

**POMENIRI
AUTENTICE DE
DIMINEAȚĂ ȘI SEARĂ**



Transliterare fonetică

Simbol folosit	Litera arabă	Simbol folosit	Litera arabă
t	ط	a	آ-ي
dh	ظ	a	ا
‘	ع	b	ب
gh	غ	t	ت
f	ف	th	ث
q	ق	gi	ج
k	ك	h	ح
l	ل	kh	خ
m	م	d	د



Simbol folosit	Litera arabă	Simbol folosit	Litera arabă
n	ن	dh	ذ
h	ه	r	ر
u	و	z	ز
u	و(vocal)	s	س
y	ي	ş	ش
i	ي(vocal)	s	ص
‘ _	ء	d	ض



	fatha	A
	damma	U
	kasra	I
	şadda	Literă dublă



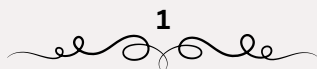
INTRODUCERE

Dhikru-Allah (Pomenirea lui Allah) este una dintre cele mai mari fapte bune și cele mai valoroase acțiuni prin care cineva se poate apropia de Unicul Dumnezeu, Allah. Există foarte multe texte care vorbesc despre virtuțile pomenirii, îndeamnă la aceasta și o încurajează.

Cel mai desăvârșit Dhikr este acela în care atât inima, cât și limba sunt focusate asupra lui, urmat de cel care este doar în inimă, iar apoi cel care este făcut doar cu limba. În toate cazurile există răsplată, în șa'Allah (cu Voia lui Allah).

Allah Spune în Surat Ar-Ra'd (13:28):

„Pe cei ce cred și ale căror inimi sunt liniștite întru pomenirea lui Allah, căci prin pomenirea lui Allah se liniștesc inimile.”



Cel care rostește aceste pomeniri își păstrează inima legată de Allah și se protejează de deochi, invidie, ginni și magie.

Este obligatoriu pentru cei care sunt capabili să rostească aceste pomeniri în arabă, deoarece ele sunt rugă transmise de Profetul Muhammad ﷺ.

Cei care nu sunt în stare să le rostească în limba arabă pot rosti traducerea lor în limba maternă.

Allah să vă binecuvânteze!

Sheikh Assim alHakeem

الشيخ

ASSIM ALHAKEEM

عاصم الحكيمة

Pomeniri autentice de Dimineață și Seară

(după Rugăciunea de Fajr și Maghreb
sau, și mai bine, înainte de apusul Soarelui)

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

'A'udhu bi-llahi minaş-şeitani-r ragim

Caut adăpost la Allah de diavolul cel izgonit



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismi-llahir Rahmani-r Rahim

În Numele lui Allah Cel Milostiv, Îndurător

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ * اللَّهُ الصَّمَدُ * لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ

* وَلَمْ يَكُنْ لَهُ ۚ كُفُوًا أَحَدٌ

1. Spune: „El este Allah, Cel Unic!
 2. Allah-us-Samad!
 3. El nu zămislește și nu este născut
 4. Și El nu are pe nimeni egal!”[Coran, 112]
- de 3 ori-

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ * مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ * وَمِنْ

شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ * وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي

الْعُقَدِ * وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ

1. Spune: „Eu caut adăpost la Stăpânul revărsatului zorilor,
2. Împotriva răului [venind] de la ceea ce El a creat

**3.Și împotriva răului întunericului care se
așterne**

**4. Și împotriva răului vrăjitoarelor care
suflă în noduri**

**5. Și împotriva răului pizmuitorului, când
pizmuiește.”[Coran, 113]**

-de 3 ori-

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ * مَلِكِ النَّاسِ * إِلَهِ النَّاسِ *
مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ * الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي
صُدُورِ النَّاسِ * مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ

**1.Spune: „Eu caut adăpost la Domnul
oamenilor,**

2. Stăpânul oamenilor,

3. Dumnezeuul oamenilor

4. Împotriva răului ademenitorului fugar

5. Care șoptește în piepturile oamenilor,

6. Dintre djinni și oameni” [Coran,114]

-de 3 ori-

اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا
 نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا
 الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا
 خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ
 وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا
 وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ

„Allah! Nu există alt dumnezeu în afară de El,
 Al-Hayy [Cel Viu], Al-Qayyum [Veșnicul]!
 Nici ațipirea, nici somnul nu-L cuprind! Ale
 Lui sunt cele din Ceruri și de pe Pământ! Cine
 este acela care ar putea mijloci la El fără de
 îngăduința Lui? El le Știe pe cele de dinaintea
 lor și pe cele de după ei. Și ei nu pricep nimic
 din Știința Sa în afară de ceea ce El Voiește.
 Scaunul Lui (locul în care se află Tălpile
 Sale), se întinde peste Ceruri și peste Pământ
 și păzirea lor nu-I este grea. El este Al-Aliyy
 [Preaînaltul], Al-Adhim [Mărețul]!”

[Coran, 2:255]

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ (أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى) الْمُلْكُ لِلَّهِ وَالْحَمْدُ
 لِلَّهِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ
 الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ
 مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ (هَذِهِ اللَّيْلَةِ) وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ
 (بَعْدَهَا)، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ (هَذِهِ
 اللَّيْلَةِ) وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ (بَعْدَهَا)، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ
 الْكَسَلِ وَسَوْءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي
 النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ

Asbahna ua asbaha (iar dacă e seară se spune
 „amsayna ua amsa”) -l-mulku lillah ual-hamdu
 lillah la ilaha illal-lah, uahdahu la şarika lah,
 lahul-mulku ua lahul-hamd, ua huua ‘ala kulli
 şayin qadir, rabbi as-aluka khayra ma fy
 hadha al-iaum ua khayra ma ba’adahu (iar
 dacă e seară se spune „hadhihil-laylah, ua
 khayra ma ba’daha”), ua ‘a’udhu bika min
 şarri ma fy hadhal-iaum ua şarri ma ba’adahu
 (iar dacă e seară se spune „hadhihil-laylah, ua
 şarri ma ba’daha”), rabbi ‘a’udhu bika minal-

kasali ua su-il kibar, rabbi ‘a’udhu bika min
‘adhabin fin-nar, ua ’adhabin fil-qabr.

„Am ajuns dimineața și a ajuns dimineața (am înserat și a înserat) toată Împărăția lui Allah, Laudă lui Allah! Nu există alt dumnezeu demn de a fi adorat în afară de Allah, Unicul, Care nu are pe nimeni egal, a Lui este Împărăția și Lauda și El este cu Putere peste toate, Atotputernic. Domnul meu, îți cer din binele acestei zile (sau „nopti”) și din binele a ceea ce o va urma și caut adăpost la Tine de răul din această zi (sau „noapte”) și de răul a ceea ce o va urma. Doamne, caut adăpost la Tine de trândăvie și de greul bătrâneții. Doamne, caut adăpost la Tine de pedeapsa chinuitoare a Focului și de pedeapsa chinuitoare din mormânt!”



اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا (أَمْسَيْنَا) وَبِكَ أَمْسَيْنَا (أَصْبَحْنَا)،
وَبِكَ نَحْيَا وَبِكَ نَمُوتُ وَإِلَيْكَ النُّشُورُ (المصير)



Allahumma bika asbahna ([amsayna](#)) ua bika amsayna ([asbahna](#)) ua bika nahya ua bika namutu ua ilaykan- nuşur ([ua ilaykal-masir](#)).

„O, Allah, prin Voia Ta am ajuns dimineata (seara) şi prin Voia Ta am inserat (am ajuns dimineata) şi pe Calea Ta trăim şi murim şi la Tine este Învierea noastră ([întoarcerea noastră](#))!”

