“เมื่อคนใดในหมู่พวกท่านตื่นจากการนอนของเขา เขาจงสูดน้ำเข้าจมูกเเล้วสั่งออก 3 ครั้ง เพราะเเท้จริงชัยฏอนมันนอนในโพรงจมูกของเขา”

จากอบูฮุรัยเราะฮ์ เราะฎิยัลลอฮุอันฮุ ได้กล่าวว่า ท่านเราะซูลุลลอฮ์
ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวะสัลลัม กล่าวว่า: “เมื่อคนใดในหมู่พวกท่านตื่นจากการนอนของ
เขา เขาจงสูดน้ำเข้าจมูกเเล้วสั่งออก 3 ครั้ง เพราะเเท้จริงชัยฏอนมันนอนในโพรงจมูกของเขา”
[เศาะฮีห์] [บันทึกโดย อัล-บุคอรีย์ และมุสลิม]

ท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุอะลัยฮิวะสัลลัม เรียกร้องให้ใครก็ตามที่ตื่นจากการหลับ ให้เอาน้ำเข้าจมูกและสั่งออกสามครั้ง อิสตินซาร หมายถึงการให้น้ำออกจากจมูกหลังจากใส่เข้าไปเพราะชัยฏอนมันนอนที่รูจมูก-ซึ่งก็คือจมูกทั้งหมด-

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