

DZIKIR-DZIKIR PERLINDUNGAN & PENJAGAAN

SHALIH BIN ABDULLAH BIN HAMD AL-USHAIMI حفظه الله



SHAHIFIQH 

DZIKIR-DZIKIR PELINDUNGAN & PENJAGAAN

Ditulis oleh :

Shalih bin Abdullah bin Hamd Al-Ushaimi -hafidzahullah-

Diterjemahkan oleh :

Tim ShahihFiqih, 28 Rajab 1441 / 23 Maret 2020

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

DZIKIR-DZIKIR MUTLAK¹

PERTAMA

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ
مِنَ الظَّالِمِينَ

**Laa ilaaha illaa anta subhaanaka inni kuntu minazh
zhoolimiin.**

“Tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Engkau, Engkau Mahasuci. Sungguh, aku termasuk orang-orang yang zalim”².

1 Dzikir mutlak adalah dzikir yang dapat dibaca kapan saja tanpa terikat waktu dan keadaan.

2 QS. Al-Anbiya: 87

KEDUA

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ① مِنْ شَرِّ مَا
خَلَقَ ② وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ
③ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ ④
وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ

**Qul a'uuzhu birabbilfalaq. Min syarri maa kholaq.
Wamin syarri ghoosiqin idzaa waqob. Wamin
syarrin-naffaa-tsaati fil'uqod. Wamin syarri
haasidin idza hasad.**

Katakanlah, “Aku berlindung kepada Tuhan yang menguasai subuh (fajar), dari kejahatan (makhluk yang) Dia ciptakan, dan dari kejahatan malam apabila

telah gelap gulita, dan dari kejahatan (perempuan-perempuan) penyihir yang meniup pada buhul-buhul (talinya), dan dari kejahatan orang yang dengki apabila dia dengki”³.

KETIGA

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ① مَلِكِ
 النَّاسِ ② إِلَهِ النَّاسِ ③ مِنْ شَرِّ
 الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ④ الَّذِي يُوَسْوِسُ
 فِي صُدُورِ النَّاسِ ⑤ مِنْ الْجَنَّةِ
 وَالنَّاسِ ⑥

3 QS. Al-Falaq: 1-5

Qul ‘auudzu birobbin-naas. Malikin-naas. Ilaahin-naas. Min syarril waswasil khon-naas. Alladzi yuwaswisu fii shuduurin-nas. Minal jin-nati wanaas.

Katakanlah, “Aku berlindung kepada Tuhannya manusia, Raja manusia, sembahannya manusia, dari kejahatan (bisikan) setan yang bersembunyi, yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia, dari (golongan) jin dan manusia”⁴.

KEEMPAT

اللَّهُمَّ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً، وَفِي
الْآخِرَةِ حَسَنَةً، وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

Alloohumma robbanaa aatinaa fiddun-yaa hasanah,

4 QS. An-Naas: 1-6

wafil aakhiroti hasanah, waqinaa ‘adzaaban-naar.

“Ya Allah, Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat, dan lindungilah kami dari azab neraka”⁵.

KELIMA

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْبَرَصِ
وَالْجُنُونِ وَالْجُدَامِ، وَ سَيِّئِ الْأَسْقَامِ

**Alloohumma innii a’uudzu bika minalbaroshi wal
junuuni wal judzaami wa sayyi il asqoom.**

“Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari penyakit belang, gila, kusta, dan dari segala penyakit mengerikan lainnya”⁶.

5 HR. Al-Bukhari no. 4522 dan Muslim no. 2690

6 HR. Abu Dawud no. 1554, Ibnu Hibban no. 1017 dan dishahihkan oleh Al-Albani .

KEENAM

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ زَوَالِ
نِعْمَتِكَ، وَتَحَوُّلِ عَافِيَتِكَ، وَفُجَاءَةِ
نِقْمَتِكَ، وَجَمِيعِ سَخَطِكَ

**Alloohumma innii a’uudzu bika min zawaali
ni’matik, watahaw-wuli ‘aafiyatik, wa fujaa ati
niqmatik, wa jamii’i sakhotik.**

“Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari hilangnya nikmat-Mu, berubahnya anugerah sehat-Mu, mendadak datangnya amarah-Mu, dan dari seluruh murka-Mu”⁷.


