

دعاء الضيق والهم والحزن من أكثر الأدعية التي يتضرع بها المسلم الذي ضاقت عليه الدنيا ولم يجد حل للتعاسة التي يشعر بها، إلا التوجه لله كي يرفع عنه البلاء ويزيل الغم الذي يستوطن حياته، وفي الحقيقة لن يزول كل هذا الكدر إلا بالتقرب لله وطلب العون منه وأداء العبادات التي أمر بها في وقتها، ويفضل أن يهتم المسلم بتقوية نيته دائما وأبدا.

## دعاء الضيق والهم والحزن كامل

ينزل الهم على قلب الفرد ويجعله ضيقا حرجا بحيث لا يستطيع القيام بأي عمل أو ينفذ المهام المفروضة عليه ناقصة وليست مكتملة، ويفضل أن يتوجه العبد لربه حينما ينزل عليه البلاء أو يحل به الكرب، لأن رب العباد قادر وحده على محو الغم وجعل حياة المسلم أفضل مما يتخيل، ومن الجيد قول دعاء الضيق والهم والحزن كي يفرج الله له الكربات، وهو كالتالي:

- اللهم انزع الهم والحزن الذي علق في صدري، ونجني من كل سوء يلحق بحياتي، اللهم النجاة من كل شر لحق بحياتي وارزقني البر والتقوى وطيب خاطر.
- يارب قد أحاط بي البلاء ونزل على حياتي الهم، أسألك يا الله أن تقيني شر نفسي وشر الأقدار، واجعلني من المنصورين في الأرض المجبورين في السماء، اللهم طهر حياتي من الحزن.
- اللهم ارفع مقننك وغضبك عنا واجعل الحياة زيادة لنا في كل خير، اللهم أبعد عن قلبي الهم وأخرجني من السوء واهدني إلى الحق، اللهم راحة تسعد قلبي.
- يارب كن لي معينا على التخلص من الهم الذي يتعب قلبي، اللهم ارزقني راحة البال وسلامة الصدر، واجعلني من المقبولين بين العالمين يا الله.

## دعاء الضيق والهم والحزن قصير

الحزن من الأمور الشاقة على النفس البشرية ولا يستطيع أي فرد دخل إلى قلبه أن يعيش حياة طبيعية، بل تكون حياته صعبة وممتلئة بالهم، لذا يتعين عليه الإكثار من ذكر الله لأنه يساعد على نقاء القلب، كما أنه يساند الفرد في الخروج من الاكتئاب الذي يسير عليه، ويفضل أن يتردد المسلم دعاء الضيق والهم والحزن وهو كالتالي:

- اللهم ارفع الهم عن حياتي وقتني شر نفسي واحفظ لي أحبتي ومن تعلقت به الروح، اللهم كن معي في شدتي وارفع عني الظلم، اللهم السعادة لقلوب أحببتي وتمنت لي الخير.
- اللهم أبعد الحزن عن حياتي وارزقني صبورا جميلا على المصائب التي نزلت على أهلي، اللهم ارزقني رزقا وفيرا طيبا يغنيني.
- اللهم هب لي عملا صالحا يقربني إليك، اللهم ارزقني العفاف وطيب العيش، واصرف عن حياتي الهم والضيق، واجعلني من الذاكرين الشاكرين يا الله.
- اللهم إني أسألك أن تطيب خاطري وتعفو عني وتهبني راحة دائمة وقلب مطمئن، يارب أبعد عن صدري الضيق واجعلني من الحامدين الراضين بقضائك.
- اللهم ارفع عن قلوب أحببتي الهم والكدر، واجبر خاطرهم أينما وضعوا أقدامهم، اللهم عوضهم خيرا عن كل مصيبة أحاطت بحياتهم، اللهم السعادة والرضا يا الله.

## أدعية الهم والحزن والضيق والتعب والغم

يبكي القلب ألما حينما يعتصره الحزن وقد يشعر العبد بأن جسده غير قادر على مواجهة الحياة حينما يكون في كرب أو عندما يمر باكتئاب، وفي الواقع يمر الفرد بالكثير من المنعطفات في حياته معظمها يكون قاسي على القلب، لذا يشعر المسلم بالغم ومن الجيد قول دعاء الضيق والهم والحزن والذي يتمثل فيما يلي:

يارب عبدك الضيف جاء إليك طالبا منك العفو راضيا بكل قضاء قضيته له، اللهم اجعل القرآن ينير صدري ويذهب همي وغمي، اللهم أبعد عني الضيق والحيرة والألم الذي يلامس قلبي.  
لا إله إلا الله رب الأرباب وملك الملوك، أسألك يا خالق الكون أن تعطيني من خير ما تعطي عبادك المتقين، اللهم اصرف عني الكدر والهم وارزقني راحة البال.

