Atakapoamka mmoja wenu kutoka usingizini mwake basi na apenge kwa maji mara tatu, kwani Shetani hulala ndani ya tundu zake za pua

Kutoka kwa Abuu Huraira radhi za Allah ziwe juu yake: Kuwa Mtume -rehema na amani ziwe juu yake- amesema: "Atakapoamka mmoja wenu kutoka usingizini mwake basi na apenge kwa maji mara tatu, kwani Shetani hulala ndani ya tundu zake za pua".
[Sahihi] [Wamekubaliana Bukhari na Muslim juu ya usahihi wake]

Anamuhimiza Mtume rehema na amani ziwe juu yake mwenye kuamka kutoka usingizini mwake kuwa apandishe maji puani na kuyapenga mara tatu; ambako ni kuyatoa maji puani baada ya kuyaingiza, na hii ni kwa sababu Shetani hulala ndani ya tundu za pua - nayo ni pua yote -.

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