“তোমার শরীরের যে অংশ ব্যথাযুক্ত হয় , তার উপরে তোমার হাত রেখে তিনবার ’বিসমিল্লা -হ’ বলবে এবং সাতবার বলবে-**أَعُوذُ بِاللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ** "আল্লাহ এবং তার ক্ষমতার আশ্রয় প্রার্থনা করছি - যা আমি অনুভব করি এবং যা থেকে ভয় করি তার অনিষ্ট হতে।

উসমান ইবনু আবূল আস-সাকাফী রাদিয়াল্লাহু আনহু হতে বর্ণনা করেন যে , তিনি রসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম এর নিকট একটি ব্যথার অভিযোগ করলেন , যা তিনি ইসলাম গ্রহণের পর থেকে তার দেহে অনুভব করছেন। রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম তাকে বললেন , “তোমার শরীরের যে অংশ ব্যথাযুক্ত হয় , তার উপরে তোমার হাত রেখে তিনবার ’বিসমিল্লা -হ’ বলবে এবং সাতবার বলবে-أَعُوذُ بِاللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ "আল্লাহ এবং তার ক্ষমতার আশ্রয় প্রার্থনা করছি - যা আমি অনুভব করি এবং যা থেকে ভয় করি তার অনিষ্ট হতে। "

[সহীহ] [ইমাম মুসলিম এটি বর্ণনা করেছেন]

উসমান ইবনু আবি আল-আস রাদিয়াল্লাহু আনহু এমন ব্যথায় ভুগছিলেন যা তাকে ধ্বংসের দ্বারপ্রান্তে নিয়ে ছিল। রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়া সাল্লাম তাকে দেখতে গেলেন এবং তাকে এমন একটি দোয়া শিখিয়ে দিলেন যার মাধ্যমে আল্লাহ তাকে যে রোগে আক্রান্ত করেছেন তা থেকে নিরাময় করবেন। তা হল তিনি যে অংশে ব্যথা অনুভব করেন সেখানে তার হাত রাখবেন এবং বলবেন: (بسم الله) তিনবার, তারপর সাতবার বলতে: (أعوذ) আশ্রয়, সুরক্ষা এবং নিরাপত্তা চাই (بالله وقدرته من شر ما أجد) বর্তমান সময়কার ব্যথা (وأُحاذِر) এবং ভয় পাই ভবিষ্যতে দুঃখ ও ভয়ে আক্রান্ত হওয়ার বা এই অসুস্থতার ধারাবাহিকতা এবং শরীরে ব্যথার বিস্তার থেকে আশ্রয় চাই।

http://www.sunnah.global/hadeeth/bn/show/6018