اللهم ذلل لي كل أمر صعب وأبعد عن حياتي المشقات، اللهم يا كاشف الضر اصرف عني الهم والغم، وأبعد عن حياتي كل من يضر لي الحقد والسوء، اللهم هبني الفلاح والصلاح.  
اللهم يسر لي كل صعب ومهد لي طريق الخير، واجعل لي من لذنك نصيرا، اللهم احفظني من الشيطان ونقي قلبي من الفتن، اللهم لا تجعل الهم يتسلل إلى قلبي.

### دعاء الضيق والاكتئاب

أصعب شعور يراود الفرد هو عدم قدرته على التعبير عما يدور في نفسه من ألم، ويترتب على ذلك دخوله في حالة من الاكتئاب والحزن اللذان يدومان لفترة كبيرة ولا يتمكن الفرد من الخروج بعيدا عن تلك الدائرة، ويفضل أن يسلم المسلم أمره كله لله ويتجنب مختلف الأمور التي تجعله حزينا ويكون ذلك بكثرة الذكر، ويفضل قول دعاء الضيق والهم والحزن وهو كالتالي:

- أسألك اللهم فرجا قريبا والرضا الذي ينقطع وصلاح الحال، اللهم ادفع عن حياتي السوء وارزقني العافية وجنبي كل ما يؤذي النفس ويهق القلب، اللهم سهل لي كل أمر أخافه.
- اللهم أخرجني من حلق الضيق وادفع عني كل أمر شديد، اللهم ارزقني الأمن والأمان في حياتي وهبني العمل الصالح والرزق الواسع، اللهم قلبا خاشعا عامرا بك يا الله، اللهم الراحة والسعادة لقلب أحبني.
- اللهم أنت تعلم بحالي والضيق الذي أمر به، اللهم أزل الغم من قلبي وهبني هدوء البال وطيب الروح، اللهم هبني طمأنينة تجبر قلبي وقرّة عين لا تنقطع، اللهم جبرا يليق بقوتك وعظمتك.
- اللهم اشرح صدري وأبعد الهم والكدر من حياتي، اللهم قني شر نفسي، ووفقتي فيما أرغب وأتمنى، اللهم ارزقني الفرح والسرور وانزع الحزن من قلبي وهبني سعادة لا تنقطع.

### دعاء الضيق والهم والحزن والكرب

التوكل على الله وجعل النفس تعلم أن كل أمر يكون بيديه، من أكثر الأمور التي تجعل العبد يصبر على البلاء، علمه الحيد أنه لا يأتي عسر إلا ويكون متبوعا ببسر، وأن أي مصيبة تنزل على العبد يرفع الله بها قدره ويخفف الرحمن الذنوب عنه، يتعين على العبد الذي وقع في ضائقة قول دعاء الضيق والهم والحزن وهو كالتالي:

- اللهم نجني برحمتك من الهم واصرف عني السوء، اللهم قربني إليك قرب المحب، اللهم طمئن قلبي بحبك وارزقني فيضا من التوفيق لا ينقطع، اللهم اصرف الرعب عن حياتي.
- يارب لا تجعل للغم سلطانا على قلبي، اللهم امحو ذنبي وفرج كربتي واكتب لي من كل ضيق مخرجا ومن كل هم فرجا، اللهم امح أجزائي برحمتك واجبرني يا الله.
- اللهم انظر إلى قلبي الحزين نظرة رحمة، اللهم اشف ألمي إنك ولي ذلك والقادر عليه، اللهم اصرف عني كل هم أثقل صدري وأزح البلاء من حياتي وارزقني حلاوة الإيمان.
- اللهم أزل همومنا واجبر كسرنا واهدنا إلى سبيل السلام، اللهم حاوطنا برحمتك واجعل قلوبنا عامرة بحبك وحب نبيك، اللهم أكرمنا من خزائنك التي لا تنفذ.

