన్ని ఆమోదించాడు. పశ్చాత్తాపం కూడా ఒక రకమైన ప్రార్థనే కదా! దీని ద్వారా తెలిసింది ఏమిటంటే, ప్రతి ఒక్కరూ తప్పకుండా నేరుగా అల్లాహ్‌ను ప్రార్థిస్తూ ఉండాలి. దాసులు కనబరిచే పశ్చాత్తాపాన్ని బట్టి అల్లాహ్ వారి ప్రార్థనలను అంగీకరిస్తాడు లేక తోసి పుచ్చుతాడు. అంతేగాని ప్రార్థించేవాడు పుణ్యాత్ముడా? పాపాత్ముడా? అని చూడడు. అనంత కరుణామయు డైన అల్లాహ్ ఆకాశాల నుంచి ఏమని ప్రకటిస్తున్నాడో చూడండి:

"ఓ నా దాసులారా! మీరు అల్లాహ్ కారుణ్యం పట్ల నిరాశ చెందకండి. నిశ్చయంగా అల్లాహ్ పాపాల

https://teluguislam.net

న్నింటినీ క్షమిస్తాడు. నిజంగా ఆయన అమితంగా క్షమించేవాడు. అపారంగా కరుణించేవాడు."

(ఖుర్ఆన్ 39 : 53)

ఈ క్రింది మూడింట్లో ఏదో ఒక రకంగా...

మీ దుఆలు స్వీకరించబడటం లేదని నిరాశ చెందకండి. ఎందుకంటే, మీ దుఆలు క్రింది మూడు రూపాల్లోని బహుశా ఏదో ఒక రూపంలో స్వీకరించ బడి ఉండవచ్చు.

- ప్రార్థన చేసిన వెంటనే (అంటే ఒక నెలలోనో, ఒక సంవత్సరంలోనో, సమీప కాలంలోనో, సుదీర్ఘకాలంలోనో ఎప్పుడైనా) అది తప్పక నెర వేరవచ్చు.
- లేక అల్లాహ్ ఆ ప్రార్థనను మీ పరలోక నిధిగా భద్రంగా దాచి ఉంచవచ్చు.
- లేక ఆ ప్రార్థన మూలంగా భవిష్యత్తులో మీపై రాబోయే ఆపదను తొలగించాలని నిర్ణయం చేసి ఉండవచ్చు.

ఏ ముస్లిం అయినా పాపం, బంధువులు విడి పోవటం లాంటి దురుద్దేశాలేవీ లేకుండా ప్రార్థన చేస్తే

https://teluguislam.net

అల్లాహ్ అతని కోసం పై మూడు వాటిల్లో ఏదో ఒకటి తప్పకుండా చేస్తాడని దైవప్రవక్త ముహమ్మద్ (స) ప్రబోధించారు. (అహ్మద్)

ప్రార్థనా షరతులు

- **చిత్తశుద్ధి:** ఒక్క అల్లాహ్‌నే ప్రార్థించాలి. ఖుర్‌ఆన్‌లో ఇలా అనబడింది: మీరు మీ ధర్మాన్ని (ఆరాధనను) అల్లాహ్ కొరకు ప్రత్యేకించుకొని ఆయన్ని వేడుకోండి. *(ఖుర్‌ఆన్ 40 : 65)*
- **ఏకాగ్రత:** పూర్తి ఏకాగ్రతతో, మనసుని అల్లాహ్ మీద లగ్నం చేసుకొని ప్రార్థించాలి. "పరధ్యానంలో ఉంటూ చేసేవారి ప్రార్థనలను అల్లాహ్ ఆమోదించడు." *(బుఖారీ గ్రంథం)*
- **వినమ్రత, అణకువ:** అల్లాహ్ సన్నిధిలో ప్రార్థించేటప్పుడు వినయ వినమ్రతలు, అణకువ భావాలు ఉట్టిపడాలి. దివ్యఖుర్‌ఆన్ ప్రబోధనం: "మీ ప్రభువును వేడుకోండి, విలపిస్తూనూ, గోప్యంగానూ." *(ఖుర్‌ఆన్ 7 : 55)*

https://teluguislam.net

ఖుర్ఆన్‌లో ఇలా చెప్పబడింది:

