

నిత్యం అల్లతో నమ స్కరణలో...

# అజీకార్ మరియు రుఖయ్యా పుస్తకం

- ☀ ఉదయం సాయంత్రం అజీకార్
- ☀ నమాజు తరువాత దుఆలు
- ☀ నిద్రపోయే ముందు ప్రార్థనలు
- ☀ రోజువారీ దుఆలు
- ☀ సర్వరోగ నివారిణి 'రుఖయ్యా'

బిప్లి, అసూయ,  
జిన్నులు, పైతానులు,  
చేతబడి మొ. వాటి  
నుంచి తిరుగులేని  
రక్షణ

శాంతివార్షం పబ్లికేషన్స్, హైదరాబాద్.

ఉదయం సాయంత్రం, నమాజు తరువాత,  
నిద్రపోయే ముందు ఇంకా రోజువారీ దుఆలు,  
అజ్కార్లు మరియు రుఖయా

# నిత్యం అల్లాహ్ నామ స్మరణలో...

జిన్నులు, పైతానులు, చేతబడి మొ. వాటి నుంచి ఏకైక రక్షణ

సంకలనం:

ఎస్.ఎమ్.రసూల్ షర్ఫీ

శాంతిమార్గం పబ్లికేషన్స్, హైదరాబాద్.

© All Rights Reserved with Publishers

First Edition : Nov 2020

Price : 30/-

**Shanti Margam Publications**

H.No.22-7-387/2,

Opp. Old Commissioner Office,  
Purani Haveli, Hyderabad - 500002 (TS)

Cell : 9676144697, 7386785012

E-mail: shantimargam@gmail.com

### విషయ సూచిక

- అజ్కార్ అంటే ఏమిటి? ఎందుకు పఠించాలి? - 3
- ఉదయం సాయంత్రం అజ్కార్ - 5
- ప్రతి ఫర్జ్ నమాజ్ తరువాత అజ్కార్ - 14
- దైనందిన అజ్కార్ - 16
- నిద్రపోయే ముందు అజ్కార్ - 22
- అసూయ, దిష్టి చికిత్స కొరకు సంక్షిప్త రుఖయా - 27
- ఇబ్బంది పెట్టే జిన్నులను పారదోలే విధానం - 31
- జిన్న్, చేతబడి చికిత్సకు పూర్తి రుఖయా - 38
- అదనపు చికిత్స - 43
- దుష్టశక్తులను స్వయంగా ఎదుర్కోండి - 45

## “అజ్జేకార్” అంటే ఏమిటి?

### మనం అజ్జేకార్ ఎందుకు పఠించాలి?

అల్లాహ్ ను స్మరించుకోవటాన్ని అరబీలో “జిక్ర” అంటారు. దాని బహువచనమే “అజ్జేకార్”. దైవప్రవక్త ముహమ్మద్ (స) తన దైనందిన జీవితంలో పఠించిన ప్రార్థనా (దుఆ) వచనాలను, అల్లాహ్ కీర్తనలను, అల్లాహ్ నామ స్మరణను “అజ్జేకార్”గా చెప్పవచ్చు. నిత్యం అల్లాహ్ నామ స్మరణతో రోగాలు, భయాందోళనలు, దుఃఖం, విచారం, నిస్సహాయత, జిన్నులు, పైతానులు, చేతబడి మొదలగు అన్ని రకాల చెడులు, కీడులు తొలగిపోతాయి. అటువంటి ప్రామాణికమైన ప్రార్థనా (దుఆ) వచనాలను, అల్లాహ్ కీర్తనలనే మేము ఈ చిరు పుస్తకంలో పొందు పరచాము.

“తెలుసుకోండి! అల్లాహ్ స్మరణతో మాత్రమే మనసులు నెమ్మదిస్తాయి.” (ఖుర్ఆన్ 13:28)

“ఓ విశ్వాసులారా! మీ సిరిసంపదలు, మీ సంతానం మిమ్మల్ని అల్లాహ్ ధ్యానం నుండి మరల్చరాదు. ఎవరైతే అలా చేస్తారో వారే నష్టపోయేవారు.” (ఖుర్ఆన్ 63:9)

### జిక్రీ షైతాన్ నుంచి రక్షణ కల్పిస్తుంది:

“అల్లాహ్ స్మరణ (జిక్రీ)తో తప్ప దాసుడు షైతాన్ కీడు నుంచి తనను తాను రక్షించుకోజాలడు.” (తిర్మిజీ)

“మనుషుల, జిన్నుల కీడు నుంచి మిమ్మల్ని మీరు రక్షించుకోవటానికి “అజ్కార్” అనే కోటును తొడుక్కోండి. మీ మనసులను ఇస్తిగ్ ఫార్ (మన్నింపు వేడుకోలు) తో కప్పి వుంచండి. అది రేయింబవళ్ళలోని పాపాలను చెరిపివేస్తుంది.” - ఇబ్నె కసీర్ (ర)

అల్లాహ్ మనందరికి దైనందిన దుఆలను, అజ్కార్ ను స్థిరంగా స్మరించుకునే శక్తియుక్తులను ప్రసాదించమని, నిత్యం తనను స్మరించుకుంటూ తరించి పోయే భాగ్యవంతులుగా తమను తీర్చిదిద్దమని, మనలో తన పట్ల దాస్య భావం (ఉబూదియత్) ఉప్పొంగి ప్రవహించేలా చేయమని, ఇహపర లోకాల బాధల నుంచి రక్షించమని, కష్టాల నుంచి గట్టెక్కించమని అనంత విశ్వానికి ఏకైక ప్రభువైన అల్లాహ్ ను మేము మనసారా వేడుకుంటున్నాం.

- ఎస్.ఎమ్.రసూల్ షర్ఖీ

## ఉదయం సాయంత్రం అజ్జేకార్

**ఉదయం సాయంత్రం అజ్జేకార్ ఎప్పుడు పఠించాలి?**

**ఉదయం అజ్జేకార్:** ఫజ్ నమాజు-సూర్యోదయానికి మధ్యలో.

**సాయంత్రం అజ్జేకార్:** అస్ నమాజు-మగ్రిబ్ కు మధ్యలో.

ఖచ్చితంగా ఆ సమయాల్లో పఠించలేక పోయిన వారు కాసేపటి తరువాత కూడా పఠించుకోవచ్చు. ఉదాహరణకు ఎవరైనా ఫజ్ తరువాత నిద్రపోయినట్లయితే మేల్కొన్న తరువాత కూడా పఠించుకోవచ్చు.

ఇక్కడి నుంచి ఉదయం సాయంత్రం ప్రార్థనలు ప్రారంభం అవుతున్నాయి. వాటి భావార్థం ఈ సెక్షన్ చివర్లో ఇవ్వబడింది.

**గమనిక:** ఉదయం ఏ దుఆలైతే పఠిస్తామో సాయంత్రం కూడా దాదాపు అవే దుఆలు ఉంటాయి. అయితే సాయంత్రం పూట పఠించే కొన్ని దుఆల్లో కొన్ని పదాలు మారుతాయి. ఆ మారిన పదాలతో దుఆలను

ఎలా పఠించాలో అక్కడికక్కడే వివరించటం జరిగింది. దాని ప్రకారం సాయంత్రం దుఆలు చదువుకుంటే సరిపోతుంది.

దుఆ చివర్లో ఆ దుఆను ఎన్నిసార్లు చదవాలో పేర్కొనబడలేదంటే, దానిని ఒకసారి మాత్రమే పఠించమని అర్థం.



- అల్ హమ్దు లిల్లాహి వహ్దహూ వస్సలాతు వస్సలాము అలా మల్లా నబియ్యు బాదహ్.
- అవ్వాజు బిల్లాహి మినష్ షైతానిర్రజీమ్.
- బిస్మిల్లాహిర్రహ్మానిర్రహీమ్.
- “అల్లాహు లా ఇలాహ ఇల్లా హువల్ హయ్యుల్ ఖయ్యూమ్. లా తా'ఖుజుహూ సినతున్ వలా నౌమ్. లహూ మా ఫిస్సమావాతి వమా ఫిల్ అర్జ్. మన్ జల్లజీ యష్షవు ఇందహూ ఇల్లా బి ఇజ్జీనిహ్. యా'లము మా బైన ఐదీహిమ్ వమా ఖల్ఫహుమ్. వలా యుహీతూన బి షైయిమ్ మిన్ ఇల్మిహి ఇల్లా

బిమా షాఅ. వసిఅ కుర్సియ్యుహు స్సమావాతి  
వల్ అర్జ్. వలా యవూదుహూ హిఫ్జుహూమా.  
వ హువల్ అలియ్యుల్ అజీమ్.” (ఖుర్ఆన్ 2:255)

బిస్మిల్లాహిర్రహ్మానిర్రహీమ్

- ఖుల్ హువల్లాహు అహద్. అల్లాహు స్సమద్.  
లమ్ యలిద్. వ లమ్ యూలద్. వ లమ్  
యకుల్లహూ కుఘవన్ అహద్. (3 సార్లు)

బిస్మిల్లాహిర్రహ్మానిర్రహీమ్

- ఖుల్ అవూజు బి రబ్బిల్ ఫలఖ్. మిన్ ష్రి మా  
ఖలఖ్. వ మిన్ ష్రి గాసిఖిన్ ఇజా వఖబ్. వ  
మిన్ ష్రి న్నఫ్హాసాతి ఫిల్ ఉఖద్. వ మిన్ ష్రి  
హాసిదిన్ ఇజా హసద్. (3 సార్లు)

బిస్మిల్లాహిర్రహ్మానిర్రహీమ్

- ఖుల్ అవూజు బి రబ్బి న్నాస్. మలికి న్నాస్.  
ఇలాహి న్నాస్. మిన్ ష్రిల్ వస్వాసిల్ ఖన్నాస్.  
అల్లజీ యువస్విసు ఫీ సుదూరి న్నాస్. మినల్  
జిన్నతి వ న్నాస్. (3 సార్లు)

