أو ينفض فراشه بداخلة إزاره ، فإنه لا يدرى ما خلفه عليه ثم يقول : « باسمك ربى وضعت جنبي وبك أرفعه إن أمسكت نفسي فارحمها ، وإن أرسلتها فاحفظها بما تحفظ به عبادك الصالحين » لحديث أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « إذا أوى أحدكم إلى فراشه فليفعل ثم يقل ذلك » رواه البخارى ومسلم فى صحيحيهما ، وفى رواية : « ينفضه ثلاث مرات » .

أو يتوضأ وضوءه للصلاة ، ثم يضطجع على شقه الأيمن ويقول : « اللهم أسلمت نفسى إليك ، وفوضت أمرى إليك ، وألجأت ظهرى إليك ، رغبة ورهبة منك وإليك . لا ملجأ ولا منجى منك إلا إليك ، آمنت بكتابك الذى أنزلت ، وبنبيك الذى أرسلت » لحديث البراء بن عازب رضى الله عنهما قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « إذا أتيت مضجعك فافعل ثم قل ذلك فإن مت مت على الفطرة ، واجعلهن آخر ما تقول » رواه البخارى ومسلم فى صحيحيهما .

أو يجمع كفيه ثم ينفث فيهما ويقرأ فيهما قل هو الله أحد — وقل أعوذ برب الفلق — وقل أعوذ برب الناس — ثم يمسح بهما ما استطاع من جسده يبدأ بهما على رأسه ووجهه وما أقبل من جسده ، يفعل ذلك ثلاث مرات » لحديث عائشة رضى الله عنها : « أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يفعل ويقرأ ذلك إذا أخذ مضجعه » رواه البخارى ومسلم فى صحيحيهما .

أو يكبر ثلاثاً وثلاثين ويسبح ثلاثاً وثلاثين ويحمد ثلاثاً وثلاثين » لحديث البخارى ومسلم عن على رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال له ولفاطمة رضى الله عنهما : « إذا أويتما إلى فراشكما أو أخذتما مضاجعكما فقولا ذلك » .

وفى رواية « التسبيح أربعاً وثلاثين » ، وفى رواية : « التكبير أربعاً وثلاثين » قال على رضى الله عنه : « فما تركته منذ سمعته من رسول الله صلى الله عليه وسلم ، قيل له : ولا ليلة صفين ؟ قال : ولا ليلة صفين » .

أو يقول : « اللهم قنى عذابك يوم تبعث عبادك ثلاث مرات » لحديث حفصة أم المؤمنين رضى الله عنها : « أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان