'Han är Allah, och han är En' och al-Mu'awwidhatayn (al-Falaq och an-Nas)' tre gånger under morgon och kväll. Det kommer att skydda dig mot allt

'Abdullah bin Khubayb (må Allah vara nöjd med honom) sa: "Vi gick ut under en regnig och becksvart natt för att be Allahs sändebud ﷺ leda oss i bön. När jag hade funnit honom sa han: 'Säg!' Jag sa inget. Han sa: 'Säg!' Jag sa inget. Han sa: 'Säg!' Jag sa: ”Vad ska jag säga?' Han sa: 'Säg: 'Han är Allah, och han är En' och al-Mu'awwidhatayn (al-Falaq och an-Nas)' tre gånger under morgon och kväll. Det kommer att skydda dig mot allt."

[Autentisk] [Återberättad av Abu Dawud, at-Tirmidhi och an-Nasa'i]

Den ädla följeslagaren 'Abdullah bin Khubayb (må Allah vara nöjd med honom) berättade att de begav sig ut under en natt med riklig regn som dessutom hade becksvart mörker. De sökte Allahs sändebud ﷺ då de ville att han skulle leda dem i bön, och de fann honom. Profeten ﷺ sa då åt honom att säga, det vill säga att läsa, men han läste inget. Profeten ﷺ upprepade det han sagt, varpå 'Abdullah sa: "Allahs sändebud! Vad ska jag läsa?" Profeten ﷺ sa åt honom att läsa suratul-Ikhlas, och al-Mu'awwidhatayn (al-Falaq och an-Nas), tre gånger under morgon och kväll, för att skyddas mot allt ont och skadligt.

http://www.sunnah.global/hadeeth/sv/show/6082