

من اشتكى ألماً أو وجعاً يجمع كفيه وينفض فيهما ثم يقرأ:

﴿ قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ① اللَّهُ الصَّمَدُ ② لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ③ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ وَكُفْواً أَحَدٌ ④ ﴾

[الإخلاص: 1 - 4] 3 مرات

﴿ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ① مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ② وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ③ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ ④ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ⑤ ﴾

[الفلق: 1 - 5] 3 مرات

﴿ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ① مَلِكِ النَّاسِ ② إِلَهِ النَّاسِ ③ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ④ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ⑤ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ⑥ ﴾

[الناس: 1 - 6] 3 مرات

ما يعوذ به نفسه عند علة تعثره. «يجمع كفيه ثم ينفض فيهما فيقرأ: (المعوذات) 3 مرات - وينفض فيهما بشيء خفيف من ريقه ثم يمسح بهما ما استطاع من جسده، يبدأ بهما على رأسه ووجهه وما أقبل من جسده.»
لحديث عائشة رضي الله عنها أن رسول الله ﷺ كان إذا اشتكى يقرأ على نفسه بالمعوذات وينفض، فلما اشتد وجعه كنت أقرأ عليه وأمسح بيده رجاء بركتها. (1)

(1) أخرجه البخاري رقم (5016).