پیامبر صلی الله علیه وسلم بین دو سجده این دعا را مي خواند: «اللَّهمَّ اغْفِرْ لي، وارْحَمْنِي، وعافِني، واهْدِني، وارزقْنِي» یعنی «یا الله مرا ببخش و بیامرز و شفا بده و راهنمایی ام کن و روزی ام ده

از ابن عباس رضی الله عنهما روایت است که: پیامبر صلی الله علیه وسلم بین دو سجده این دعا را مي خواند: «اللَّهمَّ اغْفِرْ لي، وارْحَمْنِي، وعافِني، واهْدِني، وارزقْنِي» یعنی «یا الله مرا ببخش و بیامرز و شفا بده و راهنمایی ام کن و روزی ام ده».

[حسن است با شواهدش] [ابو داود و ترمذی و ابن ماجه و احمد روایت کرده]

پیامبر اکرم صلی الله علیه وسلم در بین دو سجده با این دعاهای پنج گانه ای که یک مسلمان به آن نیاز مبرم دارد و شامل خیر دنیا و آخرت است دعاء می کرد؛ از جمله: طلب آمرزش، پوشش گناهان و گذشت از آنها، ریزش بی‌شمار رحمت، و برخورداری از عافیتی فراگیر که انسان را از تردیدهای فکری و هوس‌های نفسانی و بیماری‌های آشکار و پنهان مصون می‌دارد؛ و نیز دربردارندۀ درخواست هدایت به سوی حق و استقامت بر آن، و بهره‌مند شدن از روزیِ ایمان، دانش و کردار شایسته، و همچنین مال حلال و پاکیزه است.

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