— ♦ —

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ،
وَأَنَا عَلَى عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ
مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتَ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ وَأَبُوءُ
بِذَنْبِي فَاغْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ

Allahumma anta rabbi la ilaha illa ant, khalagtany ua-ana ‘abduk, ua-ana ‘ala ‘ahdika ua ua’dika mas-tata’tu, ‘a’udhu bika min şarri ma sana’tu, abu’u laka bi-ni’matika ‘alay, ua-abu’u bi-dhanbi, faghfir ly fa-innahu la yaghfiru dh-dhunuba illa ant.

„O, Allah, Tu ești Domnul meu, nu există alt dumnezeu demn de a fi adorat în afară de Tine, Tu m-ai creat și eu sunt robul Tău (roaba Ta) și mă supun legământului și Poruncilor Tale pe cât pot. Caut adăpost la Tine de răul pe care l-am comis, Îți sunt recunoscător (recunoscătoare) pentru toate Binecuvântările cu care m-ai dăruit, și îmi recunosc păcatul, așadar, iartă-mă, căci, cu adevărat, nimeni nu poate Ierta păcatele în afară de Tine!”

Notă: Conform unui hadis, cine a spus această rugă seara și a murit în acea noapte a intrat în Paradis și tot astfel, cine a spus-o dimineața și a murit în acea zi, a intrat în Paradis.



اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي،
اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ اللَّهُمَّ إِنِّي
أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ، وَالْفَقْرِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ
الْقَبْرِ، لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ

Allahumma ‘afiny fy badany, allahumma ‘afiny
fy sam’y, allahumma ‘afiny fy basary, la ilaha
illa ant. Allahumma inny ‘a’udhu bika minal-
kufr, ual-faqr, ua ’a’udhu bika min ‘adhabil-
qabr, la ilaha illa ant.

**„O, Allah, dă-i trupului meu sănătate, o, Allah,
dă-i auzului meu sănătate, o, Allah, dă-i văzului
meu sănătate. Nu există alt dumnezeu demn de
a fi adorat în afară de Tine! O, Allah, caut
adăpost la Tine de necredință și sărăcie și caut
adăpost la Tine de pedeapsa chinuitoare a
mormântului. Nu există alt dumnezeu demn de
a fi adorat în afară de Tine!”**

- de 3 ori-

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

Allahumma inni as-alukal 'afiyah, fid-dunya
 ual-akhirah, allahumma inny as-alukal -'afua
 ual-'afiyah fy diny, ua dunyaya ua-ahly, ua
 maly, allahummas- tur 'auraaty, ua 'aamin
 rau'aty, allahummah- fadhny min bayni
 yadayy, ua min khalfy, ua 'an yaminy, ua 'an
 şimaly, ua min fauqy, ua 'a'udhu
 bi-'adhamatika an ughtala min tahty.

„O, Allah, Îți cer Ție prosperitate în viața
 aceasta și în Viața de Apoi. O, Allah, Îți cer
 iertare Ție și prosperitate în religia mea, în
 viața mea lumească, în familia și în averea
 mea.

O, Allah, acoperă-mi goliciunea și spulberă teama mea. O, Allah, protejează-mă din față și din spate și din dreapta și din stânga și de deasupra mea, și caut adăpost în Măreția Ta să nu mă înghită pământul.”



اللَّهُمَّ عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ
وَالْأَرْضِ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهٗ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ
إِلَّا أَنْتَ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَمِنْ شَرِّ
الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءًا أَوْ
أَجُرَّهُ إِلَى مُسْلِمٍ

Allahumma ‘alimal-ghaybi uaş-şahadah,
fatiras-samauati ual-ard, rabba kulli şayin ua
malikah, aşhadu an la ilaha illa ant, ‘a’udhu
bika min şarri nafsy ua min şarriş-şaytani ua
şirkih, ua ’an aqtarifa ‘ala nafsy su’an au
agiurrahu ila muslim.



„O, Allah, Cunoscător al tuturor celor nevăzute și al celor văzute, Creator al Cerurilor și al Pământului, Stăpân și Stăpânitor al tuturor lucrurilor, mărturisesc că nu există alt dumnezeu demn de a fi adorat în afară de Tine. Caut adăpost la Tine de răul din sufletul meu și de răul și șirk-ul diavolului și de a-mi nedreptăți sufletul sau de a atrage vreo nedreptate asupra unui alt musulman.”