- “లా ఇలాహ ఇల్లాల్లాహు వహ్దహూ లా షరీక  
లహూ లహుల్ ముల్కు వలహుల్ హమ్దు వ  
హువ అలా కుల్లి షైయిన్ ఖదీర్.” (10 సార్లు)
- అల్లాహుమ్మ అంత రబ్బీ లా ఇలాహ ఇల్లా అంత  
ఖలఖ్ తనీ వ అన అబ్దుక వ అన అలా అహ్దిక  
వ వాదిక మస్తతాతు వ అఱిజు బిక మిన్ షర్రి  
మా సనాతు అబూవు లక బి నీమతిక అలయ్య వ  
అబూవు బి జన్బీ ఫగ్ఫిర్లీ ఫ ఇన్నహూ లా యగ్ఫిరు  
జ్జనూబ ఇల్లా అంత.
- బిస్మిల్లాహిల్లజీ లా యజుర్రు మఅస్మిహీ షైఉన్ ఫిల్  
అర్జి వలా ఫిస్సూమాయి వ హువ స్సమీఉల్ అలీమ్.  
(3 సార్లు)
- “అఱిజు బి కలిమాతిల్లాహి త్తామ్మాతి మిన్ షర్రి  
మా ఖలఖ్.” (3 సార్లు)
- రజీతు బిల్లాహి రబ్బన్ వ బిల్ ఇస్లామి దీనన్ వ బి  
ముహమ్మదిన్ నబియ్యా (3 సార్లు)
- హస్బియల్లాహు లా ఇలాహ ఇల్లా హువ అలైహి  
తవక్కల్తు వ హువ రబ్బుల్ అర్షిల్ అజీమ్. (7  
సార్లు)

- “సుబ్ హానల్లాహి వ బి హమ్ దిహీ అదద ఖల్ ఖిహీ వ రిజా నఫ్ సిహీ వ జినత అర్షిహీ వ మిదాద కలిమాతిహీ” (3 సార్లు)
- అస్ బహ్ నా అలా ఫిత్రతిల్ ఇస్లామి వ అలా కలిమతిల్ ఇఖ్లాసి వ అలా దీని నబియ్యినా ముహమ్మద్ దిన్ వ అలా మిల్లతి అబీనా ఇబ్రాహీమ హనీఫన్ ముస్లిమన్ వ మా కాన మినల్ ముష్రికీన్.

సాయంత్రం వేళ పై దుఆనే ప్రారంభంలో “అస్ బహ్ నా”కు బదులు “అమ్ సైనా” అని చెప్పి దుఆ చివరి వరకు పఠించాలి.

- అస్ బహ్ నా వ అస్ బహల్ ముల్కు లిల్లాహి వల్ హమ్దు లిల్లాహి లా ఇలాహ ఇల్లాల్లాహు వహ్ దహూ లా షరీక లాహూ లహూల్ ముల్కు వలహూల్ హమ్దు వ హువ అలా కుల్లి షైయిన్ ఖదీర్. రబ్బి అస్ అలుక ఖైర మా ఫీ హాజల్ యామ్. వ ఖైర మా బాదహూ వ అవ్వాజు బిక మిన్ ష్రి హాజల్ యామ్ వ ష్రి

మా బాదహూ రబ్బి అవూజు బిక మినల్ కసలి వ  
 సూయిల్ కిబరి రబ్బి అవూజు బిక మిన్ అజాబిన్  
 ఫిన్నారి వ అజాబిన్ ఫిల్ ఖబ్ర్.

○ సాయంత్రం వేళ పై దుఆనే ఇలా చదువుకోవాలి:

అమ్ సైనా వ అమ్ సల్ ముల్కు లిల్లాహి వల్ హమ్దు  
 లిల్లాహి లా ఇలాహ ఇల్లాహు వహ్ దహూ లా  
 షరీక లాహూ లహుల్ ముల్కు వ లహుల్ హమ్దు  
 వ హువ అలా కుల్లి షైయిన్ ఖదీర్. రబ్బి అస్ అలుక  
 ఖైర మా ఫీ హాజిహిల్ లైలతి వ ఖైర మా బాదహూ  
 వ అవూజు బిక మిన్ షర్రి హాజిహిల్ లైలతి వ  
 షర్రి మా బాదహూ రబ్బి అవూజు బిక మినల్ కసలి  
 వ సూయిల్ కిబరి రబ్బి అవూజు బిక మిన్ అజాబిన్  
 ఫిన్నారి వ అజాబిన్ ఫిల్ ఖబ్ర్.

○ అల్లాహుమ్మ బిక అస్ బహ్ నా వ బిక అమ్ సైనా వ  
 బిక నహ్ యా వ బిక నమూతు వ ఇలైకన్ నుషూర్.

○ పై దుఆనే సాయంత్రం వేళ ఇలా:

అల్లాహుమ్మ బిక అమ్ సైనా వ బిక అస్ బహ్ నా వ  
 బిక నహ్ యా వ బిక నమూతు వ ఇలైకల్ మసీర్.

- అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అస్బహ్తు ఉష్షిదుక వ ఉష్షి హిదు హమలత అర్షిక వ మలాయికతక వ జమీఅ ఖల్ఖిక అన్నక అంతల్లాహు లా ఇలాహ ఇల్లా అంత వహ్దక లా షరీక లక వ అన్న ముహమ్మదన్ అబ్దుక వ రసూలుక (4 సార్లు)

సాయంత్రం వేళ పై దుఆనే ప్రారంభంలో “అస్బహ్తు”కు బదులు “అమ్సైతు” అని చెప్పి దుఆ చివరి వరకు పఠించాలి.

- అల్లాహుమ్మ మా అస్బహ బీ మిన్ నీమతిన్ ఔ బి అహదిమ్ మిన్ ఖల్ఖిక ఫ మిన్క వహ్దక లా షరీక లక ఫ లకల్ హమ్దు వ లక ష్షుక్రు.

సాయంత్రం వేళ పై దుఆనే ప్రారంభంలో “అస్బహ”కు బదులు “అమ్సా” అని చెప్పి దుఆ చివరి వరకు పఠించాలి.

- అస్బహ్నా వ అస్బహల్ ముల్కు లిల్లాహి రబ్బిల్ ఆలమీన్. అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అస్అలుక ఖైర హాజల్ యామి ఫత్హహూ వ నస్రహూ వ నూరహూ వ బరకతహూ వ హుదాహూ వ అఊజు బిక

మిన్ షరీ మా ఫీహి వ షరీ మా బాదహా.

- సాయంత్రం వేళ పై దుఆనే ఇలా చదువుకోవాలి:  
అమ్ సైనా వ అమ్ సల్ ముల్కు లిల్లాహి రబ్బిల్  
ఆలమీన్. అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అస్ అలుక ఖైర  
హాజిహిల్ లైలతి ఫత్ హాహా వ నస్ రహా వ నూరహా  
వ బరకతహా వ హుదాహా వ అఊజు బిక మిన్  
షరీ మా ఫీహా వ షరీ మా బాదహా.
- యా హయ్యు యా ఖయ్యూము బి రహ్మాతిక అస్తగీసు  
అస్ లిహా లీ షానీ కుల్లహా వలా తకిల్ నీ ఇలా  
నఫ్ సీ తర్ ఫత ఐనిన్.
- అల్లాహుమ్మ ఆఫినీ ఫీ బదనీ అల్లాహుమ్మ ఆఫినీ  
ఫీ సమ్ యీ అల్లాహుమ్మ ఆఫినీ ఫీ బసరీ లా ఇలాహ  
ఇల్లా అంత అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అఊజు బిక మిన్  
కుఫ్ రి వల్ ఫఖ్ రి వ అఊజు బిక మిన్ అజాబిల్  
ఖబ్ రి లా ఇలాహ ఇల్లా అంత. (3 సార్లు).
- అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అస్ అలుక ఇల్మన్ నాఫిఅన్ వ  
రిజ్ ఖన్ తయ్యిబన్ వ అమలమ్ ముతఖబ్ బలా.
- అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అస్ అలుకల్ అఫ్ వ వల్ ఆఫియత  
ఫిద్దున్ యా వల్ ఆఖిరహా. అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ

అస్అలుకల్ అఫ్ వ వల్ ఆఫియత ఫీ దీనీ వ దున్యాయ వ అహ్లీ వ మాలీ. అల్లాహుమ్మూస్తుర్ ఔరాతీ వ ఆమిన్ రౌఆతీ. అల్లాహుమ్మూ హొఫజ్నీ మిన్ బైని యదయ్య వ మిన్ ఖల్ఫీ వ అన్ యమీనీ వ అన్ షిమాలీ వ మిన్ ఫౌఖీ వ అఊజు బి అజ్జుతిక అన్ ఉగ్తాల మిన్ తహాతీ.

- అల్లాహుమ్మూ ఆలిమల్ గైబి వ ష్షహాదతి ఫాతిర స్సమావతి వల్ అర్జి రబ్బి కుల్లి షైయిన్ వ మలీకహూ అష్హదు అల్లా ఇలాహ ఇల్లా అంత అఊజు బిక మిన్ షర్రి నఫ్సి వ మిన్ షర్రిష్ షైతాని వ షిర్కిహీ వ అన్ అఖ్తరిఫ అలా నఫ్సీ సూఅన్ ఔ అజుర్రహూ ఇలా ముస్లిమ్.
- “లా ఇలాహ ఇల్లాహు వహాదహూ లా షరీక లహూ లహుల్ ముల్కు వలహుల్ హమ్దు వ హువ అలా కుల్లి షైయిన్ ఖదీర్.” (100 సార్లు)
- “సుబ్హానల్లాహి వ బి హమ్దిహీ.” (100 సార్లు)

**పగలంతా:**

- “అస్తగ్ఫిరుల్లాహ వఅతూబు ఇలైహ్.” (100 సార్లు)
- “అల్లాహుమ్మూ సల్లి వ సల్లిమ్ అలా నబియ్యినా ముహమ్మదిన్.” (10 సార్లు)

