



'Jag känner till en fras - om han säger den, kommer hans känslor att lugna sig. Om han säger: "Jag söker skydd hos Allah från Satan," kommer det han ilska att försvinna.'

Sulayman bin Surad (må Allah vara nöjd med honom) berättade: "Jag satt tillsammans med profeten ﷺ då två män började gräla. Den ene av dem blev röd i ansiktet, och blodådrorna vid hans hals svällde upp. Då sa profeten ﷺ: 'Jag känner till en fras - om han säger den, kommer hans känslor att lugna sig. Om han säger: "Jag söker skydd hos Allah från Satan," kommer det han ilska att försvinna.' De sa då till honom: 'Profeten ﷺ sa: "Sök skydd hos Allah från Satan!"' Då svarade han: 'Menar ni att jag är galen?!'"

[Autentisk] [Al-Bukhari och Muslim]

Två män grälade i profetens ﷺ närvaro. Den ene blev så arg att hans ansikte blossade upp och blodkärlen på halsen svällde. Profeten ﷺ påpekade att han kände till en fras som, om den arge hade yttrat den, skulle ha stillat hans vrede: "Jag söker skydd hos Allah från den utstötte Satan." Då berättade de för den arge mannen att profeten ﷺ uppmanat honom att söka skydd hos Allah från Satan. Då svarade han: "Tror ni att jag är galen!?" - troligtvis för att han trodde att man bara söker skydd från Satan vid galenskap eller liknande tillstånd.

<https://sunnah.global/hadeeth/sv/show/3578>

