„Добриот сон е од Аллах, а кошмарот е од шејтанот. Ако некој од вас сонува нешто што го плаши, нека плукне (лесно, со воздух и малку плунка) на левата страна трипати и нека побара прибежиште кај Аллах од неговото зло, и тој сон нема да му наштети.“

Ебу Катаде, Аллах нека е задоволен со него, пренесува дека Божјиот пратеник, салаллаху алејхи ве селем, рекол: „Добриот сон е од Аллах, а кошмарот е од шејтанот. Ако некој од вас сонува нешто што го плаши, нека плукне (лесно, со воздух и малку плунка) на левата страна трипати и нека побара прибежиште кај Аллах од неговото зло, и тој сон нема да му наштети.“

[صحيح] [متفق عليه]

Божјиот пратеник, салаллаху алејхи ве селем, известил дека добриот и радосниот сон е од Аллах, а непријатниот и вознемирувачки сон е од шејтанот. Затоа, оној што сонува нешто што го вознемирува, нека плукне (лесно, со воздух и малку плунка) на левата страна трипати и нека побара прибежиште кај Аллах од злото на сонот. Тој сон нема да му наштети, бидејќи Аллах ја направил оваа постапка да биде средство за заштита од штетата што може да произлезе од таквиот сон.

http://www.sunnah.global/hadeeth/mk/show/3586