

BUKU PRAKTIS IBADAH

**SHOLAT DAN
DZIKIR SETELAH SHOLAT**



Disusun Oleh:
KH. FATHI ROZAQ, S.E.
Pendiri Pondok Pesantren Dar Al-Faradis

Jl. Muslimat (Komplek Harjosari Kidul), Ds. Adiwerna
RT:008/006, Kec. Adiwerna, Kab. Tegal. 52194
www.alfaradis.com

TATA CARA SHOLAT

أَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ - بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

Niat

- Meniatkan sholat (di dalam hati).
(sebab perbuatan niat itu adalah pekerjaan hati dan perbuatan tanpa niat akan sia-sia (tidak mendapat pahala).

Takbirotul Ihrom

- Yaitu mengucapkan: اللَّهُ أَكْبَرُ = **Allah Maha Besar**, sambil mengangkat kedua belah tangan.
- Lafadh (ucapan) Takbir dan Gerakan BOLEH berbarengan,
 - Boleh juga gerakan dulu, kemudian diikuti lafadh Takbir.
- **Cara Takbirotul Ikhrom:**
 - Yang utama: Telapak tangan setentang dengan bahu, hingga ujung-ujung jari sejajar dengan puncak ujung telinga, ibu-jari dengan ujung bawah telinga, jari-jari tangan dirapatkan, serta kedua telapak tangan menghadap ke kiblat.
 - Lalu meletakkan telapak tangan di atas dada.
yaitu: meletakkan telapak tangan kanan pada (diatas) punggung telapak tangan kiri sambil memegang pergelangan tangan.

Atau:

- meletakkan tangan kanan pada (diatas) lengan tangan kiri (menumpukkan ruas pergelangan tangan kanan diatas ruas pergelangan tangan kiri).
- Menghadapkan wajah ke tempat sujud (sajadah).
Kecuali Imam Malik yang berpendapat bahwa menghadapkan wajahnya ke depan/muka.
- Membaca Do'a Iftitah, yaitu:

Do'a Iftitah (1):

اَللّٰهُمَّ بَاعِدْ بَيْنِيْ،

Ya Allah, jauhkanlah antara aku,

وَبَيْنَ خَطَايَايَ

Dan antara kesalahan-kesalahanku

كَمَا بَعْدَتْ،

seperti Engkau jauhkan,

بَيْنَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ،

antara timur dan barat,

اَللّٰهُمَّ نَقِّنيْ مِنَ الْخَطَايَا،

Ya Allah, bersihkanlah aku dari kesalahan-kesalahan,

كَمَا يُنَقَّى الثَّوْبُ الْاَبْيَضُ

seperti dibersihkannya pakaian putih

مِنَ الدَّنَسِ

dari Kotoran,

اَللّٰهُمَّ اغْسِلْ خَطَايَايَ

Ya Allah, cucilah kesalahan-kesalahanku,

بِالْمَاءِ وَالتَّلَاجِ وَالْبَرَدِ.

dengan air dan salju serta embun.

Atau: (Boleh menggunakan do'a iftitah yang ke dua), yaitu:
Do'a Iftitah 2:

(وَجَّهْتُ وَجْهِيَ،

Aku hadapkan wajah-ku

لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ،

kepada yang menciptakan langit dan bumi

حَنِيفًا مُسْلِمًا،

(dengan) tulus hati dan menyerah diri,

وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ،

dan aku bukan orang-orang musyrik,

إِنَّ صَلَاتِي

sesungguhnya sholatku,

وَنُصْرَتِي

Dan ibadahku

وَمَحْيَايَ

dan hidupku

وَمَمَاتِي

dan matiku

لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

bagi Allah, Tuhan (Pemelihara) semesta alam

لَا شَرِيكَ لَهُ

tidak ada sekutu bagi-Nya

وَ بِذَلِكَ أُمِرْتُ

maka dari itu aku diperintah

وَأَنَا مِنَ الْمُسْلِمِينَ).

dan aku menjadi orang-orang muslim.

sunnah diteruskan:

اَللّٰهُمَّ اَنْتَ الْمَلِكُ،

Ya Allah, Engkau-lah Raja,

لَا اِلَهَ اِلَّا اَنْتَ،

tidak ada Tuhan kecuali Engkau

اَنْتَ رَبِّيْ وَاَنَا عَبْدُكَ،

Engkau Tuhan-ku dan aku hamba-Mu,

ظَلَمْتُ نَفْسِيْ،

aku menganiaya diriku sendiri,

وَاعْتَرَفْتُ بِذُنُوبِيْ،

dan aku mengakui dosaku,

فَاغْفِرْ لِيْ ذُنُوبِيْ جَمِيعًا،

maka ampunilah dosa-dosaku semuanya,

لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ اِلَّا اَنْتَ

tidak ada yang mengampuni dosa-dosa, kecuali Engkau,

وَاهْدِنِيْ لِاَحْسَنِ الْاَخْلَاقِ

dan tunjukilah aku ke akhlaq yang baik,

لَا يَهْدِي لِأَحْسَنِهَا،

tidak ada yang menunjuki aku ke (akhlak) yang baik,

إِلَّا أَنْتَ.

Kecuali engkau

وَأَصْرِفْ عَنِّي سَيِّئَهَا

dan jauhkanlah daripadaku (kelakuan) yang jelek,

لَا يَصْرِفُ عَنِّي سَيِّئَهَا،

tiada yang menjauhkan dari-ku (kelakuan) yang jelek

إِلَّا أَنْتَ،

kecuali Engkau

لَبَّيْكَ وَسَعْدَيْكَ،

Aku junjung dan turut perintah-Mu,

وَالْخَيْرُ كُلُّهُ فِي يَدَيْكَ،

dan kebaikan semuanya di tangan-Mu,

وَالشَّرُّ لَيْسَ إِلَيْكَ،

dan kejahatan itu tidak pada Engkau

أَنَا بِكَ وَإِلَيْكَ،

aku dengan Engkau dan kembali kepada engkau

تَبَارَكْتَ وَتَعَالَيْتَ،

Engkau yang Maha Memberkati dan Maha Tinggi

أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ.

aku mohon ampunan-Mu dan bertobat kepada-Mu.

Membaca Al-Fatihah:

- Apabila bacaan Imam dalam sholatnya jahar, maka:
 - ma'mum boleh tetap membaca Al-fatihah untuk diriya.
 - boleh juga ma'mun tidak membaca Al-Fatihah (cukup diam dan mendengarkan bacaan Imam, sebab Al-fatihahnya ma'mum mengikuti bacaan Imam).
- Tetapi apabila Imam bacaan sholatnya sirr, maka ma'mum wajib membaca Al-Fatihah.

(diawali dengan Ta'awwudz):

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

Aku berlindung kepada Allah dari (godaan) syetan yang terkutuk.

- Boleh dibaca sekali, hanya pada rokaat pertama saja.
- Boleh juga dibaca pada tiap-tiap rokaat.
- (Dibacanya dengan sirr = lemah/pelan):
- (Adapun Bacaan Basmalah, boleh Jahar, boleh Sirr). :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ①

1. Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

أَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ②

2. Segala puji bagi Allah, Tuhan (Pemelihara) semesta alam.

الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ③

3. Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang .

مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ ④

4. Yang Menguasai hari pembalasan

إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ

⑤

5. Hanya kepada Engkau kami menyembah dan hanya kepada Engkau kami minta pertolongan

أِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ⑥

6. Tunjukilah kami jalan yang lurus

صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ,

7. (yaitu) jalan orang-orang yang telah Engkau beri nikmat atas mereka

غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ⑦

bukan (jalan) mereka yang dimurkai - dan bukan (pula jalan) mereka yang sesat.

Lalu Membaca Aamiin:

أَمِينَ.

