پیامبر ـ صلی الله علیه وسلم ـ در بین دو سجده می‌فرمود: «اللَّهمَّ اغْفِرْ لي، وارْحَمْنِي، وعافِني، واهْدِني، وارزقْنِي»: «بارالها مرا ببخش و به من رحم کن و به من عافیت ببخش و من را هدایت کن و به من رزق و روزی عطا کن

از ابن عباس ـ رضی الله عنهما ـ روایت است که: پیامبر ـ صلی الله علیه وسلم ـ در بین دو سجده می‌فرمود: «اللَّهمَّ اغْفِرْ لي، وارْحَمْنِي، وعافِني، واهْدِني، وارزقْنِي»: «بارالها مرا ببخش و به من رحم کن و به من عافیت ببخش و من را هدایت کن و به من رزق و روزی عطا کن».

[با شواهدش حسن است] [به روایت ابوداوود و ترمذی و ابن‌ماجه و احمد]

پیامبر ـ صلی الله علیه وسلم ـ در نمازش و بین دو سجده این پنج چیز را در دعایش می‌خواست؛ پنج چیزی که مسلمان به آن بسیار نیاز دارد و خیر دنیا و آخرت را در بر دارد، از جمله درخواست مغفرت و پوشانده ماندن گناهان و درگذشتن از آنها و قرار گرفتن در سایه‌ی رحمت و عافیت و سالم ماندن از شبهات و شهوات و بیماری‌ها و دردها؛ و درخواست هدایت به سوی حق و پایداری بر آن و روزی که شامل ایمان و علم و عمل صالح و مال حلال است.

http://www.sunnah.global/hadeeth/fa/show/10930