## ప్రతి ఫర్జ్ నమాజ్ తరువాత అజ్కార్

- “అస్తగ్ఫిరుల్లాహ్” (3 సార్లు)
- “అల్లాహుమ్మ అంత స్సలామ్ వ మిన్క స్సలామ్, తబారక్త యా జల్ జలాలి వల్ ఇక్రామ్.”
- “లా ఇలాహ ఇల్లల్లాహు వహ్దహూ లా షరీక లహ్, లహుల్ ముల్కు వ లహుల్ హమ్ద్, వ హువ అలా కుల్లి షైయిన్ ఖదీర్. అల్లాహుమ్మ లా మానిఅ లిమా ఆతైత, వలా మూ'తియ లిమా మనా'త, వలా యన్ఫఉ జల్ జద్ది మిన్కల్ జద్ద్.”
- “లా ఇలాహ ఇల్లల్లాహు వహ్దహూ లా షరీక లహ్, లహుల్ ముల్కు వ లహుల్ హమ్ద్, వ హువ అలా కుల్లి షైయిన్ ఖదీర్. లా హౌల వలా ఖువ్వత ఇల్లా బిల్లాహ్, లా ఇలాహ ఇల్లల్లాహ్, వలా నా'బుదు ఇల్లా ఇయ్యాహ్, లహు న్నీ'మతు వలహుల్ ఫజ్జ్, వ లహు స్సనాఉల్ హసన్, లా ఇలాహ ఇల్లల్లాహు ముఖ్లిసీన లహు ద్దీన్, వలౌ కరిహల్ కాఫిరూన్.
- “సుబ్హానల్లాహ్” (33 సార్లు)

- “అల్ హమ్దు లిల్లాహ్” (33 సార్లు)
- “అల్లాహు అక్బర్” (33 సార్లు)
- “లా ఇలాహ ఇల్లాల్లాహు వహ్దహూ లా షరీక లహ్, లహుల్ ముల్కు వ లహుల్ హమ్ద్, వ హువ అలా కుల్లి షైయిన్ ఖదీర్.” (ఒకసారి)
- క్రింది మూడు సూరాలు - జుహ్, అస్, ఇషా నమాజుల తరువాత ఒకసారి, ఫజ్జ్ మరియు మగ్రిబ్ నమాజుల తరువాత మూడేసి సార్లు పఠించాలి.  
“ఖుల్ హువల్లాహు అహద్.....” (సూరె ఇఖ్లాస్)  
“ఖుల్ అఱిజు బి రబ్బిల్ ఫలఖ్.....” (సూరె ఫలఖ్)  
“ఖుల్ అఱిజు బి రబ్బి న్నాస్.....” (సూరె నాస్)
- ప్రతి నమాజు తరువాత ఆయతుల్ కుర్సీ పఠించటం కూడా సున్నత్. (అల్లాహు లా ఇలాహ ఇల్లా హువల్ హయ్యుల్ ఖయ్యూమ్.....) (సూరె బఖర:255)
- “లా ఇలాహ ఇల్లాల్లాహు వహ్దహూ లా షరీక లహ్, లహుల్ ముల్కు వ లహుల్ హమ్ద్, యుహ్ యీ వ యుమీత్, వ హువ అలా కుల్లి షైయిన్ ఖదీర్.” (ఫజ్జ్ మరియు మగ్రిబ్ తరువాత 10 సార్లు)

3 ఖుల్ సూరాలు పే.నెం: 7; ఆయతుల్ కుర్సీ పే.నెం: 6

## దైనందిన అజ్కార్

**నిద్ర మేల్కొన్నప్పుడు....**

“అల్హమ్దు లిల్లాహిల్లజీ అహ్మాయానా బాద మా అమాతనా వ ఇలైహి న్నుషూర్.”

(అల్లాహ్ కు కృతజ్ఞతలు. ఆయన మాకు మరణాన్ని ఇచ్చి తిరిగి ఇప్పుడు బ్రతికించాడు. ఎప్పటికైనా మనం మరలి వెళ్ళవలసింది ఆయన వద్దకే.)

**దుస్తులు ధరించినప్పుడు....**

“అల్హమ్దు లిల్లాహిల్లజీ కసానీ హాజ (స్నోబ) వ రజఖనీహి మిన్ గైరి హాలిమ్ మిన్నీ వలా ఖువ్వహ్.”

(సకల స్తోత్రాలు అల్లాహ్ కొరకే. ఆయన నాకు ఈ దుస్తులు తొడిగించాడు. నా వ్యక్తిగత శక్తిసామర్థ్యాల ప్రమేయం లేకుండానే ఆయన నాకు వీటిని ప్రసాదించాడు.)

ఈ క్రింది సందర్భాల కోసం దైవప్రవక్త ముహమ్మద్ (స) ద్వారా రూఢీ అయిన ప్రత్యేక సున్నత్ దుఆలు ఉన్నాయి. అయితే అవి కంఠస్థం లేనివారు ఆయా సందర్భాల్లో కనీసం “బిస్మిల్లాహ్” అని అయినా చెప్పాలి:

- ఇల్లు, ఆఫీసు, షాపు, స్కూలు మొదలగువాటిలోకి ప్రవేశించినప్పుడు,
- బయటికి వచ్చినప్పుడు,
- టాయిలెట్లోకి వెళ్ళే ముందు,
- బట్టలు విప్పదీసినప్పుడు,
- జీవిత భాగస్వామితో సంభోగానికి ముందు

**దుస్తులు విడిచేటప్పుడు...**

“బిస్మిల్లాహ్” (అల్లాహ్ పేరుతో)

**మరుగు దొడ్డిలోకి వెళ్ళే ముందు...**

“(బిస్మిల్లాహ్) అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అఱ్ఱిజు బిక్ మినల్ ఖుబ్సి వల్ ఖబాయిస్.”

(అల్లాహ్ పేరుతో. ఓ అల్లాహ్! అపవిత్రంగా ఉండే ఆడ, మగ జిన్నుల బారి నుండి నేను నీ రక్షణ కోరుతున్నాను.)

**మరుగు దొడ్డి నుంచి వెడలిన తరువాత**

“గుఫ్ఠరానక, అల్హమ్దు లిల్లాహిల్లజీ అజ్హబ అన్నిల్ అజా వ ఆఫానీ.”

(మన్నింపుకై వేడుకుంటున్నాను. నా ఇబ్బందిని తొలగించి నాకు హాయిని కలిగించిన అల్లాహ్ కు కృతజ్ఞతలు).

### ఇంటి నుంచి బయలుదేరినప్పుడు

“బిస్మిల్లాహ్, తవక్కల్తు అలల్లాహ్, వలా హౌల వలా ఖువ్వత ఇల్లా బిల్లాహ్.”

(అల్లాహ్ పేరుతో బయలుదేరుతున్నాను. అల్లాహ్ ను నమ్ముకున్నాను. నష్టం నుండి కాపాడుకునే శక్తి, ప్రయోజనం పొందే సామర్థ్యం అల్లాహ్ తరపు నుంచి తప్ప ఇంకెవరి తరపు నుంచి ప్రాప్తం కావు.)

### ఇంటిలోకి ప్రవేశించేటప్పుడు..

“బిస్మిల్లాహి వలజ్నా వ బిస్మిల్లాహి ఖరజ్నా, వ అలా రబ్బినా తవక్కల్నా.”

(అల్లాహ్! నా ప్రవేశంలో, నా నిష్క్రమణంలో శుభాన్ని ప్రసాదించు. అల్లాహ్ పేరుతోనే మేము ప్రవేశించాం. అల్లాహ్ పేరుతోనే బయటికి వెళ్ళాము. మా ప్రభువునే నమ్ముకున్నాం.)

### భార్యాభర్తలు సంభోగానికి ముందు

“బిస్మిల్లాహ్, అల్లాహుమ్మ జన్నిబ్న షైతాన్, వ జన్నిబి షైతాన మా రజఖ్తనా.”

(అల్లాహ్ పేరుతో. ప్రభూ! మమ్మల్ని (నన్నూ, నా భార్యను) శాపగ్రస్తుడైన షైతాను బారి నుండి కాపాడు. నీవు ప్రసాదించే మా సంతానాన్ని కూడా షైతాను నుండి కాపాడు.)

**కోపం వచ్చినప్పుడు...**

“అఱిఱు బిల్లాహి మిన షైతాని ర్రజీమ్.”

(శాపగ్రస్తుడైన షైతాన్ బారి నుంచి అల్లాహ్ శరణు వేడుకుంటున్నాను.)

**ఆందోళన, దుఃఖ సమయాల్లో...**

“అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అఱిఱు బిక మినల్ హమ్మి వల్ హుజ్జీని, వల్ అజ్జీ, వల్ కసలి, వల్ బుఖ్లి వల్ జుబ్ని, వ జలయి డైని వ గలబతి ర్రిజాల్.”

(ఓ అల్లాహ్! నేను దిగులు, దుఃఖం, బలహీనత, సోమరితనం, పిరికితనం, పిసినారితనం, రుణభారం, ఇంకా ప్రజలు నాపై ఆధిక్యతను సంపాదించటం నుండి నీ శరణు వేడుతున్నాను.)

**జీవితంలో సమస్యల మూలంగా తీవ్రమైన దుఃఖం, బాధ, ఆందోళన, విచారం కలిగినప్పుడు...**

“అల్లాహుమ్మ రహ్మాతక అర్జూ ఫలా తకిల్నీ ఇలా నఫ్సీ తర్ఫత ఐనిన్, వ అస్లిహ్ లీ షా'నీ కుల్లహ్, లా ఇలాహ ఇల్లా అంత.”

(ఓ అల్లాహ్ నేను నీ కారుణ్యాన్ని ఆశిస్తున్నాను. రెప్పపాటు సమయమైనా నన్ను నా మనసుకు అప్పగించకు. నా వ్యవహారాలన్నిటిని చక్కదిద్దు. నీవు తప్ప మరో ఆరాధ్యుడు లేడు.)

“లా ఇలాహ ఇల్లా అంత సుబ్హానక ఇన్నీ కుంతు మిన జ్ఞాలిమీన్.”

నీవు తప్ప మరో ఆరాధ్యుడు లేడు. నీవు పవిత్రుడవు. నేనే తప్పు చేసినవాడిని.

**మిమ్ముల్ని ఇబ్బందులకు గురి చేస్తున్న మీపై అధికారి ఇంకా మీరు ఎదుర్కోలేని మీ శత్రువు భయం నుంచి....**

“అల్లాహుమ్మ ఇన్నా నజ్అలుక ఫీ నుహారిహిమ్ వ నఱుజు బిక మిన్ షురూరిహిమ్.”