Ya Allah, kabulkanlah permohonan kami

- Ma'mum membaca aamiin bersamaan dengan bacaan aamiin-nya Imam.
(agar bacaan aamiin-nya bersamaan dengan bacaan aamiin-nya para Malaikat). (sebab bagi orang yang bacaan aamiin-nya bersamaan dengan aamiin-nya malaikat, maka ia akan diampuni dosa-dosanya yang telah lalu).

Membaca Ayat Al-Qur'an:

- Dimulai dengan membaca Basmalah (boleh jahar, boleh juga sirr).
- Bacaan Surat Al-Qur'an dibaca pada Rokaat 1 dan 2.
- Diusahakan bacaan rokaat pertama lebih awal susunan suratnya dari rokaat kedua.
- Bacaan Al-Qur'an dengan Tartil (perlahan), sambil Tadabbur (memahami maknanya).

Ruku' dan mengucapkan:

Allah Maha Besar = اللَّهُ أَكْبَرُ

- Posisi Ruku' ialah badan dibungkukkan, punggung lurus, tangan kanan memegang lutut kanan, dan tangan kiri memegang lutut kiri, serta kedua siku tangan agak sedikit diregangkan keluar dan membaca do'a ruku'):

Do'a Ruku':

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا

Maha Suci Engkau ya Allah, Tuhan kami

وَبِحَمْدِكَ, اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي

dan dengan memuji-Mu, ya Allah, ampunilah aku

Atau:

(سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ 3X)

(Maha Suci Tuhan-ku, Yang Maha Agung) 3X

I'tidal:

- Bagi Imam atau orang yang sholat sendirian, ketika bangkit dari ruku' (I'tidal), mengucapkan do'a:

سَمِعَ اللَّهُ مَنَ حَمْدَهُ

(Maha Mendengar Allah bagi orang-orang yang memuji-Nya)

- **Tetapi** bagi ma'mum tidak usah mengucapkan **Bacaan I'tidal** (sami'a-llahu liman hamidah), **cukup dengan membaca doa i'tidal saja.**
- Setelah berdiri tegap: bagi Imam atau Ma'mum atau orang yang sholat sendirian, membaca do'a i'tidal, yaitu:
- Cara meletakkan kedua tangan dalam I'tidal:
 1. Imam Syafi'i: meluruskan kedua tangan ke bawah
 2. Imam Ahmad: meletakkan tangan diatas dada seperti berdiri ketika membaca Al-Fatihah.

Do'a I'tidal:

رَبَّنَا لَكَ الْحَمْدُ

Ya Tuhan kami, bagi-Mu-lah segala puji.

Lalu diteruskan membaca do'a:

مِلْءُ السَّمَاوَاتِ

se penuh langit

وَمِلْءُ الْأَرْضِ

dan sepenuh bumi.

وَمِلْءُ مَا شِئْتَ

dan sepenuh apa yang Engkau

مِنْ شَيْءٍ بَعْدُ.

dari sesuatu apapun.

Lalu Sujud:

Allah Maha Besar = اللَّهُ أَكْبَرُ

- Sewaktu Sujud, boleh meletakkan lutut dulu kemudian tangan, atau sebaliknya: meletakkan tangan dulu kemudian lutut).
- Dalam meletakkan kedua telapak tangan setentang dengan bahu, hingga ujung-ujung jari sejajar dengan puncak ujung kedua telinga, kedua ibu-jari dengan ujung bawah telinga, jari-jari tangan dirapatkan, serta kedua telapak tangan menghadap ke kiblat, (seperti waktu takbir).
- Sewaktu Sujud, 7 anggota tubuh harus menempel pada tanah, yaitu: 2 kaki (ujung jarinya dihadapkan ke kiblat), 2 lutut, 2 telapak tangan dan 1 kening serta hidung atau cukup kening saja, dan membaca:

Do'a Sujud:

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا

Maha Suci Engkau ya Allah, Tuhan kami

وَبِحَمْدِكَ, اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي

dan dengan memuji-Mu, ya Allah, ampunilah aku.

Atau:.

(سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى 3X)

(Maha Suci Tuhan-ku, Yang Maha Tinggi). 3X

Duduk diantara 2 Sujud:

Allah Maha Besar = اللَّهُ أَكْبَرُ

- Boleh duduk **Tarobbu** (duduk bersimpuh), yaitu: menjulurkan kedua telapak kaki ke belakang dan diduduki pantanya,
- Boleh juga duduk **Iftirosy**, yaitu: merebahkan kaki kiri dan diduduki pantantnya.

Do'a waktu duduk diantara 2 sujud:

رَبِّ اغْفِرْ لِي

Ya Tuhan-ku, ampunilah aku,

وَارْحَمْنِي

dan kasihanilah aku,

وَأَجْبِرْنِي

dan cukupilah aku,

وَارْفَعْني

dan angkatlah derajatku,

وَاهْدِنِي

dan tunjukilah aku

وَارْزُقْنِي

dan berilah aku rizki

وَعَافِي

dan sehatkanlah aku

وَأَعْفُ عَنِّي

dan ma'afkanlah aku

Rokaat ke 2 dan selanjutnya:

Allah Maha Besar = اللَّهُ أَكْبَرُ

- Ketika akan bangkit berdiri untuk rokaat ke 2 atau rokaat ke 4 (**rokaat genap**), maka setelah sujud boleh langsung berdiri, **tetapi** boleh juga duduk sebentar (duduk istirahat) tanpa do'a.
- Dengan membaca takbir **tanpa** mengangkat kedua tangan, ketika bangkit dari sujud untuk rokaat ke 2 dan rokaat ke 4 (untuk rokaat genap).
- **Tetapi** mengangkat kedua tangan sambil membaca takbir, apabila bangkit dari rokaat ke 2 (tahiyat awwal) ketika akan berdiri untuk rokaat ke 3.
- Ketika bangkit dari sujud boleh yang diangkat kedua tangan dulu, lalu kedua lutut,
- **Atau sebaliknya:** yang diangkat kedua lutut dulu lalu kedua tangan.

Tahiyat:

Allah Maha Besar = اللَّهُ أَكْبَرُ

- Duduk **Tawarruq** dalam tahiyat akhir, ialah menyelempangkan (menjulurkan) kaki kanan dibawah kaki kiri, pantatnya tidak menduduki kaki, akan tetapi pantatnya menduduki lantai.

Jari Telunjuk Pendapat Para Imam:

- Imam Malik: hendaklah digerak-gerakkannya ke kanan dan ke kiri sampai selesai sholat.
- Imam Syafi'i: agar memberi isyarat waktu syahadat ketika membaca: **illa-Ilah** (dalam syahadat =Asy-hadu al-la ilaaha **illa-Ilah**) sampai akhir salam.
- Imam Hanafi: agar mengangkatkan telunjuk itu ketika menyangkal – yakni ketika menyebut: **La (tidak)**, dan menjatuhkan telunjuknya ketika membenarkan – yakni ketika menyebut: **illa-Ilah (kecuali Allah)**, waktu syahadat.
- Imam Ahmad: hendaklah memberi isyarat dengan jarinya setiap menyebut nama Allah, buat menunjukkan kekuasaan-Nya, tanpa menggerak-gerakkannya.

Bacaan Tahiyat (1):

اَلتَّحِيَّاتُ لِلّٰهِ

Segala kehormatan bagi Allah

وَالصَّلَوَاتُ وَالطَّيِّبَاتُ لِلّٰهِ

dan kebahagiaan serta kebaikan bagi Allah

اَلسَّلَامُ عَلَيْكَ اَيُّهَا النَّبِيُّ

Semoga keselamatan bagi engkau, wahai
Nabi (Muhammad)

وَرَحْمَةُ اللّٰهِ وَبَرَكَاتُهُ

dan rahmat dari Allah, serta keberkahan-Nya

اَلسَّلَامُ عَلَيْنَا

Semoga keselamatan bagi kita

وَعَلَىٰ عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ

Dan bagi hamba-hamba Allah yang soleh

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

Aku bersaksi, bahwa tiada tuhan, kecuali Allah

وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا

dan aku bersaksi, bahwa (Nabi) Muhammad,

عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

adalah hamba-Nya dan utusan-Nya.

