



ادعیه دفع اندوه و خوف

ادعیه منتخب کافی: دعاهای امامان در دفع اندوه و غم و خوف و دفع ضرر جن و انس:

۱. از امام باقر علیه السلام روایت شده: زمانی که پیش آمدی برایت رخ داد و از آن در هراسی، به قبله رو کن، و دو رکعت نماز بخوان، آنگاه هفتاد مرتبه بگو:

يَا أَبْصَرَ النَّاطِرِينَ وَيَا أَسْمَعَ السَّمِيعِينَ وَيَا أَسْرَعَ الْحَاسِبِينَ وَيَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ

و در هر مرتبه که می گویی حاجت خود را با آن ذکر کن.

۲. از رسول خدا صلی الله علیه و آله روایت شده: به هر که همی یا غمی یا اندوهی یا بلایی یا شدتی برسد، بگوید:

اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا، تَوَكَّلْتُ عَلَى الْحَيِّ الَّذِي لَا يَمُوتُ.

۳. از امام صادق علیه السلام نقل شده: چون برادران یوسف، او را به چاه افکندند، جبرئیل نزد او آمد و گفت: ای پسر در اینجا چه می کنی؟ یوسف گفت: برادرانم مرا در این چاه افکندند، پرسید دوست داری از آن بیرون آیی؟ پاسخ داد: این امر بسته به مشیت خدای عز و جل است، اگر بخواهد مرا بیرون می آورد، جبرئیل گفت: حق تعالی می فرماید: مرا به این دعا بخوان تا تو را از چاه بیرون آورم، گفت آن دعا کدام است، گفت: بگو:



اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِأَنَّ لَكَ الْحَمْدَ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ الْمَنَّانُ بَدِيعُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ

ذُو الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ أَنْ تُصَلِّيَ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَأَنْ تَجْعَلَ لِي مِمَّا أَنَا فِيهِ فَرَجًا وَمُخْرَجًا

در نتیجه کاروان از راه رسید، و او را از چاه بیرون آورد، به همان صورتی که داستانش در قرآن مجید آمده .

۴. از حضرت صادق علیه السلام نقل شده: هرگاه از امری ترسیدی بگو:

اللَّهُمَّ إِنَّكَ لَا يَكْفِيكَ مِنْكَ أَحَدٌ، وَأَنْتَ تَكْفِيكَ مِنْ كُلِّ أَحَدٍ مِنْ خَلْقِكَ فَاصْبِرْ كَذَا وَكَذَا.

و در حدیث دیگری فرمود: می گویی:

يَا كَافِيًا مِنْ كُلِّ شَيْءٍ وَلَا يَكْفِيكَ مِنْكَ شَيْءٌ فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ أَكْفِيكَ مَا أَهَمَّنِي مِنْ أَمْرِ الدُّنْيَا
وَالْآخِرَةِ وَصَلِّ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَآلِهِ



و حضرت صادق علیه السلام فرمود: هر که بر سلطانی که از او بترسد وارد شود بگوید:

بِاللَّهِ اسْتَفْتَحُ وَبِاللَّهِ اسْتَسْجِحُ وَبِحَمْدِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ اتَّوَجَّهُ

اللَّهُمَّ ذَلِّ لِي صُعُوبَتَهُ وَسَهِّلْ لِي حُزُونََهُ فَإِنَّكَ تَحُومُ مَا تَشَاءُ وَتُثْبِتُ وَعِنْدَكَ أُمُّ الْكِتَابِ

و نیز بگوید:

حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ وَأَمْتَنِعُ بِحَوْلِ اللَّهِ وَقُوَّتِهِ مِنْ حَوْلِهِمْ وَ
قُوَّتِهِمْ

وَأَمْتَنِعُ بِرَبِّ الْفَلَقِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

۵. روایت شده: این دعای امام باقر علیه السلام است، در امری که پیش می آید:

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَاعْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي وَزَكِّ عَمَلِي وَيَسِّرْ مُنْقَلَبِي وَاهْدِ قَلْبِي



وَأَمِنْ خَوْفِي وَعَافِنِي فِي عُمْرِي كُلِّهِ وَثَبَّتْ حُجَّتِي وَاعْفِرْ خَطَايَايَ وَيَبِّضْ وَجْهِي

وَاعْصِمْنِي فِي دِينِي وَسَهِّلْ مَطْلَبِي وَوَسِّعْ عَلَيَّ فِي رِزْقِي فَإِنِّي ضَعِيفٌ وَتَجَاوَزُ عَنْ سَيِّئِ مَا عِنْدِي
بِحُسْنِ مَا عِنْدَكَ

