

**Nel nome di Allah, il  
Compassionevole, il  
Misericordioso. Le formule  
che si pronunciano al  
mattino e alla sera**

## شركاء التنفيذ:



المحتوى الإسلامي



رواد الترجمة



جمعية الربوة



دار الإسلام

يتاح طباعة هذا الإصدار ونشره بأي وسيلة مع  
الالتزام بالإشارة إلى المصدر وعدم التغيير في النص.



Telephone: +966114454900



ceo@rabwah.sa



P.O.BOX: 29465



RIYADH: 11557



www.islamhouse.com

﴿الْم ۝ ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ۝۲ الَّذِيْنَ يُؤْمِنُونَ  
بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ ۝۳ وَالَّذِيْنَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ  
إِلَيْكَ وَمَا أُنزِلَ مِن قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ ۝۴ أُولَٰئِكَ عَلَىٰ هُدًى مِّن  
رَّبِّهِمْ ۖ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ۝﴾ [البقرة: 1-5]

{Alif Lām Mīm,

su questo Libro non vi sono dubbi, una guida per i timorati. Coloro che credono nell'invisibile, assolvono all'orazione e donano di ciò di cui Noi li abbiamo provvisti, coloro che credono in ciò che è stato fatto scendere su di Te, in ciò che è stato fatto scendere prima di Te e hanno certezza dell'altra vita. Sono essi quelli che sono sulla guida del loro Signore e quelli che sono vittoriosi} [Al-Baqarah: 1-5].

﴿اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَوَاتِ 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 السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ ۖ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ ۝۲۵۵﴾ [البقرة: 255]

{Allah! Non c'è altra divinità oltre a Lui, il Vivente, l'Assoluto. Non Lo colgono sopore né sonno. A Lui appartiene tutto quello che è nei cieli

e sulla terra. Chi può intercedere presso di Lui senza il Suo permesso? Egli conosce quello che è davanti a loro e quello che è dietro di loro e, della Sua sapienza, essi apprendono solo ciò che Egli vuole. Il Suo poggiapiedi è più vasto dei cieli e della terra, e custodirli non Gli costa sforzo alcuno. Egli è l'Altissimo, l'Immenso}

[Il versetto del trono, Al-Baqarah: 255].

﴿عَمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِنْ رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ  
وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّنْ رُّسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا  
وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ ﴿٢٨٥﴾ لَا يَكْفُرُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وَسَعَهَا لَهَا مَا  
كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا  
تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا  
طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ  
الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾﴾ [البقرة: 285-286]

{Il Messaggero crede in quello che è stato fatto scendere su di Lui da parte del Suo Signore, e così i credenti: tutti credono in Allah, nei Suoi angeli, nei Suoi libri e nei Suoi messaggeri. «Non facciamo differenza alcuna tra i Suoi messaggeri.» E dicono: «Abbiamo ascoltato e

abbiamo obbedito. Perdono, Signore! È a Te la destinazione».

Allah non impone a nessun'anima un carico al di là delle sue capacità. Quello che ognuno avrà guadagnato sarà a suo favore e ciò che avrà demeritato sarà a suo danno. «Signore, non ci punire se abbiamo dimenticato o se abbiamo sbagliato. Signore, non caricarci di un peso grave come quello che imponesti a coloro che furono prima di noi. Signore, non imporci ciò per cui non abbiamo la forza. Assolvici, perdonaci, abbi misericordia di noi. Tu sei il nostro patrono, dacci la vittoria sui miscredenti.»}. [Al-Baqarah: 285, 286].

﴿حَمِّ ۝ تَنْزِيلُ الْكِتَابِ مِنَ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْعَلِيمِ ۝ غَافِرِ الذَّنْبِ وَقَابِلِ  
التَّوْبِ شَدِيدِ الْعِقَابِ ذِي الطَّوْلِ ۝ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ إِلَهُ الْمَصِيرِ ۝﴾ [غافر: 1-3]

{Hā Mīm, la rivelazione del Libro [proviene] da Allah, l'Eccelso, il Sapiente, Colui che perdona il peccato, che accoglie il pentimento, che è severo nel castigo, il Magnanimo. Non c'è altro dio all'infuori di Lui. È verso di Lui la destinazione.}  
[Ghāfir: 1-3].