### بوستات دعاء الضيق

يستطيع المسلم الانتقال من الهم والحزن إلى السرور والسعادة عندما يتقبل جميع أقدار الله ولا يعترض عليها، حينما تنزل عليه مثل الصاعقة، وفي الواقع يعوض الله العبد الذي يشكره على النعم ويكون صابرا عند البلاء بالخير الوفير الذي لا ينفد، ويجب ألا يركن الفرد عند الحزن ويعيش في جو الاكتئاب بل عليه أن يقول دعاء الضيق والهم والحزن وهو كالتالي:

- يا حي يا قيوم أغثني بفضلك ورحمتك، واصرف عني المصائب واجعل قلبي متعلق بطاعتك، اللهم طهرني من الذنوب والمعاصي وارزقني هداية تامة لا أذنب بعدها أبدا.
- اللهم السلامة من كل إثم والرضا الذي يدوم والمودة التي لا تنقطع، يارب أرحمني من الغم الذي نزل على حياتي، اللهم ادفع عني مس الضر وجنبي الفواحش ما ظهر منها وما بطن.
- يارب ادم على حياتي نعمة الوالدين واجعل قلبي خاليا من الهم والغم، وجنبي صحبة السوء، اللهم إن الهم والكدر ينتشران في حياتي فأبعدهم عني بفضلك ورحمتك.

- يارب لا تشمت بي الأعداء وقربني لكل قلب يريد لي صلاح الحال وهدوء البال، اللهم اصرف عن حياتي الحاقدين وأصحاب المصالح ومن يريدون أذيتي، اللهم الفرج والصبر والستر يا الله.

### اطلع على: دعاء للاختبارات النهائية مكتوب قصير (اللهم لا سهل)

#### أدعية الضيق والخنقة

الشعور بأن الدنيا ضيقة ولم يعد فيها أي متسع، يعد من الأمور الشاقة التي تقع على النفوس البشرية وتزعجها، ولن يهدأ المسلم إلا إذا توكل على الله وسلم أمره له، ومن جهة أخرى يمكنه تهدئة النفس بذكر الله والاستعاذة من الشيطان الرجيم، وبصفة عامة يستطيع العبد ترديد الصلاة على النبي بكثرة لأنها تزيد الهم وتفرج الكرب، كما يفضل ترديد دعاء الضيق والهم والحزن وهو كالتالي:

- يارب ارزقني البركة والصحة اللهم ارزقني توبة نصوحة تقربني إليك، اللهم اغفر عني وأزل الهم من قلبي، اللهم أصلح قلبي واهدني إلى طريق الرشاد والحق، يارب لا تحجب دعوتي.
- اللهم ارزقني الأمان عند الحساب ولا تكلني إلى نفسي وانزع الغم عن قلبي، يارب ارحم عجزتي وضيق صدري ولا تجعلني اتحسر على ما مضى، اللهم أبعد عني شتات العقل وكل هم يثقل قلبي.
- يارب هب لي من لدنك رحمة ترفع قدرتي بين الخلائق وعوضني عن كل وجع نزل على جسدي، اللهم امحو عني السيئات وارزقني عملا صالحا يزيد من حسناتي ويجعلني أهتدي على طريق الحق.
- يارب قد عظم البلاء وكثرت المشكلات ولا منجي من الهم إلا أنت، اللهم ارزقنا الفرج والصبر، واجعلنا ممن يتقربون إليك بالحلال وينصرفون عن طريق الضلال.

### اطلع على: دعاء تعزية للميت

#### دعاء الضيق والهم والحزن لصديق

الصديق الوفي هو من يقف بجوار صديقه وقت الأزمات ويتجنب فعل ما يغضبه، علاوة على ذلك يساعده في حل المشكلات بقدر المستطاع ويتعد عن كل الأساليب السيئة التي تجعله يحزن من المعاملة، ومن الجيد حثه على العودة إلى الله وطلب العون منه حينما يتعرض لمعضلة ليس لها حل إلا من عند الرحمن، علاوة على ذلك يفضل قول دعاء الضيق والهم والحزن والذي يتمثل فيما يلي:

- يارب أبعد عن صديقي الهم والحزن واجعله من المنصورين، اللهم اهد قلبه ويسر أمره واجعله من الطائعين لك الذين يسعون للخير، اللهم ارزقه توفيقا دائما يلازم حياته حتى الممات.
- يارب لي صديق طيب القلب يقف معي في شدتي في كل حين، اللهم اصرف عنه سوء الأقدار وهبه الراحة والسرور، اللهم كن معه في كل شدة وفرج عنه كل كرب.
- اللهم يسر صديقي الغالي لكل خير وأعنه على طاعتك وحسن عبادك، اللهم أبعد الغم والكدر عن حياته واجعله من الراضين المحتسبين، يارب كن له معيناً وسنداً دائماً، وأبعد عنه كل حاقق واصرف عنه العين.
- يارب اهد صديقي للطريق المستقيم واصرف عنه المعضلات وسوء الأقدار، اللهم ارزقه العلو والعافية والرزق الحلال الذي لا ينفد، اللهم ارزقه الأمان وأبعد عنه مضلات الفتن.

### اطلع على: دعاء النجاح والتوفيق في الامتحانات

#### دعاء الكرب والهم والحزن

المصائب والكربات تعلم الفرد الصبر وتجعله يستشعر مدى حب الله للعبد، ومن جهة أخرى تجعل المسلم يقدر قيمة النعمة التي وهبه الله إياها، ويفضل أن يتعلم المسلم الدروس والعبر من الأزمات والمشقات التي يمر بها، ولا يترك نفسه للشيطان كي يوسوس له، علاوة على ذلك عليه أن يكثر من قول دعاء الضيق والهم والحزن وهو كالتالي:

- اللهم لا تجعل للحزن مكانا في قلبي وهبني الرفق بكل ضعيف، وكن معي حينما ينزل البلاء بقوته، اللهم ارزقني من لدنك رحمة واسعة وأنزل علينا من الخيرات والنعيم ما يكفي حاجتنا.
- يارب امنحني القوة والصبر على البلاء وهبني الرزق الوفير الذي لا ينضب، وأعني على إدخال السرور على عبادك، يارب أصلح لي حالي وطيب لي خاطري وهبني الصحة التي تدوم.

- يارب أرح الغم من روحي وأبدلني مكانه سعادة دائمة لا تنقطع، اللهم ارزقني صلاح الحال وقوة في البدن وعزة لا تزول، اللهم ارزقني هدوء الروح وراحة الفكر.
- يارب لا تجعل للضيق موطن في حياة رفقتي، اللهم انظر إليهم نظرة رحمة واجعل الفرح يسكن دارهم، اللهم وفقنا لما تحب وترضى واجعل الجنة موطن لما.

**اطلع على: [دعاء الرزق المستجاب بالمال الحلال او العمل مكتوب](#)**

### دعاء لفك الكرب وتيسير الأمور

يشعر العبد بمدى عظمة الله حينما ينظر للكون حوله ويعرف أن له خالق مبدع قادر على كل شيء، وفي الحقيقة يبسر الله كل أمر عسير يقع على العبد الذي يعود له طالبا العون والخروج من حالة الحزن التي ترافقه، ويتعين على كل مسلم أراد التقرب من الله ألا يترك الفرائض وكل ما أمر به الرحمن، علاوة على ذلك عليه قول دعاء الضيق والهم والحزن وهو كالآتي:

- اللهم يسر لي أمري ولا تجعلني عاجزا، اللهم ارفع الكدر من بين طيات حياتي وارزقني السعادة أمد الدهر ولا تجعلني من القانطين، اللهم أبعد عن حياتي كل متجبر.
- يارب قد طال البلاء ودخل الحزن إلى حياتي، ولم أعد أحتمل ما يحدث لي اللهم كن رقيقا لي في الشدائد ومعينا لي على تجاوز المحن، يارب يسر لي كل أمر عسير لحق بي.
- يارب تجاوز عن سيئاتي وامنحني فيضا من السعادة، اللهم لا تجعل للألم والنكد مكانا في منزلي، وارزقني السعادة وتيسير الحال، اللهم سهل لي أمر زوجي.
- اللهم وفقني في مستقبلي وأبعد الشدائد والضيق عن حياتي، اللهم احفظ لي أبنائي وارزقهم حياة يسيرة هينة خالية من الألم والحزن، اللهم وفقهم لكل خير وهبهم العفو والعافية.

### دعاء لإزالة الهم والغم

الروتين الذي يمارسه الفرد كل يوم يساهم في جلب الضيق والحزن، لذا يتعين على الشخص البحث عن حيل جديدة تجعل الحياة أفضل، وفي الحقيقة لا يأتي الضيق من الروتين فقط بل بالبعد عن الله وعدم تطبيق الفرائض التي فرضها على المسلم، علاوة على ملأ القلب بالحقد والحسد، ويفضل ترديد دعاء الضيق والهم والحزن والذي يتمثل فيما يلي:

- يارب قد نزل الهم على حياتي من حيث لا أدري، اللهم أبعده عني وارزقني السلامة والأمان، اللهم جملني بقلب رحيم ونفس صبور و جسدا على البلاء صابرا.
- اللهم اشفني واعف عني وأبعد الغم عن حياتي يارب كن لي وكيلا في شدتي وأنعم على حياتي بالتقوى والبر، اللهم أكرمني بصحبة صالحة تسندني حينما تميل الحياة، يارب النجاة من كل مصيبة.
- اللهم أبعد عن قلبي الضيق وأصلح لي ما تدمر من حياتي، اللهم عوضني خيرا عن كل ما أخذ مني، وانصرني على كل ظالم متجبر سلب حقي وكن لي معينا في كربى.
- يارب كن لي نصيرا في كل شأني، واعف عما سلف من أمري، ورد لي ضالتي التي اختفت عني، اللهم أزل الغم من قلبي واجعلني من المجبورين المهتدين لطريق الحق.

### كيفية التخلص من الهم والحزن

يمكن قول دعاء الضيق والهم والحزن حينما يُقدم البلاء على حياة الفرد، وفي الحقيقة هناك الكثير من الطرق التي تساعد على زوال الهم والحزن، كالتالي:

#### التوبة

- الذنوب والخطايا من أكثر الأمور التي تجلب الضيق للعبد، لذا يتعين على المسلم التوبة وتنقية النية.

#### كثرة الدعاء

- يتعين على المسلم أن يكثر من التضرع للخالق ويدعو له كثيرا حتى يفرج همه، علاوة على ذلك عليه الصبر على كل مصيبة.

#### إسعاد المسلمين

- يزول الهم والحزن من قلب العبد حينما يدخل السرور على الناس، ويعاملهم معاملة حسنة تليق بالإسلام والمسلمين.

#### الإخلاص

- إخلاص النية للخالق جل وعلا وعدم انتظار شكر من البشر، وبذلك لا يغضب الشخص حينما لا يجد حفاوة من الآخرين عند تقديم معروف.

#### اليقين بالله

- يزول الهم والحزن من حياة العبد حينما يكون لديه يقين بأن جميع الأمور التي تأتي من الله هي تمام الخير، وأن رب العباد لا يريد منه شيء.

#### دعاء لفك الكرب الشديد للغير

لن تكون الحياة جيدة طالما كان العبد يسير في درب الشيطان ومتبعاً لخطواته، وفي الحقيقة تصبح الحياة في أجمل صورها حينما يكون العبد مطيعاً، حيث يكون متقبلاً للحياة بمختلف التقلبات التي تطرأ عليها ولا يتجر حينما ينزل به بلاء لأنه يعلم أن الله قادر على تغيير حاله للأفضل، ومن الجيد قول دعاء الضيق والهم والحزن حينما يصاب العبد بذلك، وهو كالتالي:

- يارب قد أحاط بي البلاء ونزلت على حياتي الشدة ولم يعد لدي طاقة لتحمل كل تلك المعاناة، اللهم اصرف عني الكدر والغم، وعوضني عن كل لحظة كئيبة مررت بها في حياتي.
- اللهم عوضني مالا حللاً كثيراً، وارزقني البركة في الحياة والمال وكل ما أملك يا الله، اللهم اجعل الهم يزول من حياتي وفرج لي كربى يا رحمن.
- اللهم هب لي من لدنك سعادة دائمة وأبعد عن حياتي الحزن الذي زلزل فؤادي، اللهم الثبات على الحق والقناعة التي لا تقنى.

