Ҳар вақт яке аз шумо аз хоб бедор шуд, (ва қасди вузӯ кард) бояд се бор обро дар бинӣ кунад ва онро бо фишор берун андозад, зеро шайтон шабро дар бинии ӯ мегузаронад

Аз Абуҳурайра (разияллоҳу анҳу) ривоят аст, ки Паёмбар (саллаллоҳу алайҳи ва саллам) фармуданд: "Ҳар вақт яке аз шумо аз хоб бедор шуд, (ва қасди вузӯ кард) бояд се бор обро дар бинӣ кунад ва онро бо фишор берун андозад, зеро шайтон шабро дар бинии ӯ мегузаронад."

[Саҳеҳ] [متفق عليه]

Паёмбар (саллаллоҳу алайҳи ва саллам) ташвиқ карданд, ки ҳар вақт касе аз хоб бедор шуд, се бор "истинсор" кунад. Истинсор, яъне баровардани об аз бинӣ пас аз ворид кардани об ба он, зеро шайтон шабро дар "хайшум"-и инсон мегузаронад ва хайшум ҳамаи бинӣ аст.

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