5112 - Üzüntüyü Gidermek İçin Okunacak Dualar Var mıdır?

Soru

Üzüntü ve sıkıntıyı gidermek için okunabilecek herhangi bir dua var mıdır?

Detaylı cevap

Allah'a hamd olsun.

Buhârî ve Müslim'in rivayet ettikleri sahih bir hadiste, İbn Abbâs -radıyallahu anhumâ-'dan rivayet edildiğine göre Rasûlullah -sallallahu aleyhi ve sellem- bir keder ve üzüntü hissettiği zaman şöyle dua ederdi: «Azamet ve hilm sahibi olan Allah'tan başka ibadete layık hiçbir ilah yoktur. Azametli arşın sahibi olan Allah'tan başka ibadete layık hiçbir ilah yoktur. Göklerin Rabbi, yerin Rabbi ve yüce arşın Rabbinden başka ibadete layık hiçbir ilah yoktur.

Yine Enes b. Mâlik (radıyallahu anh) Resûlullah'ın şöyle dediğini rivayet etmiştir:

"Bir iş kendisini sıkıntıya soktuğunda şöyle derdi: 'Yâ Hayy, yâ Kayyûm! Rahmetinle sana sığınıyorum.'"

Aynı şekilde, Esmâ bint Umeys (radıyallahu anhâ) şöyle demiştir:
Resûlullah (sallallahu aleyhi ve sellem) bana dedi ki:

"Sana, sıkıntı anında söyleyeceğin bazı kelimeleri öğretmeyeyim mi?"
Sonra şöyle buyurdu:
"Allah, Allah, Rabbimdir. O'na hiçbir şeyi ortak koşmam."

Abdullah ibn Mes'ûd (radıyallahu anh) da Resûlullah'tan (sallallahu aleyhi ve sellem)'den şu duayı nakletmiştir:

"Herhangi bir kul, kendisini hüzün ya da keder sardığında şu duayı ederse, Allah onun hüznünü

giderir, gamını ferahlıkla değiştirir:

“Allah'ım! Ben senin kulunum. Senin erkek ve kadın kullarının evladıyım. Her şeyimle senin elindeyim. (Üzerimde her türlü tasarrufu yapan sensin.) Benim üzerimde geçerli olan sadece senin hükmündür. Benim hakkımdaki takdirin adaletin ta kendisidir. Senden isteğim odur ki: Zat-ı Uluhiyetini isimlendirdiğin her bir ismin hürmetine, yarattıklarından herhangi birine öğrettiğin her bir ismin hürmetine, kitaplarında indirdiğin her bir ismin hürmetine, nezd-i ulûhiyetinde sadece senin bildiğin her bir ismin hürmetine Kuran’ı kalbimin baharı, göğsümün nuru yapasın. Hüznümün ortadan kaldırıcısı, gam ve kederimin gidericisi kılasın.” *(Kaynak: İmam İbn Teymiyye, el-Kalimü’t-Tayyib; tahkik: Şeyh Elbânî, s. 72)*

En doğrusunu Allah bilir.