

الْأَذْكَارُ قَبْلَ النَّوْمِ

Zikr & Ayahs Before Sleeping

يتوضأ وضوءه للصلاة فإذا أتى مضجعه
نفضه (ثلاثاً) ثم يضطجع على شقه الأيمن
مستقبلاً القبلة طاهر القلب من كل غش
وغل تائباً

Do ablution as done for prayer. Shake your bedsheet.
Then lie on one side towards the Qibla with a purified
and repenting heart.

ثم يقول :

Then say:

بِاسْمِكَ رَبِّي وَضَعْتُ جَنْبِي وَبِكَ أَرْفَعُهُ
فَاغْفِرْ لِي ذَنْبِي.

اللَّهُمَّ إِنِّ أَمْسَكَتَ نَفْسِي فَارْحَمَهَا وَإِنِّ
أَرْسَلْتَهَا فَاحْفَظْهَا بِمَا تَحْفَظُ بِهِ عِبَادَكَ
الصَّالِحِينَ.

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ
اللَّهُمَّ أَقِظْنِي فِي أَحَبِّ السَّاعَاتِ إِلَيْكَ
وَاسْتَعْمِلْنِي بِأَحَبِّ الْأَعْمَالِ إِلَيْكَ لِتُقَرِّبَنِي
إِلَيْكَ زُلْفَى وَتُبْعِدَنِي مِنْ سَخِطِكَ بَعْدًا أَسْأَلُكَ
فَتُعْطِيَنِي وَأَسْتَغْفِرُكَ فَتَغْفِرَ لِي وَأَدْعُوكَ
فَتَسْتَجِيبَ لِي.

Then recite Surah Al-Ikhlās, Al-Falak and Al-Nas

سُورَةُ الْإِخْلَاصِ، سُورَةُ الْفَلَقِ، سُورَةُ النَّاسِ
ثم ينفث في بطن كفيه ويمسح بهما ما

استطاع من جسده، يبدأ بهما على رأسه
ووجهه وما أقبل من جسده يفعل ذلك ثلاث
مرات.

Then blow into both hands and rub from head to leg
and other areas all over. Repeat this for three times.

آيَةُ الْكُرْسِيِّ

Ayat-ul-Kursi

﴿اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ
سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ وَمَا فِي
الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ
يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ
بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ

السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۖ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ
الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ ﴿٢٥٥﴾

عَامَنَ الرَّسُولُ

Amana-Al-Rasulu

﴿عَامَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ ۚ
وَالْمُؤْمِنُونَ كُلُّ عَامَنَ بِاللَّهِ وَمَلِكِهِ ۚ وَكُتِبَ لَهُ
وَرُسُلِهِ ۚ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّن رُّسُلِهِ ۚ
وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا ۚ غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ
الْمَصِيرُ ﴿٢٨٥﴾ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ
لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۚ رَبَّنَا لَا
تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ

عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا^ج
رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ^ط وَأَعْفُ عَنَّا
وَأَغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى
الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

After

سُبْحَانَ اللَّهِ (٣٣) الْحَمْدُ لِلَّهِ (٣٣) اللَّهُ
أَكْبَرُ (٣٤) أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا
هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ (٣)

ثم يضع يده اليمنى تحت خده ويقول :

Keep the right hand under the cheek and recite the
following

اللَّهُمَّ قِنِي عَذَابَكَ يَوْمَ تَبْعَثُ عِبَادَكَ (ثلاثاً)

Then recite Surah Al-Kafirun



Then Say...

اَللّٰهُمَّ اَسْلَمْتُ نَفْسِيْ اِلَيْكَ وَفَوَّضْتُ اَمْرِيْ
اِلَيْكَ وَاَلْجَأْتُ ظَهْرِيْ اِلَيْكَ رَغْبَةً وَرَهْبَةً اِلَيْكَ
لَا مَلْجَا وَلَا مَنْجَى مِنْكَ اِلَّا اِلَيْكَ اَمَنْتُ
بِكِتَابِكَ الَّذِي اَنْزَلْتَ وَنَبِيِّكَ الَّذِي اَرْسَلْتَ.

To wake up from sleep at the exact time we wish

﴿قُلْ اِنَّمَا اَنَا بَشَرٌ- مِّثْلُكُمْ يُوحَىٰ اِلَيَّ اَنْمَآ
اِلٰهُكُمْ اِلٰهُ وَاحِدٌ ۖ فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهٖ
فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صٰلِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهٖ
اَحَدًا﴾

If you sleep after reciting this Ayah then rub your chest with your right hand along with doing the Dua “ Oh Allah wake me up at the particular time”, then you will be woken up at the time you wish.