शरीरको जुन भागमा तिमीलाई दुख्छ त्यहाँ आफ्नो हात राख र तीन पटक भन: "बिस्मिल्लाह" र सात पटक "अऊज़ु बिल्लाहि व क़ुदरतिही मिन शर्रि मा अजिदु व उहाज़िरु" पढ। अर्थ: म अल्लाह र उहाँको सामर्थ्यद्वारा उहाँको शरण माग्छु त्यो कुराको खराबीबाट जो म महसुस गर्दैछु र जसको मलाई डर लागिरहेको छ ।

उस्मान बिन अबी अबुल् आस सकफी (रजियल्लाहु अन्हु) ले वर्णन गरेका छन् : उहाँले इस्लाम कबुल गरेदेखि नै आफ्नो शरीरमा महसुस गरेको पीडाको बारेमा गुनासो गर्नु भयो, सो अल्लाहका रसूल (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) ले उनलाई भन्नुभयो: "शरीरको जुन भागमा तिमीलाई दुख्छ त्यहाँ आफ्नो हात राख र तीन पटक भन: "बिस्मिल्लाह" र सात पटक "अऊज़ु बिल्लाहि व क़ुदरतिही मिन शर्रि मा अजिदु व उहाज़िरु" पढ। अर्थ: म अल्लाह र उहाँको सामर्थ्यद्वारा उहाँको शरण माग्छु त्यो कुराको खराबीबाट जो म महसुस गर्दैछु र जसको मलाई डर लागिरहेको छ ।
[सही] [मुस्लिमले वर्णन गरेका छन्]

उस्मान बिन अबू अल-आस (रजियल्लाहु अन्हु) लाई एक गम्भीर पीडा भयो, जसले उनलाई मृत्युको नजिक पुर्यायो। त्यसैले पैगम्बर (सल्लल्लाहु अलैहि वसल्लम) उनलाई भेट्न जानुभयो र यस्तो दुआ सिकाउनुभयो जसले अल्लाहले उनको रोगलाई निको पारदिनुभयो। आफ्नो हात दुखेको स्थानमा राखेर तीन पटक (बिस्मिल्लाह) भन्नुहोस् र त्यसपछि सात पटक यसरी भन्नुहोस्: "अऊज़ु बिल्लाहि व क़ुदरतिही मिन शर्रि मा अजिदु व उहाज़िरु"। अर्थ: म अल्लाह र उहाँको सामर्थ्यद्वारा उहाँको शरण माग्छु त्यो कुराको खराबीबाट जो म महसुस गर्दैछु र जसको मलाई डर लागिरहेको छ । यस दुआले व्यक्तिको पीडा, डर वा भविष्यमा रोग फैलने खतराबाट बच्न सक्नेछ।

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