وَلَا تَجْعَلْنِي بِنَفْسِي وَلَا تَجْعَلْ لِي حَمِيمًا وَهَبْ لِي يَا إِلَهِي لِحُظَّةً مِّنْ لِّحَظَاتِكَ تَكْشِفُ بِهَا عَنِّي جَمِيعَ مَا بِهِ
ابْتَلَيْتَنِي

وَتَرُدُّهَا عَلَيَّ مَا هُوَ أَحْسَنُ عَادَتِكَ عِنْدِي فَقَدْ ضَعُفَتْ قُوَّتِي وَقَلَّتْ حِيلَتِي وَانْقَطَعَ مِنْ خَلْقِكَ
رَجَائِي وَلَمْ يَبْقَ إِلَّا رَجَاؤُكَ وَتَوَكَّلْتُ عَلَيْكَ،

وَقُدْرَتِكَ عَلَيَّ يَا رَبِّ أَنْ تَرْحَمَنِي وَتُعَافِنِي كَقُدْرَتِكَ عَلَيَّ أَنْ تُعَذِّبَنِي وَتَبْتَلِيَنِي

إِلَهِي ذِكْرُ عَوَايِدِكَ يُؤْنِسُنِي وَالرَّجَاءُ لِإِنْعَامِكَ يُقَوِّنِي وَلَمْ أَخْلُ مِنْ نِعَمِكَ مُنْذُ خَلَقْتَنِي



فَأَنْتَ رَبِّي وَسَيِّدِي وَمَمْفُزَعِي وَمَلْجَأِي وَالْمُحَافِظُ لِي وَالذَّابُّ عَنِّي وَالرَّحِيمُ بِي وَالتَّكْفِيلُ بِرِزْقِي
وَفِي قَضَائِكَ وَقَدْرَتِكَ كُلُّ مَا أَنَا فِيهِ فَلْيَكُنْ

يَا سَيِّدِي وَمَوْلَايَ فِيمَا قَضَيْتَ وَقَدَّرْتَ وَحَتَمْتَ تَعْجِيلُ خَلَاصِي بِمَا أَنَا فِيهِ جَمِيعِهِ وَالْعَافِيَةُ لِي فَإِنِّي
لَا أَجِدُ لِدَفْعِ ذَلِكَ أَحَدًا غَيْرَكَ

وَلَا أَعْتَمِدُ فِيهِ إِلَّا عَلَيْكَ فَكُنْ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ عِنْدَ أَحْسَنِ ظَنِّي بِكَ وَرَجَائِي لَكَ

وَارْحَمْ تَضْرُعِي وَاسْتِكَانَتِي وَضَعْفَ رُكْنِي وَآمُنْ بِذَلِكَ عَلَيَّ وَعَلَى كُلِّ دَاعٍ دَعَاكَ يَا أَرْحَمَ
الرَّاحِمِينَ وَصَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ

۶. از حضرت صادق علیه السلام نقل شده: حضرت سجاد علیه السلام می فرمود: هرگاه این کلمات را
بگویم، اگر جن و انس به زیان من گرد آیند باکی ندارم:

بِسْمِ اللَّهِ وَبِاللَّهِ وَمِنَ اللَّهِ وَإِلَى اللَّهِ وَفِي سَبِيلِ اللَّهِ وَعَلَى مِلَّةِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ



اللَّهُمَّ إِلَيْكَ أَسَلَمْتُ نَفْسِي وَإِلَيْكَ وَجَّهْتُ وَجْهِي وَإِلَيْكَ أَلْبَسْتُ ظَهْرِي وَإِلَيْكَ فَوَّضْتُ أَمْرِي

اللَّهُمَّ احْفَظْنِي بِحِفْظِ الْإِيمَانِ مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ وَمِنْ خَلْفِي وَعَنْ يَمِينِي وَعَنْ شِمَالِي

وَمِنْ فَوْقِي وَمِنْ تَحْتِي وَمَا قَبْلِي وَادْفَعْ عَنِّي بِحَوْلِكَ وَقُوَّتِكَ فَإِنَّهُ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِكَ

۷. وارد شده: برای دفع اندوه و ترس از سلطان، دعای اهل بیت را بخوانند:

يَا كُنَّا قَبْلَ كُلِّ شَيْءٍ وَيَا مُمْكِنُونَ كُلِّ شَيْءٍ وَيَا بَاقِيَاءَ بَعْدِ كُلِّ شَيْءٍ ۚ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَافْعَلْ بِي كَذَا
وَكَذَا

بجای کذا و کذا حاجت را بخواه.

