اللهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَالْهَرَمِ وَعَذَابِ الْقَبْرِ، اللهُمَّ آتِ نَفْسِي تَقْوَاهَا، وَزَكِّهَا أَنْتَ خَيْرُ مَنْ زَكَّاهَا، أَنْتَ وَلِيُّهَا وَمَوْلَاهَا، اللهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عِلْمٍ لَا يَنْفَعُ، وَمِنْ قَلْبٍ لَا يَخْشَعُ، وَمِنْ نَفْسٍ لَا تَشْبَعُ، وَمِنْ دَعْوَةٍ لَا يُسْتَجَابُ لَهَا "අල්ලාහුම්ම ඉන්නී අඌදු බික මිනල් අජ්සි, වල් කසලි, වල් ජුබ්නි , වල් බුහ්ලි , වල් හරමි, වඅදාබිල් කබ්රි. අල්ලාහුම්ම ආති නෆ්සී තක්වාහා, වසක්කිහා අන්ත හෑය්රුන් මන් සක්කාහා, අන්ත වලිය්යුහා වමව්ලාහා, අල්ලාහුම්ම ඉන්නී අඌදු බික මින් ඉල්මින් ලා යන්ෆඋ. වමින් කල්බින් ලා යහෑෂඋ. වමින් නෆ්සින් ලා තෂ්බඋ. වමින් දෑවතින් ලා යුස්තජාබු ලහා." (අහෝ දෙවිඳුනි ! නොහැකියාව, මැලිකම, බියගුලුකම, මසුරුකම, වයෝවෘද්ධකම හා කබ්ර්හි වේදනාව යනාදියෙන් මම ඔබෙන් ආරක්ෂාව පතමි. අහෝ දෙවිඳුනි ,! මාගේ ආත්මයට එහි දේව හැඟීම පිරිනමනු මැනව! එය පිවිතුරු කරනු මැනව. පිවිතුරු කරන්නන්ගෙන් ඔබ අති ශ්රේෂ්ඨය. ඔබ එහි භාරකරුය. එහි හිමිකරුය. අහෝ දෙවිඳුනි ! ප්රයෝජනවත් නොවන දැනුමෙන් ද බිය නොවන හදවතින් ද කුස නොපිරෙන මනසින්ද පිළිගනු නොලබන පැතුමෙන්ද මම ඔබෙන් ආරක්ෂාව පතමි.)

සෙයිද් ඉබ්නු අර්කම් (රළියල්ලාහු අන්හු) තුමා විසින් වාර්තා කරන ලදී: "අල්ලාහ්ගේ දූතයාණන් කවර තත්ත්වයක පසු වූයේ ද එය හැර මම ඔබලාට වෙනත් කිසිවක් නොපවසමි." එතුමාණෝ මෙසේ පවසමින් සිටියහ: اللهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَالْهَرَمِ وَعَذَابِ الْقَبْرِ، اللهُمَّ آتِ نَفْسِي تَقْوَاهَا، وَزَكِّهَا أَنْتَ خَيْرُ مَنْ زَكَّاهَا، أَنْتَ وَلِيُّهَا وَمَوْلَاهَا، اللهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ عِلْمٍ لَا يَنْفَعُ، وَمِنْ قَلْبٍ لَا يَخْشَعُ، وَمِنْ نَفْسٍ لَا تَشْبَعُ، وَمِنْ دَعْوَةٍ لَا يُسْتَجَابُ لَهَا "අල්ලාහුම්ම ඉන්නී අඌදු බික මිනල් අජ්සි, වල් කසලි, වල් ජුබ්නි, වල් බුහ්ලි, වල් හරමි, වඅදාබිල් කබ්රි. අල්ලාහුම්ම ආති නෆ්සී තක්වාහා, වසක්කිහා අන්ත හෑය්රුන් මන් සක්කාහා, අන්ත වලිය්යුහා වමව්ලාහා, අල්ලාහුම්ම ඉන්නී අඌදු බික මින් ඉල්මින් ලා යන්ෆඋ. වමින් කල්බින් ලා යහෑෂඋ. වමින් නෆ්සින් ලා තෂ්බඋ. වමින් දෑවතින් ලා යුස්තජාබු ලහා." (අහෝ දෙවිඳුනි! නොහැකියාව, මැලිකම, බියගුලුකම, මසුරුකම, වයෝවෘද්ධකම හා කබ්ර්හි වේදනාව යනාදියෙන් මම ඔබෙන් ආරක්ෂාව පතමි. අහෝ දෙවිඳුනි,! මාගේ ආත්මයට එහි දේව හැඟීම පිරිනමනු මැනව! එය

