ذاك شيطان يقال له خنزب ، فإذا أحسسته فتعوذ بالله منه ، واتفل على يسارك ثلاثا

عن عُثْمَانَ بْنَ أَبِي الْعَاصِ رضي الله عنه: أنه أَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، إِنَّ الشَّيْطَانَ قَدْ حَالَ بَيْنِي وَبَيْنَ صَلَاتِي وَقِرَاءَتِي يَلْبِسُهَا عَلَيَّ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «ذَاكَ شَيْطَانٌ يُقَالُ لَهُ خِنْزَبٌ، فَإِذَا أَحْسَسْتَهُ فَتَعَوَّذْ بِاللَّهِ مِنْهُ، وَاتْفُلْ عَلَى يَسَارِكَ ثَلَاثًا»، قَالَ: فَفَعَلْتُ ذَلِكَ فَأَذْهَبَهُ اللَّهُ عَنِّي.

[صحيح] [رواه مسلم]

أتى عثمانُ بن أبي العاص رضي الله عنه إلى النبيّ صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسول الله إن الشيطان قد حَجَزَ بيني وبين صلاتي، ومَنَعني الخشوعَ فيها، وخَلَطَ عليَّ قراءتي وشَكَّكَني فيها، فقال له رسول الله صلى الله عليه وسلم: ذاك هو شيطان يقال له خِنْزَبٌ، فإذا وَجَدْتَ هذا وشَعَرتَ به فاعتصم بالله، واستعذ بالله منه، وانفخ عن يسارك مع يَسِيرٍ مِن الرِّيْق ثلاث مرات، قال عثمان: ففعلتُ ما أَمَرَني به النبيُّ صلى الله عليه وسلم فأذْهَبَه الله عني.

http://www.sunnah.global/hadeeth/ar/show/65105