ਜਿਸ ਨੇ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਦੁਆ ਪੜ੍ਹੀ : "الحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنِي هَذَا وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي وَلاَ قُوَّةٍ - ਅਲਹਮਦੁ ਲਿੱਲਾਹਿੱਲ -ਲਜ਼ੀ ਅਤਅਮਾਨੀ ਹਾਜ਼ਾ ਵਾ ਰਜ਼ਾਕਨੀਹੀ ਮਿਨ ਗ਼ੈਰੀ ਹੌਲਿੱਮ -ਮਿੰਨੀ ਵਲਾ ਕੁੱਵਾਹ " (ਅਰਥਾਤ: ਸਾਰੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਅੱਲਾਹ ਦੇ ਲਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਖਾਣਾ ਖੁਆਇਆ ਅਤੇ ਇਹ ਰੋਜ਼ੀ ਦਿੱਤੀ , ਜਦੋਂ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਕੋਈ ਤਾਕਤ ਤੇ ਸਮਰੱਥਾ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਸੀ।) ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਰੇ ਗੁਨਾਹ ਮਾਫ਼ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸਹਲ ਬਿਨ ਮੁਆਜ਼ ਬਿਨ ਅਨਸ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਤੋਂ ਰਿਵਾਇਤ ਕਰਦੇ ਹਨ , ਉਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅੱਲਾਹ ਦੇ ਰਸੂਲ ﷺ ਨੇ ਫਰਮਾਇਆ: "ਜਿਸ ਨੇ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਦੁਆ ਪੜ੍ਹੀ : "الحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنِي هَذَا وَرَزَقَنِيهِ مِنْ غَيْرِ حَوْلٍ مِنِّي وَلاَ قُوَّةٍ - ਅਲਹਮਦੁ ਲਿੱਲਾਹਿੱਲ -ਲਜ਼ੀ ਅਤਅਮਾਨੀ ਹਾਜ਼ਾ ਵਾ ਰਜ਼ਾਕਨੀਹੀ ਮਿਨ ਗ਼ੈਰੀ ਹੌਲਿੱਮ -ਮਿੰਨੀ ਵਲਾ ਕੁੱਵਾਹ " (ਅਰਥਾਤ: ਸਾਰੀ ਤਾਰੀਫ਼ ਅੱਲਾਹ ਦੇ ਲਈ ਹੈ , ਜਿਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਖਾਣਾ ਖੁਆਇਆ ਅਤੇ ਇਹ ਰੋਜ਼ੀ ਦਿੱਤੀ , ਜਦੋਂ ਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਕੋਈ ਤਾਕਤ ਤੇ ਸਮਰੱਥਾ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਸੀ।) ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਰੇ ਗੁਨਾਹ ਮਾਫ਼ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। "

[حسن] [رواه أبو داود والترمذي وابن ماجه وأحمد]

ਅੱਲਾਹ ਦੇ ਨਬੀ ﷺ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਅੱਲਾਹ ਦੀ ਤਾਰੀਫ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਕਿਉਂਕਿ ਅੱਲਾਹ ਦੀ ਦਿੱਤੀ ਤੌਫ਼ੀਕ (ਸੁਯੋਗ) ਅਤੇ ਮਦਦ ਦੇ ਬਿਨਾ ਇਨਸਾਨ ਦੇ ਕੋਲ ਨਾ ਖੁਰਾਕ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਤਾਕਤ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਖਾਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ। ਉਸਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਲਾਹ ਦੇ ਰਸੂਲ ﷺ ਨੇ ਇਹ ਦੁਆ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਖਬਰੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਅੱਲਾਹ ਉਸਦੇ ਪਿਛਲੇ ਛੋਟੇ ਗੁਨਾਹਾਂ ਨੂੰ ਮਾਫ਼ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

http://www.sunnah.global/hadeeth/pa/show/5431