පිවිතුරු කරනු මැනව. පිවිතුරු කරන්නන්ගෙන් ඔබ අති ශේර්ෂ්ඨය. ඔබ එහි භාරකරුය. එහි හිමිකරුය. අහෝ දෙවිඳුනි! ප්රයෝජනවත් නොවන දැනුමෙන් ද බිය නොවන හදවතින් ද කුස නොපිරෙන මනසින්ද පිළිගනු නොලබන පැතුමෙන්ද මම ඔබෙන් ආරක්ෂාව පතමි.)
[صحيح] [رواه مسلم]

නබි (සල්ලල්ලාහු අලයිහි වසල්ලම්) තුමාණන්ගේ ප්රාර්ථනා අතරින් එක් ප්රාර්ථනාවකි මෙය. "අල්ලාහුම්ම ඉන්නී අඌදු බික" මම ඔබ වෙත යොමු වී රැකවරණය පතමි. "මිනල් අජ්සි" යහපත කිරීමට නොහැකි වීමෙන්, "වල් කසලි" සිදු කරන ක්රියාව ගැන සැළකිලිමත් නොවීමෙන්. නොහැකි තැනැත්තාට කිසිවක් කළ නොහැක. කම්මැලියා ඒ ගැන සිතන්නේවත් නැත. "වල් ජුබ්නි" සිදු කළ යුතු ක්රියාවට ඉදිරිපත් වීමෙන් වැළකී සිටීමෙන්, "වල් බුහ්ලි" ඒ සඳහා වැය කළ යුතු දෑ වළක්වා ගැනීමෙන්, "වල් හරමි" ශරීරය දුර්වල කරන මුහුකුරා ගිය වයසින්, "වඅදාබිල් කබ්රි" ඒ සඳහා හේතුවන මිනීවළේ වද හිංසාවට සාධකවලින් ආරක්ෂාව මම පතමි. "අල්ලාහුම්ම ආති නෆ්සී" එයට දෙනු මැනව, ආශිර්වාද කරනු මැනව "තක්වාහා" අවනත ක්රියාවන් සිදු කර පාපකම් අත්හැරීමෙන් ඇති වන එහි භක්තිය ආශිර්වාද කරනු මැනව. "වසක්කිහා" පහත් හා නින්දාසහගත දැයින් එය පිරිසිදු කරනු මැනව! "අන්ත හඃය්රුන් මන් සක්කාහා" ඔබ හැර එය පිරිසිදු කිරීමට වෙනත් කිසිවෙකු නැත. "අන්ත වලිය්යුහා" එහි උදව් කරු හා එය මෙහෙයවන්නා ඔබය. "වමව්ලාහා" එහි කටයුතු භාරව සිටින්නා ඔබය. ඔබ එහි පරමාධිපතිය; එහි හිමිකරුය. ඒ සඳහා ආශිර්වාද කරන්නාය. "අල්ලාහුම්ම ඉන්නී අඌදු බික මින් ඉල්මින් ලා යන්ෆඋ" ජේයාතිෂය, පේන කීම සහ මන්ත්ර ශාස්ත්රය යනාදී ප්රයෝනවත් නොවන දැනුමෙන් හෝ මතුලොවට ප්රයෝජනවත් නොවන දැයින් හෝ ක්රියාවට නැංවිය නොහැකි දැනුමෙන් ආරක්ෂාව පතමි! "වමින් කල්බින් ලා යක්ෂඋ" ඔබට බිය නොවන; ඔබට අවනත නොවන; ඔබව මෙනෙහි කිරීමෙන් සන්සුන් නොවන තැන්පත් නොවන හදවතින් මම ආරක්ෂාව පතමි. "වමින් නෆ්සින් ලා තෂ්බඃ" අල්ලාහ් එයට පිරිනැමූ හා පෝෂණය කළ අනුමත දෑ ගැන ආත්මය සෑහීමට පත් නොවීමෙන් ආරක්ෂාව පතමි. "වමින් දඃවතින්" ප්රාර්ථනාව ප්රතික්ෂේප කරනු ලැබීමෙන් "ලා යුස්තජාබු ලහා." එයට පිළිතුරු දෙනු නොලැබීමෙන් ආරක්ෂාව පතමි.

http://www.sunnah.global/hadeeth/si/show/5878