নিশ্চয় আমি এমন এক বাক্য জানি, যদি সে তা পড়ে, তাহলে তার ক্রোধ দূরীভূত হবে। যদি সে বলে ‘আউযু বিল্লাহি মিনাশ শায়তানির রাজীম’ (অর্থাৎ আমি বিতাড়িত শয়তান থেকে আল্লাহর আশ্রয় চাইছি), তাহলে তার উত্তেজনা ও ক্রোধ সমাপ্ত হবে।

সুলাইমান ইবনে সুরাদ রাদিয়াল্লাহু ‘আনহু বর্ণনা করেন যে, একদা আমি নবী সাল্লাল্লাহ আলাইহি ওয়াসাল্লাম-এর সঙ্গে বসে ছিলাম। এমতাবস্থায় দু’জন লোক একে অপরকে গালি
দিচ্ছিল। তার মধ্যে একজনের চেহারা (ক্রোধের চোটে) লালবর্ণ হয়ে গিয়েছিল এবং তার শিরাগুলো ফুলে উঠেছিল। (এ দেখে) রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহ আলাইহি ওয়াসাল্লাম বললেন, “নিশ্চয় আমি এমন এক বাক্য জানি, যদি সে তা পড়ে, তাহলে তার ক্রোধ দূরীভূত হবে। যদি সে
বলে ‘আউযু বিল্লাহি মিনাশ শায়তানির রাজীম’ (অর্থাৎ আমি বিতাড়িত শয়তান থেকে আল্লাহর আশ্রয় চাইছি), তাহলে তার উত্তেজনা ও ক্রোধ সমাপ্ত হবে।” লোকেরা তাকে বলল, ‘নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বললেন, তুমি বিতাড়িত শয়তান থেকে আল্লাহর আশ্রয় চাও (অর্থাৎ, উপরোক্ত বাক্যটি পড়)।
[সহীহ] [মুত্তাফাকুন ‘আলাইহি (বুখারী ও মুসলিম)।]

সুলাইমান ইবনে সুরাদ রাদিয়াল্লাহু ‘আনহু বর্ণনা করেন যে, একদা নবী সাল্লাল্লাহ আলাইহি ওয়াসাল্লাম-এর সামনে দু’জন লোক একে অপরকে গালি দিচ্ছিল। তার মধ্যে একজন রেগে গেলে তার ক্ষুব্ধতা তীব্র হলো এবং তার চেহারা ফুলে গেল এবং লালবর্ণ হয়ে গিয়েছিল। এ দেখে রাসূলুল্লাহ সাল্লাল্লাহ আলাইহি ওয়াসাল্লাম বললেন, “নিশ্চয় আমি এমন এক বাক্য জানি, যদি সে তা পড়ে, তাহলে তার ক্রোধ দূরীভূত হবে। যদি সে বলে ‘আউযু বিল্লাহি মিনাশ শায়তানির রাজীম’ (অর্থাৎ আমি বিতাড়িত শয়তান থেকে আল্লাহর আশ্রয় চাইছি), কারণ তাকে যা স্পর্শ করেছে সেটা শয়তান থেকেই। যদি মানুষ আল্লাহর দিকে প্রত্যাবর্তন করে এবং শয়তানের অনিষ্ট থেকে আশ্রয় চায়, তাহলে এ বাক্যের বরকতে তার উত্তেজনা দূর হবে। লোকেরা লোকটিকে বলল, ‘নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বললেন, আউযু বিল্লাহি মিনাশ শায়তানির রাজীম’ (অর্থাৎ আমি বিতাড়িত শয়তান থেকে আল্লাহর আশ্রয় চাইছি) বল। কোন কোন বর্ণনায় এসেছে, লোকটি কঠিন রাগের কারণে তা বলেনি। বরং সে বলল, আমার মধ্যে কি মাতলামী আছে?

https://sunnah.global/hadeeth/bn/show/3578