#### دعاء الهم والضيق مستجاب

الحياة ممتلئة بالمفاجآت فقد يكون العبد بحال جيد ولكن يتغير هذا الأمر ما بين عشية وضحاها، وفي الحقيقة لن يشعر المسلم أن هذا الأمر طبيعي ويتقبله كما هو إلا إذا توكل على ربه وطلب منه العون، ويفضل أن يؤوب الفرد للخالق كلما نزلت به ضائقة أو حلت على رأسه مصيبة، علاوة على ذلك يجب عليه قول دعاء الضيق والهم والحزن والذي يتمثل فيما يلي:

- يارب لقد طال البلاء وانقضى العمر، ولم يعد في الصحة قدرة على تحمل المزيد، يارب أبعده المرض والهم والحزن عن حياتي.
- يارب عوضني خيراً مما ذهب مني واصرف الحزن عن قلبي، وهب لي من لدنك ذرية صالحة بارة، اللهم الثبات على الدين.
- اللهم يسر لي كل أمر أرغب في تحقيقه وجنبني الهم والمصائب، اللهم لا تسلط على حياتي الحاقدين والحاسدين وأصلح حالي يا الله.
- يارب كن لي سنداً ومعيناً على الكرب والشدة، اللهم اصرف عن أبي المرض وأكرمه من فضلك، اللهم الستر الذي يدوم مدى الدهر.

#### طرق أخرى للتخلص من الهم والحزن

يفضل قول دعاء الضيق والهم والحزن حينما يشعر العبد بأنه مختنق من الحياة، وفي الواقع هناك العديد من الطرق التي يسر للمسلم التخلص منهم؛ كالتالي:

### التفكير في النعم

- تهدأ نفس العبد وبيتعد عنه الهم حينما يفكر في النعم التي وهبها الله إياه، حيث يجد نعم لا تعد ولا تحصى.

### التوكل على الله

- العبد الذي يسلم كل أمره لله لا يعرف الهم له طريق، وحينما يجتمع عليه الناس كي يؤذوه لا يتمكنون من ذلك فهو يخشى الله ويتوكل عليه.

### العمل الصالح

- العمل الصالح والتقرب لله بالعبادات يساهم في زوال الهم عن النفس، ومن جهة أخرى يبسر تفريج الكربات التي تلحق بالعباد.

### العبادات

- فعل الفرائض ومختلف العبادات التي أمر بها الله يخلص العبد من الضيق والهم، على سبيل المثال الصلاة على وقتها وكثرة الاستغفار، علاوة على الصدقة وبر الوالدين.

### حسن الظن

- حسن الظن بالله والاستعانة به وقت الشدة يبسر الفرج ويزيل الهم من القلب، كما أنه يجعل الفرد متيقن بأن الله معه.

### أشياء تساعد على راحة البال

دعاء الضيق والهم والحزن من أبرز الأدعية التي يقولها الناس حينما يشعرون بضيق الصدر، وهناك العديد من الأمور التي تساعد على التخلص من الهم والحصول على راحة البال وهي كالتالي:

### إيقاف التفكير

- يتعين على الفرد إيقاف التفكير في الأحزان والأمور السيئة التي جعلته حزينا حيث سيطر الهم على نفسه، ويفضل أن ينظر إلى المستقبل.

### الرضا

- يجب على الفرد أن يكون راضيا بكل قدر كتبه الله له سواء أكان جيد أو دون ذلك، علاوة على ذلك عليه أن بيتعد عن كل ما هو سلبي ويبحث عن الأمور الإيجابية فقط ويطبقها.

### العفو

- العفو عن الناس يجعل الفرد هادئ البال طيب النفس، لا يشغل عقله بأي أمر من الأمور التي تجعل قلبه متكدرا، كما أن شكر الله على النعم يجعل الفرد قنوعا بكل ما يمتلك.

### الصدق في القول

- الصدق يساعد صاحبه على تخطي الأزمات، أما الكذب فيجعل صدره ضيقا ممتلئ بالهموم، لذا يتعين على العبد التصرف بعفوية والابتعاد عن الكذب نهائيا.

## التواصل

- التواصل مع الإخوة والوالدين حينما يكون هناك معضلة يساعد الشخص على تنقية البال وخروج الفرد من دائرة الضيق التي يقف عندها.

دعاء الضيق والهم والحزن من أشهر الأدعية التي يردها المسلمون الذين نزل بهم البلاء وأحاطت بهم المصائب، والدعاء له أثر جيد على حياة الفرد، حيث يدفع الله به البلاء ويبعد عن الناس سيء الأسقام، علاوة على ذلك يكفر الخطايا والذنوب التي يرتكبها العبد ويشعر بالضيق بعد فعلها، ولن ينال المسلم السعادة إلا إذا سلم أمره كله لله.