7 HR. Muslim no. 2739

KETUJUH

اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي إِلَى
نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ
لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ

**Alloohumma rohmataka arjuu falaa takilnii ilaa
nafsii thorfata 'aiin, wa ashlih lii sya' nii kullah, laa
ilaaha illaa anta**

“Ya Allah rahmat-Mu sangat aku harapkan, maka jangan
Engkau bebankan urusanku kepada diriku sendiri
meskipun hanya sekejap mata, dan perbaikilah seluruh
urusanku. Tidak ada Tuhan yang berhak disembah
selain Engkau”⁸.

8 HR. Abu Dawud no. 5090 dan dihasankan oleh Al-Albani  dalam
Takhrij Al-Kalam Ath-Thayyib no. 121.

KEDELAPAN

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ لَا إِلَهَ إِلَّا
اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ لَا إِلَهَ إِلَّا
اللَّهُ رَبُّ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَرَبُّ
الْعَرْشِ الْكَرِيمِ

**Laa ilaaha illallooh al ‘azhiimul haliim, laa ilaaha
illallooh, robbul ‘arsyil ‘azhiim, laa ilaaha illallooh,
robbussamaawaati wal ardhi wa robbul ‘arsyil
kariim.**

“Tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Allah yang Maha Agung lagi Maha Penyantun. Tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Allah Rabb ‘arsy yang agung. Tidak ada Tuhan yang berhak disembah

selain Allah Rabb langit dan bumi serta Rabb ‘arsy yang mulia”⁹.

KESEMBILAN

اللَّهُ اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا


Alloohu, Alloohu robbii, laa usyriku bihi syaian.

“Allah, Allah adalah Rabb-ku, aku tidak menyekutukan-Nya dengan sesuatu apapun.”¹⁰

SEPULUH

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِنُورِ وَجْهِكَ الَّذِي

9 HR. Al-Bukhari no. 6346 dan Muslim no. 2730

10 HR. Abu Dawud no. 1525, Ibnu Majah no. 3882, dan dishahihkan oleh Al-Albani  dalam Ash-Shahihah no. 2755

أَشْرَقَتْ لَهُ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أَنْ
تَجْعَلَنِي فِي حِرْزِكَ وَحِفْظِكَ وَجِوَارِكَ
وَتَحْتِ كَنْفِكَ

**Alloohumma innii as aluka binuuri wajhikalladzii
asyroqot, lahussamaawaatu wal ardh, an taj'alanii
fii hirzika, wa hifzhika, wa jiwaarika, wa tahta
kanafika.**

“Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu dengan cahaya wajah-Mu yang menyinari langit dan bumi agar menjadikanku dalam perlindungan dan penjagaan-Mu, berada di dekat-Mu, di bawah naungan-Mu”¹¹.



11 HR. Ath-Thabarani no. 10600 dan Ibnu Abi Syaibah no. 29539

DZIKIR-DZIKIR MUQAYYAD¹²

PERTAMA

(1x / malam)

ءَاْمَنَ الرَّسُوْلُ بِمَا اُنزِلَ اِلَيْهِ مِنْ رَّبِّهٖ
وَالْمُؤْمِنُوْنَ كُلُّهُمْ بِاللّٰهِ وَمَلٰٓئِكَتِهٖ
وَكُتُبِهٖ وَرُسُلِهٖ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ اَحَدٍ مِّنْ
رُّسُلِهٖ وَقَالُوْا سَمِعْنَا وَاَطَعْنَا غُفْرَانَكَ
رَبَّنَا وَاِلَيْكَ الْمَصِيْرُ ﴿٢٨٥﴾ لَا يُكَلِّفُ اللّٰهُ

