

عن عائشة رضي الله عنها أن النبي صلى الله عليه وسلم كان إذا أخذ مضجعه نفث في يديه، وقرأ بالمعوذات، ومسح بهما جسده.

وفي رواية: أن النبي صلى الله عليه وسلم كان إذا أوى إلى فراشه كل ليلة جمع كفيه، ثم نفث فيهما فقرأ فيهما: «قل هو الله أحد، وقل أعوذ برب الفلق، وقل أعوذ برب الناس» ثم مسح بهما ما استطاع من جسده، يبدأ بهما على رأسه ووجهه، وما أقبل من جسده، يفعل ذلك ثلاث مرات.



'Â'ishah (qu'Allah l'agrée) relate que lorsque le Messager d'Allah (sur lui la paix et le salut) se couchait [pour dormir], il soufflait dans ses mains, récitait les [sourates] protectrices du

Coran, puis passait ses deux mains sur son corps. Et dans une autre version, [celle de Al-Bukhârî] : « Chaque nuit, lorsque le Prophète (sur lui la paix et le salut) se mettait au lit, il plaçait ses mains jointes devant sa bouche, puis soufflait dedans et y récitait les trois dernières sourates protectrices : {(Dis : Il est Allah, L'Unique...)} ; {(Dis : Je me réfugie auprès du Seigneur de l'aube...)} ; {(Dis : Je me réfugie auprès du Seigneur des hommes...)}.

Ensuite, il passait ses mains sur son corps, autant qu'il le pouvait en passant sur sa tête, son visage et en terminant par le reste de son corps, et il répétait cela trois fois.

---

Rapporté par Al-Bûkhârî  
Jugement : Authentique