قل هو الله أحد والمعوذتين

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

قل هو الله أحد والمعوذتين حين تمسي وتصبح ثلاث مرات تكفيك من كل شيء.

رواه الترمذي وحسنه الألباني

أي إذا قرأت هذه السور ثلاث مرات حين تصبح وحين تمسي فإنها "تكفيك من كل شيء"، أي تدفع عنك كل سوء .