

## Do'a Pembersihan Jiwa

Merelease Trauma, Phobia, Kecanduan, dsb.

**اللَّهُمَّ آتِنِي تَقْوَاهَا وَزَكَّهَا أَنْتَ خَيْرُ مَنْ زَكَّاهَا أَنْتَ وَلِيُّهَا وَمَوْلَاهَا**

**“Allaahumma aati nafsi taqwaaha wa zakkihaa, anta khoiru man zakkaahaa,  
anta waliyyuhaa wa mawlahaa”**

Ya Allaah, anugerahkanlah kepada jiwaku ketakwaan, dan sucikanlah jiwaku (dengan ketakwaan itu), Engkau-lah Sebaik-baik Yang Mensucikannya, (dan) Engkau-lah Yang Menjaga serta Melindunginya.

[HSR. Muslim dalam Shahih Muslim no. 2722]

**اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ سَمْعٍ وَمِنْ شَرِّ بَصَرٍ وَمِنْ شَرِّ لِسَانٍ  
وَمِنْ شَرِّ قَلْبٍ وَمِنْ شَرِّ مَنِيٍّ**

**“Allaahumma innii a'udzu bika min syarri sam'ii, wa min syarri bashorii, wa  
min syarri lisaanii, wa min syarri qolbii wa min syarri maniyyii”**

Ya Allaah, aku berlindung pada-Mu dari kejelekan pendengaran, penglihatan, lisan, hati dan angan-angan yang rusak.

[HR. Abu Daud no. 1551. Syaikh Al Albani mengatakan bahwa hadits ini shahih.]

**اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا عَمِلْتُهُ نَفْسِي**

**“Allaahumma innii a'uudzu bika min syarri maa 'amilathu nafsi”**

Ya Allaah, aku berlindung kepadaMu dari buruknya perbuatan yang dilakukan jiwaku.

[Hadits Ahmad No.22905 | Hadits Sayyidah 'Aisyah Radliyallahu 'anha]

**اللَّهُمَّ إِنِّي أَذْرَأُ بِكَ فِي نَحْرِهِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهِ**

**“Allaahumma innii adro-u bika fii nahrihi wa-a'udzu bika min syarrihi”**

Ya Allaah, sesungguhnya aku memohon pertolongan kepadaMu dalam menghadapinya dan aku memohon perlindungan kepadaMu dari kejahatannya.

[Tafsir Surat Al-Qashash, ayat 29-32]