رسول الله صلى الله عليه وسلم به هره شپه کله خپل خوب ځای ته راغې، نو خپل لاسونه به يې سره يو ځای کړل، او {قُلْ هُوَ اللهُ أَحَدٌ}، {قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ} او {قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ}

له عايشې رضي الله عنها څخه روايت دی چې: رسول الله صلى الله عليه وسلم به هره شپه کله خپل خوب ځای ته راغی، نو خپل لاسونه به يې سره يو ځای کړل، او {قُلْ هُوَ اللهُ أَحَدٌ}، {قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ} او {قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ} سورتونه به يې ولوستل او په لاسونو کې به چف کړل، بيا به يې لاسونه پر ځان راکش کړل، تر کوم ځايه به يې چې لاسونه رسېدل، له سر څخه به يې پيل وکړ، پر مخ او د بدن په مخکې برخې راکش کړل، دا کار به يې درې ځلې تکراروو.

[صحيح دی] [بخاري روايت کړی دی]

د رسول الله صلى الله عليه وسلم له لارښوونو څخه يوه دا وه چې کله به هغه خپل خوب ځای ته د خوب لپاره ولاړ نو خپل دواړه ورغوي به يې سره يو ځای کړل او لاسونه به يې پورته کړل - لکه څرنګه چې يو دعا کوونکی کوي - او په نرم سره به يې د خولې د لږو لاړو سره په لاسونو کې {قل هو الله أحد} ، {قل أعوذ برب الفلق} او {قل أعوذ برب الناس}، سورتونه چف کړل، بيا به يې تر خپلې وسې پورې لاسونه پر ځان راکش کړل، پيل به يې له سر، مخ او د بدن له مخکې برخې څخه وکړ، دا کار به يې درې ځلې تکرارولو.

http://sunnah.global/hadeeth/ps/show/65060