పశ్చాత్తాపం చెంది, విశ్వసించి, సత్కార్యాలు చేసి, ఆపై సన్మార్గంపై స్థిరంగా ఉన్నవారిని నేను అమితంగా క్షమిస్తాను. *(ఖుర్ఆన్ 20 : 82)*

అంటే,

(1) మనిషి గతంలో తనవల్ల జరిగిన పాపాలపై మనస్ఫూర్తిగా పశ్చాత్తాపం చెందాలి. క్షమాభిక్షకై వేడుకోవాలి. (2) అల్లాహ్‌ను, ఆయన ప్రవక్తను, దైవ గ్రంథాలను, పరలోక దినాన్ని హృదయపూర్వకంగా విశ్వసించాలి. (3) ఖుర్ఆన్ మరియు దైవప్రవక్త (స) విధానానికి అనుగుణంగా ఆచరణలను సంస్కరించుకోవాలి. (4) సత్కార్యాల మార్గంలో స్థయిర్యాన్ని, నిలకడను ప్రదర్శించాలి. అప్పుడే అతని ప్రార్థన స్వీకరించబడటానికి అవకాశం వుంటుంది.

ప్రార్థనకు ముందు

- ప్రార్థన చేసే వ్యక్తి వుజూ చేసుకొని ఉండటం ఉత్తమం. ప్రార్థన చేసేచోటు కూడా పరిశుభ్రంగా ఉంటే మంచిది.
- చేతులెత్తకుండానయినా ప్రార్థన(దుఆ) చేయవచ్చు

https://teluguislam.net

(ముస్లిం). కాని చేతులెత్తి ప్రార్థించటం సున్నత్ (బుఖారి గ్రంథం).

- ఒకవేళ చేతులు ఎత్తి ప్రార్థిస్తున్నట్లయితే భుజాల వరకు పైకెత్తి దుఆ చేయాలి. (తిర్మిజీ గ్రంథం)
- దుఆ చేసేటప్పుడు అరచేతులు ముఖం వైపు ఉండాలి. (అబూదావూద్)

దుఆలో ఈ నియమాలు పాటించాలి

- ముందుగా అల్లాహ్‌ను స్తుతించండి. తరువాత దైవప్రవక్త (స)పై దరూద్ పఠించండి. (తిర్మిజీ)
- అంతకు ముందు మీ వల్ల జరిగిన పాపాలను ప్రార్థనలో ఓసారి గుర్తుకు తెచ్చుకోండి. పశ్చాత్తాప పడండి. మీ వల్ల పాపం జరిగిందని అల్లాహ్ సన్నిధిలో సిగ్గుపడుతూ వినమ్రంగా ఒప్పుకోండి (హాకిమ్ గ్రంథం) (అయితే క్రైస్తవుల్లో మాదిరిగా మత గురువుల ముందు మీ పాపాలను బయటపెట్టుకొని అవమానం పాలుకావలసిన అవసరం లేదు.)
- పూర్తి నమ్మకంతో ప్రార్థించండి. (బుఖారి గ్రంథం)

https://teluguislam.net

- పరిపూర్ణ ఏకాగ్రతతో (అల్లాహ్ యందే మనసును లగ్నం చేసుకొని) ప్రార్థించండి. (తిర్మిజీ)
- అల్లాహ్ నుంచి మీరు కోరుకుంటున్న విషయం మీకు చాలా ముఖ్యమైనదయితే ప్రార్థనా వచనా లను మూడేసి సార్లు పలకండి. (ముస్లిం)
- ముందు మీ కోసం ప్రార్థించుకోండి. తర్వాత మీ తల్లిదండ్రుల కోసం, సోదరీ సోదరుల కోసం, ముస్లిం సమాజం కోసం ప్రార్థించండి. (ముస్లిం)
- ప్రార్థనను మీ వరకే పరిమితం చేయకుండా పరులకోసం కూడా ప్రార్థించండి. (బుఖారి)
- సమగ్రమైన, మంచి భావం కలిగిన ప్రార్థనలు చేయండి. (అబూదావూద్ గ్రంథం) (అంటే దైవ ప్రవక్త ముహమ్మద్ (స) ద్వారా నిరూపితమైన వేడుకోలు వచనాల ద్వారా ప్రార్థించటం ఎంతో ఉత్తమం.)
- మీకు కావలసింది చాలా చిన్న వస్తువు కదా! అని అనుకోకండి. (ఎంత చిన్న అవసరమైనా అంతిమంగా దాన్ని తీర్చేవాడు అల్లాహ్‌యే. కనుక) ప్రతి అవసరం కోసం ఆయన్నే వేడు కోండి. (తిర్మిజీ)

