Coloque sua mão sobre a parte do seu corpo onde há dor e diga: "Em nome de Allah", três vezes, e então diga sete vezes: "Eu me amparo em Allah em sua Onipotência do mal que eu sinto e temo

Segundo Abu Abdullah Uthmán ibn Al-Áss - Que Allah esteja satisfeito com ele - relatou que em certa ocasião se queixou de umas dores para o Mensageiro de Allah - Que a paz e bençãos de Allah estejam sobre ele -, que lhe disse: Coloque sua mão sobre a parte do seu corpo onde há dor e diga: "Em nome de Allah", três vezes, e então diga sete vezes: "Eu me amparo em Allah em sua Onipotência do mal que eu sinto e temo".
[Autêntico] [Relatado por Musslim]

‘Uthmán bin Abi Al-Âss (que Allah esteja satisfeito com ele) foi acometido por uma dor que quase o levou à morte. O Profeta (que a paz e as bênçãos estejam com ele) foi visitá-lo e ensinou-lhe uma súplica para que Allah removesse sua doença. Ele disse que deveria colocar a mão sobre o local onde sentia a dor e dizer: “Em nome de Allah” três vezes. Em seguida, deveria dizer sete vezes: “Eu busco refúgio, protejo-me e me resguardo com Allah e Seu poder contra o mal que sinto agora” em relação à dor presente, “e que temo que possa vir” em relação à dor futura ou ao medo de que a doença continue e se espalhe pelo corpo.

https://www.sunnah.global/hadeeth/pt/show/6018