Allāhumma innī as’aluka -l`āfiyata fi -ddunyā wa-l’ākhirah

Ayon sa Anak ni `Umar (malugod si Allāh sa kanilang dalawa) na nagsabi: {Hindi nangyaring ang Sugo ni Allāh (basbasan siya ni Allāh at pangalagaan) ay nag-iiwan ng mga panalanging ito kapag gumagabi at kapag nag-uumaga: "Allāhumma innī as’aluka -l`āfiyata fi -ddunyā wa-l’ākhirah. Allāhumma innī as’aluka -l`afwa wa-l`āfiyata fī dīnī wa-dunyāya wa-ahlī wa-mālī. Allāhumma -stur `awratī (o: `awrātī) wa-āmin raw`ātī. Allāhumma -ḥfaẓnī mim bayni yadayya wa-min khalfī wa-`an yamīnī wa-`an shimālī wa-min fawqī, wa-a`ūdhu bi-`aẓamatika an ughtāla min taḥtī. (O Allāh, tunay na ako ay humihiling sa Iyo ng kagalingan sa Mundo at Kabilang-buhay. O Allāh, tunay na ako ay humihiling sa Iyo ng paumanhin at kagalingan sa buhay panrelihiyon ko, buhay pangmundo ko, mag-anak ko, at ari-arian ko. O Allāh, pagtakpan Mo ang kahihiyan ko (o: ang mga kahihiyan ko) at patiwasayin Mo ang mga pangingilabot ko. O Allāh, ingatan Mo ako mula sa harapan ko at sa likuran ko, sa dakong kanan ko at sa dakong kaliwa ko, at mula sa itaas ko. Nagpapakupkop ako sa kadakilaan Mo na hindi ako paslangin mula sa ilalim ko.)"}

[Tumpak] [Nagsalaysay nito sina Imām Abū Dāwud, Imām An-Nasā'īy, Imām Ibnu Mājah, at Imām Aḥmad]

Hindi nangyaring ang Propeta (basbasan siya ni Allāh at pangalagaan) ay nagwawaksi ng mga panalanging ito kapag gumagabi at kapag nag-uumaga. "Allāhumma innī as’aluka -l`āfiyata (O Allāh, tunay na ako ay humihiling sa Iyo ng kagalingan)" at kaligtasan mula sa mga karamdaman, mga pagsubok, mga kasawiang-palad na pangmundo, mga pagnanasa, mga sigalot na pangmundo "fi -ddunyā wa-l’ākhirah (sa Mundo at Kabilang-buhay)" na madalian at matagalan. "Allāhumma innī as’aluka -l`afwa (O Allāh, tunay na ako ay humihiling sa Iyo ng paumanhin)," pagpawi ng mga pagkakasala, pagpapalampas sa mga ito, "wa-l`āfiyata (kagalingan)," at kaligtasan mula sa mga kapintasan "fī dīnī (sa buhay panrelihiyon ko)," mula sa Shirk, mga bid`ah, at mga pagsuway; "wa-dunyāya (buhay pangmundo ko)" mula sa mga kasawiang-palad, perhuwisyo, at mga kasamaan; "wa-ahlī (mag-anak ko):" mga asawa ko, mga anak ko, at mga kamag-anak ko; "wa-mālī (at ari-arian ko):" mga ari-arian ko at trabaho ko. "Allāhumma -stur `awrātī (O Allāh, pagtakpan Mo ang mga kahihiyan ko)" at ang nasa akin na mga kapintasan, mga kasiraan, at pagkukulang; "wa-āmin raw`ātī (at patiwasayin Mo ang mga pangingilabot ko)," ang hilakbot ko, at ang pangamba ko "Allāhumma -ḥfaẓnī (O Allāh, ingatan Mo ako)" at itulak Mo ang pagsubok palayo sa akin na mga tagaperhuwisyo at pagsubok "mim bayni yadayya wa-min khalfī wa-`an yamīnī wa-`an shimālī wa-min fawqī (mula sa harapan ko at sa likuran ko, sa dakong kanan ko at sa dakong kaliwa ko, at mula sa itaas ko)." Ito ay yayamang humiling siya na ingatan siya ni Allāh mula sa lahat ng mga dako dahil ang mga pagsubok at ang mga salot ay tanging sumusunod sa tao at sumasalubong sa kanya mula sa isa sa mga dakong ito. "wa-a`ūdhu bi-`aẓamatika an ughtāla (Nagpapakupkop ako sa kadakilaan Mo na hindi ako

paslangin)," hindi ako panagutin nang bigla, at hindi ako pasawiin sa pagkalingat "min taḥtī (mula sa ilalim ko)" para masawi ako dahil sa paglamon ng lupa.

http://www.sunnah.global/hadeeth/tl/show/5485