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

Bismil-lahil -ladhi la yadurru ma's-mihi şay-un
fil-ardi ua la fis-sama'i ua huuas- sami'ul-'alim.

„În Numele lui Allah, cu al Căruia Nume nimic nu poate face rău nici pe Pământ și nici în Ceruri, și El este Cel Care Aude totul, Atoateștiutor!”

-de 3 ori-



رَضِيتُ بِاللّٰهِ رَبًّا وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيًّا

Raditu bi-llahi rabban ua bil-islami dinan ua bi Muhammadin nabiyya.

„Sunt mulțumit(ă) cu Allah ca Domn [și Stăpân], cu Islamul ca religie și cu Muhammad ca Profet!”

-de 3 ori dimineața-



— ♦ —
سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ،
وَزِينَةَ عَرْشِهِ، وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ

Subhanal-lahi ua bihamdihi, ‘adada khalqihi
ua rida nafsii, ua zinata ‘arshihi, ua midada
kalimatih.

**„Îl Preamăresc și Îl Slăvesc pe Allah cât
numărul creațiilor Sale, și al Mulțumirii Sale,
și al greutateii Tronului Său, și al cernelii (cu
care sunt Scrise) Cuvintele Sale.”**

-de 3 ori dimineața-

— ♦ —
سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ

Subhanal-lahi ua bi-hamdih.

**„Cât de Măreț și Perfect este Allah! Laudă
lui Allah!”**

-de 100 de ori -

Notă: Într-un hadis se spune că, în Ziua Judecății, nu va veni nimeni cu ceva mai bun decât acela care a spus această rugă de 100 de ori dimineața și seara, în afară de cel care a spus asemenea lui sau mai mult decât el.



يا حَيُّ يا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ، أَصْلِحْ لِيْ
شَأْنِيْ كُلَّهُ، وَلَا تَكِلْنِيْ إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ

Ya hayyu ya qayyum, bi-rahmatika
astaghith, aslih ly şa'ny kullah, ua la takilny
ila nafsy tarfata 'ayn.



**„O, Tu, Cel Viu, Cel Veșnic [Atotsustținător],
în Mila Ta caut ajutor, îndreaptă pentru mine
toate treburile și nu mă lăsa singur(ă) cu mine
însumi (însămi) nici măcar o clipă.”**

— ♦ —
**لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ
وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ**

La ilaha illal-lah, uahdahu la șarika lah, lahul-
mulku ua lahul-hamd, ua huua ‘ala kulli șay-in
qadir.

**„Nu există alt dumnezeu demn de a fi adorat
în afară de Allah, Unicul, care nu are pe
nimeni egal. A Lui este Împărăția și a Lui este
Lauda și El este cu Putere peste toate,
Atotputernic.”**

-de 100 de ori sau de câte ori poți dimineața
și seara-

أَصْبَحْنَا (أَمْسَيْنَا) عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ، وَ عَلَى
كَلِمَةِ الْإِخْلَاصِ وَ عَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ
عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَ عَلَى مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ حَنِيفاً مُسْلِماً
وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ

Asbahna (sau „amsaina”, dacă se spune seara) ‘ala fitratil-islam, ua ‘ala kalimatil-ikhlas, ua ‘ala dini nabiyyina Muhammad salla Allahu alahi wa sallam ua ‘ala millati abina Ibrahima, hanifan musliman ua ma kana minal-mušrikin.

„Am ajuns dimineața (sau „am înserat”) în naturalețea Islamului (fitra), și în Cuvântul devoțiunii și în religia Profetului nostru Muhammad ﷺ, și în credința străbunului nostru Avraam, care a fost un adevărat dreptcredincios musulman și nu era dintre politeiști.”

PROIECT CARITABIL

Islam4Ro -2025-



التبليغ
عاصم الحكيم