

தூக்கம் வராமலிருக்கும்போது ஓதும் துஆ

தூக்கமின்மையின் காரணமாக அவதிப்படுபவர்கள் கீழ்க்காணும் துஆவை ஓதிவிட்டுத் தூங்கவேண்டும். அல்லாஹ் நாடினால், அவர்களுடைய நிம்மதியற்ற நிலை நீங்கி தூக்கமும் வரும்.

اللَّهُمَّ غَارَتِ النَّجُومُ، وَهَدَّاتِ الْعُيُونُ، وَأَنْتَ حَيٌّ قَيُّومٌ، لَا تَأْخُذُكَ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ، يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ، أَهْدِ لَيْلِي، وَأَنْمِ عَيْنِي

பொருள்: எங்கள் இறைவனே, நட்சத்திரங்களும் மறைந்துவிட்டன, கண்களும் அமைதியாக உள்ளன, நீயே என்றென்றும் உயிருடன் நிலைத்திருப்பவனாக உள்ளாய், உனக்கு சிற்றுறக்கமோ தூக்கமோ ஆட்கொள்வதில்லை, என்றென்றும் உயிருடனும் நிலைத்திருப்பவனே, என்னுடைய இரவை அமைதிப்படுத்திவிடு, என்னுடைய கண்களையும் தூங்க வைத்து விடு.

நூல்: அமலுல் யவ்மி வல்லைலஹ், ஆசிரியர் இப்னுஸ் சுன்னி

www.uzairfahri.com