Sholawat:

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ

Ya Allah, limpahkanlah rahmat-Mu kepada (Nabi) Muhammad.

bacaan tasyahud awal boleh sampai sini, boleh diteruskan -:

وَعَلَىٰ آلِ مُحَمَّدٍ

dan kepada keluarga (Nabi) Muhammad

كَمَا صَلَّيْتَ عَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ

seperti Engkau limpahkan rahmat-Mu kepada (Nabi) Ibrahim.

وَعَلَىٰ آلِ إِبْرَاهِيمَ

dan kepada keluarga (Nabi) Ibrahim

إِنَّكَ حَمِيدٌ مَّجِيدٌ

sesungguhnya Engkau Maha Terpuji dan Maha Mulia.

وَبَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ

dan berkahilah kepada (Muhammad.

وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ

dan kepada keluarga (Nabi)

كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ

seperti Engkau telah berkahi (Nabi) Ibrahim.

وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ

dan kepada keluarga (Nabi) Ibrahim

إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ

sesungguhnya Engkau Maha Terpuji dan Maha Mulia

.

Bacaan Tahiyat (2):

(الْتَّحِيَّاتُ الْمُبَارَكَاتُ

Segala kehormatan yang berkah

الصَّلَوَاتُ الطَّيِّبَاتُ لِلَّهِ)

dan kebahagiaan yang baik-baik, bagi
Allah

السَّلَامُ عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ

Semoga keselamatan bagi engkau, wahai
Nabi (Muhammad)

وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

dan rahmat dari Allah, serta keberkahan-Nya

السَّلَامُ عَلَيْنَا

Semoga keselamatan bagi kita

وَعَلَىٰ عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ

Dan bagi hamba-hamba Allah yang saleh

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

Aku bersaksi, bahwa tiada tuhan, kecuali Allah

وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا

dan aku bersaksi, bahwa (Nabi) Muhammad,

عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

adalah hamba-Nya dan utusan-Nya.

Sholawat:

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ

Ya Allah, limpahkanlah rahmat-Mu kepada (Nabi) Muhammad.

bacaan tasyahud awal boleh sampai sini, boleh diteruskan -:

وَعَلَىٰ آلِ مُحَمَّدٍ

dan kepada keluarga (Nabi) Muhammad

كَمَا صَلَّيْتَ عَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ

seperti Engkau limpahkan rahmat-Mu kepada (Nabi) Ibrahim.

وَعَلَىٰ آلِ إِبْرَاهِيمَ

dan kepada keluarga (Nabi) Ibrahim

وَبَارِكْ عَلَىٰ مُحَمَّدٍ

dan berkahilah kepada (Muhammad).

وَعَلَىٰ آلِ مُحَمَّدٍ

dan kepada keluarga (Nabi)

كَمَا بَارَكْتَ عَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ

seperti Engkau telah berkahi (Nabi) Ibrohim.

وَعَلَىٰ آلِ إِبْرَاهِيمَ

dan kepada keluarga (Nabi) Ibrahim

فِي الْعَالَمِينَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَّجِيدٌ

Di Alam semesta ini, sesungguhnya Engkau Maha Terpuji dan
Maha Mulia

Do'a Sesudah Tasyahud

اَللّٰهُمَّ اِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِيْ

Ya Allah, sesungguhnya aku menganiaya diriku sendiri,

ظُلُمًا كَثِيْرًا

dengan aniaya yang banyak

وَلَا يَغْفِرُ الدُّنُوْبَ

dan tiada yang dapat mengampuni dosa-dosa

اِلَّا اَنْتَ

kecuali Engkau

فَاغْفِرْ لِيْ مَغْفِرَةً مِنْ عِنْدِكَ

maka ampunilah aku dengan ampunan dari-Mu

وَارْحَمْنِيْ

dan kasihanilah aku

إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

sesungguhnya Engkau Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.