(ఓ అల్లాహ్! మేము నిన్ను వారి ముందు ఉంచుతున్నాము. వారి కీడు నుంచి నీ శరణు వేడుకుంటున్నాము.)

“హస్బునల్లాహు వ నీమల్ వకీల్.”

మాకు అల్లాహ్ చాలు. ఆయన ఎంతో మంచి కార్య సాధకుడు.

**పనుల భారం తగ్గించుకోవటానికి....**

“అల్లాహుమ్మ లా సహాల ఇల్లా మా జఅల్తహు సహాలా, వ అంత తజ్అలుల్ హుజ్న ఇజా షీ'త సహాలా.”

(ఓ అల్లాహ్! నీవు సులభం చేసిన పనియే సులభమయినది. నీవు కోరినప్పుడు కష్టమైనదానిని సులభం చేసివేస్తావు.)

**రుణభారం తగ్గటానికి...**

“అల్లాహుమ్మక్ఫినీ బి హాలాలిక అన్ హరామిక్, వ అగ్నినీ బి ఫజ్లిక అమ్మన్ సివాక్.”

(ఓ అల్లాహ్! నీవు ప్రసాదించే పరిశుద్ధమైన సంపాదనతో నా అవసరాలన్నీ తీర్చు. అక్రమార్జన నుండి నన్ను కాపాడు. నీ కరుణా కటాక్షాలతో నన్ను నీ విషయంలో తప్ప ఇతర అన్ని విషయాల్లోనూ అవసరం లేనివానిగా ఉండేలా చెయ్యి.

**పసి పిల్లలను అల్లాహ్ రక్షణలో ఇచ్చేందుకు రోజువారీ దుఆ**

ఇబ్నై అబ్బాస్ (రజి) కథనం ప్రకారం దైవప్రవక్త ముహమ్మద్ (స) తన ఇద్దరు మనుమళ్ళు - హసన్, హుసైన్ (రజి) కోసం వారి పసితనంలో ఇలా ప్రార్థించే వారు:

“ఉయ్యాజుకుమా బి కలిమాతి ల్లాహితామ్మాతి  
మిన్ కుల్లి షైతానిన్ వ హామ్మతిన్ వ మిన్  
కుల్లి ఐనిన్ లామ్మహ్.”

(నేను మీ ఇద్దరినీ ప్రతి షైతాన్ మరియు విష జంతువుల బారి నుండి అన్ని రకాల దిష్టి నుండి (అల్లాహ్ యొక్క) సంపూర్ణ వచనాల రక్షణలోకి ఇస్తున్నాను.)

## నిద్రపోయే ముందు అజ్కార్

దైవప్రవక్త (స) ఇలా ప్రబోధించారు:

“మీలో ఎవరైనా పడుకోవటానికి పడక మీదకు వెళ్ళినప్పుడు తమ పడకను దుప్పటితో చక్కగా దులుపుకోవాలి. పడక వదలి వెళ్ళిన తరువాత దాని మీదకు ఎవరు వచ్చారో తమకు తెలియదు కాబట్టి.” (బుఖారి గ్రంథం 6320, ముస్లిం గ్రంథం 2714).

దైవప్రవక్త ముహమ్మద్ (స) ప్రతి రోజూ రాత్రి నిద్రపోవటానికి పడక మీదకు చేరుకోగానే తన రెండు అరచేతుల్ని దగ్గరకు తీసుకొని వాటి మీద ఊదుకునేవారు. (ఆ ఊదటంలో కొద్దిపాటి ఉమ్మి తుంపరలు కూడా ఉండేవి.) ఖుర్ఆన్లోని చివరి 3 సూరాలు (సూరె ఇఖ్లాస్, సూరె ఫలఖ్, సూరె నాస్) అరచేతుల్లో పఠించుకొని తల, ముఖం, తరువాత శరీర భాగాలన్నిటిని, అరచేతులు చేరుకునేంత వరకు మొత్తం దేహాన్ని స్పర్శించుకునేవారు. ఇలా మూడు సార్లు పఠించి మూడుసార్లు స్పర్శించుకునేవారు.

దైవప్రవక్త (స) ఇంకా ఇలా అన్నారు: మీరు నిద్ర పోయే ముందు ఆయతుల్ కుర్సీ పఠించండి. దానివల్ల తెల్లవారే వరకు అల్లాహ్ తరపు నుంచి మీ కొరకు రక్షణ ఏర్పడుతుంది. ఏ దుష్ట శక్తి మీ దరి చేరదు.

దైవప్రవక్త (స) ఇంకా ఇలా కూడా అన్నారు: ఎవరైతే రాత్రిపూట సూరె బఖరలోని ఈ చివరి రెండు ఆయతులు,

- “ఆమన ర్రసూలు బిమా ఉన్జిల ఇలైహి మిర్ర బ్బిహీ వల్ మూమినూన్. కుల్లున్ ఆమన బిల్లాహి వ మలాయికతిహీ వ కుతుబిహీ వ రుసులిహ్. లా నుఫ్రిఖు బైన అహదిమ్ మిర్రుసులిహ్. వ ఖాలూ సమీ'నా వ అతత్నా గుఫ్రానక రబ్బనా వ ఇలైకల్ మసీర్. లా యుకల్లిఫ్లుల్లాహు నఫ్సన్ ఇల్లా ఉస్అహా. లహా మా కసబత్ వ అలైహా మక్తసబత్. రబ్బనా లా తుఆఖిజ్నా ఇన్ నసీనా ఔ అఖ్త'నా. రబ్బనా వలా తహ్మిల్ అలైనా ఇస్రన్ కమా హమల్తహూ అలల్లజీన మిన్ ఖబ్లినా. రబ్బనా వలా తుహమ్మిల్నా మా లా తాఖత లనా బిహ్. వా'ఫు అన్నా, వగ్ఫిర్ లనా, వర్హమ్నా. అంత మౌలానా ఫన్సుర్నా అలల్ ఖౌమిల్ కాఫిరీన్.” (అల్ బఖర 285, 286)

- (పై రెండు ఆయతులు ఎవరైతే) పఠిస్తారో, (హాని

కలిగించేవాటి నుంచి రక్షించటానికి) వారికి ఆ రెండు ఆయతులు చాలు.

పడక మీదకు చేరుకొని నడుం వాల్చిన తరువాత ఇలా పఠించాలి:

“బిస్మిక రబ్బీ వజా'తు జంబీ, వ బిక అర్ఫఉ హూ, ఫ ఇన్ అమ్సక్త నఫ్సీ ఫర్హమ్హో, వ ఇన్ అర్స ల్తహో ఫహ్ఫజ్హో బిమా తహ్ఫజు బిహీ ఇబాదిక స్సాలిహీన్.”

(ప్రభూ! నేను నీ పేరుతో మేను వాలుస్తున్నాను. తిరిగి నీ పేరుతోనే లేస్తాను. (నిద్రలో) నీవు నా ఆత్మను ఆపుకుంటే దానిమీద దయజూపు. ఒకవేళ దానిని విడిచి పెట్టినట్లయితే నీ సదాచార సంపన్నులైన దాసులను రక్షించినట్లు దానిని రక్షించు.)

దైవప్రవక్త ముహమ్మద్ (స) నిద్రపోయే ముందు తన కుడిచేతిని కుడి చెంప క్రింద పెట్టుకొని ఇలా పఠించే వారు:

○ “అల్లాహుమ్మ ఖినీ అజాబక యౌమ తబ్అసు ఇబాదక్.” (3 సార్లు).

(ఓ అల్లాహ్! నీ దాసులను తిరిగి లేపే రోజున నన్ను నీ శిక్ష నుంచి కాపాడు.)

○ “అల్లాహుమ్మ బిస్మిక అమూతు వ అహ్మయా.”

(ఓ అల్లాహ్! నీ పేరుతోనే నిద్రిస్తున్నాను. తిరిగి నీ పేరుతోనే లేస్తాను.)

(మరిన్ని రోజువారీ దుఆల కొరకు శాంతిమార్గం పబ్లికేషన్ ద్వారా ప్రచురించబడిన “రోజువారీ ప్రార్థనలు” పుస్తకం చూడండి. 9676144697 కు ఫోన్ చేసి పుస్తకం తెప్పించుకోవచ్చు.)

**నిద్రలో భయం, ఆందోళన, పీడకలలు వస్తే ఏం చేయాలి?**

○ నిద్ర నుంచి భయంతో మేల్కొనగానే ఎడమ వైపు మూడుసార్లు (నోటి నుంచి ఆవిరి, తేలికపాటి ఉమ్మి తుంపరలతో మెల్లిగా) ఉమ్మి వేయాలి.

○ షైతాన్ నుంచి, కలలో మీరు చూసిన దాని కీడు నుంచి రక్షించమని ఇలా అల్లాహ్ ను శరణు వేడు కోండి:

○ “అఱిజు బిల్లాహి మిన్ ష్షరి షైతాని వ ష్షరిహ్” అని అనండి. (సహీహ్ ముస్లిం 5903)

○ తరువాత ఈ దుఆ చదువుకోండి:

“అవ్హజు బి కలిమాతి ల్లాహిత్తామ్మతి మిన్ గజబిహీ వ ఇఖాబిహీ వ ష్షరి ఇబాదిహీ వ మిన్ హమజాతి

ష్వయాతీని వ ఐ యహ్ జురూన్.”

(అనువాదం: నేను అల్లాహ్ యొక్క సంపూర్ణ వచనాల రక్షణలోకి వస్తున్నాను. ఆయన ఆగ్రహం నుంచి, ఆయన శిక్ష నుంచి, ఆయన దాసుల కీడు నుంచి, షైతానులు నాలో దుష్ట ఆలోచనలు కలిగించటం నుంచి (వారు నన్ను పాపాలకు పురిగొల్పటం నుంచి), అవి నా దగ్గరకు రావటం నుంచి.)