https://teluguislam.net

- ప్రార్థన చివర్లో 'ఆమీన్' పలకటం మర్చిపోకండి. (ముస్లిం)
- చివర్లో కూడా మరో మారు దరూద్ పఠించండి. ఆ తర్వాత అల్లాహ్‌ను మళ్ళీ స్తుతిస్తూ ప్రార్థన (దుఆ) ముగించండి. (ముస్లిం)

మొత్తం దుఆ ఇలా ఉండాలి సుమా!

1) అల్లాహ్‌ను స్తుతించండి.

వీలైతే అల్లాహ్ యొక్క గొప్ప నామం (ఇస్మె ఆజం) కలిగిన ప్రార్థనా వచనాలు పలుకుతూ ప్రార్థన మొదలుపెట్టండి. 'ఇస్మె ఆజం' కలిగివుండే ప్రార్థనా వచనాలు ఉదాహరణకు కొన్ని ఇక్కడ ఇవ్వబడు తున్నాయి.

"అల్లాహుమ్మ! ఇన్నీ అస్అలుక బిఅన్నక అంతల్లాహు, లా ఇలాహ ఇల్లా అంతల్ అహదుస్స మదుల్లజీ లమ్ యలిద్, వలమ్ యూలద్, వలమ్ యకుల్లహూ కుఫువన్ అహద్."

(ఓ అల్లాహ్! అల్లాహ్‌వు నీవే. కనుకనే నేను నిన్ను అర్థిస్తున్నాను. నీవు తప్ప మరో అరాధ్యుడు లేనే లేడు. అవసరాలు, అక్కరలు లాంటి లోపాలు

https://teluguislam.net

లేనివాడవు నీవు. నీకు సంతానంలేదు. నీవు కూడా ఎవరి సంతానమూ కావు. నీకు సరిసమానులు ఎవరూలేరు - అటువంటి మహోన్నత అస్తిత్వం నీది.) (ఇబ్నెమాజా - సహీహ్)

- "లా ఇలాహ ఇల్లా అంత సుబ్‌హానక ఇన్నీ కుంతు మినజ్జ్వాలిమీన్"

(అహ్మద్, తిర్మిజీ - సహీహ్)

- "యా జల్(zal) జలాలి వల్ ఇక్రామ్! యా హయ్యు! యా ఖయ్యూమ్!" (తిర్మిజీ)

2) దరూద్ పఠించండి.

అల్లాహుమ్మ సల్లి అలా ముహమ్మద్ వ అలా ఆలి ముహమ్మద్ కమా సల్లైత అలా ఇబ్రాహీమ వ అలా ఆలి ఇబ్రాహీమ ఇన్నక హమీదుమ్ మజీద్ అల్లాహుమ్మ బారిక్ అలా ముహమ్మద్ వ అలా ఆలి ముహమ్మద్ కమా బారక్త అలా ఇబ్రాహీమ వ అలా ఆలి ఇబ్రాహీమ ఇన్నక హమీదుమ్ మజీద్

3) పాపాల మన్నింపుకై ప్రార్థించండి. ఉదాహరణకు ఒక ప్రార్థన.

అల్లాహుమ్మ ఇన్నక అ'ఫువ్వున్ తుహిబ్బుల్ అ'ఫ్వ

https://teluguislam.net

'ఫా'ఫు (fafu) అన్నీ: (అల్లాహ్! నువ్వు క్షమించే వాడవు. క్షమను ఇష్టపడతావు. నన్ను క్షమించు.)