Do'a Sesudah Tasyahhud Akhir

اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُ بِكَ

Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu

مِنْ عَذَابِ جَهَنَّمَ

dari siksa (neraka) Jahanam

وَمِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ

dan dari siksa kubur

وَمِنْ فِتْنَةِ الْحَيَاةِ وَالْمَمَاتِ

dan dari fitnah hidup dan mati

وَمِنْ شَرِّ فِتْنَةِ الْمَسِيْحِ الدَّجَالِ

dan dari jahatnya fitnah - Masihud-Dajjal.

Salam:

Menengok ke sebelah kanan dan ke kiri hingga tampak pipinya dari belakang.

Bacaan Salam:

اَلسَّلَامُ عَلَیْكُمْ وَرَحْمَةُ اللهِ وَبَرَكَاتُهُ

Semoga selamat dan rahmat Allah, serta berkah-Nya atas kamu

اَلسَّلَامُ عَلَیْكُمْ وَرَحْمَةُ اللهِ.

Semoga selamat dan rahmat Allah atas kamu.

Bacaan salam pertama boleh lengkap sampai wabarokatuh, boleh sampai warahmatullah.

--- Selesai ---

Dzikir setelah Salam.

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ، الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ وَتُوبُ إِلَيْهِ. 3 x

(Saya mohon ampun kepada Allah Yang Maha Besar, tiada tuhan melainkan Dia, yang senantiasa hidup lagi mengurus segala sesuatu dengan sendiri-Nya, dan saya bertobat kepada-Nya).

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ يُحْيِي وَيُمِيتُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ. 3 x

(Tidak ada tuhan yang wajib disembah kecuali Allah Yang Maha Esa. Tidak ada sekutu bagi-Nya. Dia-lah yang mempunyai kekuasaan dan kerajaan yang memerintahkan, bagi-Nya segala puji-pujian yang menghidupkan dan mematikan, dan Dia berkuasa atas segala sesuatu).

اَللّٰهُمَّ اَنْتَ السَّلَامُ، وَمِنْكَ السَّلَامُ، وَاِلَيْكَ يَعْوْذُ السَّلَامُ، فَحَيِّنَا رَبَّنَا بِالسَّلَامِ،
وَادْخِلْنَا الْجَنَّةَ دَارَ السَّلَامِ، تَبَارَكْتَ رَبَّنَا وَتَعَالَيْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْاِكْرَامِ.

(Ya Allah, Engkau-lah sumber segala keselamatan, dan dari pada-Mu-lah datangnya keselamatan, serta kepada-Mu-lah kembalinya keselamatan. Maka hidupkanlah kami wahai Tuhan, dengan selamat dan sejahtera, dan masukkanlah kami kedalam surga-Mu yang damai. Maha Banyak Anugerah-Mu dan Maha Tinggi Engkau wahai Tuhan yang memiliki Keagungan dan Kehormatan).

Ta'awwudz:

أَعُوْذُ بِاَللّٰهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ *

Aku berlindung kepada Allah, dari (godaan) syetan yang terkutuk.

Al-Fatihah:

(dibaca setiap selesai sholat 5 waktu)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ١ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ٢ الرَّحْمَنِ
الرَّحِيمِ ٣ مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ ٤ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ٥ اهْدِنَا
الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ٦ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ
عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ٧

1. Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.
2. Segala puji bagi Allah, Tuhan semesta alam.
3. Maha Pemurah lagi Maha Penyayang.
4. Yang menguasai Hari Pembalasan.
5. Hanya Engkaulah yang kami sembah, dan hanya kepada Engkaulah kami meminta pertolongan.
6. Tunjukilah kami jalan yang lurus.
7. (yaitu) Jalan orang-orang yang telah Engkau beri nikmat kepada mereka; bukan (jalan) mereka yang dimurkai dan bukan (pula jalan) mereka yang sesat.