- అంతకు ముందు ఎప్పుడూ అలాంటి కలలు రానట్లయితే అసలు దాని గురించి పట్టించుకోవద్దు. కాని ఒకవేళ తరచూ అటువంటి కలలే వస్తున్నట్లయితే దాని గురించి మీ భార్య లేక భర్తతో, తల్లిదండ్రులతో, ఇస్లాం ధర్మజ్ఞానం గల వ్యక్తికి చెప్పి రాబోయే పేజీల్లో పేర్కొనబడిన విధంగా దాని చికిత్స కోసం ప్రయత్నించండి.
- అంతకు ముందు పడుకున్న దిశకు వ్యతిరేక దిశవైపు తిరిగి పడుకోండి.
- ఒకవేళ తరచూ పీడకలలు వస్తున్నట్లయితే రాత్రి పడుకునే ముందు పైన పేర్కొనబడిన దుఆ (అవూజు బి కలిమాతి ల్లాహితామ్మతి....) ముందుగానే చదువుకుని పడుకోవటం మంచిది.

## అసూయ, దిష్టి చికిత్స కొరకు సంక్షిప్త రుఖయా

- అఊజు బిల్లాహి మిన షైతాని ర్రజీమ్.

సూరె ఫాతిహా

బిస్మిల్లాహిర్రహ్మానిర్రహీమ్.

- అల్ హమ్దు లిల్లాహి రబ్బిల్ ఆలమీన్. అర్రహ్మా  
నిర్రహీమ్. మాలికి యౌమిద్దీన్. ఇయ్యాక నా'బుదు  
వ ఇయ్యాక నస్తయిన్. ఇహ్దిన స్సిరాతల్  
ముస్తఖీమ్. సిరాతల్లజీన అన్అమ్త అలైహిమ్. గైరిల్  
మగ్జూబి అలైహిమ్ వల జ్ఙ్వలీన్. (ఆమీన్).

3 ఖుల్ సూరాలు

బిస్మిల్లాహిర్రహ్మానిర్రహీమ్

- ఖుల్ హువల్లాహు అహద్. అల్లాహు స్సమద్. లమ్  
యలిద్. వ లమ్ యూలద్. వ లమ్ యకుల్లహూ  
కుఫువన్ అహద్.
- ఖుల్ అవూజు బి రబ్బిల్ ఫలఖ్. మిన్ ష్శరి మా  
ఖలఖ్. వ మిన్ ష్శరి గాసిఖిన్ ఇజా వఖబ్. వ మిన్  
ష్శరి న్నఫ్ఫాసాతి ఫిల్ ఉఖద్. వ మిన్ ష్శరి హాసిదిన్

ఇజా హసద్.

- ఖుల్ అవూజు బి రబ్బి న్నాస్. మలికి న్నాస్. ఇలాహి న్నాస్. మిన్ ష్శరిల్ వస్ వాసిల్ ఖన్నాస్. అల్లజీ యువస్ విసు ఫీ సుదూరి న్నాస్. మినల్ జిన్నతి వ న్నాస్.

### 3 ప్రత్యేక దుఆలు

- బిస్మిల్లాహి అర్ఖీక్, మిన్ కుల్లి షైయిన్ యూ'జీక్, మిన్ ష్శరి కుల్లి నఫ్సిన్ జె ఐనిన్ హాసిదిన్, అల్లాహు యష్ఫీక్, బిస్మిల్లాహి అర్ఖీక్.
- బిస్మిల్లాహి యుబ్రీక్, వ మిన్ కుల్లి దాయిన్ యష్ఫీక్, వ మిన్ ష్శరి హాసిదిన్ ఇజా హసద్. వ మిన్ ష్శరి కుల్లి జీ ఐనిన్.
- అల్లాహుమ్మ రబ్బున్నాసి అజ్హబిల్ బా'స, వష్ఫి అంత ష్షాఫి లా షిఫాఅ ఇల్లా షిఫావుక షిఫాఅన్ లా యుగాదిరు సఖమా.

- ఈ సంక్షిప్త రుఖ్ యా పఠించి నీళ్ల మీద ఊదాలి. రోగి ఆ నీళ్ళలో నుంచి కొద్దిగా తాగి మిగతా నీటితో తల స్నానం (గుస్ల) చేయాలి. వ్యాధి లక్షణాలు పోయేదాకా 7 నుంచి 10 రోజులు ప్రతి రోజూ ఇలా చేయాలి.

(రుఖ్ యా - సయీద్ బిన్ అలీ బిన్ వహ్బ్ అల్ ఖహ్ తానీ,  
హిస్సుల్ ముస్లిం గ్రంథకర్త)

## అనువాదం

**ఫాతిహా సూరా:** అనంత కరుణామయుడు, అపార కృపాశీలుడైన అల్లాహ్ పేరుతో. ప్రశంసలు, పొగడ్తులన్నీ అల్లాహ్ కు మాత్రమే శోభిస్తాయి. ఆయన సమస్త లోకాలకు పోషకుడు. అపార కరుణామయుడు. పరమ కృపాశీలుడు. ప్రతిఫల దినానికి (అంటే ప్రళయ దినానికి) యజమాని. మేము నిన్నే ఆరాధిస్తున్నాము. సహాయం కోసం నిన్ను మాత్రమే అర్థిస్తున్నాము. మాకు రుజుమార్గం (సన్మార్గం) చూపించు. నీవు అనుగ్రహించినవారి మార్గం. నీ ఆగ్రహానికి గురికాని వారి, అపమార్గానికి లోనుకాని వారి మార్గం (చూపు).

**సూరె ఇఖ్లాస్:** (ఓ ముహమ్మద్ -స!) వారికి ఇలా చెప్పు: ఆయన అల్లాహ్ (నిజమైన ఆరాధ్యుడు) ఒక్కడు. అల్లాహ్ నిరపేక్షాపరుడు. (ఏ అక్కరా లేనివాడు). ఆయన ఎవరినీ కనలేడు. ఆయన కూడా ఎవరికీ పుట్టినవాడు కాడు. ఆయనకు సరిసమానుడు ఎవడూ లేడు.

**సూరె ఫలఖ్:** చెప్పు: నేను ప్రాతఃకాలపు ప్రభువు శరణు కోరుతున్నాను. ఆయన సృష్టించిన వాటన్నింటి కీడు నుండి, కటిక చీకటి క్రమ్ముకున్నప్పటి రాత్రి చీకటి కీడు నుండి, (మంత్రించి)

ముడులలో ఊదేవారి కీడు నుండి, అసూయపరుడు అసూయ చెందినప్పటి కీడు నుండి (నేను నా ప్రభువు రక్షణ కోరుతున్నాను.)

**సూరె నాస్:** చెప్పు: “నేను మానవుల ప్రభువు రక్షణ కోరుతున్నాను. మానవుల చక్రవర్తిని. మానవుల ఆరాధ్య దైవాన్ని (ఆశ్రయిస్తున్నాను) - దురాలోచనలను రేకెత్తించి, తప్పించుకునేవాడి కీడు నుండి, వాడు జనుల హృదయాలలో దురాలోచనలను రేకెత్తిస్తాడు - వాడు జిన్ను వర్గానికి చెందినవాడైనా సరే, మానవ వర్గానికి చెందినవాడైనా సరే!

**1. దుఆ:** నీకు బాధ కలిగించే ప్రతి కీడు నుంచి రక్షణ కొరకు, ప్రతి హాని నుంచి, అసూయ చెందే కళ్ళ నుంచి రక్షణ కొరకు నేను నీపై రుఖయా పఠిస్తున్నాను. అల్లాహ్ నీకు స్వస్థతను ప్రసాదిస్తాడు. నేను నీపై రుఖయా పఠిస్తున్నాను.

**2. దుఆ:** అల్లాహ్ పేరుతో. ఆయన నీకు అన్ని రకాల అనారోగ్యాల నుంచి స్వస్థతను ప్రసాదిస్తాడు. అసూయపరుడు అసూయ చెందేటప్పటి కీడు నుంచి, దిష్టి పెట్టేవాని కీడు నుంచి ఆయన నీకు రక్షణ కల్పిస్తాడు.

**3 దుఆ:** ఓ అల్లాహ్! మానవుల ప్రభువా! రోగాన్ని దూరం చెయ్యి. స్వస్థతను ప్రసాదించు. స్వస్థతను ప్రసాదించే వాడవు నీవు మాత్రమే. నీవు ప్రసాదించే స్వస్థత తప్ప మరే స్వస్థత ఉండదు. రోగాలన్నీ నయం చేసే స్వస్థతను ప్రసాదించు.

## మీ ఇల్లు, షాపు, ఆస్తి నుంచి ఇబ్బంది పెట్టే జిన్నులను పారదోలే విధానం

గుర్తుంచుకోండి! సమస్య జిన్న్కు సంబంధించినది అయినప్పుడు మాత్రమే ఈ దుఆలు పనిచేస్తాయి. ఒకవేళ సమస్య చేతబడికి సంబంధించినది అయితే నీటి మీద మొత్తం 'రుఖ్ యా' పఠించి ఆ నీటిని ఇల్లు లేక షాపు మొత్తం స్ప్రే చేయాలి. పూర్తి 'రుఖ్ యా' తరువాత పేజీల్లో రానున్నది.

ఒక్కరే వెళ్ళకుండా, ఇద్దరు లేక అంతకంటే ఎక్కువ మంది ఒక బృందంగా వెళ్ళి ఇక్కడ పేర్కొనబడిన దుఆలు పఠించాలి.

దుఆల పఠనం చేసేవారు ధైర్యవంతులు, అల్లాహ్ కు తప్ప మరెవ్వరికి భయపడనివారై ఉండాలి. అల్లాహ్ మాటలు (ఖుర్ఆన్)పై వారికి పరిపూర్ణ నమ్మకం ఉండాలి. జిన్నులపై అల్లాహ్ మాటల (ఖుర్ఆన్) ప్రభావం తీవ్రంగా ఉంటుందని గట్టిగా విశ్వసించేవారై ఉండాలి.

