

DUA FOR FENDING OFF DISTRESS, GRIEF, AND FEAR

Twelve in number, the following supplicatory prayers are said for imploring Almighty Allah for protection against distress, grief, fear, and the like things.

First: Imam al-Baqir (‘a) is reported to have said: Whenever a horrifying matter inflicts you, you may turn your face towards the kiblah direction and offer a two-unit prayer. Upon accomplishment, you may say this supplicatory prayer seventy times, and submit your requests each time you come to its end:

يَا أَبْصَرَ النَّاطِرِينَ يَا أَسْمَعَ السَّامِعِينَ يَا أَسْرَعَ
الْحَاسِبِينَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ-

Second: The Holy Prophet (s) has said: Whoever is inflicted by a distress, a grief, angst, or a hardship, may say the following statement:

اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا. تَوَكَّلْتُ عَلَى الْحَيِّ الَّذِي لَا
يَمُوتُ-

Third: Imam al-Sadiq (‘a) is reported to have said: When his brothers threw (Prophet) Joseph in the well, Archangel Gabriel came to him and said, "O boy, what are doing here?"

Joseph answered, "My brothers have thrown me in this well."

"Do you like to come out of it?" asked the archangel.

"This is up to Allah the Almighty and All-majestic." answered Joseph, "If He wishes, He will do."

"Allah the All-exalted says to you that if you pray me with this supplicatory prayer, I will take you out of this well," taught Gabriel.

"What is this supplicatory prayer?" asked Joseph.

"It is this one," taught Archangel Gabriel:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِأَنَّ لَكَ الْحَمْدَ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ الْمَنَّانُ
بِدِيْعِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ذُو الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ أَنْ تُصَلِّيَ
عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَأَنْ تَجْعَلَ لِي مِمَّا أَنَا فِيهِ فَرَجًا وَ
مَخْرَجًا

After that, the caravan came and took Prophet Joseph out of the well, as the Holy Qur'an has related.

Fourth: Imam al-Sadiq (‘a) is reported to have said: Whenever you fear something, you may say the following supplicatory prayer:

اللَّهُمَّ إِنَّكَ لَا يَكْفِي مِنْكَ أَحَدٌ، وَأَنْتَ تَكْفِي مِنْ كُلِّ أَحَدٍ
مِّنْ خَلْقِكَ فَأَكْفِنِي كَذَا وَكَذَا.

(You may now mention the thing that terrifies you.)

According to another tradition, you may say the following supplicatory prayer (whenever you fear something):

يَا كَافِيًا مِنْ كُلِّ شَيْءٍ وَلَا يَكْفِي مِنْكَ شَيْءٌ فِي السَّمَوَاتِ
وَالْأَرْضِ إِكْفِي مَا أَهْبَنِي مِنْ أَمْرِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَصَلِّ
عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ-

Imam al-Sadiq (‘a) has also said: Whoever comes to a ruler whom he fears, may say the following supplicatory prayer (before presence before the ruler):

بِاللَّهِ اسْتَفْتَحُ وَبِاللَّهِ اسْتَنْجِحُ وَبِمُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ
آلِهِ أَتَوَجَّهُ إِلَيْهِ اللَّهُمَّ ذَلِّ لِي صُعُوبَتَهُ وَسَهِّلْ لِي حُرُوزَتَهُ
فَإِنَّكَ تَمُحُو مَا تَشَاءُ وَتُثَبِّتُ وَعِنْدَكَ أُمُّ الْكِتَابِ حَسْبِيَ
اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ وَ
أَمْتَنِعْ بِحَوْلِ اللَّهِ وَقُوَّتِهِ مِنْ حَوْلِهِمْ وَقُوَّتِهِمْ وَأَمْتَنِعْ
بِرَبِّ الْفَلَقِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ-

Fifth: This supplicatory prayer is reported to have said by Imam al-Baqir (‘a) whenever a distressing matter would take place:

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَاعْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي
وَرَكِّ عَمَلِي وَيَسِّرْ مُنْقَلَبِي وَاهْدِ قَلْبِي وَأَمِنْ خَوْفِي وَعَافِنِي

فِي عُمْرِي كُلِّهِ وَ تَبَّتْ حُجَّتِي وَ اغْفِرْ خَطَايَايَ وَ بَيِّضْ
 وَجْهِي وَ اعْصِمْنِي فِي دِينِي وَ سَهِّلْ مَطْلَبِي وَ وَسِّعْ عَلَيَّ فِي
 رِزْقِي فَإِنِّي ضَعِيفٌ وَ تَجَاوَزْ عَن سَيِّئِي مَا عِنْدِي بِحُسْنِ مَا
 عِنْدَكَ وَ لَا تَفْجِعْنِي بِنَفْسِي وَ لَا تَفْجِعْ لِي حَبِيبًا وَ هَبْ لِي يَا
 إِلَهِي لِحِظَةً مِنْ لِحَظَاتِكَ تَكْشِفُ بِهَا عَنِّي جَبِيعَ مَا بِهِ
 ابْتَلَيْتَنِي وَ تَرُدُّ بِهَا عَلَيَّ مَا هُوَ أَحْسَنُ عَادَتِكَ عِنْدِي فَقَدْ
 ضَعَفْتُ قُوَّتِي وَ قَلَّتْ حِيلَتِي وَ انْقَطَعَ مِنْ خَلْقِكَ رَجَائِي وَ
 لَمْ يَبْقَ إِلَّا رَجَاؤُكَ وَ تَوَكَّلِي عَلَيْكَ، وَ قُدِّرْ لَكَ عَلَيَّ يَا رَبِّ
 أَنْ تَرْحَمَنِي وَ تُعَافِنِي كَقُدْرَتِكَ عَلَيَّ أَنْ تُعَذِّبَنِي وَ
 تَبْتَلِيَنِي إِلَهِي ذِكْرُ عَوَايِدِكَ يُؤْنِسُنِي وَ الرَّجَاءُ لِإِنْعَامِكَ
 يُقْوِينِي وَ لَمْ أَخْلُ مِنْ نِعَمِكَ مُنْذُ خَلَقْتَنِي فَأَنْتَ رَبِّي وَ
 سَيِّدِي وَ مَفْزَعِي وَ مَلْجَأِي وَ الْحَافِظُ لِي وَ الذَّابُّ عَنِّي
 وَ الرَّحِيمُ بِي وَ الْمُتَكَفِّلُ بِرِزْقِي وَ فِي قَضَائِكَ وَ قُدْرَتِكَ كُلُّ
 مَا أَنَا فِيهِ فَلْيَكُنْ يَا سَيِّدِي وَ مَوْلَايَ فِيمَا قَضَيْتَ وَ

قَدَّرْتَ وَ حَتَمْتَ تَعْجِيلُ خَلَاصِي مِمَّا أَنَا فِيهِ جَمِيعِهِ
وَالْعَافِيَةُ لِي فَإِنِّي لَا أَجِدُ لِدَفْعِ ذَلِكَ أَحَدًا غَيْرَكَ وَلَا
أَعْتَمِدُ فِيهِ إِلَّا عَلَيْكَ فَكُنْ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ عِنْدَ
أَحْسَنِ ظَنِّي بِكَ وَرَجَائِي لَكَ وَارْحَمْ تَضَرُّعِي وَاسْتِكَانَتِي
وَ ضَعْفَ رُكْنِي وَ ائْمُنْ بِذَلِكَ عَلَيَّ وَ عَلَى كُلِّ دَاعٍ دَعَاكَ يَا
أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ وَ صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ -