رؤیای نیک از جانب الله است و خواب بد از سوی شیطان؛ پس چنانچه یکی از شما خوابی دید که او را به ترس انداخت باید سه بار به سمت چپ خود [به‌طور خفیف] آب دهان بیندازد و از شر آن به الله پناه ببرد که در این صورت به او زیانی نخواهد رساند

از ابوقَتاده رضی الله عنه روایت است که پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وسلم فرمودند: «الرُّؤْيَا الصَّالِحَةُ مِنَ اللَّهِ، وَالحُلُمُ مِنَ الشَّيْطَانِ، فَإِذَا حَلَمَ أَحَدُكُمْ حُلُمًا يَخَافُهُ فَلْيَبْصُقْ عَنْ يَسَارِهِ، وَلْيَتَعَوَّذْ بِاللَّهِ مِنْ شَرِّهَا، فَإِنَّهَا لاَ تَضُرُّهُ»: «رؤیای نیک از جانب الله است و خواب بد از سوی شیطان؛ پس چنانچه یکی از شما خوابی دید که او را به ترس انداخت باید سه بار به سمت چپ خود [به‌طور خفیف] آب دهان بیندازد و از شر آن به الله پناه ببرد که در این صورت به او زیانی نخواهد رساند».

[صحیح است] [بخاری و مسلم در روایت آن اتفاق دارند]

پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وسلم خبر دادند که رؤیای نیکِ شادی‌آور در خواب، از جانب الله است و «حلم» یعنی رؤیایی که ناراحت‌کننده و غم‌آور است از سوی شیطان است. بنابراین هرکس در خواب چیز بدی دید، باید به سمت چپش آب دهن بیندازد و از شر آن به الله پناه ببرد؛ در این صورت زیانی متوجه او نخواهد شد؛ چون الله تعالی همین کار را سبب در امان ماندن از آسیب مترتب بر آن خواب و رؤیا قرار داده است.

https://sunnah.global/hadeeth/fa/show/3586