ఇంట్లో జిన్నులు ఉన్నాయని, అవి ఇబ్బందులు

కలుగజేస్తున్నాయని మీకు నమ్మకం కుదిరినట్లయితే వాటిని ఈ క్రింది విధంగా పారదోలండి:

- మూడు రోజులపాటు ఆ ఇంటికి మరో ఇద్దరు వ్యక్తులతోపాటు వెళ్ళి అనేక సార్లు బిగ్గరగా ఇలా పలకండి:

“ఉనాషిదుకుమ్ బిల్ అహదిల్లజీ అఖజహూ అలై కుమ్ సులైమాను అన్ తఖ్ఫరజూ వ తర్హాలూ మిమ్ బైతినా. ఉనాషిదుకుముల్లాహ్, అన్ తఖ్ఫరజూ వలా తూ‘జూ అహదహ్.”

- ఇలా మూడు రోజుల వరకు చేయండి.

- అయినా జిన్నులు ఇంకా ఇంట్లోనే తిప్ప వేసి వున్నాయని అనిపిస్తే ఇలా చేయండి:

షుమారు 5 లీ. నీటితో నిండిన ఒక పాత్రను తీసుకోండి. వుజూ చేయండి. మీ కుడి చేతి చూపుడు వ్రేలిని నీళ్ళలో ముంచి నోటిని నీటి పాత్ర దగ్గరగా ఉంచి ఈ రెండవ దుఆ చదవండి:

“బిస్మిల్లాహ్, అమ్ సైనా బిల్లాహిల్లజీ లైస మిన్ హు షైవున్ ముమ్ తనివున్. వ బి ఇజ్జతి ల్లాహిల్లతీ లా తురాము వలా తుజాము, వ బి సుల్తాని ల్లాహిల్ మనీఇ న్నహ్ తజిబ్. వ బి అస్మాయిహిల్ హుస్నా

కుల్లిహా, ఆయిజుమ్ మినల్ అబాలిసహా, వ మిన్ ష్షరి ష్షయాతీనిల్ ఇన్ని వల్ జిన్న్, వ మిన్ కుల్లి మూలినిన్ ఔ ముసిర్, వ మిన్ ష్షరి మా యఖ్రుజు బిల్లైలి వ యక్మును బిన్నహారి, వ యక్మును బిల్లైలి వ యఖ్రుజు బిన్నహారి, వ మిన్ ష్షరి మా ఖలఖ, వ జరఅ వ బరఅ, వ మిన్ ష్షరి ఇబ్లీస వ జునూదిహా, వ మిన్ ష్షరి కుల్లి దాబ్బతిన్ అంత ఆఖిజుమ్ బి నాసియతిహా, ఇన్న రబ్బీ అలా సిరాతిమ్ ముస్తఖీమ్. అవూజు బిల్లాహి బిమస్తఅజ బిహీ మూసా వ ఈసా వ ఇబ్రాహీము ల్లజీ వఫ్ఫా, వ మిన్ ష్షరి మా ఖలఖ వ జరఅ వ బరఅ, వ మిన్ ష్షరి ఇబ్లీస వ జునూదిహా, వ మిన్ ష్షరి మా యబ్గీ.”

గమనిక: మీరు పై దుఆ చదువున్నది ఉదయం పూట అయితే దుఆ ప్రారంభంలో “అమ్ సైనా”కు బదులు “అస్ బహానా” అని చెప్పాలి.

- తర్వాత ఆయతుల్ కుర్సీ పఠించండి. ఆయతుల్ కుర్సీ 6 వ పేజీలో ఉంది.
- అనంతరం సూరె సాఫ్ఫాత్ (37వ సూరా)లోని మొదటి పది ఆయతులు పఠించండి.

## సూరె సాఫ్ఫాత్ (1-10)

బిస్మిల్లాహిర్రహ్మానిర్రహీమ్. వ స్సాఫ్ఫాతి సఫ్ఫా.  
 ఫజ్జాజిరాతి జజ్జరా. ఫత్తాలియాతి జిక్రా. ఇన్న  
 ఇలాహకుమ్ ల వాహిద్. రబ్బు స్సమావాతి వల్  
 అర్జి వమా బైనహుమా వ రబ్బుల్ మషారిఖ్. ఇన్నా  
 జయ్యన్న స్సమాఅ ద్దున్యా బి జీనతినిల్ కవాకిబ్.  
 వ హిఫ్జమ్ మిన్ కుల్లి షైతానిమ్ మారిద్. లా  
 యస్సమ్మఊన ఇలల్ మలయిల్ ఆలా వ యుఖ్జ  
 పూన మిన్ కుల్లి జానిబ్. దుహూరన్ వలహుమ్  
 అజాబున్ వాసిబ్. ఇల్లా మన్ ఖతిఫల్ ఖత్ఫత ఫ  
 అత్బఅహూ షిహాబున్ సాఖిబ్.

- తర్వాత ఆ రుఖ్యా నీటిని ఇల్లు లేక షాపులోని గోడలు, కప్పు, ఫర్నిచర్ వెనకాల, ఫర్నిచర్ లోపల, కిటికీలు, ద్వారం లోపల, వెలుపల, బట్టలు, మంచం, దిండ్లు, పరుపులు, కార్లు మొదలగువాటి ప్రతి మూలకు చేరేలా “బిస్మిల్లాహ్, అల్లాహు అక్బర్” అని పలుకుతూ స్పృ చేయండి. అల్లాహ్ తలిస్తే తప్పకుండా జిన్ను ఆ ఇంటిని వదలిపెట్టి వెళ్ళి పోతుంది. (ఇబ్నె ఖయ్యమ్ గారి అల్ వాబిలు స్సయ్యిబ్ గ్రంథం ఆధారంగా)

○ తరచూ ఇంట్లో అజాన్ ఇస్తూ ఉండండి. ప్రతిరోజూ రేయింబవళ్ళు బఖరా సూరా ఆడియో ప్లే చేస్తూ ఉండండి. వీలైతే మూడు రోజులకు ఒకసారి పూర్తి బఖరా సూరా స్వయంగా పారాయణం చేయండి.

### పై ప్రకటన మరియు దుఆల అనువాదం

(1) “మీ మీద వున్న దైవప్రవక్త సులైమాన్ (అ) ప్రమాణం ఆధారంగా నేను మీ మంచి కోరి చెబుతున్నాను. మా స్థలం వదలిపెట్టి వెళ్ళిపోండి. అల్లాహ్ పేరు తీసుకొని ఉపదేశిస్తున్నాను. ఇక్కణ్ణుంచి వెళ్ళిపోండి. ఎవరికీ హాని కలిగించకండి.”

(2) అల్లాహ్ పేరుతో మాకు సాయంత్రం అయింది. (లేక తెల్లవారింది. ఏ శక్తి కూడా అల్లాహ్ ను ఆయన తలచుకున్నది చేయకుండా ఏ కొంచెం కూడా ఆపజాలదు. అల్లాహ్ గౌరవం, బలం, శక్తి మరియు కీర్తి సాక్షిగా! వాటిని ఎవరూ సవాలు చేయలేరు. వాటి సమక్షంలో ఎవరికి అన్యాయం గాని, అణచివేత గాని జరగదు. అనంతమైన అల్లాహ్ అధికారం సాక్షిగా! మనల్ని కప్పి ఉంచకుండా, మనల్ని రక్షించకుండా ఏ శక్తి ఆయనను ఆపజాలదు. సుందరమైన ఆయన నామముల సాక్షిగా! ఇబ్లీసు మరియు

మానవులు మరియు జిన్నుల్లోని షైతానుల కీడు నుంచి, బహిర్గతమయ్యే మరియు దాగివుండే వాటన్నిటి కీడు నుండి, రాత్రిపూట బయలుదేరి పగలు ఆగివుండే వాటి కీడు నుండి, ఇంకా రాత్రి ఆగివుండి పగలు బయలుదేరే వాటన్నిటి కీడు నుండి, అల్లాహ్ సృష్టించిన, సృజించిన, తయారుచేసిన వాటన్నిటి కీడు నుంచి, ఇబ్లీసు మరియు వాడి సైన్యం కీడు నుంచి, నీవు పుట్టించిన, జుట్టు నీ చేతిలో వున్న జీవులన్నిటి కీడు నుంచి రక్షణ, శరణు ఇచ్చేది నీవే. నిశ్చయంగా నా ప్రభువు సత్యంపై ఉన్నాడు. అల్లాహ్ పుట్టించి, సృష్టించిన, సృజించిన వాటన్నిటి కీడు బారి నుంచి, ఇబ్లీసు మరియు వాడి సైన్యం కీడు నుంచి, వాడి ఆశయాల కీడు నుంచి విశ్వాసులైన మూసా, ఈసా, ఇబ్రాహీమ్ ప్రవక్తలు ఏ విధంగా శరణు కోరారో ఆ విధంగా నేను కూడా వాటి కీడు బారి నుంచి అల్లాహ్ శరణు వేడుతున్నాను.

**(సాఫ్ఫాత్ సూరా 10 ఆయతుల అనువాదం:** వరుస తీరి నిలబడేవారి (దైవదూతల) తోడు! మరి తీవ్రంగా మందలించేవారి తోడు! మరి (అల్లాహ్) ఉపదేశాన్ని పరించేవారి తోడు! నిస్సందేహంగా మీరందరి ఆరాధ్య దైవం ఒక్కడే. (ఆయన) ఆకాశాలకు, భూమికి, వాటి

మధ్యనున్న సమస్త వస్తువులకు ప్రభువు. సూర్యోదయ బిందువులకు ప్రభువు. మేము సమీప ఆకాశాన్ని నక్షత్రాల (అందం)తో ముస్తాబు చేశాము. తలబిరుసు అయిన ప్రతి షైతాను బారి నుంచి దాన్ని కాపాడాము. షైలోకాల్లోని దైవదూతల (మాటల)ను వారు (షైతానులు) చెవియొగ్గి కూడా వినలేరు. (ఒకవేళ వారలా చేస్తే) అన్ని వైపుల నుంచి విసరివేయబడతారు. తరిమివేయబడుతూ, మరియు వారి కొరకు శాశ్వతమైన శిక్ష కలదు. ఒకవేళ వారిలో ఎవడైనా ఏదైనా ఒకటి అరా మాటను ఎగరేసుకు పోయినట్లయితే తక్షణమే మండే ఒక అగ్నిజ్వాల అతన్ని వెంబడిస్తుంది.)