۸. از حضرت امام محمد تقی علیه السلام مروی است که برای فرج و گشایش امر مواظبت کن
بخواندن

يَا مَنْ يَكْفِي مِنْ كُلِّ شَيْءٍ ۚ وَلَا يَكْفِي مِنْهُ شَيْءٌ ۚ أَكْفِنِي مَا أَهَمَّنِي



۹. از حضرت امام زین العابدین علیه السلام منقول است که می فرمود به فرزند خود ای پسرک من هرگاه برسد مصیبتی به یکی از شماها یا نازل شود به او نازل ای وضوی کامل بگیرد و دو رکعت نماز گذارد یا چهار رکعت و بگوید در آخر آن:

يَا مُوَضِّعَ كُلِّ شَكْوَى وَيَا سَامِعَ كُلِّ نَجْوَى وَيَا شَاهِدَ كُلِّ مَلَأٍ وَيَا عَالِمَ كُلِّ خَفِيَّةٍ

وَيَا دَافِعَ مَا يُشَاءُ مِنْ بَلِيَّةٍ يَا خَلِيلَ إِبْرَاهِيمَ وَيَا نَجِيَّ مُوسَى وَيَا مُصْطَفِيَّ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ

أَدْعُوكَ دُعَاءَ مَنْ اشْتَدَّتْ فَاقَتُهُ وَقَلَّتْ حِيلَتُهُ وَضَعْفَتْ قُوَّتُهُ دُعَاءَ الْغَرِيبِ الْعَرِيقِ الْمُضْطَرِّ

الَّذِي لَا يَجِدُ لِكَشْفِ هُوْفِيهِ إِلَّا أَنْتَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ

پس بدرستی که نمی خواند این دعا را احدی مگر آنکه برطرف می کند حق تعالی از او نازله را ان شاء الله تعالی .

۱۰. از حضرت امام جعفر صادق علیه السلام منقول است که برای رفع هم و غم غسل می کنی و دو رکعت نماز می گذاری و می گوئی :

يَا فَارِجَ الْهَمِّ وَيَا كَاشِفَ الْغَمِّ يَا رَحْمَنَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَرَحِيمَهُمَا



فَرِّجْ هَمِّيْ وَأَكْشِفْ غَمِّيْ يَا اللَّهُ الْوَاحِدُ الْأَحَدُ الصَّمَدُ الَّذِي لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ

وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ اعْصِمْنِي وَطَهِّرْنِي وَادْهَبْ بِيَلَّتِي

و بخوان آیه الکرسی و معوذتین را

۱۱. روایت شده که برای رفع همّ می گوئی در سجده صد مرتبه:

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ يَا إِلَهَ الْإِنَّا نْتَ بَرِحْمَتِكَ اسْتَعِيْثُ فَكُفِنِي مَا أَهَمَّنِي وَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي

۱۲. از حضرت موسی بن جعفر علیه السلام منقول است که به سماعه فرمود که ای سماعه هر وقت که از برای تو حاجتی باشد نزد حق تعالی پس بگو:

اَللّٰهُمَّ اِنِّيْ اَسْئَلُكَ بِحَقِّ مُحَمَّدٍ وَعَلِيٍّ فَاِنَّ لُهُمَا عِنْدَكَ شَأْنًا مِّنَ الشَّأْنِ وَقَدْرًا مِّنَ الْقَدْرِ

فَبِحَقِّ ذَلِكَ الشَّأْنِ وَبِحَقِّ ذَلِكَ الْقَدْرِ اِنْ تُصَلِّيَ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَاَنْ تَفْعَلَ بِيْ كَذَا وَكَذَا



پس بدرستی که چون روز قیامت شود نماند ملک مقربّی و نه پیغمبر مرسلّی و نه مؤمن ممتحنی مگر آنکه او محتاج است بسوی محمّد و علی صلواتُ اللّٰهِ علیهما و آلهما در آن روز. فقیر گوید: که ابن ابی الحدید نقل کرده از حضرت امیرالمؤمنین علیه السلام که فرمود وقتی سؤال کردم از حضرت رسول صلی الله علیه و آله که دعا کند برای من به مغفرت فرمود دعا خواهم کرد پس برخاست و نماز گذاشت و دست به دعا برداشت گوش دادم به دعای آن حضرت شنیدم می گوید **اللّٰهُمَّ بِحَقِّ عَلِيٍّ عِنْدَكَ إِغْفِرْ لِعَلِيٍّ** یعنی خدایا به حقّ علیّ نزد تو بیامرز علیّ را من گفتم یا رسول الله این چه دعائی بود که کردی فرمود آیا کسی گرامی تر از او هست نزد خدا که من او را شفیع خود کنم نزد او

مؤلف گوید: که ما در باب اوّل در ذکر ادعیه سجده شکر ذکر کردیم بعض دعاهائی که مناسبت با این فصل داشت.