﴿هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلِيمٌ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ  
الرَّحِيمُ﴾ ﴿٢٢﴾ هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ  
الْمُهَيَّمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ ﴿٢٣﴾ هُوَ اللَّهُ الْخَلِيقُ  
الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ يُسَبِّحُ لَهُ فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ  
الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ﴿٢٤﴾ [الحشر: 22-24]

{Egli è Allah, Colui all'infuori del Quale non c'è altro divinità, il Conoscitore dell'invisibile e del manifesto. Egli è il Compassionevole, il Misericordioso;

Egli è Allah, Colui all'infuori del Quale non c'è altra divinità, il Re, il Santo, la Pace, il Fedele, il Custode, l'Eccelso, Colui che co-stringe al Suo volere, Colui che è cosciente della Sua grandezza. Glo-ria ad Allah, ben al di là di quanto Gli associano. Egli è Allah, il Creatore, Colui che dà inizio a tutte le cose, Colui che dà forma a tutte le cose. A Lui [appartengono] i nomi più belli. Tutto ciò che è nei cieli e sulla terra rende gloria a Lui. Egli è l'Eccelso, il Saggio}. [Al-Hashr: 22-24].

﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ﴾ ﴿١﴾ [الإخلاص: 1]

{Di' : «Egli è Allah l'Unico»}

﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ﴿١﴾﴾ [الفلق: 1]

{Di': «Mi rifugio nel Signore dell'alba nascente}

﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ﴿١﴾﴾ [الناس: 1]

{Di': «Mi rifugio nel Signore degli uomini}

Ogni capitolo per tre volte.

«أعوذ بكلمات الله التامات من شر ما خلق»

"Mi rifugio nelle perfette parole di Allah dal male a cui ha dato creazione"

(Per tre volte)

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

"Nel Nome di Allah, che con il Suo Nome nulla può nuocere in terra o in cielo, ed Egli è Colui che tutto ode, l'Onnisciente."

(Per tre volte)

«رضيت بالله ربًا وبالإسلام دينًا وبمحمد صلى الله عليه وسلم نبيًا»

"Mi compiaccio di Allah come Signore, dell'Islam come religione, e di Muhammad – pace e benedizioni su di Lui – come Profeta."

(Per tre volte)

«أصبحنا وأصبح الملك لله والحمد لله لا إله إلا الله وحدة لا شريك له. له الملك وله الحمد وهو على كل شيء قدير. رب أسألك خير ما في هذا اليوم وخير ما بعده. وأعوذ بك من شر ما في هذا اليوم ومن شر ما بعده. ربِّ أعوذ بك من الكسل والهزم وسوء الكِبَر. وأعوذ بك من عذاب النار وعذاب القبر»

"Siamo giunti a mane e a mane è giunto il Regno di Allah, lode ad Allah, non c'è divinità all'infuori di Allah, l'Unico, senza associati. Suo è il Regno, Sua è la lode ed Egli ha potere su ogni cosa. Mio Signore, Ti chiedo il bene che v'è in questo giorno e il bene di ciò che lo segue; e mi rifugio in Te dal male che v'è in questo giorno e dal male di ciò che lo segue. O Allah, mi rifugio in Te dall'indolenza, dalla senilità, dal male della vecchiaia e mi rifugio in Te dal castigo dell'inferno e dal castigo della tomba."

«أمسينا وأمسى الملك لله»

E alla sera si dice: "Siamo giunti a sera, ed a sera è giunto il Regno di Allah [...]" E si dice: "Mio Signore, Ti chiedo il meglio che v'è in questa notte [...]" invece di: "Siamo giunti a mane" e "questo giorno".

«اللهم بك أصبحنا وبك أمسينا وبك نحيا وبك نموت واليك النشور»

"O Allah, grazie a Te siamo giunti al mattino e grazie a Te giungiamo alla sera, grazie a Te viviamo e moriamo, e verso Te è la resurrezione."

«اللهم بك أمسينا وبك أصبحنا وبك نموت وبك نحيا وإليك المصير»

E alla sera si dice: "O Allah, grazie a Te siamo giunti alla sera e grazie a Te giungiamo al mattino, grazie a Te viviamo e moriamo, e verso Te è la destinazione."

«اللهم ما أصبح بي من نعمة أو بأحد من خلقك فمنك وحدك لا

شريك لك فلك الحمد ولك الشكر»

"O Iddio, qualunque grazia con cui sono giunto al mattino, io o qualunque delle Tue creature, essa proviene da Te, solo da Te, non v'è con Te socio alcuno. A Te quindi rivolgo la lode e a Te rivolgo il ringraziamento."

«ما أمسى بي»

E alla sera si dice: "[...] qualunque grazia con cui sono giunto alla sera [...]"

«اللهم إني أصبحت في نعمة وعافية وستر. فأتم نعمتك عليّ وعافيتك

وسترك في الدنيا والآخرة»

"O Allah, invero sono giunto a mane con grazia, salute e protezione, perciò completa su di me la Tua grazia, la Tua salute e la Tua protezione nella vita terrena e nell'Ultima."

«اللهم إني أمسيت...»

(Per tre volte) E alla sera si dice: "O Allah, invero sono giunto a sera [...]" Etc.

«اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن. وأعوذ بك من العجز والكسل.

وأعوذ بك من الجبن والبخل. وأعوذ بك من غلبة الدين ومن قهر الرجال»

"O Allah, mi rifugio in Te dall'ansia e dalla tristezza, e mi rifugio in Te dall'incapacità e dalla pigrizia, e mi rifugio in Te dalla codardia e dall'avarizia, e mi rifugio in Te dal peso dei debiti e dall'oppressione degli uomini".

«اللهم إني أسألك العافية في الدنيا والآخرة. اللهم إني أسألك العفو  
والعافية في ديني ودنياي وأهلي ومالي. اللهم استر عوراتي وآمن روعاتي. اللهم  
احفظني من بين يديّ ومن خلفي وعن يميني وعن شمالي ومن فوقي. وأعوذ  
بعظمتك أن أُغتال من تحتي»

"O Allah, Ti chiedo il benessere nella vita terrena ed in quella ultraterrena; O Allah, Ti chiedo il perdono e il benessere nella mia religione, nella mia vita terrena, nei miei familiari e nei miei averi; O Iddio copri le mie nudità e rassicura le mie paure. O Iddio proteggimi avanti a me e dietro di me, alla mia destra e alla mia sinistra, e sopra di me, e mi rifugio nella Tua magnificenza dall'essere assalito da sotto di me."

«اللهم أنت ربي لا إله إلا أنت. خلقتني وأنا عبدك. وأنا على عهدك  
ووعدك ما استطعت. أعوذ بك من شر ما صنعت. أبوء لك بنعمتك علي.  
وأبوء بذنبي. فاغفر لي. فإنه لا يغفر الذنوب إلا أنت»

"Oh Allah, Tu sei il mio Signore, non c'è divinità all'infuori di Te. Mi hai creato ed io sono il Tuo servitore; rimango - per quanto è nella mia capacità - sulla mia promessa ed il mio impegno nei Tuoi confronti; mi rifugio in Te dal male che ho commesso; riconosco i Tuoi favori su di me e riconosco i miei

peccati, dunque perdonami, ché nessuno può perdonare i peccati all'infuori di Te”.

«اللهم فاطر السماوات والأرض. عالم الغيب والشهادة. ربّ كل شيء ومليكه. أشهد أن لا إله إلا أنت. أعوذ بك من شر نفسي ومن شر الشيطان وشركه وأن أقترف على نفسي سوءاً أو أجرّه إلى مسلم»

“O Allah, Iniziatore dei cieli e della terra, conoscitore dell'occulto e del palese, Signore e Padrone di ogni cosa, non c'è divinità all'infuori di Te. Mi rifugio in Te dal male della mia anima, dal male di Satana e dalla sua idolatria, e dall'attirare il male su me stesso o dal causar male ad un musulmano”.

«اللهم إني أصبحت أشهدك وأشهد حملة عرشك وملائكتك وأنبياءك وجميع خلقك بأنك أنت الله لا إله إلا أنت وأن محمداً عبدك ورسولك»

"Oh Allah, a mane son giunto rendendo Te testimone e rendendo testimoni i reggenti del Tuo trono, i Tuoi angeli, i Tuoi Profeti e tutta la Tua creazione, che invero Tu sei Allah, non v'è alcuna divinità all'infuori di Te e che Muhammad è Tuo servo e Messaggero."

«اللهم إني أمسيت...»

E alla sera si dice: "O Allah, a sera son giunto [...]"  
Etc. (Per quattro volte)

«لا إله إلا الله وحده لا شريك له. له الملك وله الحمد. وهو على كل

شئ قدير»

"Non c'è alcuna divinità all'infuori di Allah, l'Unico senza soci, Suo è il Regno e Sua è la lode, ed Egli ha potere su ogni cosa."

Cento volte al mattino e alla sera.

«حسبى الله لا إله إلا هو عليه توكلت وهو رب العرش العظيم»

"Mi basta Allah, non c'è divinità all'infuori di Lui, a Lui mi affido, ed Egli è il Signore del trono maestoso."

(Per sette volte)

«حسبى الله وكفى. سمع الله لمن دعاء ليس وراء الله مرمى»

"Mi basta Allah ed è sufficiente, Allah ascolta chi lo invoca, non vi è proposito oltre ad Allah."

«سبحان الله وبحمده»

"Gloria ad Allah e lode a Lui"

(Per cento volte al mattino o alla sera, o in entrambi)

«أستغفر الله وأتوب إليه»

"Chiedo perdono ad Allah e mi pento dinnanzi a Lui"

(Per cento volte)

Ciò è quanto è stato possibile scrivere, chiedo ad Allah l'Altissimo di renderlo utile al prossimo.

Scritto da Muhammad As-Salih Al-Uthaymeen il 20-01-1418 d.E.