## జిన్న, చేతబడి చికిత్సకు పూర్తి రుఖయా

రుఖయా ఒక దుఆ. ఖుర్ఆన్ మరియు సున్నత్లలో వున్న పదాలతో దుష్ట శక్తులను పారదోలటానికి కేవలం అల్లాహ్ సహాయాన్ని మాత్రమే వేడుకుంటున్నామని మనసులో సంకల్పం చేసుకోవాలి. ఆయతులు, దుఆలు దృఢ నమ్మకంతో పఠించాలి. పూర్తి స్వస్థత లభించే వరకు సహనంగా, స్థిరంగా రోజూ రుఖయా పఠించాలి. రుఖయా సమయంలో రోగికి వెచ్చగా, తలనొప్పిగా, ఛాతి బిగుతుగా, గుండె వేగంగా కొట్టుకుంటున్నట్టుగా, డోకు వచ్చినట్టుగా, బాగా ఆవలింతలతో నిద్ర కమ్ముకున్నట్టుగా అనిపించ వచ్చు. రుఖయా సమయంలో ఈ లక్షణాలు సర్వ సాధారణం. కనుక ఆపకుండా రుఖయా పఠించాలి.

ఈ క్రింది ఖుర్ఆన్ ఆయతులు 3 లేక 7 లేక 11 సార్లు పఠించండి (11 సార్లు ఉత్తమం).

- అఱిజు బిల్లాహి స్సమీఇల్ అలీమ్, మినష్ షైతాని ర్రజీమ్, మిన్ హమ్జిహీ వ నఫ్ఖిహీ వ నఫ్సిహ్.
- అల్లాహ్ను గొప్ప నామములతో సంబోధించండి. “యా

హయ్యు, యా ఖయ్యూము బి రహ్మాతిక అస్తగీసు".  
తరువాత దరూద్ పఠించండి. తరువాత...

ఫాతిహా సూరా

- బిస్మిల్లాహిర్రహ్మానిర్రహీమ్. అల్ హమ్దు లిల్లాహి రబ్బిల్ ఆలమీన్. అర్రహ్మామానిర్రహీమ్. మాలికి యామిద్దీన్. ఇయ్యాక నాబుదు వ ఇయ్యాక నస్తయిన్. ఇహ్మదిన స్సిరాతల్ ముస్తఖీమ్. సిరాతల్లజీన అన్అమ్త అలైహిమ్. గైరిల్ మగ్జూబి అలైహిమ్ వల జ్ఞాల్లీన్. (ఆమీన్).

ఆయతుల్ కుర్సీ

- అల్లాహు లా ఇలాహ ఇల్లా హువల్ హయ్యుల్ ఖయ్యూమ్. లా తా'ఖుజుహూ సినతున్ వలా నౌమ్. లహూ మా ఫిస్సమావాతి వమా ఫిల్ అర్ద్. మన్ జల్లజీ యష్ఫవు ఇందహూ ఇల్లా బి ఇజ్నిహ్. యాలము మా బైన ఐదీహిమ్ వమా ఖల్ఫహుమ్. వలా యుహీ తూన బి షైయిమ్ మిన్ ఇల్మిహీ ఇల్లా బిమా షాఅ. వసిఅ కుర్సియ్యుహు స్సమావాతి వల్ అర్ద్. వలా యవూదుహూ హిఫ్జుహుమా. వహువల్ అలియ్యుల్ అజీమ్.
- వ ఔహైనా ఇలా మూసా అన్ అల్ఖి అసాక్. ఫ ఇజా హియ తల్ఖఫు మా యా'ఫికూన్. ఫ వఖఅల్ హఖ్ఖు వ బతల మా కానూ యామలూన్. ఫ గులిబూ

హునాలిక వన్ఖలబూ సాగిరీన్. వ ఉల్ఖియ స్సహరతు సాజిదీన్. (ఖుర్ఆన్ 7:117-120)

- ఫలమ్మా అల్ఖౌ ఖాల మూసా మా జీ'తుమ్ బిహి స్సిహార్. ఇన్నల్లాహ సయుబ్తిలుహ్. ఇన్నల్లాహ లా యుస్లిహు అమలల్ ముఫ్సిదీన్. వ యుహిఖ్ఖుల్లా హుల్ హఖ్ఖ బి కలిమాతిహీ వలౌ కరిహల్ ముజ్జేరి మూన్. (ఖుర్ఆన్ 10:81-82)
- వ అల్ఖి మా ఫీ యమీనిక తల్ఖపు మా సనఊ. ఇన్నమా సనఊ కైదు సాహిర్. వలా యుఫ్లిహు స్సాహిరు హైసు అతా. (ఖుర్ఆన్ 20:69)
- యా మా'షరల్ జిన్ని వల్ ఇన్సి ఇనిస్తతాతుమ్ అన్ తన్ఫుజూ మిన్ అఖ్తారి స్సమావాతి వల్ అర్జి ఫన్ఫుజూ. లా తన్ఫుజూన ఇల్లా బి సుల్తాన్. ఫబి అయ్యి ఆలాయి రబ్బీకుమా తుకజ్జిబాన్. యుర్సలు అలైకుమా షువాజుమ్ మిన్ నారిన్ వ నుహాసున్ ఫలా తన్తసిరాన్. ఫబి అయ్యి ఆలాయి రబ్బీకుమా తుకజ్జి బాన్. (ఖుర్ఆన్ 55:33-36)
- ఖుల్ హువల్లాహు అహద్. అల్లాహు స్సమద్. లమ్ యలిద్. వ లమ్ యూలద్. వ లమ్ యకుల్లహూ కుఫువన్ అహద్.
- ఖుల్ అవ్హజు బి రబ్బీల్ ఫలఖ్. మిన్ ష్శరి మా ఖలఖ్.

వ మిన్ షరీ గాసిఖిన్ ఇజా వఖబ్. వ మిన్ షరీ  
న్నఫ్ఫాసాతి ఫిల్ ఉఖద్. వ మిన్ షరీ హాసిదిన్ ఇజా  
హాసద్.

- ఖుల్ అవూజు బి రబ్బి న్నాస్. మలికి న్నాస్. ఇలాహి  
న్నాస్. మిన్ షరీల్ వస్వాసిల్ ఖన్నాస్. అల్లజీ  
యువస్విసు ఫీ సుదూరి న్నాస్. మినల్ జిన్నతి వ  
న్నాస్.
- బిస్మిల్లాహి అర్ఖీక్, మిన్ కుల్లి షైయిన్ యూజీక్,  
మిన్ షరీ కుల్లి నఫ్సిన్ ఔ ఐనిన్ హాసిదిన్, అల్లాహు  
యష్ఫీక్, బిస్మిల్లాహి అర్ఖీక్.
- బిస్మిల్లాహి యుబ్రీక్ వ మిన్ కుల్లి దాయిన్ యష్ఫీక్  
వ మిన్ షరీ హాసిదిన్ ఉజా హాసద్. వ మిన్ షరీ  
కుల్లి జీ ఐనిన్.
- అవూజు బి కలిమాతి ల్లాహి త్తామ్మతి మిన్ షరీ మా  
ఖలఖ్.
- అవూజు బి కలిమాతి ల్లాహి త్తామ్మతి మిన్ కుల్లి  
షైతానిన్ వ హామ్మతిన్ వ మిన్ కుల్లి ఐనిన్ లామ్మహ్.
- అవూజు బి కలిమాతి ల్లాహి త్తామ్మతి మిన్ గజబిహీ  
వ ఇఖాబిహీ వ షరీ ఇబాదిహీ వ మిన్ హమజాతి  
ష్షయాతీని వ ఐ యహ్జురూన్.
- అల్లాహుమ్మ రబ్బున్నాసి అజ్హబిల్ బాస, వష్ఫి అంత

ష్వాఫి లా షిఫాఅ ఇల్లా షిఫావుక షిఫాఅన్ లా  
యుగాదిరు సఖమా.

- అస్అలు ల్లాహల్ అజీమ రబ్బుల్ అర్షిల్ అజీమి ఐ  
యష్ఫియక. (7 సార్లు)
- నొప్పి వున్న చోట చెయ్యి ఉంచి (3 సార్లు) “బిస్మిల్లాహ్”  
అని చెప్పి తర్వాత “అఊజు బిల్లాహి వ ఖుద్రతిహీ  
మిన్ షర్రి మా అజిదు వ ఉహాజిరు” అని (7 సార్లు)  
పలకాలి.
- చివర్లో చికిత్స కొరకు అల్లాహ్ ను ప్రార్థించి, ఆమీన్  
పలకండి. దరూద్ పఠించండి.

మీరు కోరినప్పుడు ఉమ్మి తుంపరలతో గాని, ఉమ్మి  
లేకుండా గాని రోగిపై ఊదవచ్చు. మీ చేతుల్లో ఊదుకొని  
వాటిని రోగి మీద స్పృశించవచ్చు. రోగి కణతులు పట్టుకొని  
పఠించవచ్చు. రోగి చెవిలోనూ పఠించవచ్చు. ఆయత్ లేక  
సూరా పఠించిన ప్రతిసారి లేక రుఖయా చివర్లో రోగి మీద  
ఊదవచ్చు. (హెచ్చరిక: కోవిడ్-19 ప్రమాదం లేని సందర్భాల్లో  
మాత్రమే ఇలా చేయాలి).

గుర్తుంచుకోండి! మనిషి స్వయంగా తన కుటుంబం  
కొరకు రుఖయా పఠించుకోవటం కంటే గొప్ప రుఖయా  
మరొకటి లేదు. మీరు ఎంత సత్యవంతులు, సదాచార  
సంపన్నులైతే మీ రుఖయా అంత ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది.

## అదనపు చికిత్స

చేతబడి, చెడు దిష్టి, జిన్నుల ఆవాహన దుష్ ప్రభావాన్ని తగ్గించటంలో, వాటిని దూరం చేయటంలో రుఖయా నీరు త్రాగటం, రుఖయా నీటితో స్నానం ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తాయి.

