كيف يرقي المريض نفسه ؟

عن عثمان بن أبي العاص الثقفي:

أنه شكا إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم وجعا ، يجده في جسده منذ أسلم . فقال له رسول الله صلى الله عليه وسلم" ضع يدك على الذي تألم من جسدك . وقل : باسم الله ، ثلاثا . وقل ، سبع مرات : أعوذ بالله وقدرته من شر ما أجد وأحاذر " .

رواه مسلم