رسول الله صلى الله عليه وسلم به هره شپه کله خپل خوب ځای ته راغی، نو خپل لاسونه به يې سره يو ځای کړل، او {قُلْ هُوَ اللهُ أَحَدٌ}، {قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ} او {قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ}

له عایشې رضي الله عنها څخه روایت دی چې: رسول الله صلى الله عليه وسلم به هره شپه کله خپل خوب ځای ته راغی، نو خپل لاسونه به يې سره يو ځای کړل، او {قُلْ هُوَ اللهُ أَحَدٌ}، {قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ} او {قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ} سورتونه به يې ولوستل او په لاسونو کې به چف کړل، بیا به يې لاسونه پر ځان راکش کړل، تر کوم ځایه به يې چې لاسونه رسېدل، له سر څخه به يې پیل وکړ، پر مخ او د بدن په مخکې برخې راکش کړل، دا کار به يې درې ځلې تکرارو.

[صحيح دی] [بخاري روایت کړی دی]

د رسول الله صلى الله عليه وسلم له لارښوونو څخه یوه دا وه چې کله به هغه خپل خوب ځای ته د خوب لپاره ولاړ نو خپل دواړه ورغوي به يې سره يو ځای کړل او لاسونه به يې پورته کړل - لکه څرنګه چې يو دعا کوونکی کوي - او په نرم سره به يې د خولې د لړو لاړو سره په لاسونو کې {قل هو الله أحد} ، {قل أعوذ برب الفلق} او {قل أعوذ برب الناس}، سورتونه چف کړل، بیا به يې تر خپلې وسې پورې لاسونه پر ځان راکش کړل، پیل به يې له سر، مخ او د بدن له مخکې برخې څخه وکړ، دا کار به يې درې ځلې تکرارولو.

https://www.sunnah.global/hadeeth/ps/show/65060