**రేగు ఆకులతో రుఖయా స్నానం:** ఏడు రేగు ఆకులను నూరుకొని ఆ పేస్టును 3-5 లీ. నీటిలో కలపండి. ఇప్పుడు ఆ ద్రావణాన్ని ముందు పెట్టుకొని మీరు రుఖయా పరించ వచ్చు. ఆ మిశ్రమం మీద రుఖయా పరించి ఊదండి. ఆ నీటిని 3 గుటకలు త్రాగి మిగతా నీటితో తలంటు స్నానం (గుస్) చేయండి. రుఖయా నీటిని వేడి చేయకండి. అలా చేస్తే రుఖయా ప్రభావం వృధా అయిపోతుంది. కొద్దిపాటి రుఖయా నీరు ఇల్లంతా లేక షాపంతా చల్లండి. అల్లాహ్ దయతో నయం అయ్యే వరకు ప్రతిరోజూ ఇలా చేయవచ్చు.

(ఫత్హుల్ బారీ సౌజన్యంతో)

**సెన్నా నీరు త్రాగటం:** ఒక టీ స్పూను సెన్నా ఆకులను రుబ్బిన రేగు ఆకులతో కలిపి సాధారణ త్రాగునీటిలో వేసి వేడి చేయాలి. తరువాత ఆ ద్రావణాన్ని చల్లబడే వరకు

ఉంచాలి. ఆ మిశ్రమానికి తేనె కూడా కలుపుకోవచ్చు. వేడి చేసి చల్లబర్చుకున్న ఆ మిశ్రమం మీద రుఖయా పఠించి పరగడుపున ఆ ద్రావణం త్రాగాలి. “ఆహార చేతబడి” నిర్మూలన కొరకు ఇలా 7 రోజులు చేయాలి.

**తలకు, ఒంటికి నూనెతో మర్దన చేయాలి:** ఆలివ్ లేక కలోంజి లేక ఆవనూనెపై రుఖయా పఠించుకోవాలి. పడుకునే ముందు ఆ నూనెతో మర్మాంగాలతో సహా తల నుంచి పాదాల దాకా ఒళ్ళంతా మర్దన చేసుకోవాలి. కొద్దిగా సముద్ర ఉప్పుగాని లేక దొడ్డు ఉప్పుగాని (అయోడిన్ ఉప్పు కాదు) ఆ నూనెలో కలుపుకోని నొప్పి ఉన్న శరీర భాగాల మీద మీరు ఇష్టమైనన్ని సార్లు మసాజు చేసుకోవచ్చు. ప్రతి రోజూ ఒక చెంచాడు ఆలివ్ నూనె త్రాగటం కూడా మంచిదే. కలోంజి నూనెను కూడా ఇలా ఉపయోగించవచ్చు.

(వహీద్ అబ్దుస్సలామ్ బాలీ సౌజన్యంతో)

రుఖయా చదువుతూ లేక వింటూ హిజామా (కప్పింగ్) చేయించుకోవటానికి ప్రయత్నించండి.

దైవప్రవక్త ముహమ్మద్ (స) ప్రబోధించారు:

“మీ దగ్గర వున్న చికిత్సల్లో హిజామా అన్నిటికంటే ఉత్తమమైనది.” (బుఖారి గ్రంథం)

## దుష్టశక్తులను స్వయంగా ఎదుర్కోండి

అల్లాహ్ పై మీ నమ్మకాన్ని ఈ దుఆతో పునశ్చరించుకోండి:

“అల్లాహు అక్బర్ కబీరా మిన్ కుల్లి సహ్హరిన్ అలీమ్,  
అల్లాహు అక్బర్ కబీరా మిన్ కుల్లి సిహారిన్ అజీమ్,  
అల్లాహు అక్బర్ కబీరా మిన్ కుల్లి షైతానిమ్ మారిద్.”

ఈ జిక్రలతో దేవుని ఏకత్వం (తౌహీద్), అల్లాహ్ సంపూర్ణత్వం (అంటే దేవుడు సొటిలేనివాడు, లోపాలకు అతీతుడు అనే భావన)పై ప్రతి రోజూ మీ విశ్వాసానికి (ఈమాన్ కు) బలం చేకూరుతుంది. మీ బలహీనతను అంగీకరిస్తూ, అల్లాహ్ అవసరాన్ని గుర్తుచేసుకుంటారు. వినయ విధేయతలతో అల్లాహ్ ను ప్రార్థిస్తూ, స్తుతిస్తూ, అల్లాహ్ ముందు మీ దాస్యభావాన్ని (ఉబూదియ్యత్ ను) వెలిబుచ్చుతారు. అల్లాహ్ ను ప్రేమిస్తూ, అల్లాహ్ కు భయపడుతూ, ఆయనపై ఆశను కలిగివుండి, ఆయనకు వినమ్రులై, కృతజ్ఞతా భావంతో మసలుకునేలా ఈ దుఆలు

మీకు ప్రేరణ కలుగజేస్తాయి. మీ విశ్వాసాన్ని (ఈమాన్ ను) పటిష్ఠపరచుకోవటానికి, పాపాలను ప్రక్షాళనం చేసుకునేందుకు ఈ క్రింది చిన్ని దుఆలను రేయింబవళ్ళు కూర్చున్నప్పుడు, నడుచుకుంటూ వెళ్తున్నప్పుడు పదిసార్లు, ఇరవైసార్లు మీకు వీలైనంత ఎక్కువగా పఠిస్తూ ఉండండి. అల్లాహ్ మీకు నిశ్చయంగా స్వస్థతను ప్రసాదిస్తాడు.

- “లా ఇలాహ ఇల్లాహ్” (100 సార్లు)  
(అల్లాహ్ తప్ప వేరొక ఆరాధ్యుడు లేడు.
- “అస్తగ్ఘిరుల్లాహ వ అతూబు ఇలైహ్” (100 సార్లు)  
(నేను అల్లాహ్ ను క్షమాపణలు వేడుకుంటున్నాను. ఆయన వైపుకు మరలుతున్నాను.)
- “లా హౌల వలా ఖువ్వత ఇల్లా బిల్లాహ్ ”  
(మంచి పనులు చేసే శక్తి, చెడు పనుల నుంచి కాపాడుకునే సామర్థ్యం అల్లాహ్ ద్వారా మాత్రమే ప్రాప్తిస్తుంది.)
- “హస్బునల్లాహు వ నీ‘మల్ వకీల్”  
(మాకు అల్లాహ్ చాలు. ఆయన ఎంతో మంచి కార్య సాధకుడు.)

- “లా ఇలాహ ఇల్లా అంత సుబ్హానక ఇన్నీ కున్తు మిన జ్జాలిమీన్”

(నీవు తప్ప మరో ఆరాధ్యుడు లేడు. నీవు పవిత్రుడవు. నేనే తప్పు చేసినవాడిని.)

- “అల్లాహుమ్మ ఇన్నీ అవూజు బిక మినల్ హమ్మి వల్ హజని, వల్ అజ్జి, వల్ కసలి, వల్ బుఖ్లి, వల్ జుబ్ని వ జలయి ధైని వ గలబతి ర్రిజాలి”

(ఓ అల్లాహ్! నేను దిగులు, దుఃఖం, బలహీనత, సోమరితనం, పిరికితనం, పిసినారితనం, రుణభారం, ఇంకా ప్రజలు నాపై ఆధిక్యతను సంపాదించటం నుండి నీ శరణు వేడుతున్నాను.)

ఈ క్రింది దుఆలు పఠిస్తున్నప్పుడు నిశ్చయంగా అల్లాహ్ మీకు షైతానుల నుంచి, మీ శత్రువుల నుంచి రక్షణ కల్పిస్తాడని గట్టి నమ్మకాన్ని కలిగివుండండి.

- “వ హిఫ్జమ్ మిన్ కుల్లి షైతానిమ్ మారిద్”

(తలబీరుసు అయిన ప్రతి షైతాను బారి నుంచి కాపాడాము - ఖుర్ఆన్ 37:7)

- “అవూజు బిక మిన్ హమజాతి ష్వయాతీన్ వ అవూజు బిక రబ్బి ఐ యహ్జురూన్”
- “అవూజు బిల్లాహి స్సమీయిల్ అలీమి మిన ష్వయితాని ర్రజీమి మిన్ హమ్జిహీ వ నఫ్ఖిహీ వ నఫ్సిహ్.”
- “రబ్బి నజ్జినీ మినల్ ఖౌమి జ్జాలిమీన్”
- “అల్లాహుమ్మ ఇన్నా నజ్అలుక ఫీ నుహూరిహిమ్, వ నవూజు బిక మిన్ షురూరిహిమ్”

**నిశ్చయంగా అల్లాహ్ చేతబడిని నిర్మూలిస్తాడన్న దృఢ సంకల్పంతో ఈ దుఆలు :**

- “ఇన్నల్లాహ స యుబ్తిలుహ్” (ఖుర్ఆన్ 10:81)
- “ఫ వఖిఅల్ హఖ్ఖు వ బతల మా కానూ యామ లూన్” (ఖుర్ఆన్ 7:118)
- “వ మిన్ ష్షరి న్నఫ్ఫాసాతి ఫిల్ ఉఖద్” (ఖుర్ఆన్ 113:4)

- ☀ తరచూ అల్లాహ్ జిక్ర్ చేసేవారిని విజయాలు వరిస్తాయి.
- ☀ ప్రతి పనిలోనూ వారికి శుభాలు, సత్ఫలితాలు వస్తాయి.

“మనిషి అల్లాహ్ స్మరణ (జిక్ర్)తో తప్ప పైతాన్ కీడు  
నుంచి తనను తాను రక్షించుకోజాలడు.”

- తిర్మిజీ గ్రంథం

“ఉదయం సాయంత్రం దుఆలు యుద్ధంలో రక్షణకై  
ఉపయోగించే డాలు వంటివి. వాటిని ఎంత ఎక్కువగా  
పరిస్తే మనిషి అంత సురక్షితంగా ఉంటాడు. ఎంత  
సురక్షితంగా అంటే ఆ డాలుకు తగిలిన బాణం తిరిగి  
దానిని వదలినవాని మీదకు వెళ్ళిపోతుంది.”

- ఇబ్నూల్ ఖయ్యమ్ (రహ్మాల్లై)

**Shanti Margam Publications**

H.No.22-7-387/2,

Opp. Old Commissioner Office,

Purani Haveli, Hyderabad - 500002 (TS)

Cell : 9676144697, 7386785012

[www.shantimargam.com](http://www.shantimargam.com)