Ayat Kursi:

(dibaca setiap selesai sholat 5 waktu)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ○ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا
تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمُوتِ 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 السَّمُوتِ
وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ ٢٥٥

- Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

- Allah, tidak ada tuhan (yang berhak disembah) melainkan Dia Yang Hidup kekal lagi terus menerus mengurus (makhluk-Nya), tidak mengantuk dan tidak tidur. Kepunyaan-Nya apa yang di langit dan di bumi. Tiada yang dapat memberi syafa'at di sisi Allah tanpa izin-Nya? Allah mengetahui apa-apa yang di hadapan mereka dan di belakang mereka, dan mereka tidak mengetahui apa-apa dari ilmu Allah melainkan apa yang dikehendaki-Nya. Kursi Allah meliputi langit dan bumi. Dan Allah tidak merasa berat memelihara keduanya, dan Allah Maha Tinggi lagi Maha Besar.

Surat Al-Ikhlâs:

(dibaca setiap selesai sholat Subuh dan Maghrib)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ۝ ۱ اللَّهُ الصَّمَدُ ۝ ۲ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ۝ ۳ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ۝ ۴﴾

- Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.
- 1. Katakanlah: "Dialah Allah, Yang Maha Esa.
- 2. Allah adalah Tuhan yang bergantung kepada-Nya segala sesuatu.
- 3. Dia tiada beranak dan tidak pula diperanakkan.
- 4. dan tidak ada seorangpun yang setara dengan Dia.

Surat Al-Falaq:

(dibaca setiap selesai sholat Subuh dan Maghrib)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ۝ ۱ مِنْ شَرِّ مَا خَقَ ۝ ۲ وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ۝ ۳ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ ۝ ۴ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ ۝ ۵﴾

- Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

1. Katakanlah: "Aku berlindung kepada Tuhan Yang Menguasai subuh.
2. dari kejahatan makhluk-Nya.
3. dan dari kejahatan malam apabila telah gelap gulita.
4. dan dari kejahatan wanita-wanita tukang sihir yang menghembus pada buhul-buhul.
5. dan dari kejahatan pendengki bila ia dengki.

Surat An-Naas:

(dibaca setiap selesai sholat Subuh dan Maghrib)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴿١﴾ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ١ مَلِكِ النَّاسِ
 ٢ إِلَهِ النَّاسِ ٣ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ٤ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي
 صُدُورِ النَّاسِ ٥ مِنَ الْغِيَةِ وَالنَّاسِ ٦

- Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

1. Katakanlah: "Aku berlindung kepada Tuhan (yang memelihara dan menguasai) manusia.
2. Raja manusia.
3. Sembahan manusia.
4. Dari kejahatan (bisikan) syaitan yang biasa bersembunyi.
5. yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia.
6. dari (golongan) jin dan manusia.

Lalu diteruskan:

سُبْحَانَ اللَّهِ 33x

Maha Suci Allah

الْحَمْدُ لِلَّهِ 33x

Segala Puji bagi Allah

اللَّهُ أَكْبَرُ 33x

Allah Maha Besar.

(
اَللّٰهُ اَكْبَرُ, كَبِيْرًا وَّالْحَمْدُ لِلّٰهِ كَثِيْرًا وَّسُبْحَانَ اَللّٰهِ بُكْرَةً وَّاَصِيْلًا, لَا
اِلٰهَ اِلَّا اَللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ, لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْاَمْدُ يُحْيِيْ وَيُمِيْتُ
وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ.

Allah Maha Besar lagi sempurna kebesaran-Nya. Segala puji bagi Allah dengan puji yang banyak. Maha Suci Allah sepanjang pagi dan petang. Tidak ada Tuhan yang wajib disembah kecuali Allah Yang Maha Esa. Tidak ada sekutu bagi-Nya. Dia-lah yang mempunyai kekuasaan dan kerajaan yang memerintahkan, bagi-Nya segala puji-pujian yang menghidupkan dan mematikan, dan Dia berkuasa atas segala sesuatu.

وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيْمِ.

Dan tidak ada daya upaya dan kekuatan melainkan dengan pertolongan Allah Maha Tinggi lagi Yang Maha Agung).