4) సమగ్రమైన ప్రార్థనలు చేయండి.

ఉదాహరణకు కొన్ని సమగ్రమైన ప్రార్థనలు:

ఇహలోకంలో, పరలోకంలో మేలు జరగాలని

"రబ్బనా ఆతినా 'ఫిద్దున్‌యా హసనతన్ వ'ఫిల్ ఆఖిరతి హసనతన్ వఖినా అజాబన్నార్."

ప్రభూ! మాకు ఇహలోకంలోనూ, పరలోకం లోనూ మంచిని ప్రసాదించు. ఇంకా మమ్మల్ని అగ్ని శిక్ష నుండి రక్షించు. *(ఖుర్ఆన్ 2 : 201)*

తల్లిదండ్రుల కోసం సంతానం ప్రార్థన

'రబ్బిర్‌హమ్ హుమా కమా రబ్బయానీ స'గీరా'

ఓ అల్లాహ్! వారిద్దరూ (నా తల్లిదండ్రులు) నన్ను ఏ విధంగా ప్రేమగా పెంచారో అదే విధంగా నువ్వు కూడా వారిపై దయజూపు. *(ఖుర్ఆన్ 17:24)*

చదువు సంధ్యల్లో అభివద్ధి కోసం

'రబ్బి జిద్‌నీ ఇల్‌మా'

https://teluguislam.net

ప్రభూ! నాకు మరింత జ్ఞానాన్ని ప్రసాదించు.

(ఖుర్ఆన్ 20:114)

మంచి జీవిత భాగస్వామి, ఉత్తమ సంతానం కోసం

'రబ్బనా హబ్లనా మిన్ అజ్వాజినా వ జుర్రి య్యాతినా ఖుర్రత ఆయునిన్ వజ్అల్నా లిల్ ముత్తఖీన ఇమామా'

ఓ మా ప్రభూ! నీవు మా భాగస్వాముల (నా భర్త లేక నా భార్య) ద్వారా, మా సంతానం ద్వారా మా కళ్లకు చల్లదనాన్ని ప్రసాదించు. మమ్మల్ని దైవ భక్తిపరుల (ముత్తఖీన్ల) నాయకునిగా చేయి.

(ఖుర్ఆన్ 25:74)

సన్మార్గాన్నీ, దైవభీతినీ కోరుకుంటూ......

"అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అస్అలుకల్ హుదా వత్తుఖా వల్ అ'ఫా'ఫ వల్ 'గినా"

అల్లాహ్! నాకు సన్మార్గాన్నీ, దైవభీతినీ, శీలాన్నీ, నిరపేక్షా భావాన్నీ ప్రసాదించమని వేడుకుంటున్నాను.

(ముస్లిం)

https://teluguislam.net

దైవప్రవక్త (స) ఈ నాలుగు విషయాల నుండి శరణు వేడేవారు

"అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అవూజుబిక మినల్ అర్బయి మిన్ యిల్మిన్ లా యన్ఫా, వ మిన్ ఖల్‌బిన్ లా యఖ్‌షా, వ మిన్ నఫ్‌సిన్ లా తష్‌బా, వమిన్ దుఆయిన్ లా యుస్మా."

అల్లాహ్! నేను నాలుగు విషయాల నుండి నీ శరణు వేడుతున్నాను. (1) నిష్ప్రయోజనకరమైన విద్య నుండి (అంటే ఆచరణలేని విద్య) (2) దైవ భీతిలేని హృదయం నుండి (3) ఆత్రం తీరని మనస్సు నుండి (4) అంగీకరించబడని ప్రార్థన నుండి (అహ్మద్)

దిగులు, బలహీనత, పిరికితనం, పిసినారితనం, రుణ బాధల నుండి శరణు వేడుకుంటూ చేసే ప్రార్థన

"అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అవూజు బిక మినల్ హమ్మి వల్ హుజ్‌ని వల్ అజ్‌జి వల్ కస్‌లి వల్ బుఖ్‌లి వల్ జుబ్‌ని వ జలయిద్దయిని వ 'గలబతిర్రిజాలి."

