Salih rüya Allah'tan, kâbuslar ise Şeytan'dandır. Sizlerden biriniz korktuğu bir kâbus görürse, sol tarafına hafifçe tükürsün ve bu rüyanın şerrinden Allah'a sığınsın. Böylece kâbus ona bir zarar veremez

Ebu Katade -radıyallahu anh-'dan rivayet edilen bir hadiste o, şöyle demiştir: Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem- şöyle buyurdu: «Salih rüya Allah'tan, kâbuslar ise Şeytan'dandır. Sizlerden biriniz korktuğu bir kâbus görürse, sol tarafına hafifçe tükürsün ve bu rüyanın şerrinden Allah'a sığınsın. Böylece kâbus ona bir zarar veremez.»
[Sahih Hadis] [Muttefekun aleyh]

Peygamber -sallallahu aleyhi ve sellem- uykuda görülen mutluluk veren salih rüyanın, Allah'tan olduğunu haber vermiştir. Hoşlanılmayan ve üzücü rüya olan kabusların ise Şeytan'dan olduğunu haber vermiştir. Kim hoşlanmadığı bir şey görürse, sol tarafına hafifçe tükürsün ve şerrinden Allah'a sığınsın. Çünkü Allah Teâlâ, zikredilen bu şeyleri, rüyadan doğabilecek hoş olmayan etkinin giderilmesine bir sebep kılmıştır; böylece o rüya ona zarar vermez.

http://sunnah.global/hadeeth/tr/show/3586