12 Dzikir muqayyad adalah dzikir yang dibaca pada waktu atau keadaan tertentu saja

نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا
 مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا
 أَوْ أَخْطَاْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِيْرًا
 كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الدِّينِ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا
 وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ
 عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا
 فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

Aamanarroosuulu bimaa unzila ilaihi mirrobbihi wal mu'minuun, kullun aamana billahi wamalaaikatihii, waktubihii, warusulih. laa nufarriqu baina ahadimirusulih, waqooluu sami'naa wa atho'naa ghufroonaka robbanaa wa ilaikal mashiir. Laa yukallifulloohu nafsan illaa wus 'ahaa, lahaa maa kasabat wa 'alaihhaa maktasabat, robbanaa laa tu aakhidznaa innasiinaa aw akhtho'naa, robbanaa walaa tahmil 'alainaa ishronkamaa hamaltahuu 'alalladziina minqoblinaa, robbanaa walaa tuhammilnaa maalaa thooqota lanaa bih. Wa'fu 'anna waghfir lanaa warhamnaa anta maulaanaa fanshurna 'alalqoumil kaafiriin.

Rasul (Muhammad) beriman kepada apa yang diturunkan kepadanya (Al-Qur'an) dari Tuhannya, demikian pula orang-orang yang beriman. Semua beriman kepada Allah, malaikat-malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya dan rasul-rasul-Nya. (Mereka berkata), "Kami tidak membeda-bedakan seorang pun dari rasul-rasul-Nya." Dan mereka berkata, "Kami dengar dan kami taat. Ampunilah kami Ya Tuhan kami, dan kepada-Mu tempat

(kami) kembali.”

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa), “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir”¹³.

13 QS. Al-Baqarah: 285-286

KEDUA

(1x / pagi dan sore)

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا
 وَالْآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ
 وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي،
 اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي وَآمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ
 احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيْي وَمِنْ خَلْفِي وَعَنْ
 يَمِينِي وَعَنْ شِمَالِي وَمِنْ فَوْقِي، وَأَعُوذُ
 بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي

Alloohumma innii as alukal ‘aafiyah, fiddun-yaa wal aakhiroh, alloohummaa innii asalukal ‘afwa wal ‘aafiyah, fii diinii wa dun-yaaya wa ahlii wa maalii, alloohummastur ‘aurootii, wa aamin rou ‘aatii, alloohummahfazhnii min baini yadayya wamin kholfii, wa ‘an yamiinii, wa ‘an syimaalii, wa min fauqii, wa a’uudzu bi ‘azhomatika an ughtaala min tahtii.

“Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu keselamatan di dunia dan akhirat. Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu ampunan dan keselamatan dalam urusan agama, dunia, keluarga, dan hartaku. Ya Allah, tutuplah aibku, dan tentramkanlah aku dari rasa takut. Ya Allah, jagalah aku dari arah depan, belakang, kanan, kiri, dan atasku, dan aku juga berlindung dengan kebesaran-Mu agar tidak dibinasakan dari arah bawahku”¹⁴.

14 HR. Ahmad no. 4785, Abu Dawud no. 5074 dan selainnya

KETIGA

(3x / pagi dan sore)

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ
فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ، وَهُوَ
السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

**Bismillaahilladzii laa yadhurru ma’asmihii syaiun
fil ardhi walaaa fissaamaa i, wa huwassamii ‘ul ‘aliim.**

”Dengan menyebut nama Allah, yang dengan disebutkan nama-Nya tidak akan ada sesuatu apapun di langit dan di bumi yang dapat membahayakan. Dia Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui”¹⁵.

15 HR. Abu Dawud no. 5088, At-Tirmidzi no. 3388 dan lainnya

KEEMPAT

(1x / sore)

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا
خَلَقَ

**A'uudzu bikalimaatillahittaammaati min syarri maa
kholaq.**

“Aku berlindung dengan kalimat Allah yang sempurna
dari segala keburukan yang telah Dia ciptakan.”¹⁶



16 HR. Muslim no. 2709