అల్లాహ్! నేను దిగులు, దుఃఖం, బలహీనత, సోమరితనం, పిరికితనం, పిసినారితనం, రుణ భారం, ఇంకా ప్రజలు నాపై ఆధిక్యతను సంపాదించటం నుండి నీ శరణు వేడుతున్నాను. (నసాయి గ్రంథం)

https://teluguislam.net

(5)మీ కోరికలు, మీ అవసరాలు: ఇంకా మీకు ఏం ఏం కావాలో అన్నీ మీరు మాట్లాడే భాషలోనే ప్రార్థించు కోండి. మీ ఇష్టం. కాని జాగ్రత్త! మీరు చనిపోవాలని గాని లేక పరులకు హాని జరగాలని గాని శాపనార్థాలు పెట్టకండి. అలా చేయటం పాపం. **(6) ఆమీన్ :** ప్రార్థన చివర్లో 'ఆమీన్' అని పలకండి. **(7) మళ్ళీ దరూద్ పఠించండి.** దరూద్ 11వ పేజీలో వుంది. **(8) అల్లాహ్‌ను స్తుతిస్తూ దుఆ ముగించండి.** ఇలాగా:

సుబ్‌హానల్లాహ్ వల్‌హమ్దులిల్లాహ్ వలా ఇలాహ ఇల్లల్లాహ్ వల్లాహు అక్బర్ వలా హౌల వలా ఖువ్వత ఇల్లా బిల్లాహ్.

ప్రార్థనలు ఆమోదించబడే వేళలు ఏవో తెలుసుకోండి

దాసుల ప్రార్థనలను అల్లాహ్ ఎల్లవేళలా స్వీకరిస్తూనే ఉంటాడు. అయితే కొన్ని ప్రత్యేక ఘడియల్లో ఆ ప్రార్థనలు మరింత త్వరగా స్వీకరించబడటానికి అవకాశం ఉంటుంది.

- అజాన్, ఇఖామత్‌ల మధ్య సమయంలో (తిర్మిజీ)
- అల్లాహ్ సన్నిధిలో మోకరిల్లి (సజ్దాలో) ఉన్న స్థితిలో (ముస్లిం)

https://teluguislam.net

- ఫర్జ్ నమాజ్ తర్వాత ప్రార్థన స్వీకరించబడు తుంది. (తిర్మిజీ గ్రంథం)
- ఉపన్యాసకుడు (ఖతీబ్) వేదికపైకెక్కి కూర్చున్నప్పటి నుండి (జుమా) నమాజ్ ముగిసే వరకు మధ్యలోని ఘడియలో దుఆ స్వీకరించబడుతుంది. (ముస్లిం గ్రంథం) అంటే రెండు ఖుత్బాల మధ్యన.
- జుమా రోజు ప్రార్థన స్వీకరించబడే ఘడియ ఒకటి ఉంది. ఆ సమయంలో చేయబడే ప్రార్థన స్వీకరించబడుతుంది. (బుఖారి గ్రంథం)
- ఉపవాస విరమణ (ఇఫ్తార్) సమయంలో(ముస్లిం)
- రమదాన్ నెలలోని ఘనమైన రేయి (లైలతుల్ ఖద్ర్)లో చేసే ప్రార్థన (తిర్మిజీ గ్రంథం)
- రాత్రి ఆఖరి జాము (తహజ్జుద్ సమయం)లో ప్రార్థన స్వీకరించబడుతుంది. ఆ సమయంలో అల్లాహ్ కారుణ్యం మానవుల ప్రార్థనల కోసం ఎదురు చూస్తూ ఉంటుంది. (బుఖారి గ్రంథం)
- వర్షం కురిసేటప్పుడు. (హాకిమ్ గ్రంథం)

మీ దుఆల్లో మమ్మల్ని గుర్తుంచుకుంటారని ఆశిస్తూ...

5th Edition, July 2016 Al-Baseer Graphics, Hyd, Cell: 9441055065

https://teluguislam.net