--- selesai dzikir setelah sholat, dilanjutkan doa ---

DZIKIR PAGI DAN PETANG

Sayyidul Istighfar:

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

Artinya“Ya Allah, Engkau adalah Tuhanku, tiada Tuhan yang berhak disembah kecuali Engkau, Engkaulah yang menciptakan aku. Aku adalah hamba-Mu. Aku akan setia pada perjanjianku dengan-Mu semampuku. Aku berlindung kepada-Mu dari kejelekan yang aku perbuat. Aku mengakui nikmat-Mu kepadaku dan aku mengakui dosaku, oleh karena itu, ampunilah dosaku. Sesungguhnya tiada yang dapat mengampuni dosa kecuali Engkau “

“Siapa yang membacanya dengan yakin pada sore hari, kemudian dia meninggal, maka dia akan masuk syurga, demikian juga jika (dibaca) pada pagi hari” (HR. Bukhari).

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ
وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ (3x).

Artinya“Dengan nama Allah yang bila disebut, segala sesuatu di bumi dan langit tidak akan berbahaya. Dialah Yang Maha Mengetahui“. Dibaca tiga kali (HR.Abu Daud dan Tirmidzi).

Keterangan: *“Barangsiapa membacanya sebanyak tiga kali ketika pagi dan petang hari, maka tidak ada sesuatupun yang membahayakan dirinya.”* (HR. Abu Dawud)

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ (3x).

Artinya“Aku berlindung dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kejahatan apa yang Dia ciptakan“. Dibaca tiga kali. (HR.Ahmad).

رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا، وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيًّا (3x)

Artinya“Aku rela Allah sebagai Tuhan-(ku), Islam sebagai agama-(ku) dan Muhammad p sebagai nabi-(ku)“. Diucapkan tiga kali.

“Siapa yang membacanya tiga kali saat pagi dan petang tiga kali, maka Allah pasti akan meridhainya pada hari kiamat” (HR. Ahmad).

حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ

7x

Artinya“Cukup bagiku Allah (sebagai pelindung), tiada Tuhan (yang berhak disembah) kecuali Dia. Kepada-Nya aku bertawakkal dan Dia adalah Tuhan ‘Arasy yang Agung “ di baca 7x

Keterangan: ‘Barangsiapa di pagi hari atau di sore hari membaca HASBIYALLAAHU LAAILAHA ILLA HUWA ‘ALAIHI TAWAKKALTU WAHUWA RABBUL ‘ARSYIL ‘AADZIIIM” sebanyak 7 kali, maka Allah akan melindunginya dari apa yang dirisaukannya, apakah ia membacanya dengan kesungguhan atau tidak dengan kesungguhan” (H.R. Abu Dawud)

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ: عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ، وَزِنَةَ عَرْشِهِ وَمَدَادَ
كَلِمَاتِهِ (3x)

Artinya.“Maha Suci Allah, aku memuji-Nya sebanyak makhluk-Nya, sejauh kerelaan-Nya, seberat timbangan ‘Arasy-Nya dan sebanyak tinta tulisan kalimat-Nya “. Dibaca tiga kali (HR. Muslim).

. اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ (10x).

“Siapa yang bershalawat kepadaku saat pagi sepuluh kali, dan sore sepuluh kali, maka dia akan mendapatkan syafa’atku pada hari kiamat (HR. Thabrani).

--- ALFAROZY ---

CATATAN:

CATATAN:

Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda:

“Sesungguhnya amal yang pertama kali dihisab pada seorang hamba pada hari kiamat adalah shalatnya.

Maka, jika shalatnya baik, sungguh ia telah beruntung dan berhasil. Dan jika shalatnya rusak, sungguh ia telah gagal dan rugi. Jika berkurang sedikit dari shalat wajibnya, maka Allah Ta’ala berfirman, ‘Lihatlah apakah hamba-Ku memiliki shalat sunnah.’ Maka disempurnakanlah apa yang kurang dari shalat wajibnya. Kemudian begitu pula dengan seluruh amalnya.”

[HR. Tirmidzi, no. 413 dan An-Nasa’i, no. 466.]

NAMA:

ALAMAT:

www.alfaradis.com