Weka mkono wako juu ya mahala panapoumia katika mwili wako, na usema: Bismillaah, (kwa jina la Mwenyezi Mungu) mara tatu, na useme mara saba: Audhubillaahi wa quduratihi min sharri maa ajidu wa uhaadhiru (Ninajikinga kwa Mwenyezi Mungu na uwezo wake kutokana na shari ya kile ninachokipata na kile ninachokihofia)

Kutoka kwa Othman bin Abil Aswi Ath-thaqafi radhi za Allah ziwe juu yake yakwamba yeye alilalamika kwa Mtume rehema na amani ziwe juu yake kuhusu maumivu anayoyapata katika mwili wake tangu aliposilimu, Mtume rehema na amani ziwe juu yake akasema kumwambia: "Weka mkono wako juu ya mahala panapoumia katika mwili wako, na usema: Bismillaah, (kwa jina la Mwenyezi Mungu) mara tatu, na useme mara saba: Audhubillaahi wa quduratihi min sharri maa ajidu wa uhaadhiru (Ninajikinga kwa Mwenyezi Mungu na uwezo wake kutokana na shari ya kile ninachokipata na kile ninachokihofia)"

[Sahihi] [Imepokelewa Imamu Muslim]

Othman bin Abil Aswi alipata maumivu makali ambayo yalikaribia kumuua, Mtume rehema na amani ziwe juu yake akaenda kumtembelea, na akamfundisha dua ambayo Mwenyezi Mungu atamuondolea maradhi yaliyomfika; nayo ni aweke mkono wake juu ya mahala panapoumia, na aseme: "Bismillaah" mara tatu, kisha aseme mara saba: "Ninataka kinga" na ninajikinga na kujiweka na kujilinda (kwa Mwenyezi Mungu na kudura zake kutokana na shari za yale ninayoyapata) katika maumivu ya wakati huu (na kuyahofia) na ninahofia kutokea maumivu mengine baadaye miongoni mwa huzuni na hofu, au kuendelea kwa maradhi na yakasambaa maumivu yake katika mwili.

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