“যখন তোমাদের কেউ তার ঘুম থেকে জাগ্রত হয় সে যেন তিনবার নাকে পানি দেয়। কারণ শয়তান তার নাসারন্ধ্রে রাত যাপন করে”।

আবূ হুরাইরা রদিয়াল্লাহু আনহু থেকে বর্ণিত, নবী সাল্লাল্লাহু আলাইহি ওয়াসাল্লাম বলেছেন: “যখন তোমাদের কেউ তার ঘুম থেকে জাগ্রত হয় সে যেন তিনবার নাকে পানি দেয়। কারণ শয়তান তার নাসারন্ধ্রে রাত যাপন করে”। [সহীহ] [সহীহ বুখারী ও মুসলিম]

নবী সাল্লাল্লাহু ‘আলাইহি ওয়াসাল্লাম ঘুম থেকে জাগ্রত ব্যক্তিকে তিনবার ইস্তেনসার করতে উদ্বুদ্ধ করেছেন। ইস্তিনসার হল নাকে পানি প্রবেশ করিয়ে তা বের করে ফেলা। কারণ, শয়তান নাসারন্ধ্রে -পুরো নাকের ভেতর- রাত যাপন করে।

http://www.sunnah.global/hadeeth/bn/show/8377