فليستعذ من شرها ولا يذكرها لأحد فإنها لا تضره » رواه البخارى فى صحيحه .

أو : « ينفث عن شماله ثلاثاً وليتعوذ من الشيطان ثلاثاً وليتحول عن جنبه الذى كان عليه » لحديث أبى قتادة رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « الرؤيا الصالحة أوفى رواية ، الرؤيا الحسنة من الله ، والحلم من الشيطان ، فمن رأى شيئاً يكرهه فليفعل ذلك » رواه البخارى ومسلم فى صحيحيهما .

وحديث جابر رضى الله عنه عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « إذا رأى أحدكم الرؤيا يكرهها فليبصق عن يساره ثلاثاً وليستعذ بالله من الشيطان ثلاثاً وليتحول عن جنبه الذى كان عليه » رواه مسلم فى صحيحه .

قال الإمام النووى : الظاهر أن المراد النفث وهو نفخ لطيف لا ريق معه أو يقوم إلى الصلاة ولا يحدث بالرؤيا أحداً إذا كانت رؤيا يكرهها لحديث أبى هريرة مرفوعاً : « إذا رأى أحدكم رؤيا يكرهها فلا يحدث بها أحداً وليقم فليصل » رواه الترمذى .

أو يتفل ثلاث مرات ثم ليقل : « اللهم إنى أعوذ بك من عمل الشيطان وسيئات الأحلام فإنها لا تكون شيئاً » لحديث رواه ابن السنى فى كتابه .

٢٤ ـ أذكار الصباح والمساء :

(أ) يقول حين يمسى وحين يصبح : « اللهم أنت ربى لا إله إلا أنت خلقتنى وأنا عبدك وأنا على عهدك ووعدك ما استطعت ، أبوء لك بنعمتك على وأبوء بذنبى فاغفر لى فإنه لا يغفر الذنوب إلا أنت ، أعوذ بك من شر ما صنعت » لحديث شداد بن أوس رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم أنه قال : « سيد الاستغفار ذلك من قال ذلك حين يمسى فمات دخل الجنة أو كان فى أهل الجنة ، وإذا قاله حين يصبح فمات من يومه مثله » رواه البخارى فى صحيحه معنى أبوء أقر وأعترف .

(ب) أو يقول : « سبحان الله وبحمده مائة مرة حين يصبح وحين يمسى » لحديث أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « من قال حين يصبح وحين يمسى : سبحان الله وبحمده مائة مرة